



新年祝禱会

朝のこない夜はない

山首 鈴木正修

生かされていることに

感謝をしましょう

生きる喜び

三年程前に、ブータンから国王御夫妻が来日されました。美男美女の御夫妻で非常に記憶に残っています。この時にわかにブータンブームになりました。

ブータンはヒマラヤ山脈に隣接していて、国土の高い所と低い所の標高差のすごい、非常に過酷な気候の国です。

そのブータンでは、日本や欧米で使われる経済指標GDPではなく、GNHという言葉が使われていると話題になりました。これは「国民総幸福量」ということです。先代の国王の時代から、国民に幸せになってもらおうと国民総幸福量を上げる努力をしてきたというのです。そ

の結果、ブータンの人達に「幸せですか」と聞くところどこの人が「幸せだ」と答えるそうです。過酷な気候の中、日本と比べるとかなり貧しい暮らしをしているながら「幸せだ」と大勢の人が言っているのです。

それを聞いた日本人が「そんな幸せな国に一度行ってみたい」と旅行会社に問い合わせが殺到しました。しかし、実際に行った人は「こんなところでどうやって幸せを感じるのだろうか」と驚いたことでしょう。

幸せは心一つの置き所

実は、幸福感は文明の度合いには比例しない

と言われています。また、様々な学者が人間の幸福感・幸福度をいろいろな方面から研究しています。私も何冊か本を読みました。その中で、ノーベル経済学賞を受賞したプリンストン大学のダニエル・カーネマンという人の言われていることが記憶に残っています。「年収が九百万円までは収入と幸福度が比例している。ところが九百万円を超えると幸福度はそれ以上に高まらない」

ある分析によると、低所得の人は「もう少しお金が欲しい」という思いが強く、お金が増えていくにしたがって幸福度が増えていくけれど、ある程度になると幸せはお金ではないと感じてくるのだそうです。

また、「幸福の経済学」という本には「途上国の貧しい農民の多くが自分は幸せだと言う」

と書いてありました。貧しい国にあつて農業をしている人はまた一層貧しいのですが、そういう人達の多くが「自分は幸せだ」と言い、逆に、日本を含む先進国のの方が「幸せではない」と言っているそうです。そしてこの本の最後の方に「所得が高くて幸福度がそれに見合つて高まらないのをイースタリン・パラドックス言います、イースタリン・パラドックスが一番顕著に現われている国は日本です」と書いてありました。

先進国の中で日本は一番平均寿命の長い国です。また、いろいろな医療の面でも恵まれています。それなのに日本人は、その健康や医療に特に不満があると言うのです。

アンチエイジングという言葉をよく聞きます。殊に女性の間で「こういう物を飲むと肌が若返

る」とか「この薬を点滴すると身体全体が若返る」などということが流行しています。これは「いくら健康で長生きできてもやっぱり老けない。健康で長生きできるのはあたりまえで、できるだけ若いまままで年を取りたい」というように「もつともつ」という欲が日本人全般に強くなつてきていて、イースタリン・パラドックスが顕著に現われてきているのではないかと思われます。

発展途上国より先進国に自殺者が多いのも「もつともつ」という欲望・悩みが深いからではないかと思えます。

昔、「青い鳥」という童話を読みました。チルチルとミチルという非常に貧しい兄弟が魔法使いのお婆さんに言われ、幸福の青い鳥を探しに行く物語です。いろいろな国に行き、そこ

こに幸福の青い鳥がいるのですが、連れて帰ろうとすると籠の中からいなくなってしまう。どこの国で捕まえても、いなくなってしまうのです。最後に、クリスマスの朝目が覚めて「夢だったんだ」と思ったら、自分が飼っていたハトの色がどんどん変わり、青い鳥になるのです。そこでチルチルとミチルの兄弟は「青い鳥はここにいたんだ」と気付くというお話です。

これは「幸せは他所にあるような気がするけれども実際は心の持ちよう次第で、本当の幸せはここにあるのだ」ということを教えているのです。

このお話には続きがあります。魔法使いのお婆さんが「幸福の青い鳥を見つけるとどんな願いでも叶う」と言うのです。二人の兄弟の友達に足の悪い女の子がいました。そこで「青い鳥

を見つけたればあの女の子の足も治る」と、その女の子を連れてきて青い鳥を抱かれます。すると本当に足が治るのです。それを見てみんなが幸福の青い鳥を取り合います。しかし青い鳥は逃げて、どこかへ行ってしまった、というのが結末です。

ここがこのお話の肝心かも知れません。幸せは、人と取り合って得られるものではないのです。心の持ちよう次第、そして、どこか他所にあるのではなく、自分の身近にあるのです。

貧乏を楽しむ

幕末の越前藩に、国学者で歌人であった橋曙覧という人がいました。非常に優秀な人でしたが、大変貧乏でした。その貧乏を楽しむような歌を残しています。「独楽吟五十二首」という

ものです。これを読んだ正岡子規が「素晴らしい。源実朝以来、歌人の名に値するのは橋曙覧ただ一人だ」と言っています。

どういふ歌かというのと、すべて「たのしみは」で始まるのです。

「たのしみは妻子むつまじくうちつどひ頭ならべて物をくふ時」

「妻子が仲睦まじく物を食べているのを見る時に幸せを感じる」

「たのしみは空暖かにうち晴し春秋の日に出でありく時」

「春秋の気候のいい時に外を歩くのは楽しい」

「たのしみは物識人に稀にあひて古しへ今を語りあふとき」

「物を知った人にあつて語り合うときが楽しい」

「たのしみは心をおかぬ友どちと笑ひかたりて

腹はらをよるとき」

「気の知れた友人ゆうじんと笑いあいながら語り合あうのが楽しい」

「たのしみは錢ぜになくなりてわびをるに人の來きたりて錢ぜにくれし時」

「お金かねがなくて心細こころほそいときに、訪たずねてきた人ひとが援助えんじょをしてくれた時ときがうれしい」

「たのしみはとぼしきまゝに人集ひとあつめ酒飲さけのめ物ものを食くへといふ時」

「人を集あつめてお酒さけを飲のみなさい、物ものを食たべなさいと勧すすめるときがたのしい」

「たのしみはいやなる人ひとの來きたりしが長ながくもをらでかへりけるとき」

「嫌いやな人ひとが來きた時に、長居ながいせずに帰かえっていった時は楽たのしい」

「たのしみは朝あさおきいで、昨日きのうまで無なりし花はなの

咲さける見みる時」

「朝あさ起きて昨日きのうまで蕾つぼみだった花はなが咲さいているときが楽しい」

正岡まさおか子規しきは「技巧ぎこうがなく、素直すなおに日々ひびの喜よろこびを表あらわしている」とほめています。

越前えちぜん藩はんの藩主はんしゅは松平まつだいら春嶽しゅんがくという人ひとで、名君めいくんとして有名ゆうめいでした。当時とうじ、四賢けんごう候こうという四人にんの賢かい

君主くんしゅの一人ひとりに挙あげられています。この松平まつだいら春嶽しゅんがくが橘たちばな曙あけ覧らんの噂うわさを聞きき、城しろに出仕しゅっししてもらいた

い」と思おもひ橘たちばな曙あけ覧らんの家いえに出向いでむきました。するとそこは非常ひじょうにおんぼろな家いえでした。松平まつだいら春嶽しゅんがくは

「こんなところに住すんで、あんな楽たのしそうな歌うたを詠よんでいるのか」と驚おどろきました。そして、出い

仕ししてもらえないか」と言いいます。しかし、橘たちばな曙あけ覧らんは城しろにのぼることを断ことわります。その時とき、松

平春だいらしゅんがく嶽がくは、自分じぶんは何なに一つ足たりないものはない身み

であるけれども、心は寒く、貧しくて、彼に対して後ろめたく、顔が赤くなる心地がした」と恥じ入り、生涯、橘曙覧の後援者となりました。橘曙覧の歌集は松平春嶽のお陰で出たのです。橘曙覧のように、日々の生活の中で「たのしみ」が見つけれられると、一番幸せということになるのだと思います。

—— 生きているだけありがたい ——

日々喜び、感謝をすることが大事です。感謝をするためには、視点を変えてみるのも良いと思います。「もつともつと」ではなく、「こんなにありがたいことがあるんだ」ということが感じられると「幸せだな」となります。今我々は日本に住んでいます。そこで提案です。これほど素晴らしい国に住んでいる価値

はどれくらいだろう」と、値段をつけてみたらどうでしょう。

この国に住みたくなかったら、どこに住みたいと考えますか。日本に住みたくないう人はそんなにいないと思います。たまにイタリヤとかフランスという人はいても、やっぱり日本が良いなという人が多いと思います。私は、「値段がつけられないくらい日本は素晴らしい」と思っています。

また、愛する人、自分を愛してくれる人がどれくらいいるか、価値があるか考えてみて下さい。

「誰かからお金をもらって売り渡すことができますか」と言われてもできないでしょう。家族や友達などかけがえのない人が、今私達にはいます。

今度は自分の体、たとえば目です。目が開い

て物が見えるのは当然のように思っていますが、もしこの目を売ってくれと言われたとしたらどうでしょう。いくらもらってもいやでしょう。

二つあるから一つはいいではないかと言われてもそうはいきません。手足もそうです。国家予算くらいのお金をもらっても、売り渡すことはできません。それくらい尊いものを持っているのです。こんなありがたいことはありません。

このように視点を変えていくと、ありがたいことばかりになってきます。

プロゴルフアーの中嶋常幸さんがテレビである体験を語っていました。中嶋さんのお父さんは非常にスパルタで、子どもを叩いてゴルフを教えました。そのおかげで中嶋さんは若い頃から大活躍し、日本パブリック選手権から日本オープンに到るまで、「日本」と名の付くタイト

ルをすべて取ってしまいました。賞金王にもなりました。ところが四十歳を過ぎた頃にお父さんが亡くなりました。すると予選落ちばかりになったのです。

「考えてみたらお父さんは怖かったけれど、あなたのお父さんに褒めてもらおうと思つて一生懸命やっていた。ところがお父さんが亡くなって、褒めてもらおう人がいなくなったらモチベーションが無くなってしまった」と言われていました。そして、予選落ちを繰り返して「ゴルフをやめないといけないかな」と思いながらホテルでふて寝をしていた時、もうじき死ぬという寝たきりの少年がテレビで話していました。少年が、「皆さん、命があるだけでいいですよ。体が動かなくても命があるだけで。僕も動けなくてもいいからもっと生きたいです。この世に命が

あるだけで幸せなんです」と言っていたのです。それを見た中嶋さんは「自分は健康でゴルフができています。何を落ち込んでいますか。落ち込んでいる理由なんて何も無いじゃないか」と思ったそうです。それから、「もう一回やろう。生きていますだけでありがたいんだ」と思えた時に大復活し、シニアになってからもシニアの日本タイトルを取り、若手と試合をしても勝つようになりました。

人は生かされている

比叡山の千日回峰行を二度成満された酒井雄哉大阿闍梨に、ある信者さんが「人間はなぜ生きるのでしょうか。つらいことばかりの人生に、

ふと、生きていく意味とはなんなのかを考え込んでしまいます」という質問をされました。それに対する酒井阿闍梨の答えは「なんで生きるのかなんて考えてしまうのは、感謝する気持ち

が足りないからです」というものでした。感謝する気持ちがあつたらなんで生きるのかなんて考えませんよ」ということです。

人間は誰もが自分で生きているのではなく生かされているのです。人間は支え合つて生きているのです。生かされていることに感謝をする、そこで自然に報恩の気持ち芽生え、社会や人に対して何かしなければ」という気持ちになります。生かされていることに感謝をしなければ、何も始まらないのです。