

より良く生きる ―出居清太郎先生の世界― 第3回

山本博也

(1) ころころ変わるは心です

一、ころころ 変わるは 心です

心の くもりの おそろしや

ひがみに ねたみに うらみの心

これが 心の あかとなる

二、さびしい心は 行き詰まる

すれ合う心は 熱となる

ふんがい 疑い 害となる

よごれた心に 虫がつく

三、高い心は 落ちぶれる

くよくよ 思いわずらうは

四、低い心の 尊さは

愛と 元氣と 知恵である

無限の力 現われて

すべてのものを いかします

五、自分の心の 持ち方は

相手の心に すぐうつる

合わせ鏡と 反省し

感謝の心で 実行に

六、いくら立派な 種じやとて

石の上には 育たない

がんこな心を やわらげて

誠で 素直に 切りかえよ

(2) つきたての餅のような心

包丁には包丁の持ちようがある。正しく持つてはじめて用を足すことができる。心にも持ちようがある。「心持ち」というが、心をいつもつきたての餅のように持つのが正しい心の持ち方である。

つきたての餅のような心とは、あたたかく、やわらかく、粘り強く、大きな包容力のある心です。

ところがその心が、日がたった餅のようにコチコチに固くなる。こうなると全く融通性がなくなつて、心の働きがなくなつてしまう。固くなるばかりではない。そのうちにひび割れがし、青カビ、赤カビまで生えてくる。持ちも下げもならぬ心の姿とはこういう心という。

(出居清太郎先生の言葉から)

私たちはいろんな心を持っています。それらは二つに区別できると思います。

【A類】 つきたての餅のような心

広い、あたたかい、丸い、やわらかい、強い、明るい、謙虚な、素直な心

【B類】 さかしまな心

不平不満、怒り、ひがみ、ねたみ、うらみ、高慢、暗い、冷たい、我欲の心

私たちの心の状態が言動に現われるわ



カット 大西 恵

けですから、より良く生きるためには、B類の心を少なくし、A類の心を多くしなければなりません。しかしそれは簡単なことではありません。

先生は、そのためのおけいこをしなさいと教えてくださいました。「複線になるおけいこをしなさい」というように。

① 複線になる

自分の考えを持って進んでいたところに、別の考えを持った人が突進して来た時、相手の考えを認めず自分の考えに固執して（単線）突き進んだら、衝突してしまいます。その時複線だったら、一時的に車線を変更して、相手を通して、衝突を回避することができません。その後でまた元の車線にもどればよい（自分の考

えを捨てなくていい）というわけです。

つまり、こうであるはずだ、こうでなければならぬという、自分流の正しさに固執しないで、別の正しさもあるかも知れない、相手も正しいかもしれないと考えることが、やわらかい、広い、謙虚な心を養うことにつながると思います。

② ええよう（良いよう）に受け取る

夫婦が居間でテレビを見ていました。夫が席を立って、自分の部屋に行きました。すぐ後で妻も席を立ちました。少しして夫が居間にもどってくると、テレビがつけっ放しになっていました。

その時夫はどう思うでしょうか。「テレビをつけっ放しにしてしようがない人だ」という心が起こる時、「たまたま消し忘れ

「ただな」と思うこともできるし、「妻はすぐ帰ってくるつもりだったんだな」と思うこともできるし、「私(夫)がすぐ帰ってくるだろうからと思って、そのままにしておいてくれたのかも知れないな」と思うこともできます。

後の三つのように受け取ることを心がけることによって、不平不満や相手を責める気持ちが消えていって、あたたかく、やわらかい心が養われていくのではないでしようか。

また、人がなんの悪意もなく言った言葉に対して、それを素直に受け取らないで、冷たくされた、責められたと、ひがみ心で受け取るとしたら、ばかばかしいことです。仮に、人が悪意を持って言った言葉だったとしても、それを好意的な

言葉として受け取ることも私の自由です。

③人の心を味わう

時として他人の言動で、ひがみやそねみ、高慢な心などのいやな心を見せられることがあります。

その時、自分にもそういう心があるかも知れないと謙虚になることや、その人を非難したり、否定したりする前に、その人の心を味わってみる、その人がそういう心を持たざるを得なかった気の毒な境遇があっただろうことを思いやることも、つきたての餅のような心になるための、いいおけいこになるのではないでしようか。

発行所 〒170-0011 東京都豊島区池袋本町3-11-1

修養団捧誠会 TEL 03-39971-1493