



幸せばばら、そこに！

—相談室パートナー—

小木 晴代

h-ogis8doel@tbz.t-com.ne.jp

たまたま図書館で見つけた本、原田宗典「幸福らしきもの」集英社文庫 一は、著者が幸せととらえた40編が収められています。「幸せは歩いてこない、でもこちらから出向いても幸せに出会えるわけではない。じゃどうすりゃいいのと言うと、立ち止まって自分の周囲をよく観察してみればいい」という書き出しで始まっています。

タイトル「ふかふか布団の快樂」では、「せんべい布団に寝て貧しさを感じながら干すという行動をしなかった僕が結婚して、干したてのふかふか布団に寝られるようになった時のなんとうれしかったことか」

「お買い物の幸福」では、「駄菓子屋での買い物は少年のぼくにとって、幸福な時間の一つであった」「褒められる幸福感」では、「勉強も体育も音楽も図工も平均点しか取れない平凡な子供だったので、先生は苦肉の策として作文を褒めてくれた。天にも昇る気持ちだった」

20年以上続いているCL学習会メンバーに上記の本を紹介し、「あなたが最近、幸せを感じたことは？」と質問してみました。

- ・「みとりし」というタイトルの映画を見た。映画の内容と昔風の映画館の雰囲気がよく、タイムスリップした感じ、幸せな時を過ごした。
- ・孫と一緒に、「天気の子」という映画を観られてうれしかった。
- ・学習会の前に海鮮寿司を食べた。美味しくてしあわせ！
- ・飼っている猫と戯れる時間が何より至福のひと時。
- ・宝くじで一万円が当たった、ラッキー！
- ・マッサージを受けに行ったとき、順番までの時間に映画を見た。時間がうまく使えてラッキーなうえに、映画もマッサージもよくてうれしかった。

と具体的な幸せの発表がありました。

「リーチ先生」原田マハ 集英社一に登場するシンシアはお針子や魚売り、パブの女給をして一家の生活を支えている若い女性です。恋人になる日本人に、「暮らしは大変だけど、楽しいことがあるのよ」と語ります。「例えば、朝起きて、窓を開けるとさわやかな潮風が小さな部屋の中に吹き込んでくるとき。太陽がのぼって、自分たちを明るく照らしてくれると感じたとき。仕事を終えて帰ると、母がベッドから起きてやさしく抱きしめてくれる、今日も一日、ありがとうって言って。弟と妹がすやすや寝ているのを見るとき。・・・」

小さな幸せをキャッチしている人たちを知り、幸せのおすそわけがあったように感じました。

(千葉県千葉市インストラクター)