

思いやり

「思いやり」の美德は、「私は人に対して思いやりをもっています。自分の行動が人々にどういう影響を与えるかを立ち止まって考えます。人に幸せをもたらす思いやりのあることを実行します。」ということです。では、どのように思いやりをもてば、人に『幸せをもたらす』ことができるのでしょうか。

まず、思いやりとは、人の気持ちを考えてあげることです。相手の人は何が好きなのか、何が嫌いなのかに注意して、その人が幸せな気持ちになることをしてあげることです。例えば、あなたのお家の人の誕生日を祝うとき、プレゼントを品物であげる必要はありませんよ。感謝の手紙などをあげれば、あなたの成長を感じて幸せな気持ちになることはまちがいありません。

そこで、思いやりとは、自分が行動するとき、相手の人がどのように感じるか考えないといけません。優しくするとき、相手の人がそれを本当に必要としているか考えないといけません。例えば、悲しみに沈んでいる友達がいれば、特に注意深く優しく接したいですね。もしかすると、そっと遠くから見守るだけでもいいときもあるのです。

そして、思いやりとは、普段から周りの人たちも自分と同じくらい大切であると思い、その思いのまま行動すればいいのです。例えば、通路でつまづくかもしれないと思う物を、そっと片付けたりするだけでもいいのです。人の幸せをもたらすためには、ほんの小さな親切を実行すればいいのです。

ある人に対して思いやりを示すと、その人は自分が大切な存在なのだと感じます。思いやりを示すと、その人は幸せを感じて、他の人を幸せにしてあげたいと思うようになります。思いやりの心はつながっていくのです。