

第1回 「幸せ」とは

私たちはよく「幸せになりたい」とか「幸せな人生を送りたい」と言いますが、そもそも「幸せ」とはなんのでしょうか。「偉くなること」、「お金持ちになること」、「美味しいものを食べること」、「旅行すること」などなど・・・「幸せ」の内容は人それぞれであって、専門用語のように一義的な定義があるわけではありません。

ただ、多くの人が言う「幸せ」はたいてい「いま持っていないものを手に入れること」という点で共通しているように思われます。つまり幸せを「今の自分にはないもの」に求めているのです。確かにいま持っていないものを手に入れるために自分を成長させようと前進していくことはとても素晴らしいことです。

しかしその一方で、私たちは自分がいま持っているものに幸せをあまり感じなくなってる気がします。「自分が健康であること」、「家族や友人が元気であること」、「毎日ちゃんと食事ができること」、「自分の好きなことができる時間を持てること」・・・どれもあるのが当たり前すぎて、それがあるから幸せとはあまり感じません。

でも、この当たり前とと思っていたことがある日突然なくなったらどうなるのでしょうか？自分が病気になったり、家族や友人が亡くなったら・・・想像したくもないですね。これまで当たり前だと思っていただけに受けるショックは相当なものです。

私がここで言いたいのは、幸せには2つの側面があるということです。1つは「持っていないものを手に入れること」、もう1つは「持っているものを持ち続けられること」。悲しいことに、私たちがいま持っているものは失うときが必ずやってます。だからこそいま当たり前のものとして持っているものを持ち続けていられることに幸せを感じながら毎日を生きていくことが大切なのではないのでしょうか？そう考えれば、日常の何気ない時間がどんなに貴重なものか分かるはずですよ。

学生の皆さんにはそんなことを考えながら本学での学生生活を送っていただけたら嬉しいです。