



幸福に生きるための

20
の名言

島田 学

{強く優しく生きていくために}



幸福に生きるための

20 の名言

島田 学 編

強く優しく生きていくために

幸福に生きるための 20 の名言

人は常に自分の幸福を望むものだが、
常に幸福を見分けることができるわけではない。

◆ルソー

我々は、幸福になるためによりも、
幸福だと人に思わせるために
四苦八苦しているのである。

◆ラ・ロシュフコー

もし他人と比較して
自分が方が幸福だと感じて、得意になる人があれば、
それは本当の幸福人でなく^{にせ}贋物の幸福人で、
自分より幸福なものを見ると嫉妬を起こすであろう。
対天的でなく対人的だからである。

◆武者小路実篤「幸福について」

幸福になれない原因は、
執着心と虚榮心のため。

◆仏教の教え

何がしあわせかわからないです。
ほんとうにどんなつらいことでも、
それが正しい道を進む中での出来事なら、
峠の上りも下りもみんな
本当の幸福に近づく一足ずつですから。

◆宮沢賢治

人間は、自分で努力して得た結果の分だけ幸福になる。
ただしそのためには、
何が幸福な生活に必要であるか知ることだ。
すなわち簡素な好み、ある程度の勇気、
ある程度までの自己否定、仕事に対する愛情、
そして何よりも、清らかな良心である。

◆ジョルジュ・サンド

王様であろうと百姓であろうと、
己の家庭で平和を見出す者が
一番幸福な人間である。

◆ゲーテ「格言と反省」

**家庭の幸福が
あらゆる野心の到達点である。**

◆サミュエル・ジョンソン

人生の幸福とは何であるかを知つたら、
お前は人の持つてゐる物など羨うらやましがる必要はない。

◆プルタルコス

感謝の心が高まれば高まるほど、
それに正比例して幸福感が高まっていく。

◆松下幸之助

- 一、足るを知ること。
- 二、絶対に自分を他人と比べないこと。
- 三、自分の現状に対して感謝すること。

◆森信三「幸福の三カ条」

豊かさとは、
物があふれていることではなく、
満たされた心のことである。

◆マホメット

わたしたちは、氷砂糖をほしいくらいもたないでも、
きれいにすきとおった風をたべ、
桃いろのうつくしい朝の日光をのむことができます。

またわたくしは、はたけや森の中で、
ひどいぼろぼろのきものが、いちばんすばらしい
びろうどや羅紗や、宝石いりのきものに、
かわっているのをたびたび見ました。

わたくしは、そういうきれいなたべものやきものをすきです。

◆宮沢賢治「注文の多い料理店」序

それからツバメは幸福の王子のところに飛んで戻り、
やったことを王子に伝えました。

「妙なことに・・・こんなに寒いのに、
僕は今とても温かい気持ちがするんです」
とツバメは言いました。

「それは、いいことをしたからだよ」と王子は言いました。
そこで小さなツバメは考え始めましたが、
やがて眠ってしまいました。
考えごとをするとツバメはいつも眠くなるのです。

◆オスカー・ワイルド「幸福の王子」

他人に対して善を行うとき、
人は自己に対して最善を行っている。

◆デール・カーネギー

他の者の幸福の中に
自分の幸福を見出すのでなければ、
完全な、そして長い人生の果てまでの
幸福にはならない。

◆吉川英治

「愛するときは、そのために何かをしたくなるものです。
犠牲を払いいたくなるものです。奉仕したくなるものです。」
「僕は愛するということがないんだ。」
「愛するようになりますよ。必ず愛するようになります。
そうなれば幸福になります。」
「僕は幸福です。今までだって、いつも幸福でした。」
「それとは別です。この幸福は、手に入れてみない限り
知ることができません。」

◆ヘミングウェイ 「武器よさらば」

人間に最大の幸福をもたらす感情を
すべての人間は知っている。
その感情は、愛である。

◆トルストイ

あらゆるものの中に愛を置き、
愛し愛されることに至上の喜びを見出せたとき、
幸福は訪れる。

◆フロイト

幸福も不幸も、
ひょっとしたらその人自身が作るものではないのか。
そして、その上に、人の心に たちま 忽ち伝染するものではないのか。

とすると、自分にも他人にも、幸福だけを伝染させて、
生きていこうと、私は思う。

◆宇野千代「生きて行く私」

【あとがき～私の幸福論】

「幸福とは何か？」そんなことを何年も考えてきました。その結果私なりに得られた確信とは、”感謝”と”知足”的心をもつことです。仏教の教えでは人が幸福になれない理由として、執着心と虚栄心をあげているようですが、”感謝”と”知足”的心はその対義語といえると想います。少し言い換えればそれは、”現在（今ここ）”の自分を能動的・主体的に受け入れている調和した状態を言うのではないでしょうか。

また、もう一つの大変な心のもち様として、”利他の精神”もあげられるのではないかと想います。人の喜びをも自分の喜びとする精神。もし、そういう心をもてたとするならば、執着心や虚栄心は出てこないのでしょうか。

辞書をひらけば、幸福とは「満ち足りていること。不平や不満がなく、たのしいこと。また、そのまま。」などとできます。また、ちがった観点で幸福という字を分解すると、“幸”とは外からもたらされるもの。“福”とは自分や家庭の内から湧き出るもの。そういう解説もあります。他力的な部分と、自力的な部分のバランス。心の安定や調和の取れた状態と言えるのではないでしょうか。

また、幸福や喜びには三段階あるとも言われます。

1. もらう喜び・受け取る幸福
2. できる喜び・達成する幸福
3. あげる喜び・与える幸福

人の心の成長過程をよく表現しているように思います。

倫理的な説明では幸福主義という概念があります。幸福が人生の目的であり、善であるとするものです。快楽主義が感覚的な快楽を求めるのに対し、幸福主義は持続的な、精神的な喜びをもとめるものです。幸福と快楽、改めて確認してみるとその違いに気がつきますが、普段は無意識に混同してしまっているような気がします。

少し観念的になってしまったかもしれません。いずれにせよ、現代は生きるのに大変で、競争による評価や周囲の目を気にしそぎるあまりに、幸福を感じにくくなっている社会のような気がしています。改めて「幸福とは何か?」一人一人が考えるきっかけになれば幸いです。

編集発行人 島田 学

【編者プロフィール】

島田 学 (manabu shimada)

1970年東京生まれ、中央大学卒業後、コンサルティング会社などを経て、スパ人財開発研究所代表。全国の企業や団体の研修講師を数多く勤め、人材育成、能力開発、自己実現支援などを行っている。また、“子供たちの次代により豊かな未来社会をプレゼントする”を人生理念とし、青少年育成活動にも力を注いでいる。メールマガジン“青年のための名言”の発行人である。

ブログ； <http://gakusix.cocolog-nifty.com/ikirukotoba/>
「生きる言葉」

メルマガ；<http://www.mag2.com/m/0000163616.html>
「青年のための名言」

e-mail ； gaku.shimada@mbc.nifty.com

★☆ 「青年のための名言」ご案内 ☆★

次代を築いていく青年たちに向けて
古今東西の偉人たちの名言を 1400 以上編纂。

【青年へ贈る】 【学ぶこと】 【働くこと】 【成長していく】
【成果を生み出す】 【強く生きる】 【幸福に生きる】 【人間とは】
【自分とは】 【志を立てる】 全十章

本冊子は電子書籍「青年のための名言」からの抜粋となっています。是非こちらもお読みいただければ嬉しいです。

詳しくは下記をご覧ください。

◆ブクログ；パブー版

<http://p.booklog.jp/book/32137>

◆wook 版

<http://wook.jp/book/detail.html?id=214020>

