

## 【特集】人生・生活・社会の「幸福／well-being」を考える

—現代行動科学会第35回大会テーマセッションから—

### 拝啓この抄録読んでいるあなたはどこで何をしているのだろう

熊谷星臣（フリーライター）

岩手大学を、行動科学をあとにしたあの日からまもなく2年経とうとしている。その卒業後の人生がいかにほどであったか、どのように歩んできたか、名前の横に不似合いに添えられた肩書をもって察していただきたく思う。現代行動科学会に足を運ばれた方にはいくら詳しく話したつもりでいるが、仕事のことを偉そうに語るにはまだまだ尻が青い。しかし、行動科学20代を代表して本テーマセッションに呼んでいただいた身である。こと人生においては24年も波乱に満ちた時を過ごしてきた。わずかながら幸福について語らせていただくことにする。

私は幸福とは人のために生きることだと捉えている。そして、ただただ自己犠牲の献身のような人生ではなく、そこに迷いがなく、心から正しいと信じていることが本当の幸福であると考えている。

思えば、幼き頃より人を喜ばせること、楽しませることが何よりの幸せであり、そのことを念頭に置き自己満足的に行動してきた。綺麗事のようなものではあるが、言うなれば人の笑顔が自分の笑顔、といったところだ。

加えて最近は何かに所属すること、何かを任せられること、何かを守らなければならないことなど、「役割感」のようなものを実感して日々生活していくことがどこか幸福やウェルビーイング（よい状態）につながるのではないかと考えるようになってきた。

その「役割」の中で、人を喜ばせること、楽しませることというのは決して最優先事項ではなく、だからこそその凄さ、意義を再認している。それをどうにか仕事にしていくのか、あくまで人生のオプション程度にとどめて行動するのか、個人的には最大の悩みであり、模索しているところである。

以上より、あらためて幸福とは人のために生きることだと考える。人を喜ばせたり楽しませたりすることも、「役割」をもって生活することも、いずれも人のために生きることだと言えるのではないだろうか。突き詰めれば自分のために生きることが人のために生きるということになるのかもしれない。エゴイストのように自分のために生きること、そこに迷いも、偽りもないこと。そのことが結果として人のために生きることとなり、社会の幸福になるのだろう。

24年の人生において考えが変わったり、新たな価値観が現れたりしていることから、「幸福」が明確な形を持たずに変化していくことは自明であろう。ましてや今後の人生において「役割」が増えていくことは想像に容易い。それらの変化に柔軟に対応することで、この社会を生き抜くヒントのようなものを見出せるかもしれない。

拝啓この抄録読んでいるあなたが幸せな事を願う。