

しあわせって何だっけ

渡辺圭一郎

奨励者紹介〔わたなべ・けいいちろう〕

日本キリスト教団 香里ヶ丘教会 牧師

ファリサイ派の人々が、神の国はいつ来るのかと尋ねたので、イエスは答えて言われた。「神の国は、見える形では来ない。『ここにある』『あそこにある』と言えるものでもない。実に、神の国はあなたがたの間にあるのだ。」

(ルカによる福音書 17 章 20-21 節)

1) しあわせって何だっけ

本日は説教題を「しあわせって何だっけ?」というタイトルにしました。以前、明石家さんまさんが「しあわせって何だっけ、何だっけ?」と歌うキッコーマンのコマーシャルがありました。会社のコマーシャルですから「しあわせって何だっけ」のあとに「ポン酢醤油がある家さ」と続くのです。この CM ではポン酢醤油が家にあることが「しあわせ」と歌われているのですが、皆さんは何があることを「しあわせ」と考えられるでしょうか。

興味深いアンケートがありました。2022 年に男女 500 人を対象にした「普段どのような時に、しあわせを感じますか?」というアンケートでした。1 位は男女とも同じであり「おいしいものを食べるとき」でした。2 位は「趣味の時間を楽しむ時」、そして 3 位は「旅行・温泉に行ったとき」と続きます。そして 5 位と 6 位に「家族団らんの時」「パートナーと共にいる時」と続きます。

上位の 1~3 は、確かにそうですね。「美味しいものを食べる」時は心が満たされますね。「旅行・温泉に行く」と心が晴れますし、「趣味の時間」は時を忘れて没頭してしまうものです。でも、この 1~3 は長続きがしない、ある一定期間の「しあわせ」のように思います。なぜなら、このアンケートには「あなたは今、しあわせですか?」という質問の結果も記されていて、今あなたは幸せですか?と聞かれて、「はい」と答えたのは男性では半部以下の 46%、女性でも半分以下の 49% であったのです。つまり日本にいる半分以上の人は「しあわせ」を普段感じていないというわけです。きっと一度は「美味しいものを食べた」こともあるでしょうに……それはなぜでしょうか?

2) 「しあわせ」についての研究

ハーバード大学が進めている成人発達研究の調査として興味深い研究があります。ハーバード大学卒の男性たちと、ボストン育ちの貧しい男性たち、この 2 つのグループ(約 700 人)の追跡調査を、75 年にわたって対象者の幸福度と要因について調べていったのです。この研究では、何がその人にとって「幸福」を感じる要因となっているからが調査されたのです。

すると結論は、「家柄、学歴、職業、家の環境、年収や老後資金の有無といったこと、それはその人の幸福度、健康と直接的に関係はないと言う結果が出たのです。私たちの多くのは、「学歴」が高ければ幸せになれるんじゃないか、安定した職業に就ければ幸せになれるんじゃないか、年収が多ければ幸せになれるんじゃないかと思いがちですが、しかし、研究結果では、それらは直接的に「幸福」とは関係しないことが明らかになったのです。

3)「しあわせ」と人間関係

では、何が「幸福」と直接関係したかということ、それは「人間関係」だったのです。対人関係がうまくいっている（信頼できる人がそばにいる）状況では、緊張がほどけて脳が健康に保たれる、心身の苦痛がやわらげられる効果が見られた一方、孤独を感じる人は病気になる確率が高く、寿命が短くなる傾向も見られました。

そのように、この研究結果は「私たちの幸福と健康を高めてくれるのはいい人間関係である」と結論づけているのです。「しかも、友人の人数は関係なく、たった一人でも心から信頼できる人がいるかどうかが重要だ」ということがわかったそうです。「お金持ちになれば幸せ」であるとか、「ステータスの高いパートナーがいれば幸せ」であるとか、そんなことは一切ないということなのですね。皆さんはこの研究結果を聞いてどのように感じられたでしょうか。「お金」「地位」「名誉」そういうものは直接的に「幸福」とは関係しないと知って驚かされている方も多いのではないのでしょうか。

4)わたしたちの「神の国」

皆さん、今、大学生活を送られています。大学生活の素敵なのは、様々な人たちとの「出会い」があることです。学部や学科の友や先生、サークルや部活の仲間や先輩、アルバイト先と一緒に働く人たちとの「出会い」……そういう多様な価値観や性格をもつ人たちとの出会える可能性が沢山あります。このチャペルアワーでも、様々な講師の話を聞ける出会いが毎回備えられています。そういう「出会い」の中に、もしかすると、皆さんの人生に「幸せ」を添えてくれる、素敵な人との出会いが待っていることもあるでしょう。

イエス・キリストは、「神の国」はどこにありますか？という問いに対して、こう答えています。「神の国は、見える形では来ない。『ここにある』『あそこにある』と言えるものでもない。実に、神の国はあなたがたの間にあるのだ。」と。「神の国」ということを、今日は私たちにとって本当に「幸せ」と感じられるところと、読みたいと思います。

あなたの人生で本当に幸せと感じられるものは、「ここにある」「あそこにある」という、そういう「物」や「場所」ではなく、あなたとわたしの間にある、人と人との出会いの「間」にあるとイエスは語りました。どうぞ、ほんの少し、人との出会いに「大切な」何かがあると思って歩みだしてください。大学での小さな「出会い」の種が、やがて、あなたの一生を豊かにする、「大きな木」に成長することとなるでしょう。