

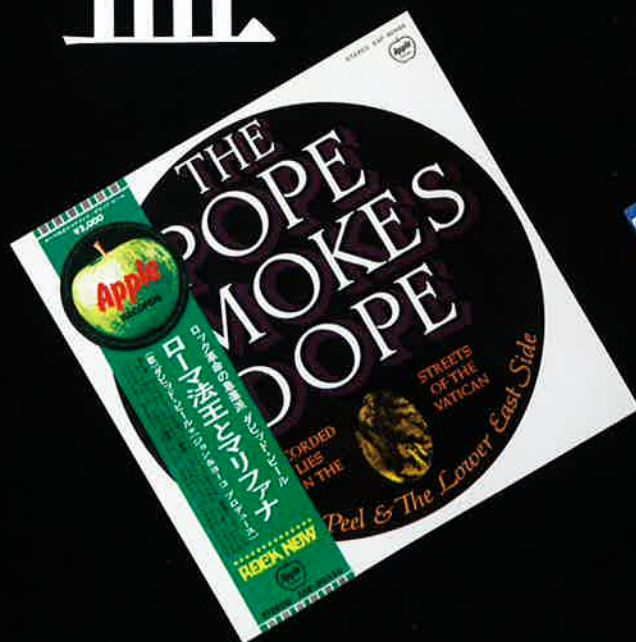
アナログ盤が奏でる音、その雰囲気を感じる

男の隠れ家

2015 december 12
定価 680円

いまこそ アナログ盤

懐かしいレコードの音に酔う。



大人のための隠れ家
関東・関西
ニューオープンBar
世界が注目する
ジャパニーズウイスキー
秋、観音温泉へ

Author interview

マレーヌ・ライダル (作家)

国連の「世界幸福度報告書」で、
2012年度から2年連続で
幸福度ランキング第1位に輝いたのがデンマークだ。
デンマーク人が世界で一番幸せな
理由に迫った本の著者に
「デンマーク人でなくても幸せになれるコツ」を聞いた。



ベストを望まない。勝ちにこだわらない。それが幸せのコツ。

『デンマーク人が世界で一番幸せな100の理由』(田中裕子訳・サンマーク出版)の著者マレーヌ・ライダルさんは、18歳で故郷・デンマークを出てフランスに移住した。「人は故郷から離れて初めて、そのよさを知るもの。私自身もそうでしたが、デンマークが世界幸福度報告書で一位になった時はさすがに驚き、『なぜ?』と疑問に思いました」。

その謎に迫るべく多くの幸福度報告書を精読し、明らかに

かになった理由を十項目にまとめたのが同書。読むと、デンマークの完璧な社会保障制度、「一番」を目指さない独特の教育制度、縛りが少なく流動性の高い社会構造など、人が自分らしくのびやかに暮らせる秘密が見えてくる。彼女が言葉も不自由な異国でも挫折せず、ポジティブに夢を追いかけることができたのは、デンマークで培われた「幸せになるためのベース」があったからだという。この本で伝えたかったのも、世界中、誰もが幸せになれる「デンマーク式・幸

せになるベース」とのこと。それはいったい、どんなものなのか。「お金や権力、セックスといった欲望に基づいた幸福感には「中毒性」という落とし穴があります。手に入れた瞬間は幸せだけど、すぐにもっと上のものが欲しくなると、どんどん飢餓感が深まるだけ。一方、真実の人間関係が与えられる幸福感は揺るがない。幸せになりたいのなら、人間関係がもたらす幸福にもっと目を向けるべきなのです」

日本人は、デンマーク人と共通の幸せになる資質(「人を信頼する」「謙虚である」「他人を尊重する」)を持っている。一方、自分が幸せだと感じられない人が多いのは、和を重んじるあまり、本当の自分を押し殺し、偽りの人間関係を築いている人が多いからではないか、と指摘する。

「真実の関係を築くには、まず自分をリスベクトできなくては。心を自由にして、本当の自分を解放し愛することが、幸せになるための第一歩。自分を偽り続け、畏に嵌まった犠牲者のように感じていると、人を尊重することができなくなります」



マレーヌ・ライダル
デンマーク出身。18歳で渡仏し、以来19年間パリ在住。さまざまな職歴を経て、ハイアットグループのヨーロッパ・アフリカ・中東担当広報部長を務めた。2012年よりフランス大統領の支援のもと経済学者ジャック・アタリが主導するポジティブ・エコノミー・フォーラムの諮問委員を務める。



『デンマーク人が世界で一番幸せな10の理由』
マレーヌ・ライダル著
田中裕子訳
サンマーク出版
幸福度ランキングでデンマークが1位、日本は43位——この差はどこにあるのか。デンマークに生まれ、フランスに長年暮らしてきたホテルウーマンが、デンマークの社会を分析。そこから導いた「誰でも幸せになれる秘訣」を明かした一冊。

「自分自身を向上させるためには、時にはほんのちよつとの競争も必要です。でもゲームに参加することが重要なのであって、絶対に勝者でなければならぬということはないのです。『選んだものが、必ずベストである必要はない』——そう思うことができれば、それだけであなたの人生はずっと幸せになるはずですよ」