



平成 21 年 11 月 2 日

## 卓話 『第三の人生とユーモア』

上智大学名誉教授

アルフォンス・デーケン 様



こんにちは、デーケンです。今日は第三の人生について考えたいと思います。日本では定年退職後を第二の人生と言いますけど、国際的にはみんな第三の人生と言っています。第一の人生は教育を受ける人生、第二の人生は仕事をやる人生、第三の人生は定年退職のあとです。豊かな第三の人生を過ごすための中心的なテーマは生きがいの探求じゃないかと思います。生きがいのある人生とは自己実現を図ること。自分の潜在能力、ヒューマン・ポテンシャルを開発することです。ユーモア感覚を開発することはヒューマン・ポテンシャルを高めます。

第三の人生で発想を転換するには 6 つの課題があると思うんです。1 つは「手放す心」。執着を断つこと。2 番目は「許しと和解」です。人を許せるのは真の強さの証。許することで自分をより豊かにすることができます。3 番目は「感謝の表明」。私は講演会などでご主人を失った沢山の奥さんに会います。そこで何回も聞いたのは、ご主人が亡くなるとき、最後の言葉は「ありがとう」だった。ドイツでは考えることはデンケン、感謝することはダンケ。英語もスインクとサンク。考えれば考えるほど得ることが多いから感謝するんじゃないかと思います。4 番目は「さよならを告げる」。5 番目は「遺言状の作成」。多くの家族で死後、財産争いが多いですね。ですから遺言状を作成しておくのは奥さんに対する最後の愛の表現。6 番目は「自分なりの葬儀法を考え、周囲に伝えておく」ことです。

今日のメインポイントの 2 つめはユーモアに

満ちた人間関係を築くことです。ユーモアは心と心のふれあい。相手に対する思いと愛の表現はユーモアの原点です。私はちょうど 50 年前、日本にきました。一生懸命日本語勉強していく、早速親切な日本の家族に紹介されたけど、その家族はドイツ語もフランス語もオランダ語もできない。日本語学校の先輩は日本人は割合楽だから行った方がいいと言いました。ただ 3 つルールがあります。1 つはよくニコニコしてください。第 2 はよく頷いてください。第 3 はたまに「そうですね」って言ってください。私はご馳走を食べながらよく頷いて、5 分ごとに「そうですね」と言ってうまくやってたんですけど、ご馳走の終わりに大きなミスがあったのね。奥さんが最後に「お粗末さま」と言ったとき、私、心を込めて「そうですね」と言いました。ドイツの有名なユーモアの定義は「にもかかわらず笑う」。私はそのとき失敗したけれど、にもかかわらず謙虚に自分の失敗を認めて笑うことができるなら、まだ救いがあると感じます。ユーモアは張り詰めた空気をほぐして楽しいものに変える魔法です。ユーモアは私たちの貴重なヒューマン・ポテンシャル。私たちは神様から笑う能力、ユーモア感覚を貰いました。それを再発見、開発するのは第三の人生の大きな課題だと思います。ご静聴ありがとうございました。

