

「二」 次の文章を読んで、後の問いに答えなさい。

ストレスは体に無いということが常識になっている。ストレス学説の元祖ハンス・セリエはしかし、ある程度のストレスは「① 人生のスパイスのようなものだ」として、② 概にストレスを否定しているわけではない。

スパイス程度にしかストレスの効用はないのかと、かねてより疑問には思っていたが、幸福に関してのある討論会で、筋肉ドクターと自稱する整形外科の医師から「幸福の反対は安静です」というサラリとした発言があり、③ 「なるほど」と確信を持つことができた。幸福という抽象的な、Ⅰ 哲学的（省えない）問題に対して、極めて具体的な安静が対比されている、この先生のアンバランスな表現はたいへん新鮮で面白い。

ストレスには、筋肉に力がかかる肉体的なもの、イライラの元であるプレッシャーなど精神的なものがあるが、まず肉体的ストレスの大切さを考えてみよう。

介護保険が大赤字というニュースが新聞に出るけれども、赤字でも、介護される人がそれで幸福になるなら OK かも知れない。Ⅱ、筋肉ドクターの説によれば、筋肉の衰えを防ごうと思えば、なるべく筋肉を使うことを心がけるべきであり、安静にしていれば、筋肉はますます衰えるのである。つまり、介護イコール運動機能の衰えた高齢者をなるべく安静に、という方策の現在、④ お金を使って老人の体の衰えを助長している。⑤ すなわち、かえって老人をイジメていることになっているわけである。痛くてもしんどくても、無理に体を動かすことこそ大切だというのが人体のメカニズムならば、老人はいいやでも、とことん自分で身の回りのことをこなすように、（冷たく？）見守ることこそ高齢者のためでもあり、ほんとうの介護なのかも知れない。それで国の介護保険への支出が減れば、一石二鳥であろう。

宇宙飛行士は無重力状態で生活するのだから、筋肉には体重を支えるというストレスがかからない。その結果、筋肉や骨に回復不能のダメージが生じるので長期宇宙滞在はできない。我々はいつも体が重いのは厄介だと思っているけれども、それが厄介であること、つまりストレスがあつて不愉快であることこそ、体を健康に保てるように自然が設定したうまい工夫なのである。

結局、肉体的な健康のためには、ストレスは不可欠なのである。ジョギングとかスポーツジムとかで体を動かす健康法は、すべて筋肉にストレスを与えることなのだ、と理解すれば、これは当然のことであり、健康すなわち体のハビネスはストレスに頼らねばならないのである。精神も、それが脳の働きとすれば、肉体的ストレスと同様に、苦しい、きついという状態なしに、健康すなわちハッピーな状態に保てないであろうことは容易に納得できる。

「人生の楽しさは、消費する喜びプラス余暇の喜び、マイナス仕事の苦しみである」と提言した学者がいるが、このような思想が今の世の

中では広く受け入れられている。しかし、一歩下がつて考えれば、マイナスであるとされている仕事の苦しみ、いや、仕事に限らずとも、⑥ 消費と余暇とだけあつて苦しみがない人生なんて、とんでもないものであると気づく。

もっと考えを進めると、楽しみだけあつて苦しみのない人生が「人生」であり得るか、という疑問も出る。偉い人の自伝は、ほとんどが若いころの苦しかった体験の自慢話と、成功のきっかけの奇跡的なハプニングのストーリーである。若いころから恵まれて苦勞なしに成功した話は、読んで面白くないし、読む人はいない。Ⅲ そんな自伝はない。若い時の苦勞話は苦しいほど読者にうつけるのである。さらに考えをおし進めるなら、⑦ 「成功」しなくても、一生苦勞の連続であつても、苦勞できたことは幸せだった、という感覚も納得できる。

「安易な生活は清らかであり得ないのです……」というセリフが、ロシアの作家、チェホフの劇中にあるが、この言葉がすぐに納得できるのは、清らかでなくても安易な生活に溺れやすい我々の避け難い行動が、実は求めている幸福を選ざけているのだ、と心では理解できるためである。トルストイも、二十世紀の初めにインタビューに來た新聞記者が、文明は武器や快楽の具を作っただけでなく、人の労働を軽く、労働時間を短くすることにも貢献した、と述べたことに答えて、労働は善いことで、心身を健全にする非常に大切な事柄です、と述べている。

共産主義革命の元祖マルクスは、著書『資本論』に、革命の主要目的として労働時間の短縮を掲げているが、革命前の状況がひどすぎたにしても、⑧ 労働なくして幸福はないという面が、その後ないがしろにされてきている。仕事はストレスを伴うけれども、そのストレスは幸福のもとであることを、忘れてはならない。安楽に暮らしてきた人が必ずしも最生きでなくて、仕事をし続ける人が長寿である例をよく見聞きするが、「ストレスを伴う仕事は健康のもと」と、やはり言えるようである。

さらに精神的なストレスについて考えを進めると、喜びだけあつて悲しみのない人生はどのようなものだろうか、という問いが出てくる。カール・ヒルティの『幸福論』には、神を信じることを第一とするキリスト教的な幸福について書かれているが、そこにも、一生運よく喜びにつつまれて過ごし、ほんとうの悲しみを経験することのない人生を送る人には、どこか「ちつぽけで、平凡な感じがつまらない」、⑨ 老年になるとそれが「人相にまで現れる」と、書かれている。

幸福論とか、幸福について書かれた書物は、東西を問わず古來たくさんあるが、それらをできる限り集めて検討すると、人が生きていく上で誰しも求める「恋、富、名誉」への欲求をいかにして達成していくのかという問題が取り上げられ、それを「よりたくさん得る、得たそれらの喜びを持続させる、それらをいったん失い、苦勞してそれらを挽回する」というような幸福が書かれたものが多い。しかし、それらとひと味違い、「慰められることのない苦しみ、悲しみの中に、喜びの感情からは得られない幸福が存在する」ということが示されたり、述べられたものも、かなり多く含まれている。

⑨ 人の心を打ち、読んで教える得られるものは、そのような幸福論であることは誰もが認めると思う。悲しみは、人の心に最も大きなストレスを与える感覚であり、ほんとうの悲しみは、慰めることのできない悲しみである。人間にしかできない生き方は、ストレスなしには存在しない、と言えるようである。

人は皆、自分からは望むことのない「悲しみ」、すなわち最も大きなストレスをも幸せにつなぐ、不思議で、矛盾に満ちた、素晴らしい生きものであるらしい。

(新宮秀夫「儉約と幸福」による)

問一 — ☐ I ☐ II ☐ III に入る語として最も適切なものをそれぞれ次のア～エから選び、記号で答えなさい。

ア なぜなら イ だから ウ あるいは エ けれども

問二 — 線①「人生のスパイスのようなものだ」とありますが、この「ような」と同じはたらきをする「ような」を含む文を次のア～エから選び、記号で答えなさい。

ア カレーライスのような辛い料理は苦手だ。
イ 日差しがあたたかくて春のような一日だった。
ウ 今夜あたりは雨が降ってくるような気がする。
エ ショパンの曲のような美しいメロディーだった。

問三 — 線②「『なるほど！』と確信を持つことができた。」とありますが、どのようなことを確信したのですか。最も適切なものを次のア～エから選び記号で答えなさい。

ア ストレスの効用はあくまでもスパイス程度のものであり、それがあっても大きな影響はないということ。
イ ストレスを感じるようなことがあった方が、結果的には人生を幸せなものにできるのだということ。
ウ ストレスを取り除いて気分を楽にすることにより、人は初めて幸福になれるのだということ。
エ ストレスに対しては、身体を安静にすることが最も効果的な対処法であるということ。

問四 — 線③「お金を使って老人の体の衰えを助長している。」の「助長している」の本文中における意味として最も適切なものを次のア～エから選び、記号で答えなさい。

ア うながしている イ かくしている ウ 防いでいる エ 目立たせている

問五 — 線④「すなわち、かえって老人をイジメていることになっているわけである。」とありますが、どうしてですか。最も適切なものを次のア～エから選び記号で答えなさい。

ア 老人にとって、衰えた筋肉を無理に使われるのはつらいことだから。
イ 国の収入を増やすために、老人を介護して無駄なお金を使わせているから。
ウ 安静にさせることによって、かえって老人の筋肉は衰えていってしまうから。
エ 老人に身の回りのことを自分でやらせて、それをただ見守っているだけだから。

問六 — 線⑤「消費と余暇だけあつて苦しみがない人生なんて、とんでもないものである」とありますが、どうしてですか。最も適切なものを次のア～エから選び記号で答えなさい。

ア 今の世の中で楽しいことはかりして喜びだけを求めて生きるのは、都合がよすぎるからだと言えるから。
イ だれもがつらくて苦しい仕事をして生きているのであり、そこから自分だけ逃れることはできないから。
ウ 仕事をするというのは本来楽しいものであり、そこに喜びを感じられるのだということを手放すべきだから。
エ 苦しいものだと思うことが、実は人間の心身の健康になくてはならない非常に重要な要素であるから。

問七 — 線⑥「成功」しなくても、一生苦労の連続であっても、苦労できたことは幸せだった、という感覚も納得できる。」とありますが、どうしてですか。最も適切なものを次のア～エから選び記号で答えなさい。

- ア 苦しかった体験は自慢することでもできるし、それをもとにして面白い本を書くこともできるから。
- イ 若い頃から恵まれた環境で育って成功したとしても、そのことは他人から好ましく思われないから。
- ウ 安易な生活に流されなくて、苦労して生きてきたということが真に人生を豊かにするものだから。
- エ 清く正しい生活を送るということこそが、人生にとって本当の成功であるのだと言えるから。

問八 — 線⑦「労働なくして幸福はないという面が、その後ないがしろにされてきている。」とは、どういうことですか。最も適切なものを次のア～エから選び記号で答えなさい。

- ア 楽に生きることが幸せであるわけではないということが、見過ごされがちであるということ。
- イ 労働の条件があまりに悪すぎたために、つかみかけた幸福が遠のいてしまったということ。
- ウ 安らかに楽しく人生を送ることで、長生きができるのだと人は考えるようになったということ。
- エ 仕事のストレスが、人に幸福をもたらすことを信じられない世の中になってしまったということ。

問九 — 線⑧「老年になるとそれが「人相にまで現れる」とは、どういうことですか。最も適切なものを次のア～エから選び記号で答えなさい。

- ア 楽しいことだけして悲しい思いをしていない人の顔は、どこか面白味に欠けるということ。
- イ 困難な人生を生きていない人は、変化に乏しくて深みのない表情をしているということ。
- ウ 喜びに満ちた人生を送ってきた人は、幸せそうで魅力的な顔になっているということ。
- エ 不幸な人生だった人は、楽しそうにしている表情にどこか暗い影が見えるということ。

問十 — 線⑨「人の心を打ち、読んで教えるの得られるものは、そのような幸福論である」とありますが、「そのような幸福論」とはどのようなことですか。文中の言葉を用いて三十文字以内で答えなさい。

問十一 本文全体で筆者が述べている内容として最も適切なものを次のア～エから選び、記号で答えなさい。

- ア 望んでいないのに訪れる悲しみは人の心に最も大きなストレスを与える感覚であり、人を不幸にするものである。
- イ あらゆる精神的ストレスは人の人生から幸せを奪い去るものであるので、できるだけ取り除くようにした方がよい。
- ウ 悲しみのようなストレスを感じても、それを幸福につなげることができるのは人間だけが持つ特性であると言える。
- エ 失った恋や富や名誉といったものをいかにして取り戻すかということが、幸福になれるかどうかの分かれ目となる。

【三】次の①～⑩について、線の漢字はひらがなは、カタカナは漢字に直しなさい。

- ① この村は養蚕がさかんに行われています。
- ② この一年で著しく身長がのびました。
- ③ 失敗したばかりは苦悶するしかなかった。
- ④ 家具の置き方を工夫してみよう。
- ⑤ 先輩の言うことに背いてはいけません。
- ⑥ コウビンポストに手紙を投函した。
- ⑦ 図書館で本をかりました。
- ⑧ キャンプに必要な道具をトトロする。
- ⑨ ゼットアイゼツメイのピンチを切り抜けた。
- ⑩ 食糧をチヨゾウする。