

「当たり前」に感謝する時間を」

人はだれもが、幸せになりたいと思っていることでしょう。人それぞれに幸せの定義は異なると思いますが、おそらく多くの方は、いまの自分が手にしていない未来の幸せを夢見て、努力を重ねているのではないのでしょうか。

たしかに、未来の目標に向かって努力することは大切です。しかし、未来の幸せを求めるあまりに、いまの幸せに気づかずにいるのだとしたら、とてももったいないことだと思います。

では、いまを喜ぶためには、どうすればいいのでしょうか。それには、少しだけ意識を変える必要があります。

たとえば、「いまから 50 年後には、空気はコンビニで買う時代になります」。この話を聞いて「そんなばかな話があるものか」と思う人がほとんどでしょう。しかし、考えてみてください。いまから 60 年前、戦後の日本はとても貧しく、食べるものにも事欠く状態でした。そんな時代でも、水は蛇口をひねれば出てくるもので、だれも店で水を買うような時代が来るとは思っていなかったでしょう。しかし現在、「〇〇の水」といった名前のミネラルウォーターがペットボトルで売られています。

この現実を考えてみると、もしかしら 50 年後、環境汚染がいまよりも進み、マスクなしでは外出できなくなった日本で、ポンベに入った「富士山の空気」などというのをコンビニで買って、それを背負って会社に行くサラリーマンの姿が見られるかもしれません。

日本は高度経済成長を遂げ、本当に豊かな暮らしができるようになりました。こんな時代だからこそ、水を飲むことができる、空気を吸うことができることを、ありがたいと思えるようなお互いでありたいものです。

(天理教道友社編『幸せのたねⅡ』—山本祐造『『未来の幸せ』と『今の幸せ』』から

私たちの周りには、数えきれないほどの喜ぶことができます。しかし、そのことに気づくかどうかは、その人の心次第です。

私たちの身体にしてもそうです。目が見える、耳が聞こえる、会話ができる、呼吸ができる、手足を動かすことができる…。一見、当たり前のように思えることですが、少しだけ意識を変えて、これらをありがたいと思えるようになることが、いまの幸せにつながるのではないのでしょうか。

水を飲むたびに、呼吸をするたびに喜びを感じ続けるのは難しいものです。まずは、一日のうちほんの少しの時間でも、「当たり前」に感謝するようにはしてみても如何でしょうか？