

よい 行い・心づかい

よい行いをしてもよい気持ちになるとはかぎりません。
それはなぜでしょうか？



初めての電車通学

吉田秀一くん（13歳）は、この四月、都内の私立中学校に入学しました。家から都心にある学校まで、電車で約一時間かかります。

朝の駅は、ラッシュ時のため、サラリーマンやOL、学生などでいっぱいです。そのほとんどが都心に向かうのです。秀一君も後ろの人に押されるようにして乗り込みます。

車内は、都心に近づくにつれて、すし詰め状態になっていき、発車、停車のたびに周りの人の体重が重くのしかかりま

す。秀一くんは重いカバンを抱えながら、倒れないよう踏ん張るのに懸命です。電車通学が、こんなに大変だとは思っていませんでした。



平成十四年度入学式



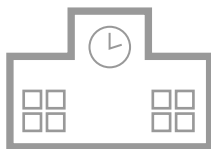
『心のノート』

入学式の日、秀一くんたち新入生は校長先生から次のような話を聞きました。

「新入生の皆さん、入学おめでとう。今日から君たちは本校の生徒です。ぜひとも、本校の生徒であるという自信と誇りを持って、中学校生活を送ってほしいと思います。」

学校内ではもちろんのこと、学校外でも人として恥ずかしくない行動を心がけてください。つまり、他人に不快な思いや迷惑をかけないということです。

しかし、それだけでは不十分です。君



たちは中学生になったのですから、人に対する思いやりの心を持って、積極的な行動を身につけなければなりません。

どうしたらクラス全体がよくなるのか、学校がよくなるのか、そして社会がよくなるのかということを中心に考えてほしいと思います。

たとえば、乗り物の中では、お年寄りに席を譲りましょう。困っている人を見かけたなら、ためらわずに手を差し伸べてほしいと思います。よい行いをするのは、勇気が必要です。ぜひ勇気を持って実行してください。

そこで、私から君たちにお願ひがあります。今日からノートを一冊作ってください。表紙には『心のノート』と書きま。このノートに、君たちのよい行いを

毎日記録してほしいのです。一日に一つだけでもいい、たくさん行った人はたくさん書いてもいいのです。どんなに小さなことでもかまいません。

ここに君たちの先輩が書いた『心のノート』があるので紹介しましょう」

校長先生は一冊のノートを掲げて見せました。

「嫌いな友だちに消しゴムを貸した」
会場で笑い声が起こりました。

「おもしろいでしょう？ これも立派な行いですよ」

校長先生は、につこりほほ笑んで話を続けます。

「玄関の靴をそろえた」

「倒れていた自転車直した」

「妹の宿題を見てやった」





（バスを降りるとき、運転手さんにお礼を言った）

どうですか皆さん、これなら誰にでもできると思いませんか？

皆さんも今日からこの『心のノート』を始めてください。そして続けてください。このノートを続けることによって、新しい自分を発見することができます。

勇気を出して、よい行いを積み重ねていけば、君たちの人生はずばらしいものとなります。そして君たち一人ひとりの行いが、世の中をよりよくしていくようになるでしょう。

有意義な中学校生活を送ってください。今日は本当におめでとう」



“ ついてない ”

入学してから二週間が過ぎました。中学校の生活に少しずつ慣れてきた秀くんですが、毎朝の電車通学は楽ではありません。

その日、できることなら座席ざせきに腰こしかけたいと思った秀くんは、いつもより早く家を出ました。電車に乗ると、タイミングよく座すわることができました。

“ よかった。ラッキー ”

そのとき、サラリーマンに混まじって一人のおばあさんが立たっていることに気が

つきました。秀くんのところからは少し離はなれています。

“ 前に座すわっている人が代わってあげればいいのに ”

と秀くんは思いました。

次の駅でたくさんの人が乗り込んで来ました。そのおばあさんは少しずつ押おされて、秀くんの前まで来ました。つり革かわに一生懸命いっしょうけんめいつかまっています。

“ どうしよう…… ”

せっかく早起おききして座すわることができたのです。席せきを譲ゆずったら損そんをするような気が

がしました。目をつむって気づかないふりをしようと思いました。

でも、校長先生の「お年寄りには席を譲りましょう」という言葉が頭にちらついてきます。

「ついてないなあ、しようがないや」

秀一くんは黙だまって立ち上がりました。

「すみませんね」

おばあさんは秀一くんと入れ替かわり、腰を下ろしました。両隣りょうどなりの人は、そんなことには気づかないかのように目を閉とじたままです。

「みんな、ずるいな。ぼくだけ損しちゃったよ。よいことをしたのに、気分は少しもよくない」

秀一くんの心はすつきりしませんでした。



学校に着くと、校門の前で校長先生がいつものように登校する生徒たち一人ひとりに声をかけています。

「おはよう！」

「おはようございまーす」

秀一くんは、今朝けさは校長先生と目を合わせる気分にはなれず、挨拶あいさつだけすると、足早あしはやに校舎に入って行きました。



『心のノート』は誰のため？

一時限目は「ロング・ホームルーム」です。クラス担任の田中たなか和樹かずき先生（33歳）が教室に入ってきました。

「この時間は、君たちが毎日記録している『心のノート』について、みんな考えてほしいと思います。まず、今日まで君たちが記録してきたこと、そして感じたことを聞かせてください。いいかな？」

「ええー！」

みんなが不満そうな声をあげました。

「先生は、君たちのノートを時々ときどき見せてもらっていますが、先生にとってもいい

勉強になります。

君たちも、友だちのやっていることや感想を聞けば、きつと参考になると思います。

それでは聞かせてもらおうかな。では、吉田君！」

突然に名前を呼ばれて驚いた秀一くんは、みんなの視線を感じながら立ちました。

「ハ、ハイ。えーと、ぼくは毎日、家の手伝いをしています。最初は頑張つて『心のノート』にたくさん書きました。でも、今は玄関の掃除と夕食の後片づけを手伝うことの二つだけです。だから、毎日同じことだけ書いています。えーと、正直に言うとなつまらないです」

次は五十嵐さんが指名されました。



「私も、吉田くんと同じで、夕食後の食器洗いを手伝っています。ほかに何かいいことしなくちゃと思っっているんですが、探すのは面倒くさいです」

続いて武田くんです。

「最初のころは、家の手伝いをすると母さんは『偉いね』ってほめてくれたけれど、最近は『手伝いなさい。ノートに書くんでしょ？』って強制します。本当はあまりやりたくないけれど、ノートに書かなきゃならないからやっています。それに、うちの母さん怖いんだ」

みんなが、どつと笑いました。田中先生も笑いながらうなずいています。

「はい、ありがとう。三人ともなかなか素直な感想でよかったと思います。」

この『心のノート』は、校長先生もほ



かの先生方も書いています。そして、今日のような勉強会もしているんだよ。

正直言つて、先生も最初のころは面倒くさかった。でもね、最近になって気づ



いたことがあります。

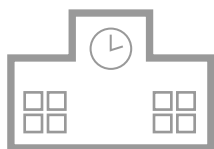
例えば、先生は毎日ゴミ拾いひろをしています。が、「ゴミを拾う」という同じ行いで

も、そのときの自分の心は、毎回毎回ちが違うんだよ。

面倒くさいけれど「拾わなくっちゃ」と義務的に思ったり、「こんなところに捨てたのは誰だ」と腹を立てながら拾ったすり、「拾わせてもらおう」と謙虚けんきよに思うこともある。

それで気づいたんだ。たとえば形はよい行いでも、そのときの自分の心が不平・不満だったら、本当のよい行いとは言えないんじゃないかってね。

家の手伝いにも、同じことが言えるんじゃないかな。「やらなければいけない」という気持ちだけで手伝いをしていると、せつかくよいことをしていても、やっているほうは楽しくない。そのことは、今、三人が発表してくれたとおりで



す。家の人もうれしく感じていないかもしれないね」

秀一くんは、今朝の出来事(できごと)を思い出していました。

せっかかくおばあさんに席を譲ったのに、気持ちよくなかった原因が分かったような気がしました。席に座ることのできたおばあさんだって、あまり喜んでいなかったかもしれません。座ったときのおばあさんの表情が目に浮かびました。

田中先生は最後に言いました。

「これからは、よいことをしたときの気持ちも書いてみてください。毎日書いてみると、自分の心の動きが少しずつ見えてくるようになると思います。だから、『心のノート』と言うのです。」

『心のノート』は、校長先生に言われ



たからするものではありません。自分自身のためにするものです。先生も続けるから、君たちも続けてください」

踏み出した一歩

学校からの帰り道、秀一くんはいつものように電車に乗りました。ところどころに席が空いていて、秀一くんはその一つに腰かけました。次の駅ではもう満席になり、立っている人がいます。

しばらくすると、両手に大きな紙袋を持ったおばさんが乗ってきました。おばさんは空いた席を探して車内を見回しています。

「重たくて、大変そうだな」
そう思っただけで見ていたとき、秀一くんはおばさんと目が合いました。一瞬、秀一くんはためらいましたが、勇気を出して

席を立つと一歩踏み出しました。

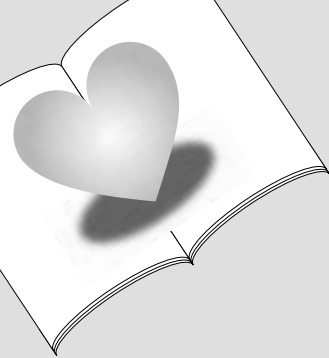
「あら、譲ってくださいなの？ ご親切にありがとうございます」

「あ、はい」

秀一くんは自分の顔が赤くなるのを感じました。譲った席の前に立っているのも恥ずかしいので、ドアのほうに移動しました。

いくつか駅を過ぎたころ、おばさんは下車するために秀一くんの立っているドアのところへやって来ました。

「ありがとうございます。おかげで助かったわ。せつかく座っていたのに、ご



めんなさいね」

そうやって頭を下げると電車を降りて
いきました。おばさんはホームから秀一
くんのほうを見てほほ笑んでいます。ド
アが閉まり電車が動き出すと、おばさん
の口が大きく「ありがとう」と動いて、
もう一度いいねいに頭を下げました。

秀一くんもちよこんとお辞儀を返しま
した。

秀一くんはうれしくなり、家に帰ると

さっそく『心のノート』に書き込みまし
た。

〈電車で、おばさんに席を譲った。喜ん
で立つことができた。おばさんも喜んで
くれた。やさしいおばさんだった〉

ノートを閉じた秀一くんは、ふと校長
先生の顔が思い浮かびました。今朝は、
校長先生と目を合わせることができません
でしたが、明日の朝は堂々と挨拶できる気
がして、とても楽しみになるのです。

