

幸せは自由である ―このくにの人々が不幸からぬける手法

過ぎたるは猶及ばざるが如し
天才とは努力し得る才能である

孔子
J.W.ゲーテ

このくにの人々の不幸を幸せに転ずる方法は、自然に従い、農耕など生業をもち、職業のほかに趣味を大切に、そのまま美しく暮らすことである。

自由気ままに

あるがままの思いを素直に認め、自由から逃げない。他者を不当に傷つけず、自らも傷つけない。一度しかない、短い人生を十分に楽しむ。

とらわれないで

思い込み（主義）にとらわれ過ぎない。三毒：貪欲 憎悪 無知。名利に走らず、怨恨に振り回されないように、教養を深め高めるように学ぶ。

ほどほどに

実行しようと思ったことはゆっくり続け、努力を怠らずに、意思・約束は曲げない。過剰な奪い合い、受験競争はしない。

自給知足

人生は職業（産業）のほかに、生業を楽しみ、自ら充たされ、この世に恨みを残さない。自分たちの食べ物などはできるだけ自給する。不足分は地域から分けてもらう。

トランスパーソナル個人主義

個人主義の拡張・展開、超越による思いやり、分かち合い。多くを学ぶことが教養の質だ。学び考えることから逃げない。家族・友人を大切にし、人脈を広く求める。

社会参加

地域社会の市民サークル（CSO）に参加して、くにや世界のことを学び、考えて、地域を良くする活動をし、社会に意見を述べる。

付録: 日常の醜い行為をあえて言うなら、

1. 電車やバスでの席の奪い合い。→ 体力がある人は着席しない。
2. 自動車、自転車や歩行者など道ですれ違う時に譲り合わない。→ 譲られたらあいさつをする。
3. 食べ物を粗末にし、ゴミとして捨てる。→ 必要以上に求めず、生き物に感謝すべきだ。
4. ほどこしに依存する。→ 自分のことは自分で賄う。
5. 社会的地位の高い人だけにへつらい、そうでない人には礼を失する。→ 誰に対しても礼を示すのが良い。
6. リクルート・スーツなど没個性的なファッション。→ 明るい衣服は場も世相も明るくする。

原則は「自由」だからこそ、自らの立ち居振る舞いを自律すれば、日々、周りの人々もくにも明るくなる。

(2016.6)