

「心豊かに生きよう」 ～心は使えば使うほど豊かに～

みなさんは右のような文章を目にしたことがありますか。これは、長野県のお寺で住職をされていた藤本幸邦さんが、禅宗の教えを元につくった詩です。この詩で藤本さんはどんなことを伝えたかったのでしょうか。

こんなふうに考えてみましょう。自分のはきものをそろえずに脱ぎっぱなしにすると、他の人はどのような気持ちになるのでしょうか。その人はきっと他の人がどう思うか考えていないのでしょうか。自分さえよければいいといった、自分勝手な考え方を表す行動だと思いませんか。

反対に、自分のはきものをそろえることができる人は、心が穏やかで、自分の行動を冷静に考え、他の人がどのような気持ちになるかということを考えることができる人ではないのでしょうか。しかも、そのような人は、はきものをそろえていない人の分も、だまってそろえることができる人です。

はきものをそろえるという行動には、その人の今の心の状態と次への心構えが表れていると思います。つまり、はきものをそろえるということは、心を整えるということです。藤本さんは、履物をそろえることは「自分自身を見つめる」「自分の行いを振り返る」ということにつながると考えていたのでしょうか。つまり「履物がちらかっていると心が乱れている。そろっていれば心が落ち着いている」ということです。

今治市内にある公共の体育館でのできごとです。地区の中学生が参加する大会でその会場をよく利用するのですが、トイレのスリッパがいつもそろっていることに気が付きました。体育館の清掃をしている人が整えてくれているのだらうと思いましたが、ある時、スリッパをそろえている中学生に出くわしたのです。県内でも強豪校と言われるチームのユニフォームを着た選手が、自分のだけでなく他人の使ったスリッパもていねいにそろえていたのです。その後注意してみると、やはりそのチームの選手は乱れたスリッパを直している選手がたくさんいました。きっと学校でも、家庭でもそうしているのでしょうか。そのチームが強い理由がわかったような気がしました。

ふだんやっていなかったことは、初めは意識して行わないとなかなか難しいと思います。しかし、少し勇気を出して実行へ移し、それを何度もくり返していけば、やがて抵抗感無く自然にできるようになるものです。経験することがバリアを低くしていくのです。心は使えば使うほど豊かになります。一人一人がためらわず道徳的な行いをすることが、良い集団、良い学校、良い社会をつくることにつながると思います。

はきものをそろえよう
心がそろえばはきものがそろい
ぬぐきぬぐきぬぐきぬぐき
はくとぬぐき心が見えない
だれかがみだしておいたら
だまってそろえておいてあげよう
そろえればきこ
世の中の人の心もそろおうでしょう



弓削中はOK!

