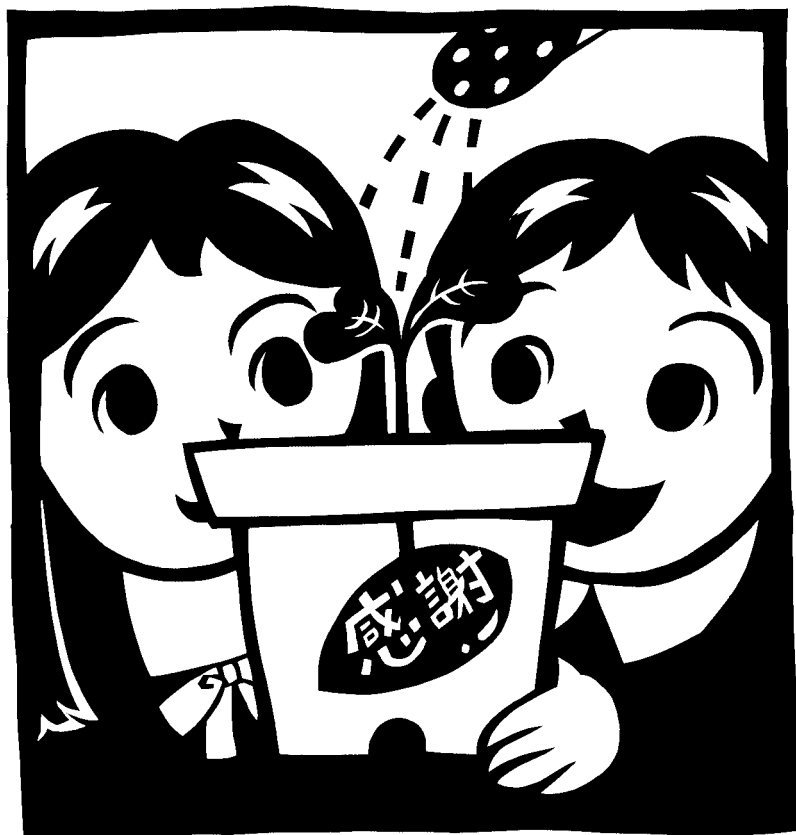


感謝の種を育てよう



いつも感謝の心を抱いだいている人は、心が安らかで、周囲の人々をも明るく喜ばせることができるものです。毎日が感謝で過ごすことができたならば、どれほど幸せな人生でしょう。

今月の『ニューモラル』では、身近なモノに対する接し方や日々の態度から、感謝の種を育てる心構こころがまえについて考えます。

怒りの矛先

「おっと、もうこんな時間か……」

パソコンの画面がめんから顔を上げ、時計を見ながら、佐藤さとうさん(35歳)はつぶやきました。

時計の針はりは正午を指しています。

ここは東京都内にある食品メーカーの営業部。佐藤さとうさんは営業課かかりちょうの係長かです。

今日は土曜日で本来ならば休みですが、佐藤さとうさんは急ぎの業務を抱かかっていたため、朝から一人で出勤してました。午後からは長男たいち太一くん(2歳)を連れて動物園に行こうと、今朝、妻ゆづこの優子ゆうこさん(33歳)と約束してきたところです。

「太一も楽しみにしていますから、なるべく早く帰かえってきてください」という優子ゆうこさんの携帯メールけいたいが届きき、佐藤さとうさんの心

もワクワクしています。

「よしっ。これで終わり

だ！ 帰れるぞ」

そう言つて、大きく伸びを

した瞬間、机の電話が鳴り、驚いて受話器を取りました。

「佐藤くん？ よかった。まだいてくれて」

「課長。何か……」

電話の主は、佐藤さんの上司の山田課長です。少し嫌な予感がします。

「佐藤くん、ちよつと悪いんだけど、例のカタログと見積書、これからすぐ先方に届けてくれないか？」

「えっ。今からですか？」

昨日の打ち合わせでは週明けに届けられようという話でした。



「今、先方から多くの携帯に連絡があつて至急ほしいそうだ。今日、佐藤くんは午





前中、出勤と聞いていたから。ぼくが行ければいいんだけど、今、家族と福島の妻の実家に向かっているところだね」

「おれだつて家族と出かける予定が……」

佐藤さんはその言葉をグツと飲み込みました。営業にとつて相手の会社は最も大口の取引先です。いいかげんな対応はできません。移動時間を考えると、最低でも一時間は必要です。太一くんの笑顔が頭に浮かびました。

「了解しました。すぐ届けておきます」

言葉づかいは丁寧ながら、その顔は紅潮しています。山田課長の電話が切れるのを確認するや、佐藤さんは受話器を力任せに電話機に叩きつけました。

ガチャン！ 佐藤さんの怒りの矛先が電話に向かいました。

モノに 当たっても しょうがない

無事に書類を届け終え、佐藤さんが自宅へ帰り着いたのは午後二時三十分。

「ごめん、ごめん。すぐ出ようか」

玄関を開けるなり佐藤さんが言いました。

「おかえりなさい。すぐ行けるわよ」

優子さんの言葉に、佐藤さんは少しホッとしましたが、胸の奥は乱れていることを感じています。

家族三人、車に乗り込みましたが、佐

藤さんはカーナビゲーションシステムがおかしいのに気づきました。

「あれ？　なんだ、これ」

いくつかのボタンを押しても、画面は静止したまま応答しません。説明書を見ながら操作しますが、うまくいきません。不慣れな道なので案内がなければ、無事に到着しそうもありません。

「ええい。もう、このバカ！」



佐藤さんはそう叫びながら、手に持っていた説明書を丸め、カーナビの画面に向けて思い切り振り下ろしました。

ピシッ。鈍い音と同時にカーナビの液晶画面にひび割れが広がります。それを見た佐藤さんは、より感情が高まりハンドルを右手でバンと叩いてしまいました。

佐藤さんは、山田課長の指示がうらめしく思い出されます。さらに、いつもは順調な自分の車でさえ、今日は思うようにならなくて、歯がゆくて仕方ありません。「ちよつと、あなた何しているの。落ちていてよ。モノに当たつてもしょうがないでしょう！」

その言葉に佐藤さんはハッと我に返り、少し落ち着きを取り戻しました。

運転上手の 秘訣

「あなた。太一、寝たわよ」
後部座席から優子さんが小声でささやきました。窓の外はすっかり夜の町並みです。

「ずいぶん走り回ったからなあ。太一も疲れただろう」

佐藤さん一家は地図を頼りに動物園に無事到着し、見学を終えて帰宅途中です。

「あんなにはしゃいだ太一、初めて見た。」

行つてよかつたわ」

「そうだね。まあ、トラブル続発で出発が遅れたから、一時はもう行くのを諦めようとも思つたけれど……」

カーナビはひび割れたままの黒い画面です。

「ごめん。つい熱くなつてしまつて」

「あなたは少し短気で、モノに当たる癖があるわね。自分では、それで憂さを晴らしているつもりでしょうけど、モノは傷むし、周囲も気分が悪いのよ。もうやめてほしいわ」

佐藤さんは、昼、職場の電話に当たつたことも思い出しました。優子さんはさうに言葉が続けます。

「もし出発のとき、あんな高ぶつた気持ちのまま動物園に向けて走り出していた

ら、事故になつたかもしれないわ」

「ああ。そうだね」

反省する佐藤さんに、優子さんは友だちの話を紹介しました。

「友人の京子ちゃんね。彼女の運転がその人柄どおり、丁寧でスムーズなの。『運転上手ね』つて褒めたら、あの子、はずかしそうに『いつも車に話しかけながら運転している』つて教えてくれたのよ」

「えっ、車に話しかける？」

「そう。『いつもよく走つてくれて、ありがとう』とか。遠出するときには『いっしょにがんばろうね』と言葉をかけるらしいのよ。それ聞いて私、なるほどって思つたの。そうやつて常に車に愛情をもつて接しているから、当然、車に負担をかけるような無理な運転はしなくなる



わよね。

もしかしたら、車やモノにも人格があるように優しく接するからこそ、彼女は

いつも温和な人柄なのかなあとも思った

わ

佐藤さんは黙ってしばらく優子さんの話を聞きながら、自分を振り返りました。

「おれには、そんな心はないなあ。モノはモノでしかなく、心も感情もないから、つい、ぞんざいに扱ってもかまわないと考えがちだ。でも、そんな態度を取ることが、家族や周りの人たちにも知らず知らず悪影響を与えていたかもしれない。これから少しずつ態度を改めよう」

そう誓ったところで、車は無事自宅に到着しました。駐車場に車を止め、車から降りると、佐藤さんは「いつもありがとう。今日はゴメンな。これからもよろしく」と愛車に優しく語りかけました。

モノにも礼儀正しく

さまざまな人間関係の中で過ごし、多くの出来事に遭遇する私たちは、時に自分の思うようにならない状況に直面し、心に怒りや不満を覚えることがあります。それは広く人間に共通するごく自然な感情です。

しかし、その感情をどのように処理するのか、それは人によって違います。高ぶった感情をそのまま言葉や態度で直接表現する人。表に出さず、それを自分の心の中で押し殺す人。中には佐藤さんのように、つい身近なモノに当たってしまうという人も少なくはないでしょう。



モノには感情がないため、どう扱っても反論が返ってくることはありません。



だからムシヤクシヤしたら感情をぶつけてもよいのだという人もいますが、一方で、モノ自体に罪つみはなく勝手な感情をぶつけるのは筋違すじちがいとして、人間同様の「礼れい」をもつて大切に接する人もいます。

モノへの対応一つとっても、人によって心の持ち方は百八十度違っています。

『気品の研究』『仕事の品格』などの著書がある山崎武也やまざき たけやさんは「物にも礼儀正しく」と題して、次のように述べています。

「礼は相手に対して敬うやまいの心を抱くのが出発点である。その相手が人であれ物であれ、自分と同じようにこの世に存在していることを考えれば、共存を図っていくべき『仲間』である。おろそかには扱えないはずだ。

特に、自分の役に立ってくれている道具や用品に対しては、その『労』に報いるために、特別丁寧にする必要がある。

『扱う』という言葉を使うと、つい時と場合によっては乱暴らんぼうに扱うことにもなりかねない。物を使うときも、『接してい

く』という姿勢を取って見たらどうだろうか。そうすれば、丁寧な使い方になるはずである。また、利用し終わったときも、その物の有用性に対して感謝の念を抱く余裕も出てくる」(モラロジー研究所『道経塾』第四十一号より)

車や電話、靴、時計、食器など、日ごろよく使うモノの「労」に報い、「ありが

とう」と言葉をかけてみましょう。それでモノが喜んだり、元気になることはありません。しかしそうすることによって、使う人間自身の精神に感謝の心が引き出され、豊かな気持ちになることができます。それが毎日三百六十五日と積み重ねるうちに、豊かな人間性の醸成にもつながるのです。

感謝の心が元気を作り出す

感謝の心は、私たちが考えている以上に大きな力を与えてくれるようです。次のような話があります。

二〇〇〇年のシドニー五輪の女子マラ

ソンで、みごと金メダルを獲得した高橋尚子選手。その強さの源について、スポーツドクターの辻秀一さんは次のように述べています。

「感謝の心を持って、いつも与え続けることで高いパフォーマンスを発揮しているアスリートの一人が高橋尚子選手です。

他のマラソンランナーは周りの期待に応えながら走り、プレッシャーを感じています。高橋選手は四二・一九五キロの治道の人たちに『ありがとう』と言いなから走るそうです。おまけに三〇キロ付近で競り合っているライバルにすら『ありがとう』と言って走るからこそ強い。相手が『どういたしました』と言わなくても、そう心で言っているほうが心の元気が作り出せるわけです」（モラロジー研究所『道経塾』第四十八号より）

いかにライバルに勝るかを競うスポーツの世界において、そのライバルに心からの感謝を贈るといふのは、実に意外な

感じがします。とりわけ高橋選手は、極限状態で競い合っている最中にも、ライバルに心の底からの「ありがとう」を贈り続けるというのです。こうした「与える心」が前向きな思考を生み、すがすがしく自分の心を維持することにもつながる、と辻氏は説きます。

人は状況によつて、さまざまな感情を抱くことが可能です。どのような場面に直面しても感謝の心で受け止めることも可能なはず。高橋選手のように感謝の心で受け止めることで、大きな力を発揮することができ、困難な状況を乗り越えることもできるのです。

さらに、日々の心の積み重ねが、私たちの人生を大きく変えていくことがあります。

心が人生をつくる

曹洞宗の総本山「永平寺」の貫首を務めた森田悟由禅師（二八三四～一九二五）に、小僧時代の次のような逸話が残っています。

ある朝、いつものように暁鐘の音に耳を傾けていた和尚は、鐘が終わるや侍者に命じて鐘点役を自室に呼ばせました。間もなく、部屋に出頭した新参の小僧（後の森田禅師）に和尚は尋ねました。

「今朝の鐘は、いかなる心得でついたのか」

小僧は答えました。

「別にこれという考えもなく、ただ鐘を



ついでだけでございます」

「いや、そうではあるまい。何か心に覚悟するものがあつたであらう。同じ鐘をつくのならば、今朝のようにつくがよい。

いつもありがとう
感謝します



誠に尊い響きであつた」と和尚は小僧を褒めました。

すると小僧は、「別に覚悟というほどでもございませんが、国元の師匠が、何事をなすにも仏に仕える心を忘れてはならん。たとえ鐘をつくときにも鐘を仏と心得てつくだ、とつねづね教えてくださいましたので、一拝しては第一鐘をつき、二拝しては第二鐘をついたばかりでございます」と答えました。

和尚はその覚悟を褒め、「そのように教えらるる師匠も優れた方であるが、それを言われたとお守るおまえさんも感心じゃ。終生、その覚悟を忘れるのではないぞ」と励ましました。

(禅文化研究所編『禅門逸話選(下)』より)
毎朝の日課として、当たり前のように



つく鐘。しかし、その一回一回に心を込めて鐘をつくことで、和尚を感動させ、さらに続けることが小僧自身の心を成長させ、やがて永平寺の貫首を務めるほどになりました。

※

日々、私たちと生活を共にするたくさんのモノ。モノから言葉を発することはありませんが、こちらから心の声をかけることならできるかもしれません。

「いつも感謝しています」「ありがとう」と、日々の生活を支えてくれている道具や用品に感謝をする。返答はない一方通行の感謝ですが、その心がけはモノのいのちを生かし、私たちの心にある感謝の種を育てていくことになるのです。

いつも感謝するという習慣をつくってみませんか。その習慣は、きつと私たちの日々の生活に潤いと温かさを与えてくれ、人生さえも大きく変えていくはずですよ。