



あなたの悩みをお聞かせください

高齢者情報相談センター（運営：公財）京都SKYセンター

相談電話 075-221-1105

相談時間 9時～16時（土・日・祝は休み）

相談方法 電話・来所・メール

新年おめでとうございます。今年も皆さまにとりまして健康やかで幸福な年でありますよう念願致します。

さて、昨年四月から僧侶三名が相談ボランティアに加わり、十一月には「みやこめっせ」で行われた「SKY人生100年フェスタ」にも参加させていただきました。多くの皆さまから様々な相談をいただきました。また、メディアでは暗いニュースも多く、一層不安を感じる昨今です。そのような中、少しでもお力になればと、二カ月に一度のペースでコラムの連載をさせていただくことになりました。年初めの記念すべき第一回目は、「利他の心」についてです。

優しい歌声が特徴的な槇原敬之さんという方がいらっしやいます。「僕が一番欲しかったもの」という歌には、「利他の心」が見事に描かれています。歌の中で主人公は、自分が拾った「素敵なもの」を、必要とする人々に贈ることを通して、「一番素敵なもの」を見つけていきます。最初に拾った「素敵なもの」とは何でしょうか？「愛」や「お金」、「名声」かもしれません。誰しもそうした「素敵なもの」は、手放したくないものです。それでも「その人の為なら」と、必要としている人に差し出してみる。すると、相手は大いに喜び、自分の心も満たされます。歌の中でも、「一番素敵なもの」は、受け取った人々の幸せそうな笑顔でした。

私たちがこの世でのご縁を終える時、お金や物を持っていくことはできません。むしろ、「拾った」ご縁を贈ることを通して、豊かな人間関係や自己肯定感を育むことが、ひいては幸福な人生へとつながっていくのではないのでしょうか。