

# フィンランドが幸福度ランキング3年連続世界1位のワケとは? これからを生き抜くためのフィンランド式生き方ガイドブック

刊行の  
お知らせ

## 世界一しあわせな フィンランド人は、 幸福を追い求めない



株式会社ハーパーコリンズ・ジャパンは3月22日、フィンランド出身で新進気鋭の哲学者がこれからの時代を生き抜くための『世界一しあわせなフィンランド人は、幸福を追い求めない』(フランク・マルテラ[著] 夏目大[訳])を刊行することを決定いたしましたのでここにお知らせいたします。

ある朝起きて、あるいは夜遅くまで働いていて、ふと「人生は無意味だ」——そう感じたことが、誰もが一度はあるはず。人生を「意味のあるもの」「幸せ」と感じるにはどうすればいいのでしょうか。本書ではフィンランド出身の若き哲学者であるフランク・マルテラがそんな人生の大きな課題にこたえてくれます。

著者は「幸せ」を追い求めることを人生の目的にせず、人生に「意味」を見出すことが重要だと説きます。実は人生の「意味」を見出す方法は、実は意外なほど簡単。本書は「幸せ」の源流から、「人生の意味」をなかなか見出せない理由、そしてこの複雑な現代社会で「人生の意味」を見出すために、いまぐ実践できる方法までを網羅し、まさに今を生き抜くための1冊となっています。

曇天続きの天気、人口一人あたりのヘヴィ・メタルバンド数第1位、「陽気な人も人の靴を見て話をする」というジョークがあるほど内向的といわれる国民性……にもかかわらず幸福度ランキング3年連続世界1位を獲得しているフィンランド。そんな国の哲学者が贈る人生を肯定的に捉え、意味あるものに変えることができるヒントが詰った自己啓発本、ぜひご一読ください。

「幸福度ランキング」発表のある3月まであと少し。著者インタビュー、書籍紹介等ご相談も受け付けております。お気軽にお問い合わせください。

### 【書誌情報】

『世界一しあわせなフィンランド人は、幸福を追い求めない』  
フランク・マルテラ[著]  
夏目大[訳]

発売日：2021年3月22日  
ISBN：978-4-596-55164-1  
価格：1,700円（+税）  
判型：四六並製  
頁数：248

## 【著者】 フランク・マルテラ Frank Martela

フィンランド出身。哲学者、心理学研究者。「人生の意味」の問題を専門に研究する。数多くの学術誌で精力的に論文を発表するとともに、ハーバード・ビジネス・レビュー、サイエンティフィック・アメリカン・マインド等の有力誌で一般向けの記事を執筆し、BBCでも紹介された。また、国民幸福度の専門家としてニューヨーク・タイムズ等のメディアにインタビューが掲載され、スタンフォード大学やハーバード大学を含む四大陸の大学で招待講演を行う。ヘルシンキ大学で哲学、アルト大学で組織研究の博士号を取得し、タンペレ大学で福祉心理学の教鞭を執る。アルト大学を拠点に幅広く活動中。

Photo ©Marek Sabogal



“フィンランド流の幸せを知る入門書だ”

——フィンランド大使館  
レーッタ・プロンタカネン報道・文化担当参事官

“目的を向かう旅の途中、何度も読み返したくなる”

——ダニエル・ピンク  
(『モチベーション3.0』著者)

“意味のある人生を生きることを手助けしてくれる機知に富んだガイドブック”

——エマ・セッパラ  
(『自分を大事にする人がうまくいく』著者)

“人生の最も壮大な疑問にやさしい言葉でこたえるユーモアと洞察力あふれた魅力的な本”

——ロイ・バウマイスター  
(『WILLPOWER 意志力の科学』著者)

## 【この件に関するお問い合わせ先】

株式会社ハーパーコリンズ・ジャパン  
一般書籍編集部 PR:金／担当編集:松下

TEL: 03-4213-0830 Email: press@harpercollins.co.jp