

令和5年5月29日(月)

## 「おかげさま」

「おかげさま」という言葉はよく知られていますよね。

「おかげさまで、試験に合格できました」など、「おかげさま」という言葉は誰かに感謝をするときに使う言葉です。「おかげさま」漢字にすると「お陰様」。陰とは隠れて見えないもののことを表しています。「隠れて見えないものの力がはたらいた」ことを、「お陰」という言葉で表現しています。試験に向けて勉強しているときに、勉強の仕方を教えてくれた人は、どうやったら、分かりやすく教えられるか？教える本人には見えないところで努力もしているでしょう。いざ試験となれば、合格して欲しいという気持ちが願いとなるものです。

自分の味方になってくれる存在を多く感じられるほど、「お陰様」と思う気持ちは大きくなっていきます。自分の味方になってくれる人、協力してくれる人が居ると感じるだけで、心強く、進むべき方向を見失わずに努力を続けていけるものです。これは目に見えるものではなく感じるものです。

何か目標を達成したときには、どれくらいの「お陰」が助けてくれたのかをしっかりと感じるよう「お陰様で」と感謝をする気持ちを、大事にしていきましょう。

「私は大丈夫、OKなんだ」という自己肯定を身に付けて、周りの人たちと「私もOK、あなたもOK」の相互で肯定し合える関係を増やしていきましょう。