

人生で後悔していること

ネットの<ノウハウツリー>というサイトに、米国の80歳以上の老人への「人生で後悔していること」と題してアンケート調査をしたところ、なんと7割の人が同じ回答をしたとのこと。米国と日本では少し違うのではというご意見もあるかもしれませんが、

人生で後悔していること ⇒ **「チャレンジしなかったこと」**だそうです。
更には**「人が人生を終えるときに後悔する20の項目」**では、

1. 他人がどう思うか気にしなければ良かった
2. 幸せをもっと噛み締めて生きるべきだった
3. もっと他人のために尽くせば良かった
4. くよくよと悩まなければ良かった
5. 家族ともっと時間を過ごせば良かった
6. もっと他人に優しい言葉をかけていれば良かった
7. あんなに不安を抱えながら生きるべきではなかった
8. もっと時間があれば.....
9. もっと思い切って冒険すれば良かった
10. 自分を大切にすれば良かった
11. 他人のいうことよりも自分の直感を信じれば良かった
12. もっと旅をすれば良かった
13. もっとたくさん恋愛すれば良かった
14. もっと一瞬一秒を大事に過ごせば良かった
15. 子供達に好きなことをさせてやれば良かった
16. 言い争いなどしなければ良かった
17. もっと自分の情熱に従うべきだった
18. もっと自分のために頑張れば良かった
19. もっと自分の本音を言うべきだった
20. もっと目標を達成すれば良かった

日々全力、利他の精神、自尊自立、生きていだけで丸儲け、右脳中心の生き方、感謝力、刹那に集中、備えあれば憂いなし、チャレンジ精神、大切なことはハートとヘッドとガッツの維持、時間は自らが作る、騙すより騙されよ……。私の今の生き方に関しては、徐々に欲望が縮小してきており、一方で誰かが喜んでくれることが自己の喜びとなってきているように思います。

上記赤文字を実践していると心が乱されることは減少してきました。敢えて「**人が人生を終えるときに後悔する20の項目**」にフォーカスして少し心残りなことをあげるとすると、5と13かなと思いますが、5は自分の中では可能な限り時間を作ったので後悔とまではいきませんし、13も、ものの考え方ですが、今の配偶者に不満はないので、24歳で結婚し、恋愛数はそれほど多くはないけれど後悔はしていません。そういう意味では非常に恵まれた人生を歩んでいることとなります。有難いことです。

日々充実するということは人生において大切なことです。

このコラムを執筆している最中（3 / 21）に、日テレが麻生財務大臣の特集をしていました。麻生大臣は財閥の生まれで、金銭的に恵まれており、歴代の大臣の中でも発言に正確性を欠き、問題発言として野党から攻められることが多い人物ですが、私にとっては何とも言えない魅力的な存在です。その麻生大臣が、山本太郎議員の「生きていく上において一番大切なものは何だと思われませんか」との訳のわからない（国会議員として）質問に対して、

「朝、希望をもって起き、昼は懸命に働き、夜は感謝と共に寝る」と回答されていました。

正に我が意を得たり！の回答でした。

朝、希望をもって起き、昼は懸命に働き、夜は感謝と共に寝る、そのような生き方をしている人は、周囲の人からリスペクトされます。このリスペクトは＜魂の栄養剤＞であり、＜魂のエネルギー源＞です。

命の瀬戸際で後悔しないためには、リスペクトされる生き方をしようというのが、どうも答えのようです。悔いのない人生を歩みたいですね。