



身体と心の姿勢

人生には不変の原理が二つある。といつしか思うようになった。一つは、人生は投じたものしか返ってこない、ということである。人生に何を投じたか。その質と量が人生を決定する。

もう一つは、人生は何をキャッチするか。同じ話を聞き、同じ体験をしても、そこからキャッチするものは人により千差万別である。キャッチするものの中身が人生を決める。

人を育てるのもまた、この二つの原理が相俟って成就する。

円覚寺の横田南嶺館長は、二十年禅問答を繰り返し、三十五歳の若さで老師と呼ばれるようになった。その日々の中で、横田館長は一つの気づきを得た、という。それは、姿勢が大事、ということである。腰骨を立て、臍下丹田に力を入れ、呼吸を整える——これは座禅と同じ姿勢である。この姿勢で禅語を探すと知恵が活発に働き、四千、五千の禅語の中からこれだという一語が閃いてくるのだ。姿勢が崩れていると、ピタッとくる一語はまず閃かないと話された。また、ある将棋の名人の言葉を紹介された。「名人クラスになると、実力はほとんど差がない。勝負を分けるのは姿勢だ」

この話には深く感ずるものがあった。姿勢とは単に身体の姿、かたちのことだけではない。身体の姿勢は心の姿勢の反映である。そして、心の姿勢とは心がけ、心構えのことである。

心がけ、心構えが崩れていては、禅の公安のみならず人生の公安も解けないまま、人生に翻弄されることになるのではないか。

人を育てる

シンクロナイズドスイミングの日本代表ヘッドコーチ井村雅代さんの話。

「私と一緒に練習して、それで、ああ厳しい練習が終わってよかった、というような意識のレベルでは絶対にメダルは取れない。大事なはその練習の後、では自分は何をするかを考え、さらに自分で練習するような人でなくてはメダルは取れない」

人を育てるには何が大事かを知悉した人の言葉であろう。

「あらゆる人は二つの教育を持っている。その一つは他人から受ける教育であり、他の一つは、これよりもっと大切なもので、自らが自らに与える教育である」

イギリスの歴史家ギボンの言葉である。



藤尾秀明 致知 12月号 より

今日(24日)で64歳になりました。55歳の時、定年後のライフワークを「こめづくり」と決め、現在に至っております。思いは通じるもの。地域の方々にご協力いただき、たくさんの方がたに『うまいコメだない！』と仰っていただきご利用していただいております。幸せものです。感謝申し上げます。

次の段階、後継者、人を育てなければと考えております。遅くとも、70歳時には譲れるために。