

暮らしの中にある「幸せ」

人が「幸せ！」と感じる瞬間は気持ちの良いものです。

小さいころは「親や学校の先生から褒められたり」「運動会のかけっこで一番になったり」した時に……高校、大学になると希望の学校に入れた瞬間や好意をよせた女性と話げできた日などは幸せの絶頂を感じたものです。

社会人になると、昇進や昇給、仕事が認められたときはうれしかったです。

家庭を持った時、子供が生まれた時なども幸せの絶頂にいました。

車を買って、家を持ち、持ち物も豊かになり、徐々に生活が豊かになった時も幸せを感じていました。

太平洋戦争により国土が焦土化した日本では、戦後、「モノの豊かさ=生活の豊かさ」の感がありました。ひたすら働いて時計・洋服・車など海外ブランド物を買って求めたり、海外旅行にあこがれたものです。

戦後復興を遂げ、1968年に日本のGDPは世界2位になり、国民生活はかなり向上してきました。

バブル崩壊まで日本は国をあげてイケイケドンドンの感じで動いてきましたが、バブル崩壊後は全く様相が変わってしまいました。土地神話が崩壊し、株価は大幅下落、円高が進み企業業績は大打撃をこうむり、雇用状況は悪化の連続でした。かつては銀行の倒産なんか考えられなかったことが現実化しました。

企業リストラの被害は多くのサラリーマンを襲いました。

そして人々は20世紀の方程式であった「モノの豊かさ=生活の豊かさ」に疑問をなげかけるようになったのです。

物質的な豊かさを追い求めてもきりがありません。高級なブランド物の服・時計などを求めても、次から次へと欲望はきりがありません。

物・金への執着心や名誉欲などが健康な心身の妨げ、心のメタボになっているのでは？ 気が付いたのです。

適度な物の豊かさに、心の豊かさが加わって豊かな生活が出来るのです。

人生は一瞬一瞬の積み重ねです。この世の中のすべては移ろい変わっていくものです。周囲との関係性の中で自分が生かされていることに気が付きます。

いつも心穏やかに、今ここに生きていることに感謝しつつ生活が送れれば、それが「幸せ」なのでしょう。

健康でいつも「人に有難う！」といい、「人から有難うと言われることが出来」たら、「幸せ」そのものです。

「幸せ、生活の豊かさはあなたの心の中にあり、モノの豊かさではないのです」