

労働と働くことの意味合い

体を「鍛える」のと「使う」というのでは似ているようでその結果が全く違ってきます。このことから、春日大社の元宮司で医学博士の葉室頼昭さん（故人）は著書「真実の世界の話」で「働く」ことの意味合いをこう言っています。

テレビでは毎日、健康番組のオンパレード！通販ではサプリや健康食品であふれています。マラソンやジョギング、筋トレ、スポーツジム・・・これらは「鍛える」ことによって健康を維持していこうという考えですが、実はそれで自らの寿命を縮めていることが往々にしてあるのです。「鍛える」のではなく「使う」事が大切なのです。

「使う」というのは、自分で自分のために何かをするのではなく、「させていただく」ということを言います。まず他人のために何かをして、その結果として自然に「いただく」と自分に還ってきます。自然の法則「循環」が「させていただく」＝「使う」なのです。自分で使おうとすると「鍛える」になり、心労につながることがあります。最近でも柔道のリオオリンピック銀メダリストが不調に陥り「オーバートレーニング症候群」という心因性の病気になり話題になりました。アスリートによく起こりがちな症状です。だから、物事は自分が「する」のではなく「させていただく」「使わせていただく」。こうなると最高の生き方が出来るのです。

そしてこれはこのまま日々の「仕事」にも当てはまります。いわゆる幸せというのは、動けば動くほど健康になり、益々充実し、天分を全うすることだと思えます。つまり「働く」です。それを「労働」という考え方をすると、逆に病気になったりして寿命が縮まり、決して充実した人生とはなりません。なぜなら「労働」というのは「俺はこれだけ働いてやってんだ」「だからこれだけの報酬をよこせ」といった、感謝の心とはかけ離れた取引の関係であり、それに対して「働く」とは、周囲（はた）を楽にさせる、周囲を幸せにするために生きるというのが働くと言うことの本当の目的だからです。日本人はこの本質を知っていて働かせていただくという心情と感謝を言葉と文字に表したのです。

それを捨ててしまって労働、一日8時間、俺は働いてやっているんだというように考えるようになったところからおかしくなっているのです。労働と思って働くから疲れる。感謝の気持ちで働いたら皆から喜ばれ感謝される。そうするとさらに充実感が満たされてもっともっと働くという相乗効果、循環が生まれます。実は、そういうふう人間は出来ているの

です。

今、「労働」している人、もし、健康で長生きしたければ発想を転換し、「させていただく」、感謝の心を持って働くことが大切な事です。

(葉室頼昭氏 「真実の世界の話」 から抜粋・追補)

」