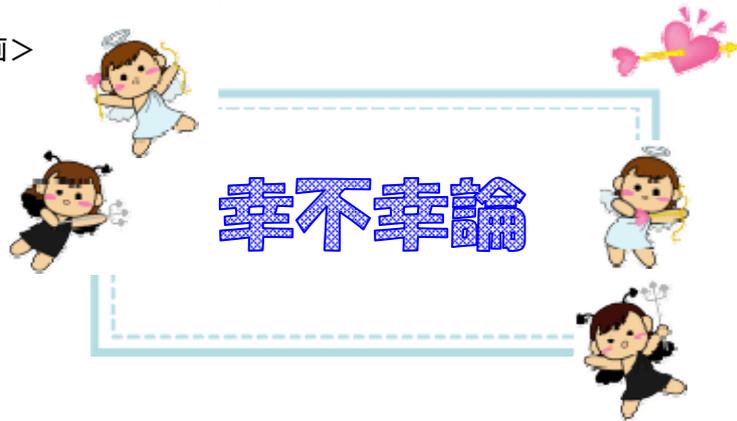


<矢澤さん企画>



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

幸福な一日



ウ〜〜ン！、ハッ、ホッ、グ〜〜ッ・・・

目覚める時布団の中でストレッチをするのが習慣になった。枕もとの時計を見ると6時を少し回ったところだ。もう目覚まし時計のお世話にはなっていないがやはり枕元に時計を置いておくのはサラリーマンだった頃の習性だろうか。今日も良い天気だ。高度が低く水平に差してくる太陽の爽やかな光は神様が人間に与えてくれた偉大なプレゼントの一つである。今朝も渡辺貞夫を聞きながらクロワッサンサンドを入れたてのコーヒーと一緒にいただく。



朝の爽やかさの要因で忘れてならないのは、昨日の事が体に残っていない事だと思う。酒は勿論、食べたものも、心を煩わせた事も一切残っていない。程よい空腹感こそ爽やかな朝の重要な要因だ。飽満感は幸福の大敵だ。

午前中は知的生産活動に当てる。エッセイを書いたり、資産運用のため株の研究をしたり。午前8時から正午までの時間は充実した時間だ。誰から指示されたわけでもない。私が私に課した仕事をする。20代人生は義務だった。仕事とはお金を稼ぐ事だった。自分が何をやりたいかも正確には分らなかったし、何かをやりたいために仕事を選んだわけではない。サラリーマンが一番安易なお金儲けの手段だった。サラリーマンも30年以上やって、少しずつだが自分が何をやりたいかも分ってきた。今こそ自分のやりたい事のために時間を使う。



午後は午前の仕事のための情報を仕入れる時間だ。図書館で調べ物をしたり、博物館へ行ったり、街の探索を行ったり、夕方から夜は主に読書と音楽鑑賞に当てている。ブランドーを片手に静かに時間を過ごす。今夜のBGMは宗教音楽にしようか、チェロソナタにしようか。

幸福な一週間

ウ〜〜ン！、ハッ、ホッ、グ〜〜ッ・・・

今日は何曜日だっけ。会社を辞めると曜日の感覚がなくなる。

7日という曜日は人間のリズムにどれだけ本質的な意味を持っているのだろうか？



確かに社会生活は学校も会社も西洋人が発明した一週間という概念にそって動いている。今社会の規範から解き放たれた私は、しかしやはり一週間に自分のリズムを求めている。時たま何もかも忘れて泥酔したい時はやはり金曜日か土曜日だ。週末には子供達が我が家に集まってくるケースが多いことと、翌日が二日酔いを醒ますのに適しているからだ。外に出ないで家でブラブラするのに土日は向いている。テレビの番組も一週間のニュースをまとめて流してくれ、私の好きな囲碁将棋の番組も土日に集中している。



平日は多くのサラリーマンや学生が会社や学校に釘付けされている関係で社会の様々な場所が空いているので、エッセイのネタを探しに博物館や美術館をうろついたり、街の探索するのに使っている。二週間に一回町営のプールで水泳を楽しむようになってから風邪を引かなくなった。それも平日なら貸し切り状態でのんびりゆったり泳げる。社会規範から自由になってからは、街の探索、図書館、博物館、映画、水泳、テニス、温泉、HomePage 作り、等を替わりばんこに楽しむようになった。暇を感じる暇がない。

幸福な一ヶ月



ウ〜ン！、ハッ、ホッ、グ〜ッ・・・

給料は入らないが、クレジットカードの決済日だけは要注意だ。月を意識するのはその日と映画の日の一日だけ。一週間は人工のものだが、一ヶ月は神が創ったものだ。月が満ちて欠け、また満ちるのが丁度一ヶ月。恐らく地球上の生物の DNA には一ヶ月のリズムが刻み込まれているに違いない。しかし人間社会において一ヶ月は一週間ほど重要な地位を占めていない。



今の私にとって一ヶ月とは4回から5回の一週間でしかない。それでも毎月必ずやる事がある。1日に映画を見に行く事、友人とのオフ会、そして日帰りで少し遠出をする事だ。

幸い集まって談笑するのが好きな友人の輪がいくつかある。それは何物にも替え難い財産だ。家族との団欒では得られない刺激を与えてくれる。

月に一回の小旅行も楽しい。その地の歴史を訪ね、自然を楽しむ。歴史の知識を仕入れるのは私の役割、自然について調べるのは妻の役割になっている。朝早い時間に車を準備し、弁当を作って妻と出かける。弁当を用意するのは余計な出費を抑えるためと屋外での食事を楽しむためだ。経済的自立のためにはあらゆる努力を惜しまない。それにたまにする屋外で公園の木陰を見つけてする食事は気持ち良い。天気が良い時には屋外で食事が出来る様に車の中にはちょっとしたテーブルと折りたたみの椅子が用意してある。

幸福な一年



健康で暮らせる一年。家族の誰も大きな病気もせず、大きな事故も無かった。台風や地震の被害に遭うこともなかった。無病息災を感謝する期間としてやはり一年というのは最適の時間だ。毎年初詣では過ぎた一年の無病息災を感謝し、来る一年の無病息災を願う。

両親が無くなってから郷里の家が空家になった。現在の家も子供達の関係で空けるわけにいかない。半年ずつ二つの家を行き来することになった。二つの家の行き来の際には

途中一週間くらいかけてゆっくり車で立ち寄りしながら普段行けない街を楽しむ。
 僕が郷里に帰っている時期に遠路友人が訪ねてきてくれた。久しぶりの話しに酒が進む。
 「酒、知己に逢わば千鐘も空し」。経済的自由を得たらお互いの郷里で語り合おう、とは
 僕がサラリーマン時代に知り合った人達と約束したことだ。来年の春には今度は僕が
 東北にある友人の郷里を訪ねるだろう。

2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？

不幸な一日



二日酔いで頭が痛い。もう十時を過ぎているというのにまだ起き上がる気力がない。気が付けばもう昼過ぎ。日が西へ傾き始めている。この歳になってあまり先がないというのに無為に過ごす日はたまらなく心が朽ちる。ところが何かをやろうと思っても体力も気力も出ないのだ。そしてそういう自分をごまかす様にまた酒に逃げ込んでしまう……

不幸な一週間

何事にも関心がない。テレビでドラマを見るのは昔から嫌いだった。ドキュメンタリーも自分と関係ない世界の出来事だ。ニュースにも心が動かない。隣町で起こった殺人事件すらまるで他人事のように思える。体が死ぬ前に心が死んでしまったようだ。こんな調子だと絶世の美女が僕に向かって秋波を送ったとしても胸はときめかないのではないか？

不幸な一ヶ月



ひもじい。もう食べるものがない。昨夜はまだ一合残っていた米びつの中は今日ついに空になった。食べ物を買おうにももうお金も尽きた。服はあるが昔の様に質屋が引きとってくれるわけでもない。年金が振り込まれるのはあと何日先だろう。子供に頼めば少しの食料を分けてくれるかもしれないが、それを頼む位ならあと数日空腹を我慢しているほうがまだましだ。

不幸な一年



目が段々見えなくなった。眼鏡をかけても本の中の細かい字が読めない。ビデオや DVD を見てもストーリーを理解するのに足るだけの画面理解ができない。目がこんな調子だから足腰もめっきり弱って外に出ることも出来ない。生きる事は権利なのか義務なのか？

無駄な時間

僕は無駄が大嫌いだ。家族が物を無駄にしていると腹が立つ、無駄なお金は使いたくない、そして人生で何より大事な時間を無駄にしたくない。時間を無駄にするとき、イライラが昂じる。例えば以下のような時だ。



仕事がダラダラと続いて思うようにはかどらない。もっとときばき出きるのに。会議がダラダラと続いて結論が出ない。いったい何を議論しているんだ。
 本来ならやりたくない事だけどやらなきゃいけない。それを早く済ます方法があるのになかなかかどらない。

無駄を考えると次ぎのようなことになろうか。

無駄な物：その物に期待されている効能を発揮しなかった物。食べられずに腐ってしまっ

た食べ物。好みがあわなくて着られなかった服。

無駄なお金：そのお金を使って買った物が無駄な物になったお金。

無駄な時間：その時間にある効能を期待していてそれが実現しなかった時間。

ないしは目標達成のため予想以上に費やされた時間。

無駄な空間：これは結構難しい。一見無駄な空間が実は一番大切な空間であったりする。

教会の高い天井など、実質的な効能はないかも知れないが、それがなければ教会の本来の意味が果たせない。強いて空間の無駄と言えば、無駄な物を置いておく空間とでも言おうか。

だから無駄をしないための対策は以下のとおりであろう。

物を無駄にしない＝その物を使い切る。ボールペンを使い切った時の快感。鉛筆や消しゴムはいつ使い切ったか分からないので困る。いや世の中の殆どのものがそうかもしれない。パンツだって靴だっていつ使い切ったか分からない。

お金を無駄にしない＝そのお金で買った物が無駄にならない。無駄な物を買わない。無駄な時間（サービス）を買わない。お金は買った対象物で無駄かどうか判断される。無駄なお金を使わないコツはお金を使わないことだ。お金を使わない限り絶対に無駄にはならない。だがそれはお金を持たないことと同じことだ。お金を使い切らずに死んでしまったらそれが一番の無駄になるという何とも皮肉だ。

時間を無駄にしない＝目的を出きるだけ短い時間で達成する。人生の目的が何であるか知らないが夭折した天才たちはもっとも時間を無駄にしなかった、ということか？なんか違う気がする。出きるだけ時間をかけてやった方が良く、と言う事があって、多分それが僕らに一番大切な事なんだろうと思う。人生を生きる事がそうだし、家族の団欒もそうだし、SEXだってそうかも知れない。時間効率を考えたり時間を無駄にしたくないと思うような事は多分つまらない事なのだ。



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

これは単純そうで大変難しい設問です。本来なら短期の幸福、長期の幸福の定義付けを行って、この設問に答えるべきでしょう。が、うさおは元来がずぼらな性格なので直感で答えちゃいます。

幸福な一日



今まで気難しそうな上司や社長が気さくに肩を叩き、「うさお君、ご苦労様。」と言いつつ、すたすと廊下を去っていったとき、「あっ、名前を覚えていてくれていたんだ。」って思える瞬間。または、ちょいをつんとした社内の女子が「お疲れ様です。」って声を掛けてくれた瞬間。(名前は言われなかったけど・・・)

幸福な一週間

探し物をしていて、どうしても見つからなかったものが机の陰辺りから見つかったとき。

無くした物は別に如何でもいいんだけど、すごく気に掛かる。見つかるると何かすごい得をしたようで、その週くらいは幸運な1週間かなって思えるとき。

幸福な一ヶ月



何かやることなすこと順調で、お客さんと話をしている口が滑ったときでも相手が勝手に良いほうに解釈して更に関係が深まったり、長い間よく理解できなかったパソコンの設定が思いつきで入力したら、さくさく動くようになっちゃったときなど、幸福感が持続しているように思えるとき。

幸福な一年



子供が生まれちゃったり、犬を飼っちゃったりして、誰も居ないときに世間の愚痴を彼らにぼそぼそと言えるとき。しかし子供の場合はこれも期間限定で言葉を覚え始めると、オウムのように誰かに喋り始めるといけないので、一年で止めておいたほうが無難だ。犬はそのうちこちらの言葉を理解するように、小首を傾げて目をそらさずに見つめてくるので、なにやら心が痛んで喋れなくなり幸福な一年間が終わってしまう。

2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？

不幸な一日

結構信頼していた人から、誤解をされたとき。誤解を解くのに言葉を紡ぐのをこの歳になると嫌だし、結果、口を噤んで過ごす一日。

不幸な一週間



急いでいたので、ビルの入り口のガラス扉に気がつかず、激突し目の周りに隈をつくってしまい、「私はどじですっ！」って看板を一週間背負って歩かなければならないとき。
(不幸というよりは不愉快な一週間)

不幸な一ヶ月

一瞬の気の緩みから車をぶつけてしまい、あの時なんでブレーキを踏まなかったんだろうって思って過ごす一ヶ月間。自動車屋に早く持って行って貰いたいのに、「いま、建て込んでましてね」と自分の後悔の種を毎日、目の当たりされている一ヶ月間。

不幸な一年



自分が不幸だって思えるときを実感することはあまり無い。生きていくのに精一杯。後から振り返ってった時に、「あんときゃあ、不幸のどん底にいたなあ」って感じる時がある。不幸のときはどうやってこの不快なときを過ごそうかと、数を数えたり、意味の無いパズルに熱中したり、読んでも暇の無い本を読んだり、代償行為を繰り返している一年間ということかな。組織の中にいる自分が孤立したときも後で不幸を感じるかな。

3) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？

①基本的に一人で居るのが好きなおは、「一緒に帰りましょう」って隣に座られ一時間も長話をさせられたとき。



②数人の会話の輪に入って行けないとき。

③ひとつのことをただ行うのは嫌なので、例えば食事のときに TV や漫画を読む。トイレのときに本を持ち込む。パソコンでダウンロードしている間の時間をゲームをして

いるなど、並列して行っている。作業の効率化だ。歯を磨くときに手を動かすだけでなく、顔まで動かすと半分の時間に短縮できる。寝起きに片手、片足を上げると掛け布団が半分に折ることが出来る。更に体を起こすと布団が1/4に畳めるので、すぐに仕舞うことが出来る。これらが出来ない環境下でダウンロードなどの時間が過ぎるのを黙々と待っているとき。



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

幸福な一日とは、朝から「今日は何をしようかな？」と考えられる一日です。ゆっくりと時間を使え、できれば良い天気でありますように (^^)

幸せな一週間、日常を離れ、外国の知らない場所を移動しています。気候が温暖で、景色や食事に不便を感じない一週間、毎日が充実しています。



幸福な一ヶ月、次の仕事までの間、自由に使える一ヶ月があれば十分です。絵を描いたり、旅行したり、気の向くまま好きな事をします。どちらかというと、やはり非日常的な時間の継続です。



さて、問題は「幸福な一年」です。今までの経験からは、中々類推ができません。仕事に打ち込んでいた一年、新婚時代の一年、どれをとっても『幸せ』というイメージではありません。



毎日が充実し、胸のときめくような恋、でもこれも1年続ける事は難しい (^^) これをやり遂げたら「自由になる！」というプロセスを味わう事があれば多分「幸せな一年」を実感できるのでしょう。



2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？

これは簡単そうですね！先ほどと逆の考え方をしてみます。不幸な一日は、天気が悪く、する事が目一杯決まっています。自由な時間など、全くありません。でも、これって殆どの人に当てはまりそう・・・？



では、もっと不幸な事を考えてみましょう。

予定が一杯詰まっているのに、急に体調が悪くなり緊急入院しました。その間に、火事で類焼し家族も怪我して入院、最悪でしょうね (^^; 社会的な信用も失い、病状も良くなりならず、火災保険も掛けていませんでした。悪い事って、重なると一日で何でもありません！不幸な一ヶ月、これも不幸な一日が一ヶ月続くとすれば・・・えらい事になりそうです。命が幾つあっても足りません (^^; 牢屋に一ヶ月入っていた方がましでしょう。

不幸な一年、これは日常茶飯事です。毎年、「今年一年は不幸だった」の繰り返しです。では、過去の何時ごろの一年が最悪だったのでしょうか？すぐに思い当たるのが高校生活二年目です。



成績はガタ落ちで志望校も決まらず、好きだった科目にも力が入らず、「どうにでもなれ！」と開き直っています。映画を見たり、恋愛をしたり、クラブ活動に没頭したのもこの頃・・・

原因は、たった一つの小さな出来事（しばらくは気が付きませんでした）



この頃から、人間嫌いの芽生えが始まったのでしょうか（^^；「好きだった科目」の先生に裏切られ、「何も信用できなくなった！」

「心の問題」とは、長く影響を及ぼすもんです。『総理！』、決して「個人の問題」で片付けられるとは思いません。

外交問題で言えば、この一年ほど「最悪な一年」はありません。

3) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？



約束の時間を間違えて待たされる時間ほど無駄なことはありません。相手が「悪かった」と思っていれば、多少の反省を込めて、学習効果があります。場合によっては、お詫びの気持ちが伝わってきます。原因が分からず、単に「ゴメン、ゴメン！」で済まされる時間・・・気持ちのすれ違いは、こんな所から始まります。

納得できない理由でただ待たされる時間、“全く無駄な時間”です。

タツノオトシゴより、短時間コメントでした。



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

起こったどんな出来事にも、前向きな意味付けを与えられるとき



幸福な一日＝空腹、眠いなどの基本的な欲求をちゃんと感じられること

幸福な一週間＝自分を必要としてくれる人の存在を感じられる時間が一瞬でもあること

幸福な一ヶ月＝大切な人が大きな怪我や病気をせず、関わり合いを保てていられること

幸福な一年＝生きている確実な手応え（心の躍動感や充実感など）を感じられること

2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？

起こった出来事に、前向きな意味付けを与えられないでいること

不幸な一日＝基本的な欲求を感じられないこと

不幸な一週間＝自分の感情の起伏を感じられないこと



不幸な一ヶ月＝大切な人と心の距離を感じたままで過ごすこと

不幸な一年＝自分が不幸まっしぐらに生きているとしか感じられないこと

3) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？

うーむ・・・全ての事象に無駄など一切ないと思っているので無駄な時間はないです。無駄な時間があるとすれば、時間を捉える人の側の心のありようから生まれるものだと思う。



乗ろうとしていた電車にタッチの差で乗り遅れ、次の電車を待つ間の15分。この例のように乗り遅れたら、次の電車を待つ間、何かを観察したり想像したりして過ごすから、きっと無駄とは思わない。

やっぱり、お気楽のほほん人間な私です。



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？



「今日はラッキー（幸運）な一日だった」とか「今日は充実してた一日だった」というのはありますが、「幸福な一日だった」なんて考えたことはありません。敢えて考るとしたら、「人生最良の一日」とか、後になって振り返ってそう思うのであって、渦中のその時にはそうは思わないかも知れません。

そういう意味で、いま振り返って思い出す「幸福な一日」は結婚式の日、そして初めての海外研修でニューヨークの地に立った日だったかも知れません。



「幸福な一週間」は、新居を建てるために仮住まいのアパートに引越しをして、あまりの疲労で週末の殆どを寝て過ごした時かなあ・・・

「幸福な一ヶ月」は、家内と初めて出会った研修での仲間達との交流した期間がそのくらいでしたね。



「幸福な一年」は両親と一緒に暮らすことの出来た僅かな期間が多分そのくらいだったろうと思います。もし、これからの未来で想定するとしたら、やはりその渦中ではむしろ苦しかったり慌しかったり辛い時間が後々、幸福な時間だったと回想されるのかも知れません。

2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？



これも実際に考えたことはありませんね。「不運（アンラッキー）な一日」というのはあると思いますけどね。何をやってもうまくいかない、思い通りにいかないという感じ。一年という単位では、「良かった年」「良くなかった年」というのはありました。事故や災難や病気、失敗、挫折、そういうことが多かった年です。でも、それらは

振り返ってみると、いつかは必ず経験すべきことだったような気もしますし、不幸だとは思いませんね。藤圭子の歌で「15、16、17と私の人生、暗かった」という歌詞がありますが、「暗い」「明るい」はありますが、「不幸な日、週、月、年」というのは本質的にないのだと思います。

3) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？



横断歩道を渡ろうとしたら信号が赤に変わって「くっそー」とか、バスに乗ろうとしたら直前で行ってしまっって「あーあ」とか、そういうことはよくありますが、昔の上司が教えてくれたのですが、そういう時間は「神様がくれた休息」だと思おうようにしています。そうすると、その間で身体を休めたり、新聞をじっくり読めたりします。竹村健一も人と待ち合わせをする際には文庫本を持っていくそうです。相手が遅れればその分、本が読めて感謝する気にもなり、すっぽかされたおかげで思わず1冊読み終えて相手に感謝ということもあったそうです。そう考えると、無駄な時間って無いように思います。どんな瞬間にも頭を動かすことや想念を働かすことができるからです。俳句の一句でもひねれるでしょうし、いろんなことを思い出したり考えられたりします。



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

幸福な一日

仕事が休みで朝から庭いじりなどして過ごす一日

幸福な一週間

仕事で特にクレームもなく週末を迎えた瞬間

幸福な一ヶ月

特に何事もなく過ぎ、一ヶ月分のお給料がそこそこあり

月末には買ったかった本を買ったり、少しリッチな食事をしたり・・・

幸福な一年



皆が元気に一年を過ごせれば、それが幸せかな。家族全員に猫3匹

犬1匹そして新たに仲間になったコッピー（アカヒレ）3匹が元気でいられる事

それから少しずつ夢に向かって進歩してるな・・・と自分自身で思える事



2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？



不幸な一日、一週間、一ヶ月、一年はなるべく想像しない方が良く思うのですが

しいて言うならば、自分自身を嫌いになったり、無気力な日々を送る事

そんな日を重ねての一年は、やっぱりつまらない不幸な一年なんだと思います。

何をしている時が幸せ？と質問される事があります

その瞬間瞬間に楽しくなったり嬉しくなったりする・・・そんな事をやってる時

たとえば読書だったり、ぶらりと一人旅をしてる時だったり、夜景の素晴らしいレストランで食事をしたり、省吾を聞いている時だったり、猫達とゴロゴロしている時だったり、庭やベランダに花を植えている時だったり
俳句を考えている時とか、小説の筋を考えている時・・・たとえればきりがありません。

3) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？



朝だらだらとベッドで過ごしてしまった時間

出勤途中に忘れ物に気づき途中で引き返した時の時間（よく忘れ物をします）



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

幸福って同時進行的には感じないものです。

過去を振り返って、ああ、あのときが幸福だったんだなあと感じるのではないでしょうかね。そんな意味では、幸福な一日は小学校の低学年で、しおからとんぼやぎんやんまを20匹くらい捕まえた日が幸福な一日でしたね。



幸福な一週間は初めての出張で上司の計らいで単独で米国に出張させて貰ったときでしょうか？ 正確には2週間でしたが。1ドル360円時代でした。羽田からDC8で。

幸福な一月って何だろう。やはり、小学校時代の夏休みかな。幸福な一年？

そんなに幸福って続くかなあ。

2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？



不幸は逆に同時進行で、今日もひざを痛めて階段の昇降もゆるゆるとで不幸な一日でした。もっといい生活ということでは不幸な一生というべきかも知れませんが、長期間は不幸に感じないように努力していますから。人生悩みは多いですよ。

2) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？



我が人生などといってしまうと、自殺寸前みたいですので止めますが、振り返るとやり直したい無駄な時間が山ほどですね。もう一度、今の知識を持ったままで人生やり直したら、すごく合理的な人生になるように思うのですが。寝ている時間も欲しいなあ。

人生寝なかったらもっともっといろんなことができるのでは。



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

幸福な一日

阪神大好き息子と阪神戦を観に行って行きの電車で隣り合わせた阪神ファンと今日の

試合の先発予想して横スタに着いたら大好きなビール飲んで六甲嵐と選手別応援歌みんなで歌って風船飛ばして帰りの電車で隣り合わせた阪神ファンと今日の試合について語り合っついでに阪神が勝ったりしたら超幸せな一日(^_^)



でも家で1人のんびり本読んだりしてるのも幸せ。その本の中にいつも考えてるんだけど言葉にならないことがきちんと書かれたりしてたら超幸せ。町を歩いていてふとミスチルの歌が聴こえてきたりしたらとっても幸せ。誰かから「若いつすねえ～」なんていわれたらすっごく幸せ。幸福な一日になる要素はその辺にごろごろしてる。それをみつけられる気持ちがあれば毎日が幸福な一日。

幸福な一週間

例えばミスチルのコンサートを指折り数えて待つ一週間。あと6日、あと5日、とカウントダウンしながら楽しい妄想に耽る日々。一週間って長さは待つことを楽しむのには超お手ごろ。

幸福な一ヶ月

我が家では家計簿の集計を毎月25日にいたします。今月はあんなに洋服買ったのに全然お金使っていないじゃん、なんてやりくり上手なわたし！なんて過ごした毎日を肯定できる一ヶ月。

幸福な一年

幸福な一日の積み重ねが幸福な一年に繋がるはず。でも長きスパンに渡ると小さな幸せと小さな不幸がどうしてもいったりきたりしてしまう。ごく近い他人と矢澤さん流「愛の定義」を持って日々を過ごせたら幸福な一年と言えるかな。幸福な10年も幸福な100年もたぶん同じでっす。



2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？

不幸な一日

星占いで超バッドな一日と告げられ小さな喜びを見つけるゆとりもなく大好きな阪神が勝っても「あ、そうなのね」なんて反応鈍く、なんだか理由もなく心がささくれている一日。



不幸な一週間

例えばP・T・Aの集会とか公の場で発言しなければならない日(超苦手なのです)を指折り数えて待つ一週間。6日、5日、4日・・・と恐ろしいカウントダウン・・・。

不幸な一ヶ月

家計簿の集計をしてあんなに節約したのにこんなにお金を使っちゃったよ！なぜ？なぜ？と感じる一ヶ月。節約は美しい、よりよき日本作りにあたしの節約生活はつながってるんだ、なーんて大層な考えも吹っつとび、「いったいこんなふうにならぬにせこせこ暮らすことに何の意味があるんだろう？」と、毎日の生活を否定的に捉えてしまう一ヶ月。

不幸な一年

ごく近い他人と「愛の定義」を持って過ごせないとき。まるで異国の言葉で会話しているように通じ合わない誰かと絶つわけにいかない関係の中に身を置いて過ごすとき。不幸な10年も不幸な100年も同じかな？



3) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？



あいつのことがどおーしても嫌いだ！とか、あのときあーしてればこーはならなかったとか、マイナスイメージに捕らわれてぐだぐだする時間。

あーなったらこーしよーとかこーなったらあーしよーとか先の心配をしてついついシュミレーションばかり繰り返してしまうアホな時間。



1) 皆さんが想定する幸福な状態とはどんな状態ですか？

幸福な一日



初めて挑戦したビーズの編み方がうまく行って母にプレゼントしてから、冷蔵庫の中のあまりもので夕食の支度したらテーブルいっぱいのおかずを作れちゃって評判がよかった…なんて一日。なんの変哲もない日常だなぁ。子どもと買い物に行ってお喋りしてお茶飲んで、いい買い物が出来たらそれも幸せだし。基本的にはビールが美味しく飲めたら幸せな一日だったってことかな（結局は酒でまとめんのかいっ）。

スペシャルな一日は、そのあとに飲みに行く約束なんてあって、あー忙しいなんていいながら、野原の散歩をしたり、シャワーに入って髪の毛も決まり、ばっちりお化粧して、お土産にビーズなんて持って、たっかーいヒールをカツカツと言わせて待ち合わせの場所に向かう。それ以降の時間より、ここらへんまでの時間の方が好きだったりする。

幸福な一週間

夫の出張。

幸福な一ヶ月

千葉の浜省のコンサートのチケットが手に入れば、幸福な一ヶ月。

幸福な一年

人の役にたつことが出来たらいいな。ありがとうと言って言われて暮らせたらいいな。好きなもの、好きな人が増えたらもっといいな。綺麗事みたいだけど、結構本気。

吉田拓郎の『伽草子』という曲の『も少し幸せになろうよ』って歌詞が好き（歌詞は、浜省が好きじゃない岡本おさみ）。沢山じゃなくて『も少し』がちょうどいい。村上春樹は苦手な人だけど、『小確幸』って言葉を教えてもらった。つまるところ、日々『小確幸』を大事にしていくことだと思う。で、足元にある『小確幸』に気がつかないで蹴飛ばしちゃったあ…なんてことがないように、ちっちゃなことにも喜びとか楽しみとか見つけられたらいいかな。

2) 逆に不幸な状態とはどんな状態ですか？

不幸な一日

やたらと人が幸せに見えてしまう日。

不幸な一週間・不幸な一ヶ月

酔っ払って『ミチシルベ』を熱唱したときとか、月に一度の紙のゴミの日に出し忘れたときとか、この暑いのにクーラーが壊れてるなんて現実もプチ不幸だけど、やっぱそれよりも、え〜、なんにもわかってなくてなかったのお！？って人に思うときがすっごく不幸かな。その付き合いの度合いによって一週間で立ち直れるか一ヶ月かかるか…。人によっては一生にもなる。あまり期待はしていないつもりだけど、対人間の関係がすっごく強い生き方してるんだって思う。全部あたしを解かって、全部許してよ！って人に対して望んでしまう時って不幸なんだろうなあ。

不幸な一年

三年連記の手帳を使っているんだけど、たまにマイナス面の心情を書いている事があって、その心情と一年経っても同じ事を思っていたら、そのことに関しては不幸な一年の過ごし方だと思う。

不幸な一生



6つも年上の姉といるとよく知らない人（洋服やの店員さんや喫茶店で隣に座ったおばさんとか）から「双子？」って言われる。例え、**6つも年上の姉**がスッピンで私がばっちりお化粧していても言われる。それがついにこの前娘といたときに、**6つも年上の姉**の近所の人に「あなた、Mさんのお姉さん？」と突然声をかけられた。私が**6**

がオム



つも年上の姉の姉なら、一緒にいるこの娘は孫かいつと、眩暈がする思いだった。双子から姉へと年齢的に段々進化し恐れていたなら今度は店員のおばさんに「双子？姉妹？親子？」と言われた。その無責任なでたらめな発言に買った豆カンを落としそうになった。**6つも年上の姉**が一人で川崎にいたときには、逢ったことのないがみちゃんの妹に「ちかちゃん？」って声をかけられたそう。全く不幸は連鎖する。



そのうえ**6つも年上の姉**は「今日は誰からも双子とか妹って言われないうあ♪」なんてのたま、すっかり増長してきた。人から言われるたびに**6つも年上の姉**は生き生きと若返り、私は沈みどんどん老けていく。この先「孫と祖母」の関係になる前に私は大塚美容外科に行ってこの不幸の進化を止めるしかない。

3) 皆さんにとって無駄な時間とはどんな時間ですか？



まだ起こっていないことを勝手に想像して、むやみに心配してしまうとき。顔から火が出るような消してしまいたい過去を思い出して身悶えするとき。



今回の矢澤さん企画は、会員最高の参加人数でした。ってことは、今までの私の企画の方向が間違えていたのでしょうか…  と少し暗い顔したら次回もみんな出してくれちゃうかな  欲をいえば健ちゃんが出してくれれば初の現役会員全員参加になったのになあ  でも健ちゃんは病み上がりだからスペシャル許しちゃう。また次回もこの調子でよろしこ！