

正智深谷高等学校特別コラム

Mind Charging

Since 2020

第322回

日野原重明

の名言

発行：入試広報室

発行日：令和4年9月16日

編集委員：入試広報室 鈴木



今回の言葉

人は、自分の不幸に敏感であり、
幸せに鈍感である。

日野原 重明は、日本の医師、医学者。位階は従三位。学位は医学博士。聖路加国際病院名誉院長、上智大学日本グリーンケア研究所名誉所長、公益財団法人笹川記念保健協力財団名誉会長。

Column

今回の言葉を知った時、『確かに！』と大きく納得できた気がしました。これまでも私自身の中でポジティブな気持ちとネガティブな気持ちの大きさに差があると感じていました。なぜなら不幸だと感じている時に幸せを感じるような出来事があったとしても、それがかなり大きなものでない限り『嫌なこと全部飛んでいった！』と幸せな気持ちにはなかなかならないのですが、幸せな気持ちで過ごしている時にも気になることやちょっとした不安は抱えている状態であったり、ストレスを受けた時に『せっかく楽しんでいたのに…』と、一気にトーンダウンすることがあるからです。

自分の成長のためには楽しい事ばかりではなく苦しいことも経験しなければならないことや、常にストレスなく楽しく過ごしていただけるわけではないということは理解しているものの、ついつい苦しいより『楽』を求めがちな自分の甘さを反省することが多々あります。今回の言葉を知ることで“みんなそうなんだから問題ない”と自分に甘く受け止めるのではなく、“誰もが感じていてクリアしたいこと”と捉えることで自分の成長のための課題のひとつにしようと考えました。

そもそも、なぜそのような感覚に陥るのかを考えてみると、よく耳にする『自分が一番かわいい』という言葉が思い浮かびます。この感覚も誰もが持っている部分があると思います。先に述べたように人はネガティブな感情にはなかなか順応できない部分があります。自分をかわいがるもう一人の自分がいて、喜びも悲しみも共有するのだとしたら、やはり不幸を感じることへの警戒感や感じた時のダメージは大きくなります。『それが人です』ということであれば理解して上手に付き合っていくことが重要です。自分が一番可愛いという感情は、私の中ではそれが間違っているとは思いません。もちろんわがままはいけませんが、『情けは人の為ならず』ということわざにあるように、誰かの為にしたこと巡り巡って自分に返ってくるという感覚で仲間や家族とのポジティブな気持ちの行き来があるといいですね。正智深谷高校が校訓に並ぶほど大切にしている『利他の精神』や『共生～ともいき～』という考え方がこれに繋がってくるのではないのでしょうか。