

4月30日 全校朝会

本日は、私がこの4月当初に赴任してきて、初めての全校朝会でした。
初めて私から西小の子供たちに伝える話は、何を題材にしようかと逡巡しました。

私は、かねてから、つかこうへい氏の著書の題名にもなっている「人は幸せになるためにうまれてきたのです」(光文社 1996 年)という言葉をととても大事にしています。
また、宮沢賢治氏の農民芸術概論綱要の中に記されている『世界がぜんたい幸福にならないうちは個人の幸福はあり得ない』(宮沢賢治全集 ちくま文庫 1995 年)という言葉も長く深く胸に刻みながら、日々生活しています。
そして、昨年、「ウェルビーイング」という考え方に出合い、感銘を受けました。

それらの思いを込めて、いじめ問題の根絶への切なる願いも含めた、学校における一人一人の Quality of life の追求に向けて、1年生の子たちにもなるべく分かりやすいようにと心掛けながら、「幸せについて」の話をすることに決めました。

今回、私がお話しした内容は次の通りです。

「幸せに気を付ける」…この言葉を皆さんは聞いたことがありますか。
では、「健康に気を付ける」という言葉はどうですか。よく耳にしますね。
実は日本に住む私たちが健康に気を付けるようになったのは、ここ100年くらいのことで、「健康に気を付ける」という考えは、歴史的にととても新しいものだそうです。
「幸せに気を付ける」はあまり聞いたこともなくて、なんだかしっくりこないけれど、とても大事な考え方ですので、皆さんにお勧めしたいと思って、これからお話しします。
気を付けないと、「幸せ」でい続けることは簡単ではありません。
そして、「私もあなたも、みんなも幸せ」でないと、幸せとは言えません。
ですから、みんなで「幸せ」に気を付けなければ、幸せでい続けることはできないのです。「幸せ」でいることは難しいのです。

この幸せについて考える学問を「ウェルビーイング」と言います。
「ウェルビーイング」の研究では、次のことが明らかになっています。

幸せな人は…アイデアがあふれて、仕事が速い、成績がいい、親切で思いやりがある、感謝できる、やる気がある、自分の素敵さが分かっている、頑張り屋さん、健康で長生き等々。なんだか、よいことづくめです。

私たちはみな、幸せなるために生まれてきました。そして幸せに生きるとこんなにいいことがあると分かっているならば、幸せを目指さない手はありません。

普段の生活の中で、皆さんに是非、してもらいたいことがあります。それは、先ほどからお話しているように、「幸せに気を付けること」です。

例えば、「私が友達に言ってしまったことやしてしまったことは、私にとって『幸せ』なのだろうか。友達の『幸せ』を守ってあげられているのだろうか」と。そうやって自分だけでなく人の幸せに思いを馳せることが、「ウェルビーイング」の実現した社会を作っていきます。

さあ皆さん、これからみんなで「幸せに気を付けて」いきましょう。