

【論文】

## 「幸せ論」研究

荻野源吾

(社会福祉原論・概論，社会福祉援助総論，障害福祉論他担当)

共同研究

川野いずみ・後藤 真紀・松田 弘子(荻野ゼミ生)

### A Study of An Argument On Happiness

Gengo Ogino

#### はじめに

これから本格的な人生の歩みを始める若い人の課題は単なる学問的，専門的な知識のみで支えられていくものではない。そこには幅広い教養や人生を生き抜く力としてのエネルギーが要るのは当然のことである。

福祉実践者（以下ここではジェネラルソーシャルワーカーを意味する）<sup>(注1)</sup>にとっても同様であるが，特にこの側面から「福祉エネルギーの醸成に関する研究」について，学生との共同研究の成果を前号で公表した。それは一般の福祉従事者の中にあっても福祉専門職としてのソーシャルワーカーの力量を構成するための基礎的な態度の養成に関する立論の一つとしての提案でもあった。

今回はさらにテーマを人生の哲学的，文化人類学的，文学的，心理学的，生物学的などのあらゆる分野からの課題ともいえる「幸福論」という角度に広げ，社会科学における「人間福祉学的社会福祉論」の視点から，今回も一部分若い世代を代表する学生自身の志向性や態度性を交差させつつ論及していきたい。

#### 研究の目的

人はどのような地域や家庭で，そしてどのような仕事や環境でもろもろの活動をしながら生きるにしても，「幸せになりたい」との願望をもちつつ生きている。わざわざ「不幸」を望む

人はいないであろう。にもかかわらず現実にはいろいろな障害に阻まれる。

この場合の「障害」と「健常」のレベルの追求，その関係性を問うことは，きわめて日常的话题でありながら，一方では理論的，人生論的課題ともなる。

従って一般に「福祉」(Welfare)とは「よりよい状態」(Well Being)の追求であるといわれているが，「幸せ論」研究は実は「障害福祉論」<sup>(注2)</sup>や「社会福祉哲学」の問題として基本的課題でもある。この意味でいやしくもソーシャルワーカーを目指すものにとって人間福祉の前提であり，かつ目標でもある「幸せ論」についての研究を深め，ある程度の概念的な規定をなすことが今回の動機であり目的でもある。

併せてこの文脈から若い人たちの今後の「人生の歩き方」の処方箋を得ることが出来たならと考えたからである。

#### 研究の方法

社会福祉学の視点とは，特に「社会関係における制度の客体的側面と個人の主体的側面における関係性」に着目しながら，より個人の主体的側面からの欲求の実現とその制度のあり方に着目するものであるが，ここでは，古今東西の幸福論追求のさまざまな論述の中から，たまたま一冊の簡単な冊子を素材とした。<sup>(注3)</sup>

この素材には，さまざまな職種，つまり作家や詩人，哲学者，落語家や俳優などの芸能活動

家、仏教思想家、評論家、そして比較文化精神医学をはじめとする学者などさまざまなジャンルから多彩な人のエッセイが凝縮されたことばで散りばめられており、これが好個の材料として活かされると考えたからである。これがすでにある種のデータ収集の役割を担ったことになる。

これを素材としてまず KJ 法による分類をなし、併せてグラウンデッド・セオリー・アプローチ (Grounded Theory Approach) の考え方を利用した。いうまでもなくこのグラウンデッド・セオリー・アプローチでは、KJ 法との親近性はあるが、ラベリングによる分類のほか質的研究として、データ対話型、概念の命名、名付け (naming) などに特質がある。<sup>(注4)</sup> (但し今回は厳密ではなくいずれもその使用方法是略式)

抽象度が高く体系的統合性が求められるということになる。

## I 「幸せ論」へのアプローチ —素材の分類と分析の方法について

### 1 分析視角

先に示した「新幸福論」の素材から幸福論へのアプローチについて挙げて考えてみると、そこにはいくつかの幸福追求のスタイルが表現されている。

例えばここでは 1. 哲学者や宗教学者の求める幸福の真理であるとか、2. 医学者や生命学者のとらえる幸福の実体であるとか、そして 3. 病氣から得た「私のしあわせ」論的アプローチ、4. 「よりよく幸せに生きる知恵」であるとかいうことになる。

これらの各々のアプローチでのラベリングとそのキーワードを拾ってみるとそこに共通の何者かが見えてくる。

1. の立場だけを拾ってみてもなんとかその行き着く先が見えてきそう。

「幸せ」とは富貴貧賤などの「物質」でなく、孔子のいう「道を憂えて貧を憂えず」の「精神」にありという。つまり「簡素の精神を基調とする」文化にある。一方では宗教の幻想を碎いたマルクス主義という考えもある。

また「ひょうたん鯰とカールブッセ」論。幸福追求は「ひょうたんで鯰をつかまえるようなまぬけに」なってはならぬ。これはカールブッセのあの有名な「山のあなたの空遠く……」の幸せをつかもうと山を越えるとまたその先にあるとの観念と共通していることを意味する。

あるいは人間についての比較はやめること、だまされてよし。一人で歩く。空っぽになれ。

このようにいくつかの幸福追求のスタイルとそのアプローチの中での123篇にも及ぶ「幸せ」論からランダムに抜き出したテーマとキーワードからさらに分類を進めた。そしてそれを整理するための尺度を用意した。

この分類基準となるものさしの中からより客観性をもったものさしを用意することはかなりの困難を伴った。

時間や空間軸もあれば、大・小、快・不快、利己的・他己的、単純・複雑などなどものさしは多くあるが、今回はその軸足として物質的・精神的—現実的・理想的の尺度を採用してこの基準の四つの局面と総合的視点としての併せて五つの局面での選ばれたテーマや内容の分析を通じて、より客観的な「幸せ論」追求の足がかりとした。

### 2 「幸せ論」—五つの局面から

一口に幸福論といってもその分析視角は多様性を持つ。今回は上記したように物質的—精神的を横軸に、現実的—理想的を縦軸にとり、さらにその中位の範疇に総合的という局面を想定してあわせて五つのカテゴリーから考察していくこととした。(図1)

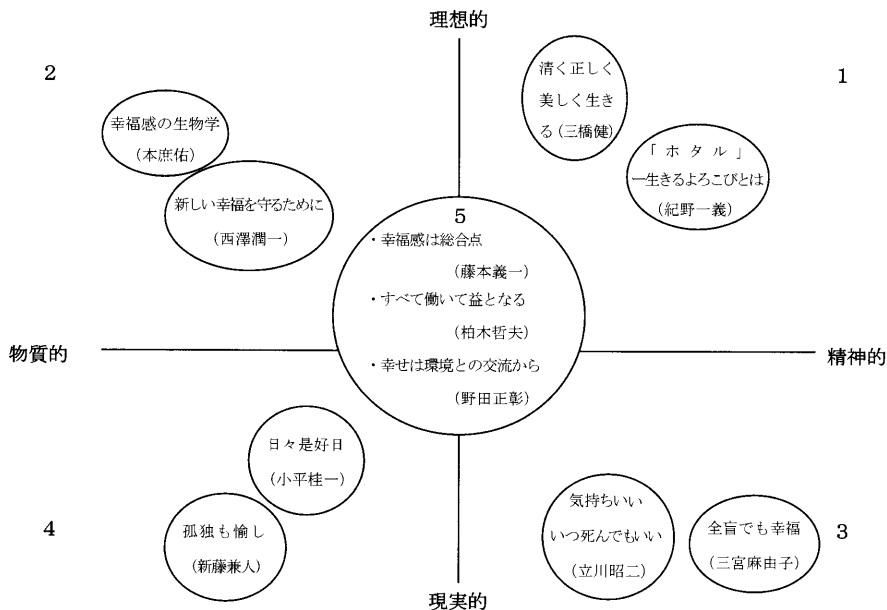


図1 「幸せの5局面」

## 1. <理想的・精神的>幸福論

### ① 「ホタル」—生きるよろこびとは (紀野一義)

まず、第一の局面として「理想的・精神的」という領域に代表される「幸福論」の象徴として今回の参考文献を基にして次の二つを顕著なものとして選んだ。

1つ目の紀野の作品の中では、「生きる喜びとは、愛する人たちを支え、助けてあげたいと思う切ないほどの愛の想いからくる。」と示している。この文章は全体的に非現実的なものであると考えた。更に「支えたい・助けてあげたいと思う切ないほどの愛の想い」という表現から、物質的な物事の捉え方ではなく精神的な感情が強く、文章全体を見ても物質的な見方よりも精神的な見方のほうが前端的に現れているものだと考えられる。

ここで、何故紀野はこの作品の題名を「ホタル」としたのか。ホタルはよく知られているように、日本では5月～6月までの初夏にしか生息しない昆虫である。その短い期間をホタルは一生懸命美しく光を放ちながら生きているのである。そんなホタルの生き方と、「愛する人たち

を支え、助けてあげたいと思う切ないほどの愛の想い」がどこかで重なって見えたのではないだろうか。

### ② 「清く正しく美しく生きる」(三橋健)

この局面を象徴する2つ目のものとして、三橋の「清く正しく美しく生きる」が挙げられる。三橋は「真の幸福を知るには、不幸から目を逸らしてはいけない。不幸の本質を探ることは幸福をより深く理解するために不可欠である。」と記している。文章を読んで現実的な考えだと思われた方も居るだろうが、そうは言い切れないのではないだろうか。

もしも実際、自分自身に不幸な出来事が降りかかってきたり、或いは不幸だと少なからず思ってしまった場合、人間なら誰しも自ら進んで不幸な出来事やその原因を、目を逸らさずに見つめ直すと言うことはしないだろう。時間が経ち、環境や状態が落ち着いた時に過去の事として、初めてきちんと向き合い、色々なことを考えながら少しずつ受け入れる事が出来るのではないだろうか。そのように考えると、この文

章は幸福論としてとても理想的なものの考え方のように思われる。

また三橋は、「昔のままの幸福論，清く正しく美しく生きることがほんとうの幸せである。心身ともに清く正しく美しくあるのが理想。」ともいっている。つまり、「清く」「正しく」「美しく」は三位一体のもので，心身が清浄な状態であれば，行為も正しくなり，姿も美しく見えてくると言う。この考え方は「清く」生きていと次第に「正しく」，そして「美しく」なれると捉えることが出来ると言うことである。すなわち，「清く」という理想的な領域が基礎となっていると考えられる。その結果，三橋が指し示す「清く正しく美しく」という考えは，理想的で尚且つ精神的な部類に位置していると思われる。

(川野いずみ)

## 2. <理想的・物質的>幸福論

今回の文献資料編からみて，理想的・物質的に分類される代表的な幸福論の論説として，次の2つがあげられる。

### ① 「幸福感の生物学」(本庶佑)

「幸福感の生物学」では，「生物学的に考えられる安定した幸福感への道は，まず永続的な安らぎ感を得ることであり，それに時折程々の快感刺激を加えるのが望ましい。つまり，リラックスして時折おいしいワインを飲むことが一番の幸福ではなからうか。」という幸福論が述べられている。

著者は，幸福感を味わうにあたって，“欲望充足型”と“不安除去型”があるという。“欲望充足型”は，生存に必須な行為（生物にとって「生きる」ということと根底で繋がっている“生殖欲”“食欲”“競争欲”という3つの欲望）に対して，本能的な快感を得て幸福を感じるというものだ。すべての快感は，幸福感がやがて飽和していくことの生物学的な基礎だという。そのことは，感覚器による刺激受容によって得られ，五感の感覚器官は，くり返し同じ程度の刺激を

与えることによって麻痺するためである。

“不安除去型”は，不安のないという快感が幸福感であり，“欲望充足型”とは違い麻痺しない。いろいろな悲惨な体験等などの学習によって，自分の今置かれた状態がああ悲惨なときに比べたらどんなに幸せかという形での不安感受回路の閾値を上げるように高次制御中枢が働くのだという。

つまり，著者は幸福感は快感に基づくということ述べている。そして，“欲望充足型”にだけ頼るのではなく，“不安除去型”の幸福感に，より重点を移すことが幸福感への道だという。このことから，著者のいう幸福論は物質的であり，理想的であると考えた。

### ② 「新しい幸福を守るために」(西澤潤一)

“新しい幸福を守るために”では，「新しい幸福を守るためには，人間がロボット化に反撥して，しっかりと論理を持って，実力主義を取り戻すことが絶対であろう。即ち，哲学と論理学の回復と自己評価を含めて公正評価を尊重するようにする必要がある。」と述べている。ロボットないしロボットの人間との対比がおもしろい。

著者は，「本当の幸福とは，皆人とすべて嬉々として能力に応じて社会のために労働し，日々生命を保つに足る糧と，心暖まる家族を持ってそれを養ってゆくことが出来ることこそ基本的な幸福。」とし，昔は人と人との関わりや思いやりなど，人が主体となる感激だったと述べている。

しかし，現代の感激主体は物であり，思いやりがなくなってきていて，自己中心主義評価（原因と結果を反対にして，行動や努力すべきところを努力せず，その結果として生ずべきところ（収益など）を動かそうとすること）だという。

そういった現代人の新しい幸福を守るためには…という著者の幸福論は人々による努力が必要であり，現実的に困難なことであるため，理

想的であり物質的だと考えられる。(松田弘子)

### 3. <現実的・精神的>幸福論

#### ① 「気持ちいい・いつ死んでもいいという幸福感」 (立川昭二)

「気持ちいい」というのは、心も体も具合がいいということであり、体に気持ちいいことは心にも気持ちいいし、心に気持ちいいことは体にも気持ちいいと言える。

体が気持ちいいと覚えることが、その人にとっていちばん健康なことであり、車椅子の生活でも目が不自由でも、その人なりに体が気持ちいいと感じられれば健康なのであり、日々生活を送る中でいい気持ちだと覚えることは心身に影響を与え、免疫力も高まり、おのずから健康となる。

「気持ちいい」はただ向こうからやってくるものではなく、心の持ち方と体の向け方ということであり、まさに「し合う」ということである。「いつ死んでもいい」というのは、「思い残すことはない」という人生に対する充足感であり、「いつ死んでもいい」という思いで生きることである。もし仮に自分の魂にとって最後の絶対のものをを見つけ出会うことができたなら、その時は人生途上でも、「死んでもいい」と思えるのではないだろうか。

このように今現在を生きることによって体を通して心へと覚えるものがあり、最終的に覚えるのは心だと言えることから現実的・精神的だと考えた。

#### ② 「全盲でも幸福」(三宮麻由子)

著者は「多くの人から沢山の愛情を頂いているから幸福、それだけでよいのだろうか。愛されてはいても必要とされていないのだとしたら、幸福とは言えないのではないだろうか。」と問いかけている。自分がどこまで必要とされているのかと恐れる前に、進んでできることを見つけようとし、又自分の役割を見つけようとするのが大事なのである。そうすれば、誰でも、

どんな環境の中でも、幸福感を味わえると言える。

障害を持ったということは、ある意味で健康者と違う使命を与えられたということである。たとえ重い障害があっても多くの助けを必要としていても、一人の障害者の存在自体が人々にとって生きる源泉となることも少なくない為、障害が幸福か不幸かを決めるのは、どれだけ頂いているかという外見的な環境ではなく、この使命に応えてお返しする元気を自分から奮い立たせるという内面の力があるかどうかである。

どんなに沢山のものを頂けたとしても、障害と付き合いながら使命を見つける希望と元気を持ち続けるのは並大抵なことではないし、完成された幸福感を味わうには大変な気力がある。くじけてお返しがゼロになってしまうとしたら障害は不幸になるかもしれないけど、小さなことでも何かができるという気持ちは幸福感につながっていると言えるだろう。

障害を持っているということは現実のことだと言えるが、その障害とどう向き合うのかは自分次第だし、障害が幸福だと覚えるのも自分の気持ちの受け入れ方、内面の力へとつながってくる。心が強くないと簡単に乗り越えられることではないだろうし、自分にしかできない何かを見つけることも、内面の力というものも自分の気持ち次第と言える為、精神的だと考えた。

(後藤真紀)

### 4. <現実的・物質的>幸福論

#### ① 「孤独も愉し」(新藤兼人)

孤独というのは独りぼっちということである。好きなときに好きなことができるからこそ自由であり、体に負担がかからないことが、自由な気持ちになるということにつながる。独りだからこそ、独りならばこそ覚えることができる。ふとした瞬間に出会うことができる。

人は感情をもみくだくために笑ったり泣いたりするが、独りの場合、話す相手もいなければそういったこともない。しかし、何も考えない

でぼんやりしている時間がある、何もしないでぼんやりすることができる。これこそが孤独の人の自由だと言える。ふと夕べ考えたことがつまらなく思えてきたり、過去に起こった出来事がバカバカしいと思えてきたりするもの、ぼんやりのおかげである。

孤独というと精神的なものだと考えるかもしれないが、まず体で独りだと感じて、その後に孤独だ、自由だなどと感じると言えるし、自由な気持ちになるのは、体に負担がかかっていないから、何もしないでぼんやりしているからであり、体を通して感じるものであると言える為、身体的・物質的だと考えた。又孤独だ、自由だと感じるのは、今を生きているからこそ感じるものであると言える為、現実的だと考えた。

## ② 「日々是好日」(小平桂一)

動物だって人間だって生き長らえて美味しい物を食べ、人から優しくしてもらえれば、幸せである。「美味しい物を食べたい」「心地よい思いをしたい」というのは、生き物としての根源的な願いであり、動物はその為に巣を作って獲物を獲り、人間は「経済活動」をする。大方の人間が動物と違うのは、満ち足りることを知らず、次々に欲望を膨らませ、欲望は休むことなく膨らまされるところにある。

大きな夢を抱いて、少しずつその実現に向かって努力が報われていく時、最期に幸せが訪れるのかもしれない。たとえ、辛くても苦しくても、自分のしたかったことをやり終えた「心の自由」が喜びとして残るのではないだろうか。又、「日々是好日」のエッセンスも「心の自由」ではないだろうか。夢や欲望を考えることは精神的と言えるかもしれないが、この「心の自由」を得る為には行動に移さないと感じることはできない。行動に移すことで実際に辛さや苦しみなどを経験し、日々の積み重ねが「心の自由」を手に入れることにつながると言える為、物質的であると考えた。

又夢や欲望は自分がこうなりたい、こうであ

りたいなどの思いなので理想的と言えるかもしれないが、夢や欲望を実現するには日々の努力、「今」という時間を自分がどう生きるかにつながると言えるし、「今」抱く夢や欲望であると言える為、現実的だと考えた。(後藤真紀)

これまで、理想的・現実的・物質的・精神的の4つのカテゴリーに分けて幸福について考えてきた。しかし、実際に分類していくとこの4つの領域全てに考えがほぼ均等に分散しており、1つの領域にきちんと当てはめることが難しい見解の論も出てきた。よって、新しく5つ目の分類基準を作り、それを<総合的>というカテゴリーと名付ける事にした。以下は<総合的>の見解をまとめたものである。

## 5. <総合的>幸福論

五つ目の局面の「総合的」というカテゴリーの代表的なものを3つ取り上げようと思う。

### ① 「幸福感は総合点」(藤本義一)

まず1つ目に、「幸福感は総合点」(藤本)がある。藤本は、「生きている、生かされていると思う時の心の昂ぶりが幸福の起点であり、生きている事を実感した時に真の幸福がある。」という考えを基本とし、「総合された力(願いや祈りなど)が一点に集まって出来た(通じた)時に一番幸福に酔い痴れるもので、そこには絶対に利益や名誉が介在していない場合に真の幸福感は生まれる。」と述べている。

### ② 「幸せは環境との交流から」(野田正彰)

2つ目の、「幸せは環境との交流から」(野田)では、「私たちが幸せに思うのは、自分の環境が住みやすいと感じている時か、環境がそれほど良くなくても、環境と自分が活き活きとした関わりを持っていると感じる時である。動物や社会との交流も自分を幸せにしてくれるが、生きる喜びのほとんどは、他者を知り、自分の感情や思考を他者に伝え、交流することにある」と

言っている。

さらに、「良き社会、良き時代に生きていると思える時が幸せである。それには経済の軸・政治の軸・文化の軸・私的な人間関係の軸、この4つの軸から社会を捉える必要がある。」とも述べている。

③ 「すべて働いて益となる—幸せになる態度価値」  
(柏木哲夫)

そして、最後に「すべて働いて益となる—幸せになる態度価値—」(柏木)の考え方があげられる。

柏木は、多くの人々の最期を看取ってきたホスピス医である。柏木の考えは「最期まで希望を持つ事が出来るのは幸せである。しかし、それほど多くはないが、別の種類の希望を持つ患者さんもある。それは死後の世界への希望である。」と述べている。

「人生には3つの坂がある。すべてが上手いく上り坂、何をしても上手いかない下り坂、そしてもう1つの坂は《まさか》という坂である。人生の様々な出来事に対してどのような態度で臨むかということがその人の幸福度を決めるように思う。人生において起こってくる様々な出来事がすべて働いて益となると信じる事が出来ればそれは大きな幸せにつながるだろう。」と書いている。

この3つの参考文献に共通して言える事は、願いや環境・人・社会・経済などあらゆる分野が相互作用して幸せだと感じる事が出来るという事である。どれもが1つの方向からではなく、多方面から色々な考え方・受け止め方をしていけば、理想的・現実的・物質的・精神的という1つの領域に枠決めして当てはめることは難しいのではないだろうか。よって、この3つの文献は全ての領域に関与していると私は考える。

(川野いずみ)

## Ⅱ 「幸せ」の階梯

### —幸せの四階建て論について

前節で見てきたように、人間の「幸せ」追求はさまざまな観点から追及されており、その構造は一様ではない。また極めて実体概念化することが困難な観念物であると同時に一方では極めて日常的、即物的な面も含んでいる。こうして「幸せ論」として位置づけた場合、大きく五つの局面に分けて考えることが出来た。すなわちこの五つの局面は相互に移動し、状況によって変化するという可変性をもつものである。

もう一つの特徴は快にみえて不快、安逸にみえて困難というふうに、互いに矛盾をはらみながら、時に極限の困難が最も幸せに近く位置していたりすることもあり、その状況は複合的な成り立ちさえ示すことになる。つまり「複合complex」の状態にある。

このように「幸せ」把握における「可変性」と「複合性」を意識せざるを得ない。これらの分析から今一つ参考になる理論を紹介することができる。

それは新宮秀夫氏の「幸せの四階建ての家」のモデルである。<sup>(注5)</sup> 新宮氏はもともと社会学の研究者であるが、エネルギー論からこの「幸せ」論への方向性を導いた特異な研究者といえることができる。すなわちその概念図は図2の通りである。

ここでは多くの解釈はいらないと思う。簡単にふれば、まず人間の幸せは本能的な快感情にその基礎を置くというもの。恋や富や地位や名誉といったものに憧れこれを追求することが快であるとする。そしてやがて人はそれを維持することに熱心になる。ここまでが2階建ての家であり、2階からみた幸せの部屋である。

しかしこれのみで人の幸せは終わらない。時にこれらの状況と打って変わって困難や悲しみを経験し、それを克服することの中にじわっと伝わってくる幸せもある。これが3階の部屋にある「幸せ」である。

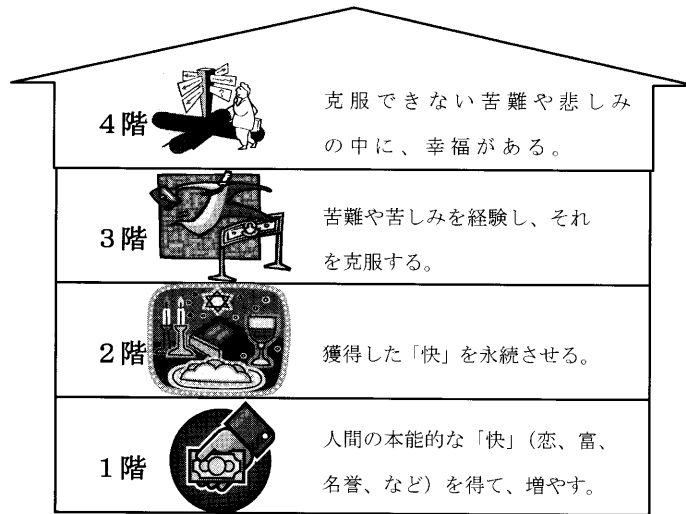


図2 「幸せの四階建ての家」

さらにこれにでも終わらない。もうひとつこれ以上に克服できそうもない苦難や悲しみの中でこそ味わう幸せもある。「艱難辛苦(かんなんしんく)汝を玉にす」である。このときに壮絶、極限状態でも人は生きねばならないし、生かされている。この幸せは絶対無二であり、そう多くの人が経験するものではないであろうが、こうした「幸せ」論に立つ人もいるはずである。これが4階の部屋での幸せということになる。何も1～4階への順序とか階層性が固定しているはずはないが、この図式は簡潔に「幸せ論」の階梯を示していると言えよう。

### Ⅲ 「人生の歩き方」

筆者が65年の年月の長年にわたってよたよた歩み、汗して紡いだ節目、節目の感覚は多くは忘れ去られつつあるも、以下に列挙するこの事実だけは残ってきたある種の残影物であると言える。

すなわちこれらは言ってみれば日々の「体験」が織り成し重なりつつ、「経験則」として確かな記憶として作り上げてきた人生訓というべきもののなのだ。

何がその人の人生にとってより大事なものになるのか。ひいてはこのことが先述した「幸せ

論」に繋がる糸口ともなるのか。

次のようなメッセージを特に若い人たちに贈りたい。これはあくまで先にのべたように筆者の個人的な「人生体験」に基づく「経験則」としてまとめあげられたものに過ぎない。どこまでの客観性があるかはにわかに証し難いことを予め断っておきたい。しかしそれにもかかわらず司馬遼太郎<sup>(注6)</sup>のごとく「21世紀に生きる諸君へ」のメッセージであると言いたい。

#### 1 健康であること。

「健全なる肉体に健全なる精神が宿る」ということである。逆もまた真なり。健全な精神を維持すれば、おのずから身体的にも健康になると言えよう。

この意味で人生はまず健康。そして「元気」が一番。そしてこの健康を維持するため「腹八分目」で、あらゆる面で「ほどほど」「何事も中庸」がよろしい。よくお正月になると「めでたさも中ぐらいなりおらが春」と言いますが、これは一年かけての大事。

ただ何事においてもこの「養生(やしなう)」・「鍛錬」への気力が一層重要になる。江戸時代貝原益軒が「養生訓」なるものを書いたがこれは現代的にみても意義深い。



## 2 謙虚であれ。

これはきわめて宗教的・精神的なテーマであるが、同時に毎日の生活の営みにおける「事務的」「実利的」な効果をもたらすものとなる。

「生活の事務化」という表現があるが、自然に対しても人に対するも心奢らずきちんと毎日のリズムを正して謙虚に歩むべしと言うことになる。<sup>(注7)</sup>

キリスト教的には「こころ貧しい人は幸いなり」、仏教的には「色即是空」であり、そこには「祈り」「畏敬」「率直」な精神が作用する。

要するに信仰を排するにしても、人知を超えるものへの、自然への畏敬の念であり、「祈り」でもある。

## 3 人の一生は重荷を背負って歩むに等しいと心得るべし。

「人みな同じ」とは、言い換えれば「共生」(normalization) であり<sup>(注8)</sup>、この理念のもとフェアネス(公正)(fairness)とジャスティス(正義)(justice)<sup>(注9)</sup>の実現を図るという社会福祉の基本精神そのものである。

さらに「生涯」(Life)は「障害」(handicap)に通じる。すなわち「人生は生涯何らかの重荷・ハンディキャップを背負って歩むがごとし」である。

ここでも「体験」から「経験」への発展があるが、今日までの「健常者」―「障害者」の区分は間違っており、人間一生涯のうち全く何にも影響されない「健常」はほんの一瞬の内で大概は何らかの心身の障害を抱えて暮らすことの方が普通と言える。

よって人生設計における「ユニバーサルデザイン」が原則になる。

## 4 「不幸・逆境」驚くに当たらず、「耐えるべし」。

「冬来りなば春遠からじ」。いつかは必ず脱出できる。この「逆境に耐える」経験は「人の痛みのわかる人」に自己を成長させる源になる。

これは人間性の本質に根ざすものであって、「傷つき易さ」(ヴァルネラビリティ)という原理である。障害福祉論の源泉でもある。

最大不幸といえることでも、時に最高の幸せへと「リフレーミング」(再価値付け／転化)することが可能になると言える。

## 5 厄介なものは「気持ち」の処理である。

最後に残るのは自身の気持ちの問題。人生は日々迷いと決断の連続。何事も「気持ち」の持ちよう次第。

とくに高齢期では「日々好日」でありたいと願う。こころの「闇」との闘い。

そして最後に「信心」とか「宗教」は人生の羅針盤として活かせば、阿片ではなくなる。この「気持ち」を支える特効薬にもなり得る。

以上五箇条の誓文ならぬ、五つの嗜み(たしなみ)ということになる。但しこれはある一定の年齢からくる「悟り?」「あきらめ!」(諦観)に近いものがあって、あまり若いうちから無理して方向付けなくても、自然に日々の努力と真の自己愛から歳とともに方向づけられるかも知れない。絶えず自己流儀でも汗かきべそかきしながら人生の山道を登って欲しい。



ネイチャーゲームに取り組むある日のゼミ生の皆さん／左から川野・松田・後藤

(2006/11/02)

## おわりに

人生の歩き方を徒歩のスピード、自転車のスピード、車のスピードなどと例えた人がある。どんなスピードで歩くにしても、あくまでそれは個人的なものである。それだけに「幸せ」の客観的把握は難しく幸せ論の論及は容易でない。

先日数十年ぶりで家族と「秋芳洞（あきよしどう）」を訪ねた。鍾乳石3cmが伸びるのには100年かかる。いわば人間の生涯わずか「鍾乳石3センチの人生」ということになる。人と自然の関係は永遠の時の刻みである。

学生がゼミでの討論や資料集めで汗しながら一歩ずつ確かな足取りで進んでいく様はそれを支え、励ます教員にとっても大変苦労もあるがその成長を期待したい。純理論の構成、科学的精密さ、その実証性の詰めが多少甘くとも、こうした一連の作業を通じて教員・学生相互に逞しく鍛えてくれる機会になっているものと確信する。研究の初歩的なものであっても何らかの今後の研究へのヒントになれば幸いである。

## 注

[注1] 福祉分野全般をジェネリック、子ども家庭福祉や精神保健福祉や高齢者福祉などの各分野をさしてスペシフィックとする分野論的な捉え方があるが、本来は方法としての統合的視点をジェネリックといい、ケースワーク・グループワーク、コミュニティワークを各々スペシフィックという。またここでの「ジェネラルソーシャルワーカー」というのはわが国独自のもので「統合的なソーシャルワーク技術を駆使できる専門職」を意味する。従って「ジェネリック」と「ジェネラル」とは語義が異なることに注意を要する。

[注2] 現行の大学カリキュラムでは「障害者福祉論」としているが、障害児とか者とか対象をあえて限定しない。「ハンディキャップ（社会的不利）に関する福祉論」としてこう呼ぶ。対象限定でないだけにその外延をさして高齢や子ども、地域等における障害福祉対策という範疇となる。よって人に対しては「障がい」の字を使用するなどの便宜的手法はとらなくて済む。

[注3] 「文藝春秋」9月臨時創刊号—新幸福論「ほんとうの幸せとは？」前篇書き下ろし123人の「自分らしく生きるヒント」2001年

[注4] 木下康仁,「グラウンデッド・セオリー・アプローチ」弘文堂,1999,PP.170~171

[注5] 「幸福ということ」—エネルギー社会工学の視点から 新宮秀夫 NHK ブックス1998

[注6] 「21世紀に伝えたいこと」司馬遼太郎ほか,工作舎1997の中で,司馬氏は若い人たちに「人間の驕りをすてて自然へのすなおな態度,他人の痛みを感じられる,自分に厳しくひとにやさしい自己を確立せよ」ということばを残している。

[注7] 本学の創設者武田ミキの「謙虚で優雅な人になりましょう」のことばは学園訓に掲げられている。つまり先学の教えとして同じ思いを開陳している。

[注8] 「ノーマライゼーション」とはわが国の国語審議会では「常態化」「正常化」と訳して紹介されるが,これは単に国語的解釈であって,社会学的,社会福祉学的には不十分である。ずばり「共生」ということとして改めたい。

[注9] 「正義」は法律家の独占物ではない。政治,法律における「正義」の具現者は法律家であるが,「社会的正義」の具現者はソーシャルワーカーの任務なのである。国際ソーシャルワーカー連盟のソーシャルワークの定義には「人権と社会正義の原理は,ソーシャルワークの拠り所とする基盤である」と記されている。(IFSW; 2000. 7.)

## 資料 「幸せ」研究の資料編

<本学の図書館にある文献の中から>

- ・小池滋,「幸せな旅人たち」,南雲堂,1962/9/25
- ・口唇・口蓋裂友の会,「口唇・口蓋裂児の幸せのために」,ぶどう社,1983/5/20
- ・吉沢勲,「六十歳からの幸せ生きがい術」,海竜社,1989/1/25
- ・訓覇法子,「スウェーデン人はいま幸せか」,日本放送出版協会,1991/4/20
- ・小山内美智子,「痛みの中から見つけた幸せ〜女心と患者心にゆれるとき〜」,ぶどう社,1994/4/20

- ・栗原すみ子,「幸せになれるひと：自伝「新宿の母」」,主婦と生活社,1998
- ・西本隆,「あなたを幸せにする漢方薬」,新潮社,1999/5/30
- ・草野光恵,「癒されない人癒される人：もし「幸せ」の実感が湧かないなら」,青春出版社,1999
- ・E. アンダーソン, G. レッドマン, C. ロジャース,「親から子へ幸せの贈りもの：自尊感情を伸ばす5つの原則」,玉川大学出版部,1999
- ・林京子,「長い時間をかけた人間の経験」,日本図書センター,2005/6/25
- ・国分康孝,「自分をラクにする心理学：幸せにずっと近くなる考え方」,PHP研究社,1997
- ・松本江理,「聴導犬・美音と過ごす幸せな日々」,角川書店,2006/3
- ・「母と子の教室」親の会編,「難聴児の幸せのための：早期教育とインテグレーションへの道」,ぶどう社,1989
- ・飯田経夫,「「豊かさ」のあとに：幸せとは何か」,講談社,1984/3
- ・主婦の友社編,「幸福のヒント」,主婦の友社,2006/10/20
- ＜その他の幸福関連文献から＞
- ・久須本文夫,「貝原益軒処世訓」,講談社,1989
- ・ラッセル著・安藤貞雄訳,「ラッセル幸福論」,岩波書店,1991
- ・福田恒存,「私の幸福論」,筑摩書房,1998
- ・飯田史彦,「生きがいのマネジメント」,PHP研究所,1998
- ・荻野源吾監修,「大分パワーライフ」,大分放送45周年記念出版,1998
- ・吉本隆明,「幸福論」,青春出版社,2001
- ・橋本剛明,「新・幸福論」,碧天社,2003
- ・神谷美恵子,「生きがいについて」,みずず書房,2004
- ・アリストテレス,「ニコマス倫理学」,岩波文庫
- ・ディオゲネス・ラエルティオス,「ギリシア哲学者列伝」,岩波文庫
- ・セネカ,「人生の短さについて」,岩波文庫
- ・ショーペンハウアー,「幸福について」,新潮文庫
- ・ベンサム,「道徳および立法の諸原理序説」,「世界の名著38」中央公論新社
- ・J・S・ミル,「功利主義論」,中央公論新社
- ・ヒルティ,「幸福論」,岩波文庫
- ・マイケル・アーガイル,「幸福の心理学」,誠信書房
- ・ヘッセ,「幸福論」,新潮社
- ・アラン,「幸福論」,白水社
- ・梅棹忠夫,「わたしの生きがい論」,講談社文庫
- ・柳澤桂子,「いのちのことば」,集英社,2006

(文献資料調査 松田弘子)