



思考のパラダイムシフト

Paradigm Shift

永田 円了

その時代の規範となる考え方や価値観（パラダイム）が、大きく変わる（シフトする）ことを、パラダイムシフトと呼ぶ。分かりやすい事例は、江戸時代から明治への変換。封建制度のもと武士・大名を頂点にしたおよそ300藩の仕組みが、一夜にして崩壊する。大政奉還（江戸幕府の消滅）である。生まれながらにして、土農工商という身分にわけられていた封建システムが、生まれた時から人間平等、というパラダイム（思考）に移行したのである。

現代の事例では、カメラ店がスマホ内蔵デジカメによって淘汰され、固定電話が携帯電話にとってかわり、地図帳がナビに置き換わった。現金支払いは、すべてカードなどで済ませることができる。

今から100年前の米国、1600万頭の馬車が走っていた。その後10~20年の間に、馬車はすべてガソリン車に置き換えられた。そして今、ガソリン車が電気自動車へ、水素カーへと急速に進化を遂げている。

ビクトール・フランクル

1942年ナチスに捕らえられ、強制収容所に送られたオーストリアの精神科医・ビクトール・フランクル、のちに奇跡的に生還。その後に書きしるした『夜と霧』は、世界で読みつなげるベストセラーになった。

ホロコーストの犠牲者は、600万人とも1200万人とも言われる中、生存者は皆無ではなかった。この過酷な環境の中で、いったい何が人間の生死を分けたのか。まず分かったことは、“生命の維持力と身体的な強靱さの間には何の因果関係もなかった”ということであった。そして、生命を最後まで維持させた人々の特性は次の3種類に分類された。

- 1) 過酷な環境にあっても「愛」を実践できた人、
- 2) 絶望的な環境にあっても「美」を意識できた人
- 3) 「夢」を捨てなかった人（『夜と霧』みすず書房より）



コペルニクス的発想転換

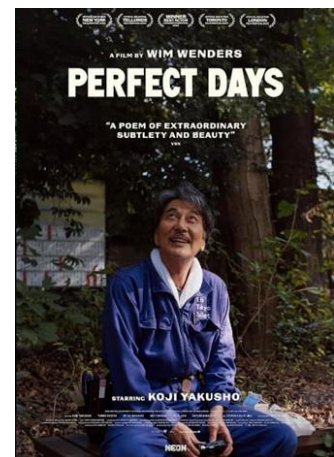


生還後のフランクルは、講演会、文筆活動へと活躍の場を広げる。「自分はどんな希望や願望を実現したいのか」という問いが一変して、「自分はこの人生で何をすることを求められているのか」になり、“なりたい自分”から“なるべき自分”にというように、欲望・願望中心の生き方から、意味と使命中心の生き方にフランクルの発想はおおきく転換していくのであった。

フランクルはまた精神科医として、精神を病む人々に次のように説いた。「何らかの劣等感や葛藤、過去のトラウマなどは、それ自体病気・悩みの原因ではない」。悩みの原因は、いまの意識レベルの低さ（物事を悲観的に観ること）にあるとした。心に歓びがあれば、過去の出来事は気にならない、と説いたのである。

<事例 DVD 等>

オリンピックを問う／阿部詩の泣きじゃくりの是非
 円谷幸吉 享年27歳／オリンピック（第一のみち）の犠牲者
 競技のパラダイムシフト／シェイラー・ボーン、奇跡のレッスン
 ジャネット・リン／札幌五輪（1972）転んでニコリ
 仕事のパラダイムシフト／養老孟司氏『超バカの壁』より
 エゴの正体／I am better than you の世界 「白雪姫」より
 マザー・テレサの選択／神の啓示による、パラダイムシフト
 ビクトール・フランクル／3年間の地獄を経て考えついたことは、
 フランクル／『夜と霧』逆転の発想 なりたい自分からなるべき自分へ
 フランクル／満ち潮・引き潮の発想／今の悩みは過去のトラウマが原因か、
 NHK 特集 1986年「のぞみ5歳」全盲の夫婦が子育てを、
 冒険家のパラダイムシフト／8000メートルの登山中、食料を落としてしまう
 米映画「ハーフェルソン」／息を吸っては吐く、同じようでも毎回違う
 映画「パーフェクトティズ」／平凡な日常の中に歓びを感じながら生きる



円了のホームページ：www.enryo.jp