

「もとはこちら」のお話し

No.64 今月のテーマ 幸せの指数



ありがとう
すみさんの心で
善事をなせば、
純粹な善事ができる

(平井謙次作 日めくり カレンダーより)

北原ゆり筆

少し前の話になりますが、総理府によって、幸せを数値化しようという動きがあるという話を聞きました。数値化すれば、「今の自分が、どれくらい幸せなのか」という事が客観的に見て取れるそうです。
置かれている状況と、その中で感じる幸せの度合いを測る事によって、人間とはどういう状況の中で大きな幸せを感じるものなのかという事を調べてそれを数値化し、より大きな幸せを感じる為に、個人も家庭も自治体も、今迄よりもっと「効率良く」頑張ろうという事なのでしょう。

幸福は主観の問題

ところで、幸福感というのは、あくまでもその人の主観の問題であり、自分の幸せの度合いを他人に測ってもらうというのは、何か少しおかしい気もしないでもないかもしれません。どんなに恵まれた状況の中にあっても、本人がそれを幸せと感じていなければ、やはりその人は幸福とは言えないでしょうし、また反対に、他人から見てもいかに不幸そうな人であっても、本人が自分の事を不幸だと感じていなければ、やはりその人は不幸な人とは言えない筈です。菊池寛の戯曲に、屋上の狂人というのがありますが、人の幸福を他人がとかくいうのは、やはり大きなお世話という事なのかもしれません。

しかしそうは言っても、幸せであるか否かを客観的に数値化し、目に見える形で表わすというのも、それはそれなりに意味があるようにも思います。それは例えば、恵まれた環境に生まれ育ちながら、人間の永遠の課題ともいえる生老病死の命題に突き当たり、その恵まれた環境を自ら捨てさって、厳しい修行の道に入ったあのお釈迦さんのような人とは違って、私達の殆どは、恵まれた素晴らしい環境に身を置かれれば幸せだと感じ、その反対に、劣悪な環境に置かれれば、やはり不幸だと感じるのが、ごく一般的な感覚だと思っからです。

ですから幸せと環境の相関関係を調べ、例えば優れた本が沢山ある図書館を造ったり、思いっきり体を動かす事ができる立派な運動場を造るような事をすれば、ある面では私達は幸せになれるかもしれません。

その幸せは、ほんものか

ところで大分前の事です、私達が今の生活にどれだけ満足し、幸福感を感じているかという事を、都道府県別に調べたようなものを何かで見た事があります。

それによりますと、その当時、「全国で一番、住民の幸福度が高い所」として、トップに上げられていた県がありました。気候風土や地理的な背景、そこに住む人々の人情、気風など、様々な要素がからまつての結果だろうと思いますが、実はそこは誰もが嫌がる事業を行う大企業を誘致することによって、莫大な税収が入っている県でもありました。税収だけでなく、国からの補助金も入り、お陰で財政は潤い、この自治体は相当裕福な状態になっていたようです。

豊かな財政をバックに道路も隅々まで整備が進み、立派な施設が次々と建てられ、住民は文化的な住みよい暮らしを享受できるようになりました。ひと言で言えば、その県は住民が幸福と感ずるための環境が整えられたという事です。

しかし、もしも再び、いま同じような調査を行なったとしたら、さてどういう結果がでるか、非常に興味あるところです。その豊かさや幸せをもたらしていたものの陰に隠れていた「将来に対する計り知れない大きな恐怖」が、にわかに顔をのぞかせてきたからです。

今現在がどれ程豊かで恵まれ、幸せな状態であったとしても、将来に大きな不安を抱えているような事では、私達は決して幸せとは言えません。裏側に不幸を併せ持つようなそんな幸福は、決して本物の幸福ではないからです。

人間本来、幸せであるのが当たり前

私達は、立派な施設や贅沢な物や便利さ等があれば、幸せであるように感じます。しかしそれらはいくまでも、二次的なものに過ぎません。それは私達の幸せというのは、建物や道路の中にあるので



はなく、幸せはいつも心の中にあるからです。

ですから心の豊かな人は、どのような環境の中に身を置かれても、またどのような立場に置かれても、必ずその中にある幸せを見つけ出す事が出来、幸せを感じることが出来るのです。

さて私達の心というのは、自分や自分にとって大切な家族や仲間達が、本来あるべき状態にある時に、それを幸せと感ずる様になっています。

本来の私達は、健康であり元気であり、物質的にも飢え死にするほど貧しくはなく、そして今よりももっと幸せな明日を築くために、皆で協力し合い、力を出し合う事に喜びと感ずる様に生まれ付いているのです。

ですからそれに反するような事、例えば人を憎んだり、戦争や病気をしたり、或いは災害などが起きると、それらに対し本能的な拒否反応が起きる様になっています。無条件に心の奥底からそれらの事を不幸と感ずるように、私達は生まれ付いているのです。

人間本来、幸せであるのが当たり前です。

但し、人間本来のその幸せな状態が長く続くと、それが当たり前で普通の事となつてしまひ、幸せだとは感ずなくなつてしまつていうのも真実です。私達は、不幸や不安などを経験する事によって、初めて人間本来の喜びや幸せというものを深く自覚できる悲しい動物なのかも知れません。

ところで人間の、本来あるべき幸せな状態とは、どういう状態かという事です。

先ずその事を考える前に知っておきたい事は、「人間である限り、完全な人などは、どこにもいない」という事です。どんな立派な聖人君子の様な人であっても、完全完璧な人ではありません。

人間である限り、誰にでも必ず欠点があります。

しかしこの欠点は一般的には短所とみられますが、また別の時には、それはそのまま素晴らしい長所となつて生かされるのです。絶対的な長所というものもなければ、絶対的な短所もありません。

それは時や場合によって、長所となったり短所となったりするものです。そういう短所であり長所でもある様々な性格や身体的特徴を合わせもった私達が、寄り集まり一つになって今、生きているのです。

一人ひとりとは、確かに個性があり、そして個々別々の存在に見えます。

しかし「人間は一人では生きていけない」と昔から言われるように、本当に人間は一人だけでは生きていく事のできない、どうしようもない弱い存在です。

鰯と人間



ところで、鰯という魚があります。魚へんに弱いと書くくらいで、一匹では本当に弱い魚です。その弱い魚である鰯が、大きな魚などが近づいてきた時、素早くみんなで一つの塊となり、まるで一つの生き物であるかのような動きを致します。

巨大な塊と化した鰯の群れに驚き、それでも塊に突入してきた敵によって、何匹かは犠牲になるのですが、大体の鰯は一つになる事によって難を逃れる事が出来るのです。

私達人間も幾多の困難を乗り越え、太古の昔から現代まで生きながらえる事が出来たのは、常に私達が一つになって互いに知恵を出し合い、協力し合ってきたからだと言われています。結束するという事がなければ、とうの昔に人類は滅びていた筈です。

先程も言いましたが、人間は一人だけではとても弱い生き物です。しかし弱くて頼りない動物である私達人間も、夫々の特徴を持ちより、それを一つに集める事によって、夫々の命が守られ、より強い生き物となる事が出来たのです。

私達人間は一人ひとりの個性を互いに活用し、力を発揮しあう事で、一人では決してなし得ない素晴らしい事まで、やり遂げる事が出来るのです。

それは私達の一人ひとりが、全体の中の部分であり、個々バラバラの生き物のように見えていながら、本当は一つの命として、全体として生きているからです。

ひとりでは殆ど何も出来ない私達でも、二人になれば三倍の力を発揮し、二人が三人になれば、文殊にも匹敵するほどの知恵を出す事が出来るのもそのせいです。

絆を結ぶということ

ところで私達は、東日本大震災を受けて、改めて絆という事の大切さに気付かされました。

私達は決して一人で生きているわけではありません。みんなが一つに繋がりがあって生きているのであり、特に困った時には互いに助け合わなければならぬという事を、今回の震災を受けて改めてしっかりと学ぶ事が出来ました。

一人では途方に暮れて本当にどうしようもない時でも、そこに誰かがそつと手を差し伸べてくれる事で、再び立ち上がる力が湧いてくるのです。誰かがこの私を見守ってくれているという安心感、そしていつも誰かが気に掛けていてくれるという思いが、再びの生きる力となり、大きな勇気となるのです。

絆という言葉がいま、日本中に満ち満ちています。

たしか二三年前までは癒しという言葉がもてはやされていたように思います。癒すということは、何かで傷ついた体や心を、そつといたわって元の元気な状態に戻すという事です。癒しの場を求めどこかに行くとか、何かによって癒された、というような事を言い方をしますが、癒しというのはあくまでも個人レベルの話です。

しかし絆という事は、自分が自分以外の誰かと強く結ばれるという事です。

いま私達の意識は、個人と個人である点の状態から、二者を結ぶ線の状態へと拡大して来ています。互いに結ばれ合う事のその大切さに気付くようになってきました。その意識の拡大はやがて、点から線、線から面へ、そしてより大きな全体へ向かう筈です。

見聞きするものは全て、もう一人の自分

そういえばボランティアに行った人が、いつも口をそろえたように言う、ひとつの言葉があります。

「手助けするために行った筈だったのに、反対に自分の方が励まされ、勇気づけられた」。

或いは、「こんな自分のする事を心から喜んでくれる人がいて、本当に嬉しかった」。

「有り難うと言われて、感激した」と。

私達の幸せ指数は、持っている物の多さやその豪華さで測れるものではありません。また決して生きた命の長さで計れるものでもありません。勿論、地位や名誉などで測れる事ありません。

幸せになるためには、現実に関自分が置かれた立場がどうであれ、その中でまず自分が力いっぱい、精一杯生きることです。そしてその中で、他の人の役立つ事を何か少しでも見つけ出し、それを実際に言う事です。

少しでも人の為に役立つ事の出来る自分に成長し、そういう自分になったことに大きな感謝と喜びを見出す人は、幸せ指数の非常に高い人です。

人のためにと為す事は、何も大きな事でなくても良いのです。

例えば、優しい笑顔を人に向ける事が出来れば、それはとても素晴らしい事ですし、良い事をしてもらった時は、素直に有り難うと心からの感謝の気持ちを相手に伝える事も良い事です。また落ちてくるゴミを一つ拾う事でも良いのです。

しかし中には、折角人の役に立ちながら、自分は人に利用された、等と言って腹を立てるような人がいます。これは誠に勿体ない話です。私達は、誰かの役に立つ事が出来れば出来る程に、人に喜びを与える事が出来れば出来る程に、自分自身が素晴らしい人になれるからです。

一番幸福な人は、神仏です。神仏は何の見返りも求めず、ひたす

ら人のため、世のために働き続けて下さっているのです。だからこそ、神仏は尊いのです。

見聞きするものは全て、もう一人の自分です。

他人と見えているのは、実は他人ではなく、それはもう一人の自分です。自分が、もう一人の自分の姿を外に見ているのです。そのもう一人の自分の為に良い事をするのですから、結果としてこの自分が幸せになれるのは、理の当然です。自分のする事が、善悪に関わらずそのまま自分に繋がっているのです。絆という線で互いに繋がっているのです。

自分が自分一人の喜びの為にする事などは、たかが知れています。どこまで行っても、自分一人の喜びでしかありません。

私達に与えられたお金や地位や名誉や物品などは、それらはすべて道具です。道具はどこまでいっても道具であり、それらをいくら集めても高が知れた喜びです。

与えられたそれらの道具とともに、体や心という道具をも上手に使って自分を高め向上浄化し、人の喜びを我が喜びとする生き方を目指す人こそが、至高なる幸福者になれるのです。

結局私達は、自分がどれだけ人の役に立てたか、どれだけ人に喜んで頂けたかというその一点によってのみ、本当の自分の幸福度を測る事が出来るのです。



(一)案内

次回五月は、五月十九日(土)を予定しています

勉強会及び月報についてのお問い合わせは、左記まで。

編集発行人

もとはこちら会 資料編集部 北原友也

専用HP <http://www.motoha-kochira.com>

mail: data3@motoha-kochira.com

073・461・6300