

## 第83号 「幸せの定義」

令和2年8月11日

「♪幸せって何だっけ何だっけ♪」というCMソングがありました。明石家さんまが歌って話題となった曲です。明石家さんまの座右の銘は「生きてるだけで丸儲け」らしいですが、不遇な幼少時代を過ごし、弟を火事で亡くしてしまった心の叫びだとも言われています。我々は生きていること自体が幸せだと頭ではわかっているつもりでも、それを実感するという事は少ないのかもしれない。幸せって何なのでしょう。まさに「♪幸せって何だっけ何だっけ♪」です。

私事ではありますが、ちょうど1年前の8月11日、長男が結婚しました。結婚式と披露宴はその半年後に行いましたが、その際に多くの人たちから祝福される息子夫婦を見て、これまで味わったことがないような幸せを感じました。私は、幸せは他者から与えられるものではなく自分で掴むものだと考え、今まで頑張ってきたつもりです。しかし、息子夫婦からもらった幸せのあまりの大きさに、自分でも驚いてしまいました。「自分のことのように」という表現をしますが、「自分のこと以上に」幸せを感じたのです。幸せに限らず、ある程度の年齢を過ぎると、周りに影響を与えるよりも自分が影響を受けることの方が多くなっていくのかもしれない。これが老いるということでしょうか。そうだとするならば、私はもう少し老いに抗って生きていきたいと思っています。

幸せの定義は年齢とともに変わるという分析もあります。10代では自分の目標を探す中で新たな発見をすることが幸せである。20代では自分にもできると確信できたときに幸せを感じる。30代では家族や健康等とのバランスに幸せを感じる。40代では自分という存在が周りに及ぼす意義を見出した時に幸せを感じる。50代以降は人生を味わい楽しむことに幸せを感じる。この分析によると、私は今、人生を味わい楽しむことに幸せを感じている年代だということになります。残念ながら、人生を味わうほどの余裕がないのが現実です。

幸せのかたちは、年齢だけでなく、一人一人の価値観によって当然異なります。物にあふれた生活の中に幸せを感じる人もいるでしょう。物はなくても心が満たされていることに幸せを感じる人もいるでしょう。何が正解とは言えません。その人自身が幸せだと感じるなら、それが幸せのかたちなのです。

現代は情報化が進み、人工知能は驚くほどのスピードで進化しています。ネットで簡単に情報を収集でき、人工知能によって最善の選択を提示され、すべてを信じて行動に移す。確かに便利で楽なことかもしれません。しかし、これが本当に自分の求めている幸せなのかは、その都度振り返ってみる必要があるのではないのでしょうか。自分を見失わないためにも…。