

スクールカウンセラーだより

No.8



令和2年11月

スクールカウンセラー 中野隆治



「誰かのために」



秋も深まり、木々の葉が色づく季節になりました。書店めぐりの機会も多くなり、カフェでの読書にもふさわしい季節になったと喜んでいきます。ある日、都内でも有数の大型書店の一角に積まれてある、ある作家の本の帯に書かれてある言葉に触れた時、何か感じるものがありました。以下、そのことを書いてみます。

「あなたが生きているのは誰かの役に立つためです」

本の帯には、そんな言葉が書かれていました。こんな言葉が言えるのは、現在、この人しかいません。^{せとうちやくちょう}瀬戸内寂聴さんです。瀬戸内さんは、知っている人も多いでしょうが、若い頃、小説家として大成功し、ベストセラー作家になりつつも、頂点にあった時に、急に決意して仏門に入った人です。京都の尼寺で、今も、静かな^{にそう}尼僧として暮らしておられます。その人の言葉だけに、多分、^{せっぽう}説法(=仏教の教えを説き聞かせること)の時の言葉でもあるのでしょうか、重みがあります。

人は誰かに役立つために生きている……………。

一方、この言葉から連想される別の一句があります。

「情けは人のためならず」

です。小さい頃、家族が話しているのを聞いた時、子ども心に全く誤解して理解していました。相手に情けをかけると相手甘えてしまうので、情けはかえってかけない方がいいのではないかと……そんな風に考えてしまったのです。

今はもちろん、その真意が分かります。心理学のたとえでよく使われることわざとして、人が誰かに情けをかけることにより、自分の生きる意味や価値が確認され、結果として、自己肯定感(=自分を尊重する感情)につながるのです。他人を思いやり、社会に貢献することで、自分の存在意味が確認でき、自分の評価を高めることができるのです。

こう考えてくると、先程の、寂聴さんの言葉の意味が理解されてくるはず。「人は誰かの役に立つために生きている」という考えが身にしみて迫ってくるのではないのでしょうか。

ただ、誰かのために生きるといっても、^{にちじょうきはんじ}日常茶飯事、いつもそればかり考えながら生きていくことは不可能です。誰かの役に立つことで、自己肯定感が高められるにしても、自分自身の本来の生き方、その方向性がなおざりにされることは許されません。自分を忘れないようにしながら、困っている誰かのことも考える……………この二つの思いのせめぎ合いが、人生ではないかと思っています。自分と誰か、このどちらも大事な存在が、共存する生き方を選んでほしいと思います。