

**2023年度 聖学院大学
学校推薦型選抜 指定校制推薦 1期入学試験 口頭試問課題文**

◇以下の課題文について、簡潔に内容を説明できるようにしておいてください。また、課題文の内容に関して、共感したところ、共感できないところ、気がついたこと、疑問に思ったこと等について質問するので、答えられるようにしておいてください。

「孤独」と「孤独感」は違う

近年、あちこちで「孤独」が問題視されています。とりわけここ三年ほど、新型コロナウイルスの感染拡大により、人と人のつながりがいっそう希薄化したことで、もともと社会が内包していた孤独の問題が顕在化してきた感があります。

ただ巷間ささやかれているほど、「孤独」という状態は悪いものなのか。

また「孤独に苦しめられている」と訴える人は、本当に孤独なのか。

「孤独」という言葉が何となく安易に、しかもマイナスの側面を強調して使われ過ぎているような気がします。たとえば――

「家族がいるし、会社勤めもしているが、何だか自分の居場所がない。孤独だ」

「SNS でつながっている友だちはたくさんいるのに、深くつき合っている人はほとんどいない。孤独だ」

「今日は家で一日中、誰にも会わず、何もせず、ただボーッと過ごしてしまった。孤独だ」

「食事や遊びに誘っても、断られてばかり。孤独だ」

といった場合はどうでしょう？ 本当に孤独ですか？

その程度のことと言ってはなんですが、それは「孤独」ではなくて、「孤独感」なのではないか、と私は思うのです。

「孤独」と「孤独感」は同じものようですが、違います。「感」の一字がつくだけで、意味がガラリと変わるのです。

「孤独」とはひとりきりの状態。

「孤独感」とはひとりのときの気分。

そう定義すると、いま問題視されている「孤独」の多くが、「孤独」の状態そのものに悩んでいるのではなく、忍び寄る「孤独感」に心が苛まれている、と見ていい。

ここをまずはっきりさせると、「何とか孤独から脱しなければダメだ」などと、強迫観念のように思い詰めていた心が、ふっと軽くなります。＜中略＞

孤独感が有意義な“孤独時間”を台無しにする

ひとり暮らしをしていると、「そういえば今日は一日中、誰ともしゃべらなかつた」なんて目もあるでしょう。

それは「独居老人」という言葉に象徴されるような、仕事も連れ合いもなくして、誰とも交流せずにひとりで暮らすお年寄りだけに起こることではありません。

とくに昨今は、コロナ禍でリモートワークが推奨されたことを背景に、ひとり暮らしをする若い人たちのなかにも、在宅勤務による“孤独現象”が広がっています。

もちろんリモートワークでも、仕事関係の人たちと画面越しに交流はしています。厳密に言えば「一日中、誰ともしゃべらない」日は、そう多くはないでしょう。ただどうしても“会話しただけ”が希薄になるせいか、リアルな交流のないことが逆に孤独感を深めてしまう側面もあるように思います。

しかし問題は、一日の大半を「ひとりでいる時間」で占められることではありません。そのことで生じる孤独感が、自分を成長させるうえで非常に重要な勉強や思考など、「ひとりで充実して過ごす時間」を台無しにしてしまう。それが問題なのです。

世に言う成功者の多くは、ひとりの時間に執務室や書斎にこもり、本を読んだり、思考を重ねたり、専門の知識を磨いたりしています。たとえばある経営者は、「仕事のなかでも一番大事なものは、ひとりで考え、経営戦略を練る作業。その時間を確保するために、秘書に、この時間だけは何もスケジュールを入れないように、またよほど緊急の場合を除いては誰が来ても、電話があっても、取り次がないように指示している」

と書いていました。それくらい「ひとりで考える時間」は重要だということです。

振り返れば、大学入試や資格試験などの勉強がそうでしたよね？ ひとりで黙々と、集中して勉強に取り組まなければ、成績は良くならないし、合格することも叫びません。

ひとりの時間にむくむくと湧き上がってくる孤独感に耐えることなくして、事を為すのは難しい、とも言えます。

かなり昔ですが、郷ひろみさんが「よろしく哀愁」という曲で、「会えない時間が愛を育てる」といった内容のことを歌っていましたが、ひとりの時間が育てるのは愛だけではありません。人間の能力や感性をも育ててくれるのです。

木を育てることにたとえると、ひとりでいる時間は、種をまいて、芽が出て、すくすくと生長していくときに必要な土壌に相当するもの。孤独感に怯えるあまり、ひとりで過ごす充実した時間を台無しにしてしまうなんて、もったいない。私はそう思います。＜中略＞

深いつき合いを求めなくていい

人間関係に生じる孤独感の源には、多かれ少なかれ、「親しい友だちが欲しい」「親友と呼べる友だちが欲しい」という欲求があるものです。

近年は孤独感に悩む若者に対して、何かと、「何でも相談できる友人を持ちなさい」的なアドバイスをするのをよく見聞します。

的確な助言ではありますが、それが逆に友人の少ない人を追いつめるケースもあります。「自分にはそんなに親しい友だちはいない」と、よけいに落ちこませることにならないとも限らないのです。そこで、私からのアドバイス。

「親しい友だちなんて、いなくても大丈夫だよ」

このことを教えてくれたのは、福沢諭吉先生です。

彼は「自分には莫逆の友はいなかった」と、あっさり言っています。

「莫逆の友」とは、とても親密な友——親友のこと。いまはあまり使われない言葉ですが、出典は中国の古典『莊子—大宗師篇』です。〈中略〉

軽やかな人づき合い——「淡交」のすすめ

もっとも福沢は、人づき合いが嫌いだったり、苦手だったりしたわけではありません。むしろ「社交上手」なほうでしょう。

福沢が実践した人づき合いの基本は、ひとことで言うと「淡交」——つかず離れず、淡白に交流することです。

たしかにべったりしたつき合いというのは、気持ちの距離感が縮まる分、どろどろした人間関係に陥りやすいような気がします。相手が自分の期待通りに動いてくれなかったり、自分を大切に思ってくれなかったりすることが不満で、トラブルに発展する例が多いのです。

だからつき合いが長続きせず、「あんなに親しくしていたのに、最後は憎み合って関係を断つことになってしまった」みたいなことになる場合すらあります。

そういう意味でも、親密なつき合いよりも「淡交」のほうが、人間関係で悩むことが少なくて良いように思います。

それはさておき「親友」のいない福沢は、一方で「新友」を持つことをすすめています。

『学問のすゝめ』に良い言葉があります。

人間の交際は繁多にして、三、五尾の鮓が井中に日月を消すとは少しく趣を異にするものなり。人にして人を毛嫌いする勿れ。

人間の交際を鮓と比べて語っているのが、福沢らしい、ユーモアに富んだところ。「三尾、五尾の鮓が井戸のなかで暮らしているのではワケが違う」とし、意識すると、こんなふう

に述べています。
「人間なんだから、広い世界で大勢の人と交わり、そのなかでいるんなことを学んだり、力を合わせて何かに取り組んだりすればいい。人づき合いを毛嫌いせず、億劫がらずに誰とも仲良くするように努めなさい」

友だちが少なくて悩んでいる人たちからは、「それができなくて寂しい思いをしているんじゃないか！」と言われそうですが、福沢はこうも言っています。

「十人の内一人、気の合う人が見つかる偶然があったとすると、二十人に会えば二人の偶然

を得ることができる。だから、たくさんの人と接し、交流するといい」

野球なら“一割バッター”で OK と考えると、さほどの負担は感じませんよね。いまは SNS というツールがあるおかげで、気の合う人を見つけやすくなっていますし、「新友」「淡交」をキーワードにすると、意外と簡単に人づき合いを広げていけそうです。

さらに福沢は、同じく『学問のすゝめ』のなかで、友だちづくりのポイントをこう述べています。

顔色容貌の活発愉快なるは、人の道義の一箇条にして、人間交際に於て最も大切なるものなり。人の顔色は猶家の門戸の如し、広く人に交て客来を自由にせんには、先ず門戸を開て入口を洒掃し、兔に角に客附きを好くするこそ緊要なれ。

ようするに「笑顔が“千客万来の人づき合い”を招く」と言うのです。「玄関がきれいに掃除されている家にたくさんのお客さんが訪れるように、人は、いつも笑顔で上機嫌でいる人に寄ってくる」としています。

なるほど言い得て妙。本人はごくごくふつうの気分でも、いつも不機嫌そうに、あるいは怒っているように見える人って、いますよね？ そんな表情を見たら、誰だって近寄りたくないでしょう。

そういう人はどうしても人を遠ざけてしまうので、ちょっと意識して笑顔をつくるといいですね。

「人づき合いは軽やかに」

をモットーに、“淡交の輪”を広げていくことをおすすめします。

齋藤孝、孤独を生きる、PHP 研究所