

幸せに暮らすヒント —正解のない話題源—

教育界に限らず、ウェルビーイングという用語が用いられるようになりました。

幸せに暮らしたい、というのは万人の願いです。本号では、そのためのヒントを探ります。

◆ 「しあわせは、いつも自分の心が決める」

これは、相田みつをの言葉です。幸せは何気ない日常に潜んでいる。よって、**幸せを感じるセンサー（感性）を高める**必要がある、ということです。

私は、「幸せを感じるセンサー」を、**物事を「当たり前」ではなく、「有り難し」と受け取る感性**であると捉えています。ちなみに、「ありがとう」の語源は、「有り難し」です。

日常に潜む「有り難し」ことは、実に多種多様です。健康で心安らかに暮らしていること、挨拶や会話を交わす友人がいること、自分を応援してくれる家族がいること、四季の移ろいを感じられる自然が身近にあること、等々です。

◆ 「足るを知る者は富む」は、老子の名言です。「足る」とは、足りていること、既にあることを指します。「知る」とは、注目すること。「富む」とは、幸せになれる、という意味です。人の欲望には際限がないため、「**足るを知る**」は、「幸せに暮らす」ために欠かすことができません。

◆ 自分が他の人や集団のために役立っていることを自覚すること、すなわち、家庭や学校、職場において「**自己有用感**」を抱くことも、「幸せに暮らす」ことにつながると考えます。



全員参加の経営

京セラ名誉会長、KDDI 最高顧問、日本航空名誉顧問 稲盛和夫
命令されて仕事をする場合、人は無目的で無意識的な行動をしているにすぎません。

一方、経営への参加を求めた場合、命令されなくても自ら積極的に自分の考えを述べると同時に、仕事を何としても成功させようと努力する責任感、使命感が芽生えることとなります。

出典：「稲盛和夫一日一言 運命を高める言葉」（稲盛和夫著 致知出版社）

※ 経営には「工夫を凝らして物事を行う」という意味があります。主体性を引き出すことが肝心です。