

病と健康をめぐる

中野重行 ニンゲン学

自分にとっての「人生の意味」あるいは「生きがい」を見いだすことは、とても重要なことです。人は自分がしていることに意味を見いだすことができれば、人

ました。フランクルは強制収容所にいる間、もし解放されることがあれば収容所での壮絶な体験を後世に語り継ぐことに生きる意味を見いだして過酷な生活に耐えました。強制収容所の体験は終戦後、「夜と霧」という著書にまとめられました。この本は、世界中で読ま

大臣の伊藤博文ら明治維新を支えた多数の門下生を輩出したことで有名です。吉田は幕府への反逆の罪で29歳の若さで処刑されま

人生の意味を見いだす

うまくストレスに対処

生や仕事がどれほど苦しくても、ストレスに耐えられるものです。しかし、意味が全く感じられない仕事の繰り返しには、とても耐えられないものです。人生の意味や生きがいを持つ人は、そうでない人に比べて、苦しみやストレスにうまく対処できます。

フランクルが始めた治療法で、「ロゴ」は、ギリシャ語で「意味」を表します。近年、国内では「生きがい療法」として紹介されること

れる前にはほぼ完成していたロゴセラピーの理論の正しさを、収容所での人々の過ごし方を観察して確認したといわれています。

新しい国家を築くことに自分の生きる意味を見いだした吉田は、幕府と対抗し、死をも恐れない境地にいました。それでも、この世を去る間に、子どもを思う親心にはかなわない、先立つことは親に申し訳ないという心情を表しています。

子どもは親にとっての生きがいになっ

ユダヤ人のフランクルは第2次世界大戦中に、ナチスの強制収容所に収容されました。終戦後に解放されましたが、一緒に収容された家族は収容所で亡くなり

人生や仕事の目標以外でも子どもの存在が生きがいになることがあります。江戸時代末期(幕末)、山口県で松下村塾を起

した思想家・吉田松陰がいます。松下村塾は、初代総理

(大分大学名誉教授・元同大学病院長)

随時掲載