

シリーズ 私の一冊の本

短期大学部こども学科 小林 佐知子 先生

ヴィクトール・E・ فرانクル 著 池田香代子 訳

『 夜と霧 』 新版

閲覧室 1階 946//F44 みすず書房

本著は、ナチス占領下の強制収容所という過酷な状況下で人の心はどのように動くのか、そのプロセスについて冷静な目と筆力でまとめられた名著だと思います。精神科医であり心理学者である著者フランクルの、自分や他者の心を客観的に見る力に圧倒されます。私が大学時代に受講した臨床心理学の授業で紹介された本ですが、心理学への興味の有無に関わらず、これからの時代を生きる学生のみなさんに是非読んでいただきたい一冊です。

人は、個人差はあれ人生の中で何度か苦しみを体験します。戦争や天災といった多くの犠牲を伴うものから、失業や病気といった個人的なものまで様々です。私がこの本から学んだことは、“苦しみの中でどのような行動を選ぶのかが人生を決定づけていく”ということです。強制収容所という、いつ死んでもおかしくないような極限の中でも、飢えた仲間自分のパンを分ける人や仲間を助けるために罰を受ける人がいる。自分の未来に希望があることを信じ、期待を持ち続けた人もいる。このように人間の尊厳や希望を失わない人は結果的に生き延びる可能性を高める一方、多くの方は自分の運命に失望し、感情を麻痺させ、流されるままに日々を過ごし、やがて死んでいったそうです。感情を忘れ、考えることを放棄し、自我をなくした人々の口から出る言葉は「生きていてもしょうがない」だったそうです。思い詰めた人は身体の免疫力も低下するのか、死を早めていきました。苦しい時にどう行動するかは、まさに運命の分かれ道といえそうです。

また、著者は生きる意味について、「生きるとはつまり、生きることの問いに正しく答える義務、生きることが各人に課す課題を果たす義務、時々刻々の要請を満たす義務を引き受けることにほかならない。」と述べています。それが例え苦しみという義務であったとしても、です。例えば重い病を患っても、それを受け入れて人生の意味を見出そうとすることが大切なのだといえます。

著者の言うように、苦しみと向き合い、もがきながらも覚悟を決めてよりよい決断をしていくことが大切だとするならば、この先がどんなに大変な人生であったとしても、それを受け入れ、とにかく生き抜いていくことが大切なことなかもしれません。私自身はこれまで人生からの問いにきちんと答えてきたのか自信はありませんが、この文章を書く機会をいただき、思いを新たにすることができました。