

年金生活の生きがいとしての「アート」の可能性

—神谷美恵子の「生きがい」論を読む—

公益財団法人年金シニアプラン総合研究機構

特任研究員 三木隆二郎,CFA*

【目次】

1. 要約
 2. 「仕事が生きがい」の生活から年金生活への切換え
 3. 神谷美恵子の「生きがいについて」
 4. 年金生活の生きがいとしての「アート」の可能性
 5. あとがき
- キーワード：年金生活、生きがい、アート

*尚、本稿で意見にわたる部分は筆者のものであって所属機関のものではない

1. 要約

当機構では PLP(Pension Life Plan)セミナーと称して、年金生活を目前に控えた年金基金加入者に対するセミナーを頻繁に開いている。筆者も講師として登壇した際には「年金生活を迎える心構えとして、仕事が生きがいになってきた人には、今後の長い年金生活を展望すると、仕事に代わる新たな『生きがい』探しをそろそろし始めた方が良いのでは」というお話しをすることがある。すると生きがい探しなど考えたこともない受講者の中には、一瞬、視線が宙をさまよい、不安げな方も散見される。

そこで生きがい論の古典的名著といわれる神谷美恵子の「生きがいについて」を読み込み、特に「アート」に焦点を当ててみたい。「アート」が万人に効能がある生きがいだと信じて押しつけるわけでは決してない。しかし、これまで仕事中心の生活で、特に「生きがい」を意識せずに過ごしてきた方にとって、今後の年金生活の生きがいの一つとしての「アート」の可能性は大きいのではないだろうか。

2. 「仕事が生きがい」の生活から年金生活への切換え

(1)「高田純次の年金生活」

今から 10 年ほど前、BS ジャパンで「高田純次の年金生活」という番組が 1 年間放映さ

れた。65 歳を迎え、普通なら年金生活を迎えるタレントの高田純次が、趣味や仕事で充実した生活を送る 65 歳以上の一般人や芸能人を尋ねてライフスタイルを学ぶという番組¹である。

図 1 はその年間番組の中で取り上げられた年金生活 23 回分（後半は街あるきの番組になった為、回数が少ない）のテーマをバックナンバーから分類したものである：

* スポーツ・・・ボルダリング、吹き矢、チアリーディング、ボディービル、ソフトボール、ゴルフ

* 趣味・・・社交ダンス、発明、手品、ダンス、紙ヒコーキ、そば打ち、農業、街歩き、陶芸

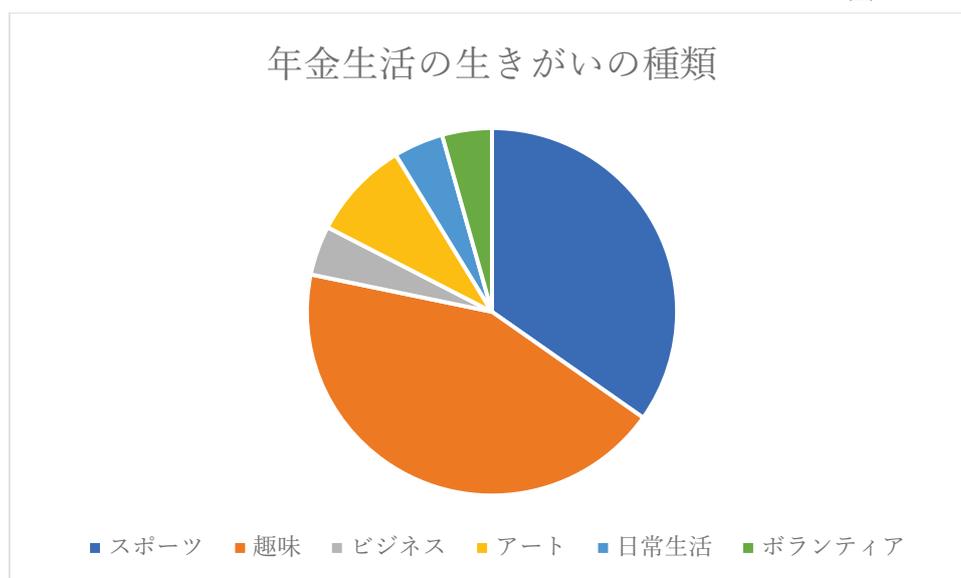
* ビジネス・・・雑貨店経営

* アート・・・美大入学、缶アート

* 日常生活・・・高齢者向けの分譲マンション

* ボランティア・・・弁当作りと宅配

図 1



出典：BS ジャパン「高田純次の年金生活」バックナンバーサイト²より筆者作成

この中で「アート」に注目してみると「缶アートがすてきな年金生活³」は、2012 年 6 月に放映された缶アートに没入している年金生活者を紹介する番組で、元小学校の校長だった方が、お菓子やジュースの缶を使って、まるでおとぎの世界に迷い込んだかのような

¹ BS テレ東の情報番組紹介サイト：

<https://www.bs-tvtokyo.co.jp/nenkinseikatsu/>

² <https://www.bs-tvtokyo.co.jp/nenkinseikatsu/01.html>

³ 「缶アートがすてきな年金生活」

https://www.tv-tokyo.co.jp/announcer/entry/post_138

缶アート作品を制作するようになり、今や個展を開くまでになっているというストーリーであった。もう一つは70歳にして女子美術大学短期大学に合格して10代の美大生と肩を組んでアートに取り組む方の紹介であった。「ボランティア」は、当初は初心者の集まりだった男の料理教室が、レベルが上昇して、せっかく作ったものを誰かに食べてもらいたい、と地域の単身で生活するお年寄りの方々へ、お弁当を配達することを始めたというお話である。

視聴率が重視される民放番組で取り上げられたからとって、年金生活の生きがいの種類を正確に反映して代表性があるとは言えないものの、年金生活を目前に控えた中高年層がお茶の間で見る番組として身近であるが故に、視聴経験をきっかけにその世界を覗いてみようかと思う人も多かったことだろう。

(2) 年金生活の「生きがい」としての「アート」の事例

脳科学の分野では、社会参加の機会がなくなっていくことが高齢者で健康が損なわれ、老化の一因になると言われているようである。年金生活者の生活に張り合いがなくなるといふ人には、核家族化によって孫の面倒を見るというような昔の祖父母の役割が今は必要とされていないことが多いことも関係しているのかもしれない。

その意味で「アート」としての演劇の持つ特性としての「役作り」に注目してみる。有名な事例は、彩の国さいたま芸術劇場の芸術監督、蜷川幸雄が作った高齢者による演劇活動「さいたまゴールド・シアター」である。演劇の場合、芝居に出演するならば芝居の役があり、自分がその役で参加しないと稽古も出来ず、舞台の上演が滞るので責任感も感じられる。たとえ役がない人や舞台に立つのは遠慮されるという高齢者でも裏方ではいくらでも仕事はあろう。そうして成り立った演劇を舞台に掛けて、見た知り合いから「良かったよ」とでも言われようものなら、「生きていて良かった」と自分も一員となって出来上がった舞台を誇らしげに自慢出来よう。特に演劇の場合はチームで活動するので舞台に向けた稽古だけでなく、一緒に活動するメンバーと密接なコミュニケーションを取る必要性がある。したがって、共通目標を互いに助け合いながら達成するという強い仲間意識も生まれてくることにより、信頼関係のある人間関係が醸成されると言えよう。

この演劇に限らず「アート」は全般に、創造力や知識、感情などの脳を働かせる力を持っており、それが強い刺激となり、脳を活性化させてくれるといわれている。「アート」といっても、たとえば塗り絵、切り絵、といった手軽なものでも創造力を発揮したり、感性を刺激するものであれば何にでもあてはまる。

高齢者の合唱団で、年齢に関係なく練習で声が出せるようになって上達し、音響の素晴

らしい本格的音楽ホールで年2回「65歳からのアートライフ」と題したコンサートを定期的に開くようになったという事例もある⁴。主催はNPO法人65歳からのアートライフ推進会議で理事長は声楽家であり、高齢者のコーラス指導を行う中で、晴れ舞台を作ろうとの思いで開かれているという。高齢者の潜在力を合唱練習が引き出した、という意味で「アート」は年金生活者の生きがいを見いだすきっかけになると言えよう。

絵画の分野でもニューヨーク近代美術館（MOMA）では認知症の方とその介護者を対象にしたアート鑑賞のプログラム⁵を開発して以下のガイドをホームページに出している。アルツハイマーが進行すると記憶力が退化するが、だからといって脳のもう一つの機能である想像力は必ずしも退化していない場合が多い。だからアート鑑賞をすることは、人間の想像力を刺激することになるので、アルツハイマーの進行を遅らせたり初期認知症の場合は直したりする効果も期待出来るという。

MOMA「アートプログラム制作のためのガイド」

① アートとの関わり基礎

アルツハイマー病の患者や介護者にアートに関わってもらう方法の紹介。

② 他の美術館・博物館向けガイド

美術館が、認知症の方と介護者向けのプログラムを計画し、進行する方法について説明。

③ 介護事業者向けガイド

施設でのアートプログラムの構成や設定、博物館や美術館を訪問する際の提案

④ 家族向けガイド

家庭で出来るアート体験や、美術館・博物館へのお出かけお役立ち情報のご紹介

では次に、らい病になったことで人生のどん底に突き落とされた患者を長年診てきたことで「生きがい」についての思索を深めた神谷美恵子の名著「生きがいについて」の中で、「アート」がどのような役割を果たしているのか、見てみよう。

3. 神谷美恵子の「生きがいについて」

著者の神谷美恵子は津田塾在学中にキリスト教伝道者であった叔父に誘われて多摩全生園を訪れて、初めてらいの存在を知り、心の深いところで自分の存在が揺さぶられるような衝撃を受けたという。その後、周囲の反対にもかかわらず、東京大学医学部精神科に進

⁴ 吉本光宏「アートが拓く超高齢社会の可能性」(2012) ニッセイ基礎研究所

⁵ <https://www.moma.org/visit/accessibility/meetme/>

学した後、長らく長島愛生園精神科に勤務してこの本を書いた。この本は「なぜこの世の中には、絶望的な状況にあってなお希望を失わずに生きぬいている人たちがいるのか」という深刻な問題意識から書かれ、病や苦難にみまわれたひとの心の世界という角度から「生きがい」を考察した本である。しかし、日常を平凡に生きている人に対しても「生きがいをいかにおろそかにしているか」を問いかけており、「生きがい論」の古典的名著と言われている。

神谷は次のように読者に問う：

「青年時代に生きがいについて悩むひとはかなりいても、大人になると避けておくのがふつうになる。・・・男のひとにしても女のひとにしても、・・・存在理由は何か、というような問いは意識にのぼらないのが一般であろう。・・・しかし長い一生の間には、ふと立ちどまって自分の生きがいは何であろうか、と考えてみたり、自分の存在意義について思い悩んだりすることが出てくる。この時は明らかに認識上の問題となってくるわけで、大まかにいって次のような問いが発せられるわけであろう。

- 一 自分の生存は何かのため、またはだれかのために必要であるか
- 二 自分固有の生きて行く目標は何か。あるとすれば、それに忠実に生きているか
- 三 以上あるいはその他から判断して自分は生きている資格があるか
- 四 一般に人生というものは生きるのに値するものであるか

人間が最も生きがいを感じるのは、自分がしたいと思うことと義務とが一致したときだと思われるが、それはとりもなおさず上の第一問と第二問の内容が一致した場合であろう⁶。」

これはまさに年金生活を間近に控えてこれまで自分の生存理由が仕事にあると信じてきた人にとって傾聴すべき言葉であろう。仕事中心の人生を送ってきた男性が、世間体や収入というよりは、自分でなくては出来ない仕事を選び取って、それに没頭した仕事ライフを過ごしてきたのであるならば、それはまさに「仕事＝生きがい」と言えるような充実感を味わってきたといえよう。また、そこまではいかずとも、一応まともな職業について結婚もして家族を養うことが出来てきたなら、それはそれで自分が家族の為に必要であり「生きるに値する」ものだと位置づけることは出来よう。また女性の場合も、平和な家庭で子どもにも恵まれて家族そろって健康で仲のよい家庭を築ければ、その中心に自分を見いだすことで十分にその存在価値を確認出来てきたであろう。

しかし子どもも巣立ち、仕事も辞める年金生活を目前にすると、男性の場合、自分が誰の為に必要であるか十分な確信を持ってなくなるし、将来の人生目標を何に置くのかあやふ

⁶ 神谷美恵子「生きがいについて」(1966) みすず書房 p33

やになってくる。女性の場合も更年期の存在が肉体的な様々な不調をもたらすだけでなく、精神的にも今後のことを考えて不安になったりするというのはよく見られる現象である。自分にはこれからなんの生きるよろこびがあるだろう、なんの値打ちが、と自らに問うような「生きがい」喪失という危機である。つまり年金生活の入口を意識し始めるタイミングというのは、男女ともふと立ちどまって自分の生きがいは何であろうか、と考える時期なのである。神谷によるとこの第一問と第二問にうまく答えられない場合、第三問にも良心が責められ、うっかりすると神経症になる者や、反応性うつ病や自殺に至る例もある、という。

そこで神谷は「生きがい」を表1のように7分類して、生きがいを求める心がどんなものから出来ているか、どのような内在的な力がひとを生きがいの探求へ導くのか、以下のようにその考察を深めている。

神谷美恵子著「生きがいについて」による「生きがい」7分類

表1

1. 生存充実感への欲求	子育て、審美的観照（自然、芸術）、あそび、スポーツ、趣味 日常生活のささやかなよろこび
2. 変化への欲求	子育て、学問、旅行、登山、冒険
3. 未来性への欲求	子育て、生活目標、夢、野心、社会的・政治的・宗教的理想
4. 反響への欲求	子育て、共感、愛、尊敬、名誉、必要とされる事
5. 自由への欲求	自分の世界を解き放つ存在。偉人、教祖、スター的存在
6. 自己実現への欲求	創造のよろこび(芸術家、作家、料理家、織物作家)
7. 意味と価値への欲求	子育て、自分の存在意義を感じられる仕事や使命、帰依、信仰

出典：「生きがいについて」から著者作成

第一が「生存充実感への欲求」である。それは生命の流れを前進させるもの、喜び、勇氣、希望など自分の生体験が満たされ、生きているというよろこびを味わえるもの、とされる。一番純粋に表れるのは、初産直後の母親の、存在の根底から吹き上がるような心からのよろこびであろう。また「スポーツ」や「趣味」のようなものだけでなく、なすべき仕事をこなす平凡な「日常生活」でも静かなよろこびを味わうことも出来る。逆に、社会生活における失業はこの欲求を物理的に阻むだけでなく、精神生活上も大きな不幸をもたらす。従い、仕事中心の生活でいつも忙しく飛び回っている人は年金生活に入ると自分の生活に大きな穴が空くように感じるものである。筆者の体験でも、年金生活に入って音沙汰のなかった元の同僚と数年ぶりに再会したときに、会社勤めをしていた頃に比し、どことなく生気のない印象を受けたことがある。これはその人の生活に張り合いをもたらしていた「生存充実感」が年金生活に入り萎えてしまったことを示すと言えよう。

第二が「**変化への欲求**」である。母親が幼い赤子の成長に心を奪われるとか、生命の終わりに近づいた老人が日々成長する孫の相手をするのが楽しみだといったものも、変化を感じ取れることがよろこびをもたらすのである。変化や発展は旅行や探検によってのみもたらされるものではない。身動きの出来ない肢体不自由者であっても、窓の外の風物のたたくまいに耳をすまして自己の内面に向かって心の目をこらすことで、たとえば俳句の形で表現して生きがいを感じることが出来る。

第三が「**未来性への欲求**」である。現在がどんなに苦しいものであっても、未来に期待と希望の光が差すとき、ひとは心にはりを持って生きて行くことが出来る、という。高給であっても将来性のない仕事ならば、えらばない方がよいと神谷は言う。「はっきりした終末観をもつ信仰の持主には、この確固たる未来展望がおどろくべき強さをもたらし、現在のあらゆる苦難に耐える力を与える。多くの殉教者達はそのよい例である。そこまでいなくても、多くのひとは子孫とか民族国家とか文化社会、人類の進歩や発展に夢を託し、それらの大きな流れのなかに、その一部としての自己の未来性を感じ、それを支えに生きて行く。⁷⁾」

第四が「**反響への欲求**」である。子どもは最初から人々の中に生まれてきて、その人格は人々の相互関係の中で形作られる。他人の存在があって自我が最初はそれと渾然一体となっているが、次第に他人との交渉という経験を通して少しずつ自我の輪郭が意識されていく。したがって自己の生存に対する反響を求めるのは人間の最も内在的な欲求である。たとえば愛に生きるひとは、相手に感謝されようとされまいと、相手の生の為に自分が必要とされていることを感じるときに、生きがいを感じる。支配欲の強いひとは、大勢のひとが自分の命令一つで動くのを見て、自分の存在への反響を確かめ、生きがいを感じる。

第五が「**自由への欲求**」である。ひとのすむ心の世界をその狭さ、卑小さから広く解き放つように作用するものごとや人物、偉人、偉大な教師、教祖、あらゆる分野のスター的存在も入る。人間には選択の自由が与えられていると考え、その主体性、自立性の感じに生きがいを感じることが出来る。逆に全体主義的統制のような外側のしほりだけでなく、対人関係の愛情や恩や義理なども精神的な奴隷にすることで自由を束縛することがありうる。

第六が「**自己実現への欲求**」で、これが最も個性的な生きがいである。芸術家、文芸・織物・料理など、そのひとでなければ出来ないという独自性をおびるなら、それが自己実現の生きがいとなる。創造の喜びは自分の生命の意味を確かめることでもあるから、形あ

⁷⁾ Ibid p62

るものでなくとも「生き方」そのものでも独自の創造でありうる。自己実現への意欲が強いひとが、全く異質な自我の欲求を複数持っていることもある。たとえば森鷗外は医学と文学の二本立てで生きたひとである。彼の場合は認識のひとと審美のひとと、そのどちらの自己をも発揮しなければ生きがいを感じられなかったのであろう。むしろ生計を立てる医者よりも作家の方が「したくてする」だけに、よけい生きがいを感じたのかもしれない。

第七が「**意味と価値への欲求**」である。自分の存在意義の感じられるようなあらゆる仕事や使命。報恩、忠節、孝行、教祖への帰依、哲学的信念、宗教的信仰は最も広く深く意味への欲求を満たす生きがいでありうる。人間はみな自分の生きていることに意味や価値を感じたい欲求がある。意味づけ、価値付けという心のはたらきは、知覚のみならず、感情、思考、学習、記憶など人間のあらゆる生体験のなかにふくまれている。自己の生の意味をあらゆる体験のなかで自問自答し、たしかめているがその回答は自己の生を正当化するものでなくては生きがいは感じられない。神を信じ、神からその答えを与えられているひともしれば、性格が複雑で劣等感を抱きやすく、他者からの肯定も受け入れられず、自分で自分の生の意味を認めることも出来ず、一生をこの意味への探求に苦闘するひともある。

続いて神谷は**生きがいの六つの特徴**を挙げている：

第一に、生きがいがひとに「生きがい感」を与えている

第二に、生きがいは生活上の実利実益とは必ずしも関係がない

第三に、生きがい活動は「やりたいからやる」という自発性を持っている。

第四に、生きがいはまったく個性的なものである。

第五に、生きがいはそれを持つひとの心にひとつの価値体系を作る性質を持つ。

第六に、生きがいはひとがそのなかでのびのびと生きていけるような、そのひと独自の心の世界を作る。

さらに神谷は、**人間は年齢によって生きがいとするものが変わってくる傾向がある**。また、自分の内にさまざまな可能性を持っている内在的傾向の複雑なひとは、生きがいの置き換え現象がおこりやすい、という。これはアートの世界でも事例を見いだせる。たとえばロシアのボロディンは作曲家として後生に名を残したが、彼が生きていた時代には化学者であり医師として有名だったことが知られている。作曲は彼が30歳の時に正式に学んだのである。

人間は現実世界と精神世界のふたまたを掛けて生きているが、大部分のひとは現実世界にしっかりと足を踏まえ、忙しい生活を送っている。精神世界は存在するが、現実世界に従属的な位置を取る。なぜならそれほど現実世界は多くのひとにとって厳しいからである。

しかしながら、仕事を辞めるのが目前に迫り年金生活の入口に立つひとで、性格自体からして悩み多く生まれついているひとは、精神化への傾向が強くなるのではないだろうか。どういうひとが精神化にかたむきやすいかという、神谷によれば、思索を好むひと、精神が豊かで複雑なひと、抑制力がある程度強く、敏感で感動しやすいひと、生まれつき内気なため行動にすぐ出にくいひとだという。逆に言えば、直情径行、衝動的で思ったことをすぐ行動に移すひと、確信が強く、自己について疑うことがなく、自己観察、自己分析をしにくいひとは精神化に縁遠いと思われる。

神谷が紹介している精神的な生きがいとしての美術と音楽の「アート」の事例を二つ挙げたい。一つ目は絵を描く患者の話である：

「私どものように長期療養者は…社会復帰も職業訓練も無駄で、将来はまったく絶望的である。と言っていたずらにこの尊い生命を粗末にしてはならない。たとえ前途に死の壁が閉ざされているにしても、この世に生まれ出てきた以上、何か証拠を残しておきたい。それには絵を描くことだと思い、この十四年間周囲のいかなる侮辱も嘲笑も受け流して、ただ一筋に絵を描き続けてきた。⁸⁾ この患者は長い精進の結果、大阪府の労働者の美術展に出品して入選したという。

二つ目は盲人らしい患者が作ったハーモニカ楽団の話である：

「昭和二十八年、・・・私達はより良い自分の生活を築こうとして誰言うことなくハーモニカバンドを組織しようと、目の見えない者十数名が密かに会したのであった。」目が見えず、指も麻痺しているひとたちのグループであるから、まず唇と舌を頼りに読む点字楽譜の勉強から始めなくてはならなかった。「唇がしびれ、舌尖から血が滲み出る」ような努力と日数を経て、ようやく、共に音楽を奏でることが出来るようになったときの喜びはいかばかりであったろうか⁹⁾。

また文学の事例でも、それまでは美と無縁と思われるような生活をしていたらしい患者でも、詩とか歌とか、なんらかの表現法を手がけていくうちに、それまでは違った精密さと角度で、ものを見ることを次第に身につけていく、という。

何れの事例も「アート」がもたらしたよろこびが、真の生の充実感から湧き上がっているものであることが分かる。このように絵画、音楽、文学など「アート」の世界に生きるよろこびを見いだしているらしい患者は多いという。一度、生きがいを喪失したらしい患者だからこそ「アート」によってまた新たな精神世界が見いだされたのである。

⁸⁾ Ibid p211

⁹⁾ Ibid p212

4. 年金生活の生きがいとしての「アート」の可能性

「アート」は神谷の「生きがいについて」の7分類(表1)では「1. 生存充実感への欲求」と「6. 自己実現への欲求」に分類されている。「アート」は生命の流れを前進させるもの、喜び、勇気、希望など自分の生体験が満たされ、生きているというよろこびを味わえるものと捉えられている。また「アート」は本質的に「6. 自己実現への欲求」、つまり自分だからこそ出来ることを創造するよろこびとされている。

先に触れた演劇や合唱の事例でも、本番の舞台によって観客や聴衆に向かって自分達の練習成果を披露することは、まさに生きるよろこびを実感する瞬間であるし、自分が工夫して表現し得た演技や歌唱は自己実現の最たるものである。

しかし7分類の他の欲求にも「アート」は密接に絡んでいるのではないだろうか。たとえばアートNPOを考えてみよう。1998年のNPO法10制定で「まちづくりの推進」「文化・芸術の振興」「社会教育の推進」「子どもの健全育成」など12の特定非営利活動が指定された。従い、もし年金生活者が新たなアートNPOを設立した場合、それはまさに未来に開かれた将来性ある事業として考えることが出来る。NPOを作るほどのエネルギーは持ち合わせていないけれど、自分が発案して若者を仲間巻き込むような任意団体を作るのでも構わない。そのような「他者を巻き込んだ組織化」はまさにその団体の「3. 未来性への欲求」をみたすものとしての活動になるのではないだろうか。なぜならば、年金生活者であってもアートNPO(もしくは任意団体)の未来に希望を託し、明るい期待を抱くことが出来るからである。

もしもその自分が設立したアートNPO(もしくは任意団体)が芸術的に大きな成果を挙げて、たとえば文化庁芸術祭大賞といった名誉ある社会的認知を得たならば、それはまさに「4. 反響への欲求」をみたすものに他ならない。たとえそこまで華々しく成功を収めることはなくとも、何らかの組織を作ったことによって自分が必要とされていることを日常の練習の過程で感じる事が出来る。

またそのアートNPO(もしくは任意団体)が憧れのアーティストを招聘するならば、それは「5. 自由への欲求」をみたすものとなるだろう。つまり、一個人としてのアートの愛好

¹⁰ 特定非営利活動促進法が、特定非営利活動を行う団体に法人格を付与すること等により、ボランティア活動を始めとする市民の自由な社会貢献活動としての特定非営利活動の健全な発展を促進することを目的として、平成10(1998)年12月に施行された

家としてならば決して出会うことのなかった偉大なアーティストが目の前に現れ、そのひとと一緒に何らかの芸術活動を共同制作する機会を得られることになるからである。

さらに「ボランティア」は利他の精神によって自分の存在意義を感じられ「7. 意味と価値への欲求」をみたすものである。BS ジャパンのテレビで紹介された男の料理教室から派生した独居老人への弁当配布活動は、ほかのひとから必要とされることを実感することによる喜びを得られる活動であろう。またアートNPO（もしくは任意団体）の場合もその活動を支えるのはボランティアであるので、自分の存在意義の感じられるようなあらゆる仕事に携わることが出来よう。

以上述べてきたように、「アート」を個人の行うものと捉えるならば、神谷の7分類の中で一部しか関わらないかもしれない。しかし、アートNPO（もしくは任意団体）という組織を年金生活者が作ったとすれば、7分類全てに関わる多面的な「生きがい」を感じることが出来る。さらに言えば、アートNPOで必須の「人材育成」を絡めて考えた場合、それは神谷の1, 2, 3, 4, 7にある「子育て」同様、より一層、生きがいを豊かに感じられよう。

5. あとがき

年金生活の生きがいにはアートに限らず、様々な種類があるが、生きがいと位置づけるものは何であれ、必ずしも仕事のように生活を支える必要はない。従い、そのことが好きでなければ続かないのは明らかである。また逆に仕事のように利害関係者の目が光っているために、自分勝手には出来ない制約があるものと違って、生きがいの味わい方には年金生活者の場合には大いなる自由度があるとも言えよう。

これまでの考察で「アート」を個人としてだけでなくアートNPO（もしくは任意団体）といった組織に絡めて関わる場合には、そのアート活動によって神谷の7分類全てに関わる生きがいを体験出来ることが分かった。それは「アート」だけでなく、自分が好きなことの楽しみ方を一人だけで行うのか、他者を巻き込むのかの違いだけだが、「アート」にはその根底に「生きるよろこび」があるだけに年齢・国籍・性別を乗り越えた万人共通の「生きがい」として終生味わえる、大きな秘めた力を持っていると言えるのではないだろうか。

以上