

「おかげさま」の心



NEW MORALS

私たちは、
毎日どのような心で暮らし、
どのような心で
人に接しているでしょうか。
ニューモラルは、
人としての行いととも、
そのもととなる
心のあり方（心づかい・考え方）を
大切にするモラルです。

この小さな月刊誌
「ニューモラル」は、
創刊（昭和四十四年九月）以来、
心豊かな人生、楽しい家庭、
明るい職場、住みよい社会を
つくるための心づかいと行いの
あり方を提唱しています。

目次

「おかげさま」の心	3
心づかいQ&A	16
あなたからのおたより	18
「生涯学習セミナー」1月のご案内	19

「おかげさま」と「お互いさま」——それは日常のふとした場面で交わされる言葉です。

私たちがこつした言葉を使うとき、そこここのような思いを乗せているのでしょつか。また、「おかげさま」「お互いさま」という言葉の意味するところをあらためて思いを致したとき、どのような気持ちがわき起るでしょつか。

「おかげさま」は何のおかげ？

- A 「ご両親はお元気ですか」
B 「ええ、おかげさまで」
C 「先日はご迷惑をおかけして……」
D 「いえいえ、お互いさまですから」

——日ごろ、こんな会話を耳にすることもあるでしょう。

Bさんは、両親の安否を気づかってくれたAさんに「おかげさま」という感謝

の言葉で応じています。AさんがBさんの両親に何か特別なことをしてくれたわけではなくても、ここは「おかげさま」と言うのが一般的ではないでしょうか。

Dさんが言った「お互いさま」につい

ても同様です。おそらくDさんは、Cさ

んに取り立てて迷惑をかけたという事実がなかったとしても、やはり「お互いさま」とつつましく返すのでしょうか。

「おかげさま」も「お互いさま」も、その言葉を交わす人たちの間に温かい空気を生む言葉です。これらの表現には、人と人との「つながり」を大切にしている気持ちが込められています。

私たちは家族や親しい友人をはじめ、地域社会や仕事を通して出会う人など、さまざまな人との「つながり」の中で、互いに支え合って生きています。今回は「おかげさま」「お互いさま」という言葉を通じ、私たちを支えている「つながり」について考えてみましょう。



「支え合う」の中に生きる

私たちは生きていく限り、さまざまな人の支えや助けを受けるものです。

例えば、日常生活を営むうえで、電気・ガス・水道などを利用しないわけにはいきません。そうしたライフラインの背後には、仕事という形でサービスを支えている大勢の人たちの力があります。ところがその労力に対して、私たちはふだん、取り立てて「おかげさま」といった意識は持たないものです。

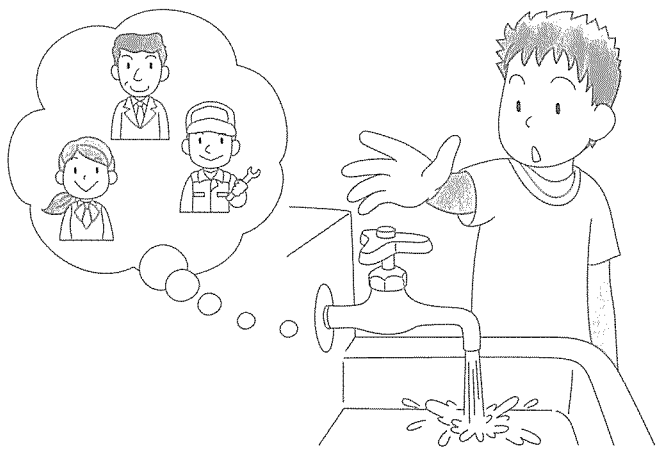
そこには「サービスを利用する側はお心に「おかげさま」「お互いさま」という気持ちが生まれるのです。

「おかげさま」とは、自分を支えてくれているすべてのものへの感謝を表す言葉です。また、私たちが「お互いさま」という言葉を使うとき、そこには「自分も皆さんのお世話になっていますから」「自分も誰かしらに迷惑をかけることはありますから」といった謙虚な気持ちが込められています。

周囲への感謝を忘れない謙虚な心の持ち主のもとでは、いさかいは起こらず、温かく親しみやすい空気が醸し出されることでしょう。「おかげさま」「お互いさま」という心がけは、社会の潤滑油といえそうです。

金を支払っているし、提供する側はそれで報酬を得ているのだから当然」という見方もあります。しかし、この社会を構成する一員として大切なことは、まず「持ちつ持たれつの関係の中にいる」と自覚することではないでしょうか。

それは「迷惑をかけたか、かけられたりすることもある関係」ともいうことができます。自分では気がつかないうちに、他人に迷惑をかけていることもあるはずですから。その自覚があつてこそ、私たちの



「つながり」が生む心のエネルギー

人と人との「つながり」を自覚することには、もう一つ、大きな意味があります。

つらく悲しい出来事があつたとき、家族や友人等、親しい人たちの存在そんざいに勇気づけられ、乗り越えることができたという経験けいけんを持つ人も多いことでしょう。「この人と自分は心でつながっている」「私のことを応援おうえんしてくれている人がいる」という実感は、私たちの心に「生きる力」をもたらすのです。

また、私たちの言動は、自分で思う以

上に周囲えいきょうに影響あつを与えるものです。

どのような気持ちで人と接せつし、どのような心で人や社会とつながっていくか。そうした一人ひとりの考え方や行動が、人間関係をよくも悪くもします。そして良好な人間関係が築きずかれたなら、自分にとつても周囲の人々にとつても安心と喜びのある生活が実現することでしょう。その意味でも「人や社会とよりよくつながる力」を育はぐくんでいくことは、私たち自身にとつて大切なことです。



伝えたい「お互いさま」の心

今、不登校やいじめへの対応を模索する学校教育の現場において、子供たちの「つながる力」を育む試みとして注目されている活動があります。

「昔は近所の者同士、学年を越えて大勢の子供たちが一緒に遊ぶ場があったものです。そこでは当然、もめごと日常的に起こっていました。仲間内の誰かが必ず止めに入ったから、深刻ないじめには発展しなかつたのだと思います。でも、今の子供たちにはそういう機会がない。

だからこそ、学校における教育活動の一環として、子供たちの『つながる力』を育む活動を意図的につくっていく必要があるのです」

そう語るのは、元高校教諭の山口権治さん（日本ピア・サポート学会理事）。山口さんは長年、静岡県内の公立高校で英語を教えるかたわら、「ピア・サポート（仲間による支援）」と呼ばれる活動を推進してきました。

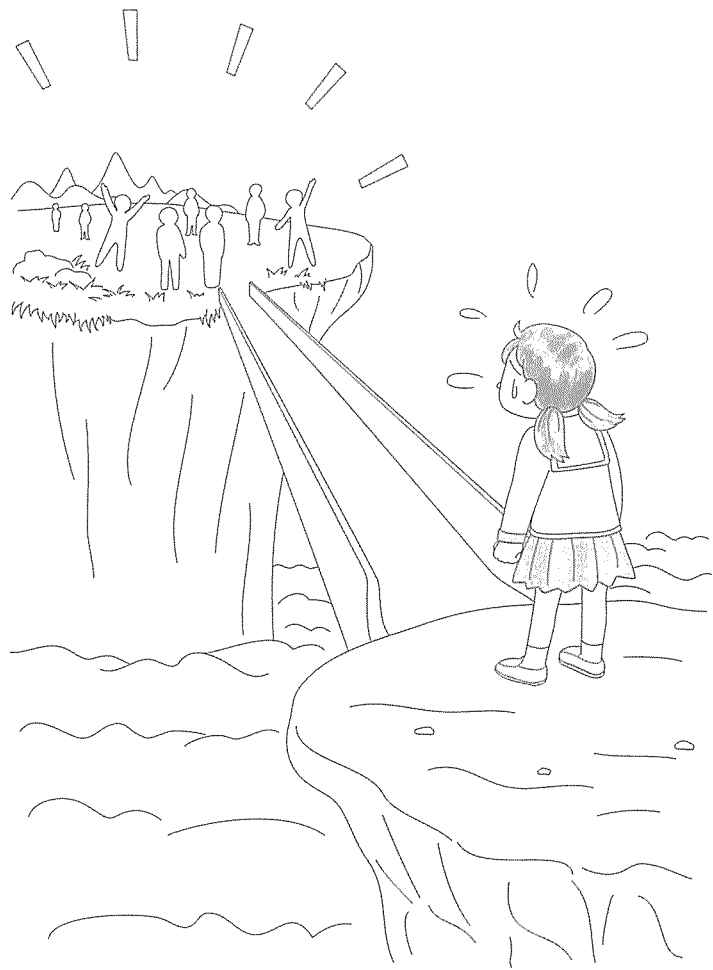
「ピア・サポート」とは、コミュニケーション

シオン訓練をはじめとする「人間関係を豊かにするための学習の場」を設けることで、子供たちが仲間同士で支え合えるような関係を築いていくことをめざす実践活動です。具体的には「問題を抱えている仲間の相談に乗り、解決を支援できるようにすること」「仲間同士のトラブルを仲裁できるようにすること」等を目標とします。

山口さんがこの活動に注目したのは、大人がさまざまな手を尽くしても減ることのない不登校やいじめへの問題意識からでした。その著書には、次のようにあります。

—— いじめの加害者は、いじめの事実に基づき処罰され、被害者はさまざまな





ケアを受けます。しかし最終的に、被害者も加害者も同じ教室に戻ります。いじめとは、生徒同士の関係性が深刻に壊れている状況です。加害者に罰を与えることによって両者の人間関係が修復され、同じ教室で安心して生活できるようにするのかといえば、それは疑問です。（中略）いじめの被害者や不登校の児童・生徒に対するスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーの個別支援が必要なのは、言うまでもありません。しかし同時に、教員が教室における仲間集団を育て、「いじめが起らないクラスにする」「いじめをしない人間を育てる」「不登校にならないたくましさやしなやかさを育てる」「生徒たちの『人とつながる力』

を育て、皆で問題を解決する力をつける」などの予防的取り組みを行わなければ、不登校やいじめの数は減少しないでしょう——（山口権治著『不登校・いじめを起さない集団づくり——ピア・サポートに学ぶ〈道徳教育シリーズ〉』モラルロジー研究所刊）子供たち自身による支え合い——その根底にも「おかげさま」「お互いさま」といった心が不可欠であることは、言うまでもありません。こうした心を育てる教育は、不登校やいじめという学校教育の現場で直面する問題の解決策ということにとどまらず、子供たちが将来、一人の社会人として生き生きと活躍していくための土台をつくることともいえるのではないのでしょうか。

「おかげさま」の思いを生かす

私たちは多くの人に支えられ、今を生きています。

それは「私という人間は大勢の人たちから大切にされている、かけがえのない存在である」ということでもあります。その事実を認識したとき、心の中に安心が生まれ、人生を生き抜くための力がわいてくるのではないのでしょうか。

そして自分が「かけがえのない存在」であるとするれば、自分以外の一人ひとりもまた「かけがえのない存在」であると

いうことでしょう。その意味で、自分が受けている恩恵（おかげ）を知り、これに感謝することは、思いやりの心を育む第一歩です。

「自分自身が受けている恩恵」について考えると、「今は亡き親の恩」や「行きずりの人から受けた恩」のように、もはやその相手には直接返せない恩もあるでしょう。あるいは、返しきれないほど大きな恩もあるはずです。しかし、その恩を「次の誰か」に送り、送られた人もま



た「次の誰か」に送るということを繰り返せば、思いやりの心が時代も国境も越えて社会の中をめぐっていきます。

誰かの「思いやりある一言」に触れ、ありがたく思ったなら、自分も他の人に温かい言葉をかける。誰かの手助けを受けて救われた気持ちになったなら、自分も「困っている人の力になれたら」という目で周囲を見渡してみる。「子供や孫の時代には、今より少しでもよい暮らしを」と願って努力を重ねてきた先人たちへの感謝を胸に、自分も次の世代のために「よりよい社会づくり」に貢献していく——それは支え合いによつて成り立つこの社会の一員としての、大切な務めといえるのではないのでしょうか。