



「幸せは感謝の気持ちから」

一つの興味深い記事に出会った。それは昨年、国連が「世界幸福デー」に定めている3月20日に、「世界幸福度ランキング」を発表したという記事である。2017年版のランキングにおいて、日本は155カ国中51位となっている。予想以上に日本が低い結果を知り、単純に国の豊かさがランキングに比例するものではないことを知った。日本のランキングが低い要因までは特に調べはしなかったが、自身に当てはめて考えた時、私は幸せだと感じた。その理由について過去を振り返ると、感謝の気持ちにあるのではないかと考えた。

20代のころ、ある部署に配属となり目の前の仕事に追われていた時期があった。当時は多忙なことに對して「自分は不幸だが、一番大変な仕事をしている」と根拠のない考えを持つようになり、自分自身を正当化していた。そのため、周りが全く見えておらず、例えば顧客との面談や上司との同行訪問は、当たり前のことといった考えがどこかにあった。しかしながら、このような考え方からの仕事は長くは続かず、やがて行き詰り、塞ぎ込んでしまった。そのような時にある上司から、「周りに感謝しながら仕事しているか？ 相手を尊重しているか？」と言葉をいただいた。

この言葉より、これまでの行動を一つずつ振り返った結果、私は見ている世界が大きく変わった。先程、例に出した顧客との面談や上司との同行訪問については、その方が時間を割いて私に面談や指導をしていただくことが、どれだけ貴重なことかを考えるようになった。メールや会話一つにしても、御礼の言葉や配慮が加わるようになった。それは、私自身が常に周りに支えられていることに気づき、心の底から感謝の気持ちを持つようになったことが理由として考えられる。上司の言葉に救われ、これまでいただいた支援に対して恩返しをしたいと考えた。数年後、別の勤務地に配属となったが、そこでは周囲への目配り気配りを意識するだけでなく、前の勤務地で得られた情報や経験も積極的に共有して、全体で盛り上げていくことに尽力した。目配り気配りに関しては、未だ完璧に配慮ができていないとは考えておらず、今後も意識して高めていきたいと考えている。

冒頭で紹介した記事の見出しは、「あなたは今幸せですか？と聞かれたら？」というものである。この見出しに対して、私は迷わず「はい、幸せです。」と答えることができる。これからも、私は感謝の気持ちを持ち続け、周りからの支援に対して恩返しができるよう行動したいと考える。

(M.K)