

私たちは普段、「幸せになりたい」という言葉を何気なく口にする。

将来の夢を聞かれた子どもが「好きな仕事に就きたい」と答えるとき。また、「お金持ちになりたい」と答えたとき。あるいは大人が、「健康で暮らしたい」「家族と仲良く過ごしたい」「仕事で成功したい」などと口にするとき。それらの願いの先には、多くの場合、「幸せになりたい」という共通した思いがある。ところが、「幸せとは何か」と改めて問われると、意外に答えるのが難しい。なぜなら、幸せは目に見える形を持たず、人によって感じ方が異なるからである。例えば、試験で目標の点数を取れたときに幸せを感じる人がいる。一方で、休日に家族とゆっくり食事をしている時間に幸せを感じる人もいる。また、スポーツで良い成績を収めたときや、困っている人を助けることができたときに喜びを感じる人もいるだろう。このように考えると、幸せには一つの正解がないように思える。それでも多くの人が幸せを求めて生きているのはなぜだろうか。

人間は本来、自分の生活をより良いものにしたいと願う存在である。空腹であれば食べ物を求め、疲れば休息を求める。危険を避け、安全な場所で暮らしたいとも考える。こうした基本的な欲求が満たされることで、私たちは安心感を得る。しかし興味深いことに、人間は生活に必要なものがそろった後も、さらに別の幸せを求める。住む場所があり、毎日の食事があり、健康にも大きな問題がないとしても、それだけでは満足できないことが多いのである。たとえば、新しい服や携帯電話を買ったときを思い浮かべてほしい。手に入れた直後はとてもうれしく感じる。しかし、その喜びは次第に薄れ、やがて当たり前になってしまう。そしてまた別の新しいものを求めることがある。これは人間が環境に慣れる性質を持っているためだと考えられている。

そのため、幸せは単に物を手に入れることだけでは手に入らない。もちろん、お金は生活に欠かせないものである。十分な収入がなければ、

食事や住居、教育や医療を確保することも難しい。しかし、お金そのものを持っていることが幸せではなく、お金によって得られる安心や自由が人を支えているのである。

また、ある人は高い収入を得ていても、仕事に追われて家族との時間を持たず、孤独を感じるかもしれない。一方で、決して裕福ではなくても、自分の好きな仕事に取り組みながら穏やかな生活を送る人もいる。このことは、幸福がお金だけで決まるものではないことを示している。

昔からよく知られているたとえ話に、漁師と旅行者の話がある。旅行者は、海辺で休んでいる漁師に「もっと働けば、もっと魚が取れてお金が増える」と言った。そして、「さらにお金をためれば大きな船が買え、もっと豊かになれる」と続けた。すると漁師は「その後はどうなるのですか」と尋ねた。旅行者は「十分なお金がたまれば、ゆっくり休んで自由な時間を過ごせるようになる」と答えた。すると漁師は、「私は今、まさにその生活をしているのですが」と言ったという。この話が示しているのは、人それぞれ幸せになる方法が違うということである。旅行者にとつては財産を増やすことが幸せへの道であった。しかし、漁師にとっては自然の中で穏やかに暮らすことが幸せだったのである。

ところで、現代社会では、他人との比較によって幸せを判断する人が少なくない。特にSNSでは、多くの人が成功した出来事や楽しい瞬間を発信している。そのため、自分だけがうまくいっていないような気持ちになることもある。しかし、私たちが見ているのは、その人の人生の一部にすぎない。誰にでも悩みや苦労はあるが、それらは画面には映りにくい。他人と自分を比べ続けていると、自分自身の良さや価値を見失ってしまうことがある。

人生は庭づくりに似ている。ある人は美しい花を育てるかもしれないし、ある人は大きな木を育てるかもしれない。花と木では成長の速さも必要な手入れも異なる。どちらが優れているということではない。それぞれに価値があるのである。人生も同じである。学問に打ち込む人もいれば、スポーツに力を注ぐ人もいる。芸術を愛する人もいれば、人を支える仕事に生きがいを感じる人もいる。それぞれが異なる目標を持っている以上、単純な比較で幸せを決めることはできない。

では、人はどのようなときに深い幸福を感じるのだろうか。多くの場合、それは人とのつながりの中で生まれる。家族や友人との信頼関係、誰かに必要とされているという実感は、人の心に大きな安心感を与える。運動会や文化祭で仲間と協力して目標を達成した経験を思い出せば、その喜びが単なる結果以上のものであったことに気づくだろう。

また、人は成長を実感するときにも幸せを感じる。最初はできなかったことが、努力を続けた結果できるようになったとき、大きな達成感を得る。スポーツや勉強だけでなく、楽器の演奏や絵画の制作などにおいても同じことが言える。登山を例に考えてみよう。山頂にたどり着くまでには苦しい坂道や険しい道がある。しかし、多くの登山者はその苦勞を引き受けても山を登る。それは、頂上からの景色や達成感に価値を感じるからである。つまり、幸福とは単に楽な状態ではなく、自分が意味を感じる目標に向かって進んでいる状態でもあるのである。

もちろん、人生には苦しみもある。病気や災害、大切な人との別れなど、自分では避けられない出来事もある。そのようなとき、幸せについて考えることは簡単ではない。しかし、多くの人は困難な経験を通じて新しい価値観を得る。病気を経験したことで健康のありがたさを知る人もいる。失敗したことで人の優しさに気づく人もいる。苦しみそのものは望ましいものではないが、その経験によって人生を見つめ直すことがあるのである。

幸福とは、他人との比較によって得られるのではなく、自分が大切だと思う価値を見だし、それを育てながら生きていく中で感じられるものなのである。幸せは遠い場所にある特別な宝物ではない。家族との会話、友人との笑顔、目標に向かう努力、誰かへの感謝の気持ちなど、日々の生活の中にも存在している。だからこそ私たちは、自分にとっての幸せとは何かを考えながら歩み続けることが大切なのではないだろうか。

問一 傍線部「私たちは普段、「幸せになりたい」という言葉を何気なく口にする」とありますが、本文では「幸せ」とはどのようなものであると述べていますか。一二〇字程度で説明しなさい。

問二 あなたにとっての「幸せ」とはどのようなものですか。具体例を交えて六〇〇字程度で自由に述べなさい。

問一（模範解答例）

「幸せ」は、お金や物の多さ、他人との比較によって決まるものではなく、人とのつながりや成長、努力の過程などの中で、自分が大切だと思う価値を見つけ、それを実現しながら生きるときに感じられるものだということ。