

## アソカ講話046

### テーマ「感謝するとは・・・」

感謝を形に表したらどのような形になるか、斎藤一人さんは端的に「それは人に親切にすること」と語っています。職場で皆さん一人ひとりが感謝を形に表したら、自分はどのような行為をするだろうか・・・考えて見てください。

そして、今、自分に起きている事は、どのような原因で起きているか・・・それも考えて見てください。それは間違いなく過去あなたが選択した、自分で選び行動した原因の結果としての「今」があるのです。その反省なしに、うまくいかないことを他者の責任にしたり、いかに自分が辛いか、大変かを並べたてても何の解決にもならないばかりか、不平不満という新たな不幸の種を蒔くだけです。

どんな環境にいても、今、あなたができることがあります。職場の皆のためにできる親切や行動があります。周囲の人に支えられている感謝の気持ちを表現する方法は、周囲の人に親切にする、笑顔になる、朝早く来て仕事環境を整える等いくらでもあります。

「今、自分にできることを、感謝をもって実践すること」この方法は将来に不安を感じる方への最も効果のある処方箋ですね。感謝や親切のある未来には、不安や不平という文字は存在しないのです。