

幸せは「ありがとう」の数で決まる

多くの人は、幸せになるために今を頑張っています。今は幸せでないけれど、未来に幸せになると信じて、勉強、研修、トレーニング、下積み仕事などに励んでいます。皆さんも同じ考えかもしれません。私もそうでした。しかし、望んだものを手に入れても、幸せはすぐ遠くに逃げていくように感じました。いつまで経っても幸せに追いつけないのです。なぜでしょうか？幸せは努力して「手に入れるもの」と考えていることが原因です。第一、幸せは「もの」ではありません。心の在り方です。第二に、外から「手に入れる」のではなく内側から溢れて来るのが幸せだからです。

人間は自分一人では幸せになれません。自己満足は、幸せではありません。人間は誰かのために生きる時、自分の存在する意味を見出します。命を懸けても惜しくない対象を見つけた時、逆に生きる意味を発見するのです。聖ホセマリアは「人間は、愛するために生まれてきた」と若者に教えました。「喜びと真心を込めて仕える」時、誰かを愛する時、幸せになるのです。この愛は「この人のために役に立ちたい」という思いです。助けてあげたい、守ってあげたい、慰めてあげたい、励ましてあげたい、このように他者を思う心のことです。

これは未来のためではなく、今、ここにいる人々との人間関係に宿るものです。未来の自分のために頑張るのではなく、今を人々のために役立てて生きるように心がければ、それが幸せの道になります。ちょっとした微笑み、優しい仕草、小さな心遣い、親切な態度などです。これらは「手に入れる」ものではなく、真逆で「与える」ことです。「あげる」生き方です。結果的に、多くの人から「ありがとう」と言われるでしょう。ありがとうの数だけ人と繋がったのです。もっと勉強して、知識や技術を身に付ければ、もっと人に与えることが出来ます。すると、いただく「ありがとう」も増えます。

今の自分は、誰かと繋がって創られました。母親から慰められ、父親から叱られ、先生から教えられ、コーチから鍛えられて自分が出来ました。たくさん与えられたのです。その一つ一つに「ありがとう」と言える人は幸せです。「当たり前」は一つもありません。たくさん「ありがとう」が言える人はもっと幸せです。同じように、自分の未来は誰かとつながる未来です。こうして、日々を重ねながら人々とのつながりを広げて、深めていくことで「ありがとう」が積み重なっていきます。これが人生の価値であり、幸せなのです。■(小寺神父)