



「IKIGAI = 生きがい」

スクールライフアドバイザー 武内 靖

コロナ禍もほぼほぼ収束しインバウンドで日本を訪れる人々も激増しています。四季折々の日本の美しい自然を楽しみたい、歴史的建造物を訪れたい、と目的は様々でしょう。また、日本食を味わうために訪日したという人も数多くいるようです。

四季の彩りが美しく、古い文化がそこそこに息づく我が国の気候風土に惹かれる人々が多いようです。しかし、日本文化の中に息づく「わび・さび」「もののあわれ」などという、精神と結びついた言葉は理解しづらいそうです。こうした日本特有の概念を表す言葉の中に「生きがい」があります。この「生きがい」は、外国語では訳しづらいためか、世界でそのまま“IKIGAI”として広く使われているそうです。

ブラジル人のアルメイダさんは、「生きがい」は日本が誇る素晴らしい概念だと言い、ブラジル全土でこの言葉とそれが持つ概念を広める活動に取り組んでいます。「毎日を惰性で生きていた」と語るアルメイダさんが、「生きがい」を伝えることをライフワークにしようと決意したのは、暴漢の銃弾を受け、死に直面する体験をし、そこから生還したことで、生きる目的を持つことの重要性を実感したことがきっかけだったと言います。また、夫の看病のストレスで摂食障害を患った女性は、アルメイダさんの講演を聴き「生きがい」の語を知りました。そして自分が何をしている時に「生きる意味」を感じるか分析したところ、他の人を助けている時だと気づき、同じ悩みを持つ人々に自分の体験を伝えています。

また、自己啓発本『生きがい』を70カ国で出版したスペイン人作家のエクトル・ガルシアさんは、「生きがい」の意味や生き方を探るため、友人と二人で沖縄の長寿村に住み込んだそうです。ここで語り合い、触れ合った人々の「生きがい」の秘訣は、毎朝畑に出て自然に触れること、友人と会って語り合い楽しく笑うこと、食べ物をおいしくいただくこと、ささやかな日々の暮らしの中に「生きがい」を見出していたことがわかりました。ガルシアさんは「政治や経済状況が悪化すると、人生に悩む人も増える。だから今、『生きがい』が注目されているのだと思う。」と分析します。

この「生きがい」という言葉があるということは、私たちの心の生活の中で、生きる目的や意味・価値が問題にされてきたことを示すものでしょう。「『生きがい』とは何か？」などと哲学的なことを考える必要はありません。「友人と楽しいひとときが持てる、好きな教科の授業が受けられる、部活動で汗が流せる」等々。それが今のあなたの『生きがい』に直結します。あなたたちもぜひ、それぞれの「朝起きる理由」を見つけてみて下さい。

スクールライフアドバイザー 武内 靖先生 11月・12月の来校予定日

11月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)
12月3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)

※どのような場合でも、話の内容の秘密は厳守されますので、安心して相談してください。