

## (十五) 感謝---感謝の気持ちは人生をより豊かにする

今日はいよいよ最終回となりました。本日のメッセージは「感謝の気持ちは人生をより豊かにする」です。

「感謝する」とは、心にありがたく感じる事、あるいはありがたいと感じてそれを態度に表わすこと（礼を述べるなど）です。それは、大別すれば二つの場合があります。一つは、他人から受けた好意・親切などに対してその人に感謝する（grateful）という場合です。もう一つは、特定の人や何かをしてくれたことに対してではなく、われわれの力を越えたことから、ないしものごと（例えば自分の幸運、自然の環境など）に対して感謝する（thankful）という場合です。いずれの場合も、自分の努力なくして自分に好ましいことがもたらされる点で共通しています。こうした場合に感謝の念が湧くのは、ごく自然なことといえます。

ただ、そうした自然な感情の発露がある場合にだけ感謝するというのではなく、「常に感謝の念をもってものごとを捉える」という姿勢、つまり意識的、積極的に感謝する姿勢をとる方が、実は自分自身にとって一層望ましいのです。その方が、人生を一層豊かにする可能性が大きいからです。では、なぜそうなのか。

「常に感謝の念を持つ」（an attitude of gratitude）という態度は、人生をみる一つの視点です。それは、意識的に行う必要があることであり、またそれができるようになるには、ある程度の訓練が必要となるでしょう。しかし、それができるようになれば、二つの面から自分にとって大きな恵みがもたらされます。

まず、感謝の気持ちは持つこと自体、例え難局に直面しているような場合においても、われわれの心に喜びをもたらしてくれることです。ちょっと突飛な例かもしれませんが、ベートーベンの田園交響曲にでてくる「嵐の後の感謝の気持ちは」という部分を聞けば、感謝することがわれわれの心にいかに大きなよろこびをもたらしてくれるものであるか、感覚的に理解できるのではないかと、思います。

もう一つは、自分にとって望ましい状況である場合、あるいはそうでない場合かを問わず、そしてことからの軽重のいかんをも問わず、ものごとがより大きな枠組みの中で見えてくるようになることです。つまり、自分の前に提供されている状況やことに対して、眼をより大きく開いて見ることができるようになり、それらのことがら自分にとって持つ本当の価値が一層よく理解できるようになるわけです。

というのは、人生は時とともに進行する一つのプロセス（過程）であるので、そこにおいて発生あるいは遭遇することは、自分にとって気分よく感じることはばかりではなく、自分の心にとげとげしい感情をもたらすことも少なくありません。でも、そうした場合、感謝の気持ちはあれば、われわれが直面する難局や背負っていかねばならない重荷（人間としての成長はそれを乗り越えることによって初めて達成できる。第一章（四）を参照）の脅威を取り除いてくれるのです。そして、それらはわれわれが健全に成長する上でいずれも必要なものとして位置づけられていること（むしろ恩恵であること）が理解できるようになるからです。

しかも、「常に感謝の気持ちは忘れない」ということは、その他の人生訓に比べればきわめて単純な一つの原則です。われわれは、ともすれば複雑な指針を求めがちであり、その結果、この単純なことを忘れがちです。しかし、この指針は、われわれの人生をより満足なそして実り多いものとするうえでたいへん大切なものです。SFC総合政策学部の加藤寛・初代学部長は「良いことがあったら他人のおかげ、悪いことがあったら自分の責任と思いなさい」ということを、長年、学生諸君へのメッセージとしておられました。それは、まことに適切なことであり、私は同学部長の洞察力の深さに感服しています。

私自身のことに言及するのは、いつもながら躊躇（ちゅうちょ）せざるを得ません。ただ、具体例があった方が理解しやすいと考えたため、これまでどおり、今回も一つの例を挙げておくことにしよう。それは、私は自分に与えられた今の責務に心から感謝しているということです。というのは、大学教員という現在の任務は、次の世代を背負う若々しい諸君に直接話しかける機会のある恵まれた仕事であること、人間や社会についての理解ないし知識の先端を開拓する仕事であることなどであり、社会にとってとても大きな役割の一端を担うことができるものだからです（むしろ、その反面、責任の重い仕事である）。また、濃い緑と広い空に恵まれたSFCの物理的環境、意欲に満ちあふれた同僚教員に囲まれているという人的環境など、ありがたく思っていることがらは尽きません。

感謝の気持ちは忘れないようにしたい。そうすれば、自分の力を越えたところにある色々なことがら認識できるようになり、人生はより豊かなものになる。

これまで十五回、諸君に対して色々なメッセージを送ってきました。それらを聞いている時には、なるほど、と思うことが少なくなかったかと思えます。しかし、諸君は、それらのほとんどについて間もなく忘れ去ることになるでしょう。それは、私の経験からしても何ら無理のないことであり、それはそれで構いません。

ただ、これまで私が述べたことのうち、一つでも二つでもよいから、いつの日にかふとそれ思い出し、自分の生き方を考える上で参考になることを汲み取っていただく機会があれば、私の意図は達成できたこととなります。学生時代は、一刻一刻が貴重な二度と戻ってこない人生の特別の時期です。諸君各自の努力により、それを実り多いものにされんことを、私は心から期待しています。

(「金融経済論」講義より。二〇〇二年七月十五日)