

ささえ愛

北宇和高等学校
人権委員会
2024 10月号

「ありがとう」



地方創生課 染矢 貴厘子

みなさんは、一日に何回「ありがとう」という言葉を口に出しているでしょうか。「ありがとう」は、人に何かをもらった時、何かをしてもらった時の感謝を表す言葉です。つまり、「ありがとう」は、どれほど感謝の気持ちを抱いているか、伝えているかということの指標となるのです。

なぜ感謝を表すのに「ありがとう」という言葉を用いるのでしょうか。漢字にしてみると意味を捉えやすくなるので変換してみましょう。「ありがとう」は「有り難う」と表記されます。さらに言葉を遡ると「有り難し」となります。「有ることが難しい」、すなわち容易ではない事柄に対して用いる言葉です。「そんなことがあるなんて」という思いから感謝の気持ちを表す言葉として定着したのでしょう。

では、「ありがたい」という言葉の対極にあるのはどのような言葉でしょうか。それは「あたりまえ」です。「あたりまえ」は、そうなることが当然だという意味を持つ言葉ですから、「あたりまえ」だと思っていることに感謝することはありません。

みなさんの生活に目を向けてみましょう。朝目覚めてから夜眠りに就くまでの間に起こることは「あたりまえ」でしょうか、それとも「ありがたい」ことでしょうか。何も考えなくてもできてしまうことが多く、繰り返される日常を当然のことと捉えてしまう人が多いのではないかと思います。しかし、その当然のような毎日を送ることができるのは、それを支えてくれる人がいるからです。家族、友人ではありません。食を支える仕事に携わる方、水道・電気・ガスなどを整備・提供する仕事に従事する方、商店や公共交通機関で働いている方・・・数え上げることができないほど多くの方によって私たちの生活は支えられています。ごはんが美味しかった、声をかけてもらった、ペンを貸してもらった・・・こうした小さなことであっても「あたりまえ」と流してしまうことなく、一つ一つに感謝の気持ちを向けてみましょう。自分が持っているもの、受けているものの大切さに気づくはずですよ。

世界に目を向けてみましょう。戦争や紛争、災害や飢餓によって「生きること」があたりまえではない国や地域があります。そう考えると、今日という一日を無事に生きられたということ自体がありがたいことであり、感謝すべきことなのです。誰かのおかげで、何かのおかげで「生かされている」という意識を持つと、見え方が変わってくるのではないのでしょうか。

何の変哲もない、平凡に見える日常は、奇跡のようなことの積み重ねであり、有り難いことの繰り返しなのです。それに気付くことができたとき、目の前の出来事一つ一つに意味を見出し、大切なこととして捉えることができるのではないのでしょうか。

「ありがとう」という気持ちと言葉を大切にすることには、もう一つプラスの側面があります。それは「有る」ことに気付けるということです。私たちは「無い」ものにばかり目を向けてしまいがちです。人と比べて自分には無いと悲観したり、自己肯定感が低下したりすることもあるでしょう。承認欲求を満たすために、何とかして「有る」と見せようとして強く大きな態度に出してしまうこともあるかもしれません。「無い」ところに焦点を当てると、実際に「有る」ものが見えなくなるばかりか、自分自身を苦しめてしまうのです。

まずは「ありがとう」という言葉を口にするところから始めてみましょう。私たちは既に多くのものを持っています。いただいているのです。そこに気付くことができれば、自分を大切にできるだけでなく、他者を尊重することもできるはずですよ。

さあ、今日は何回「ありがとう」と言える(言った)か、寝る前に数えてみてはいかがでしょうか。

*余談を一つ。探し物をするときに「無い」と口に出している人は、なかなか見つけることができません。自分で「無い」と決めつけているからです。「有る」と口にして探してみてください。



※ 人権だより「ささえ愛」では皆さんの感想、人権についての考えを募集しています。

感想・意見 () 年 () 組 ()

切り取り線

9月号の感想を紹介します。



9月号は「人権を守るために考えておきたいこと」を伝えてもらいました。

常に自分を正当化するのではなく、「間違っているかもしれない」と一度考え直すことが大切だと思った。

人を傷つけないためにも、一つ一つの行動に責任を持って、言葉には思っているよりも大きな力があることを考えるようにしたい。

時と場所をわきまえた行動をすることが大切だと思った。一人ひとりがよりよい未来にしていこうと思う医師が持てたらいいなと思う。

人権について言葉だけで語るのではなく、行動などで示すことが大切だと思った。

自分が絶対という考えは周りの人に迷惑や不快な思いをさせてしまうことを今一度知ることができた。自分の発言や行動が周りの人に迷惑をかけていないか考えてから行動したい。

行動する一つ一つのことに對して、差別していないかと考えたいと思った。自分を正当化しないようにしたい。



宇和島地区人権委員交流学習会



2年生人権委員現地研修

人権委員会の校外での活動です。集会や授業で報告したいと思います。

