

念のために疑ってみよう 401



テレビの報道関係信じたり、インターネットの話信じたり、人の話信じたりします。信じることは、人が生きていく上での基本であり、とても大切なことです。

信じることで、人間関係など円滑で良好なものとなります。しかし、たまにあの情報は、本当だろうか。あの話は、事実だろうか。

このように、疑いたくなることがあると思います。そんな時は、念のために疑ってみることも、必要なことです。

私の子どもから、驚くことを聞きました。子どもが知り合いから、聞いた話です。

近くの広場の公衆トイレに、警察官が多く集まっていました。そこで、事件が起こったのです。事件の内容は、大人二人が殴り合いになって、その一人が殺されてしまった。

このように私は、子どもから聞きました。子どもは、その話を信頼していて、危険なので他の人にも知らせようとしていました。

そこで、私は、その話を本当かなと疑いました。その話が本当なら、もっと早く私や妻に、その情報が伝わってくると思ったからです。

そこで、警察からの情報、インターネットからの情報、私の知り合いなどからの情報を把握しましたが、そのような事実は、全くありませんでした。

全くのデマだったのです。恐ろしいことだと、思いました。

どうしてこのようなデマが広がったかは、わかりません。念のために疑ったことで、デマだとわかり、広めなくて良かったと思いました。

最近、フェイクニュース・詐欺などがあります。念のために疑ってみることも、これからの時代を正しく生き抜くために、必要なことかもしれません。



事実かどうか確かめよう 402

論より証拠



人は、物事やいろいろな出来事、事件などを他の人に伝えるのが好きです。特に他の人が、興味・関心が高いことであると、他の人が喜んで聞いてくれます。しかし、話していることが、本当に事実である証拠がある場合は、非常に少ないのです。自分が知っていることや聞いたことを、さも事実であるかのように話します。なかには自分で想像を膨らまして、話をする人もいます。場合によっては、事実がどうかを確かめることが、必要なのです。「論より証拠」なのです。

ある子が仲間はずれをされているという、先生からの情報提供が、私にありました。私は、すぐにある子に、そのことを聞いてみました。ある子は、私が友だちに近づくと、すぐに友だちは、他の所へ行ってしまふ、とのことでした。ある子は、そのことを大変悲しく、思っていました。ある子の友だちにも、どうして仲間はずれみたいなことをするのか、聞いてみました。すると驚いたことに、友だちは、ある子の誕生日のお祝いの計画を話し合っていた、とのことでした。仲間はずれどころが、ある子が喜ぶことを考えて、そのことをある子に気づかれないように、準備していたのです。

私は、先生から聞いたことが、本当に事実かを、確かめてよかったと強く思いました。そのまま信じて、ある子の友だちを一方向的に厳しく指導しなくて、良かったとも思いました。小学校一年生が、たんぼぼのことを調べた作文(熊日新聞掲載)を紹介します。国語で「たんぼぼ」という話をべんきょうしました。そのなかに「たんぼぼは、はがふまれたり、つみとられたりしてもまた生えてきます」と書いてありました。

それで、そのことをたしかめることにしました。中にわにたんぼぼがたくさんあったので、二つのたんぼぼをかんさつすることにしました。一つは、はっぱをぜんぶちぎりました。もう一つは、足でふみつぶしました。三日たって見に行くと、はっぱがまた生えていました。ぼくは、すごいなとおもいました。べつの日、たんぼぼのねっこをほりました。ぼくは小さいスコップでほりました。先生は大きいシャベルでほりました。ぼくはなかなかほれませんでした。先生がほったものは、ねっこが三十三センチありました。ながかったのでぼくはびっくりして、「ながっ」と、言いました。教科書に書いてあったことは、ほんとうのことだとたしかめることができました。たんぼぼはとてもじょうぶな草だとおもいました。小学校一年生の子どもが、教科書に書いてあったことを、実際に観察をして、正しいことを確かめています。それに、どうしてまた生えてくるのかを、先生といっしょに、ねっこを調べることで、その秘密を明らかにしています。子どもが素直な疑問を確かめるとともに、発見の驚きや喜びが伝わってきます。たんぼぼの生命力の素晴らしさにも、感動を覚えました。

毎日を慌ただしく生きていますが、子どものように、私たちも事実がどうかを、常に確かめることも必要なことだと、強く思いました。

考えずにまず行動しよう 403



諺に「思い立ったが吉日」という言葉があります。

諺の意味は、何かをしようと決意したら、そう思った日を吉日としてすぐに取りかかるのが良いということです。

つまり、何か物事を始めようと思ったら、日を選ばずにただちに着手するのが良い、という教えです。

何かを始めようとする時に、あれこれと考え、準備や構想を十分にして、始めるのが本当は良いのかもしれませんが。

しかしそれでは、始めるまでに、かなりの時間がかかってしまいます。

たくさんの課題や困難が見えてきます。

時間が経てば経つほど、意欲が薄らいでいきます。

せっかく始めようとしていたことが、とうとう何もできないで、終わってしまいます。

思い立ったその時が、一番大きなチャンスなのです。

私が好きな言葉に、「やってやれないことはない。やらずにできるわけがない」があります。

必ずやれるという強い意志を示しています。

何事もできるためには、やらなければならないのです。

まず行動しなければ、今までと何も変わりません。

行動しなければ、達成や成果を得ることは、できません。

何も考えずにまず行動を、起こしましょう。

行動こそが、とても重要なのです。

朝ドラ(なつぞら)の主人のなつは、アニメーターの道を目指して、北海道から上京しました。

凄い決心をして、夢のために、まず行動したのです。

試験に数回落ちましたが、決して挫けることなく、努力を重ねていきました。

多くの人の応援もあり、見事アニメーターになることができました。

思い立ってすぐ行動すると、行動に力があります。

力があると、上手く進むことができます。

そして、行動しながら、知恵を使って考えればいいのです。

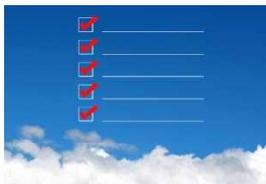
失敗なんかを気にしないで、いいのです。

失敗しても、何も失うことはないのです。

きっと多くの人や神様が、あなたを応援してくれることでしょう。



最後までできっちりやるクセ 404



幸せは、自分で感じるすることができます。
自分で幸せと感じていれば、幸せなのです。

しかし、さらにレベルを上げるためには、人の力が必要なのです。
究極の幸せとは、人から頼りにされ、喜ばれ、感謝されることなのです。

自分と人との良好な人間関係が、大変重要になります。
人に信頼されないと、人間関係は良くなりません。
人間関係が良くないと、幸せや良い運は、やってきません。

人に信頼されるのには、特別な能力はいりません。
人から何かを頼まれたら、快く引き受けましょう。
そして、頼まれたことを、とくかく最後までできっちりやりましょう。

仕事でも、家事でも、勉強でも、人付き合いでも、最後までできっちりやらない人がいます。
なんとかやり始めても、少し困難なことに出会うと、途中で投げ出してしまいます。
そんな人は、人に信頼されることはありません。

頼まれたどんなことも、自分が「もう、すべてやった。今自分にできる最高のことができた。」と思えるまで、やり抜くことが大切です。

私の知り合いで、頼まれごとを断らない人がいます。
頼まれごとを、最優先して、いつも完璧までにやっています。
どんなことも全力でやり抜くのです。
私は、いつも良くできるなど、感心しています。

その人にとっては、完璧までにすることが、自分の生き方である、と言っていました。
周りの人からも信頼され、頼りにもされています。
もちろんその人は、輝かしい人生を、楽しく過ごしています。

自分の力の限り、やり通しましょう。
そうすれば、人から信頼を得ることができ、自分の自信にもなります。

人から頼まれたことは、小さなことから大きなことまで、決して気をゆるめず、とことん取り組みましょう。
そして、最後までできっちりやるクセを、つけましょう。

あなたが一生懸命、人のために努力している姿を見て、周りの人はあなたへの信頼と感謝の気持ちを持つのです。
そして、いつかは、周りの多くの人が、あなたを助けてくれることでしょう。

同じことでも違って見える 405



私の知り合いに、きれいな女性がいました。
私は、一人目の男性の友だちに、「あの人のことをどう思う。」と聞いてみました。
「きれいだけど、冷たいように思う。頭が良さそうで、あまり好きではない。」と答えました。
今度は二人目の男性の友だちに、同じことを聞いてみました。
「きれいで、頭も良くしっかりしているように思う。優しくて気品があり、好きなタイプだ。」と答えました。
同じ女性のことなのに、二人の答えは、大きく違うのに、驚きました。
その人の見方・感じ方によって、同じことでも、不思議と違って見えるのです。

寓話の「オアシスの老人」を紹介します。

二つの大きな町に挟まれたオアシスに、一人の老人が座っていた。
通りかかった男が老人に尋ねた。
「これから隣の町に行くのですが、この先の町はどんな町ですか？」
老人はこれに答えずに聞いた。
「今までいた町は、お前にとってどんな町だった？」
男はしかめっ面をして言う。
「たちの悪い人間が多くて、汚い町ですよ。」
老人はこう答えた。
「お前がそう思っているなら、隣の町も、たちの悪い人間が多い、汚い町だろうよ」
しばらくすると、さっきの男が来たのと同じ町から、別の男がやってきた。
その男はさっきの男と同じように老人に尋ねた。
「これから隣の町に行くのですが、その先の町はどんな町ですか？」
老人はこれに答えずに聞いた。
「今までいた町は、お前にとってどんな町だった？」
男はにこやかに答えた。
「親切な人が多くて、きれいな町です」
老人はこれを聞いてこう言った。
「なるほど、お前がそう思うなら、隣の町も親切な人が多い、きれいな町だよ」

おそらく一人目の男は、悪いことにフォーカスしていて、二人目の男は、良いことにフォーカスしていたのでしょう。
これからも、幸せに生きることができる男は、二人目の男だと思います。
私は、たくさんの学校に勤務しました。
転勤する時に、勤務した学校への思いは、とても素晴らしい子ども・学校に勤務することができ、充実感と喜びで溢れていたと感じていました。
そして、次の学校に対して、多くの出会いがあり、楽しいことがいっぱいあると、夢を膨らませていました。
今まで勤務したすべての学校が、自分にとって最高に素晴らしい子ども・学校だと強く思っています。

**人生で起こるたくさんのことに対して、どのような見方・感じ方をするかは、あなた次第です。
幸せにするか、不幸にするかは、あなたの見方・感じ方で決まります。**

どんな時も我慢しよう 406



上司のあなたが、部下に仕事をお願いしていました。
ところが、部下は約束の期日になっても、その仕事できていませんでした。
こんな時は、あなたなら部下に対して、どのような態度を示しますか。

多くの人は、約束の期日を守っていないことに、カッなって腹を立てるでしょう。
そして、その部下を怒りをこめて、厳しく責めるかもしれません。

これでは、上司としての資質があるとは、思えません。
上司であれば、カッなって腹を立てることは、決してしてはいけません。
我慢が必要です。

どんな時も平常心で、冷静な対応をすべきです。
部下に仕事が終わらなかった理由を優しく聞き、今後どうしたら良いかを、適切にアドバイスをすればいいのです。
部下は、仕事のやり方で、つまずいたのかもしれませんが。
家族が病気になり、家族の看病で仕事が進まなかったのかもしれませんが。

上司の立場だけでなく、一人の人間としても、どんな時も我慢することが大事です。

- ☆ レストランに入って、注文した料理が美味しくなくても、我慢しましょう。
- ☆ 会社の経営が厳しくて、思った通りの給料が貰えなくても、我慢しましょう。
- ☆ 恋人が、約束した時間に来なくても、我慢しましょう。
- ☆ 上司から厳しく怒られても、我慢しましょう。
- ☆ 予約したホテルの部屋が、思っていたより狭くても、我慢しましょう。

我慢できなくて腹を立てたり、怒ったりする人は、自分がイライラして、結局は、自分が損をすることになります。

料理が美味しくなくて、店の人を怒っても、料理は美味しくなりません。
どうにもならないことに対して、怒っても、どうにもならないのです。

たいていのことは、我慢することができる力を養いましょう。
でもどうしても我慢できない時は、誰もいない別の場所で、怒りを発散させましょう。

そのうち、どんな時も我慢しなくても、平気で過ごせるようになります。
どんな時も上機嫌でいる人は、謙虚で優しい人なのです。



あなたの道は幸せの道 407



人は、自分の思い描く道が、幸せの道だと考えがちです。
はたして、本当にそうでしょうか。

大学受験で、希望校に落ち、別の合格した大学に入学しました。
自分の思い描く道では、なかったのです。

入学後も自分の思い描く道でなかったと、いつまでも悔い続けていると、確かに不幸な道である
かもしれません。

しかし、気持ちを切り替えて、入学した大学で自分なりに、希望を見つけ、努力し続けると、この
大学で学べて大変良かったと、幸せな道になります。

私も自分が希望する所ではない異動がありました。

しかし、そこで三年間頑張り、三年後別の所へ異動する時には、ここに来て良かった、幸せだっ
たと強く感じるがありました。

自分が進むべき道をどうするかは、あなた次第です。

たとえあなたが、思い描く道でなくても、あなた次第で、幸せな道になります。

幸せな道は、一つではありません。

幸せな道は、いくつでもあります。

どんな道でも、あなたが幸せな道にすればいいのです。

今あなたが進んでいる道は、きっと幸せな道になっていくことでしょう。



人の心は木の年輪のようだ 408



人の心は、大きく成長します。
赤ん坊の心と高齢者の心では、大きな違いがあります。
まるで木の年輪のように、どんどん成長します。

- 赤ん坊の心
- 三歳児の心
- 五歳児の心
- 小学生の心
- 中学生の心
- 高校生・大学生の心
- 二十歳の青年の心
- 壮年の心
- 中年の心
- 高年の心

このように、徐々に心は、成長していきます。
今のあなたの心には、生まれてから今日までの心が、積み重なっています。
木の年輪のように存在しているのです。

あなたは、今までのことは、忘れているかもしれません。
しかし、心は今までのあなたのこと、あなたの成長を知っているのです。

- ☆ いつも母親に甘えていた三歳児の心
- ☆ 目を光らせて、珍しい物を触っていた五歳児の心
- ☆ たくさんの友だちを作り、楽しかった小学生の心
- ☆ 必死に勉強し、多くの事を学んだ高校生の心
- ☆ 仕事が楽しくなり、多くの責任を任された中年の心

このように、あなたの心は、今までの成長の心をたくさん知っているのです。
今のあなたの心は、大変価値ある心なのです。

時には、好奇心旺盛な五歳児の心呼び起こして、もう一度たくさんすることに興味・関心を持つこともいいでしょう。
時には、多くの事を吸収できた高校生の心呼び起こして、新しいことを学んでみるのもいいでしょう。

このように、自分の心の年輪を有効に活用しては、いかがでしょうか。
あなたに大きな力を、与えてくれることでしょう。

人の役に立っているあなたは幸せ 409



次のようなことを、幸せと感じている人がいます。

- お金持ちになった。
- 会社で偉くなった。
- 海外旅行をすることができた。
- 美味しい料理を食べることができた。
- 好きな電化製品を買うことができた。

どれも素晴らしいことです。
大いに幸せを感じていいでしょう。

このような幸せは、自分が望むことができ、喜んで幸せと感じているのです。
それ以外にも、自分だけの幸せではなく、自分と人との関係で、さらに幸せと感ずることがあります。

学校では、先生が子どもたちに、勉強を教えます。
子どもたちは、勉強が分かったり、できたりすると笑顔で喜んでくれます。
先生は、子どもたちの喜ぶ姿を見て、子どもたちの役に立っていることを実感し、充実した幸せを感じることができるのです。
このように人の役に立つことで、人は幸せを強く感じるのです。

- ☆ 設計士・大工は、住みやすい家を作り、依頼者から喜んでもらえます。
- ☆ スーパーの人は、日々の食材などを売り、購入者から喜んでもらえます。
- ☆ 美容院では、客の好みにあった髪型にして、お客から喜んでもらえます。
- ☆ 俳優は、映画やドラマで演じて、見た人から喜んでもらえます。
- ☆ 工場で電化製品を作る人は、電化製品を使う人から喜んでもらえます。

人にとって、人の役に立つことは、大変有意義で価値があることです。
気づかない人もいるかもしれませんが、世の中のほとんどの人が、人の役に立っているのです。

**人の役に立っているあなたは、間違いなく幸せなのです。
遠慮しないで、もっと幸せを味わいましょう。**



流す涙は幸せの貴重な宝 410



私の妻は、テレビの前で、時々涙を流します。
ドラマなどで、悲しく感動的な場面を見て、涙を流します。

私は、妻の隣にいて、涙を流す妻を見ながら、素晴らしいことだと思っています。
私は、妻と同じ悲しく感動的な場面を見ても、感動はしますが、涙までは出ません。
もっと感情的に敏感になれたらいいなと、つくづく思っています。
少し幸福に対する感性が低いのかなと、反省しています。

涙を流す人は、感情が高ぶって、涙が込み上げるのです。
どんな場合に、涙が溢れ出すのでしょうか。

- ☆ 愛を誓った恋人が、仕事先がお互い遠くになり、別れることになった時
- ☆ 両親や兄弟、親戚、友だちの急な死に接した時
- ☆ スポーツの試合などで、負けたり、優勝した時
- ☆ 映画・テレビ番組を見て、喜んだり、悲しんだりした時
- ☆ 本を読んで感動した時
- ☆ 入学試験や入社試験に不合格や合格した時
- ☆ 学校などを卒業する時
- ☆ 結婚する時
- ☆ ケガをして、痛くてたまらない時

このような場合は、自然と涙が流れます。
それには様々な原因があります。

悲嘆、挫折感からの涙かもしれません。
あるいは身体的また心理的な苦痛のゆえに、泣くのかもしれません。
幸福感、安堵感、また達成感から涙が、出ることがあります。

涙は、他の人に伝染する傾向もあります。
他の人が泣いていると、その理由が何であれ、涙をこらえられなくなる時が、あります。

痛みの場合を除いて、喜びや悲しみなどで流す涙は、幸せにつながっています。
今までが幸せ、今が幸せ、これからが幸せにつながっています。
幸せを体で強く感じる事が、できるのです。

恋人と別れた時の悲しみの涙は、今までが幸せだったと感じます。
試験に合格した時の涙は、今が幸せだと感じます。
試合に負けた時の悔し涙は、これから先の希望や幸せにつながっていきます。

流す涙は、幸せの貴重な宝なのです。
遠慮せず涙を、流しましょう。
涙を流した分だけ、幸せ感が高まることでしょう。

知らないことを自覚しよう 411



世の中には、自分は何でも知っているようなことを、平気で言う人がいます。おそらく有名な大学を卒業し、たくさんのことを勉強して、自分に自信があるのでしょう。私は、知らないことが多いので、知識豊富な人を羨むばかりです。今はインターネットで、瞬時にどんな事でも調べることが、できるようになりました。確かに知識は、情報としてすべての人に、伝わっていきます。

松下電器を設立した松下幸之助は、好奇心旺盛で、人の話を聞くのが上手でした。社長室に仕事で訪問した相手から、仕事の話だけでなく、自分が知りたいことを、尋ねて楽しみながら、しっかりと聞いていたそうです。学歴は、尋常小学校中退でした。社長になってからも、素直な心を持ち、貪欲に知らないことを吸収しようとする態度が、尊敬するところでした。

寓話の「無知の知」を紹介します。

あるとき、ソクラテスの友人であるカイレポンが「ソクラテスに勝つ知者はいない」という「神のお告げ」を持ち帰った。これを聞いたソクラテスは、神の真意をはかりかねた。「いったい神は何を言おうとしているのか。何の謎かけをしようとしているのか。私は知者ではないということは、自分自身がいちばん分かっている」そこで、ソクラテスは、多くの人から知者だと言われている人々を、訪ねてまわることにした。そうすれば、どれほど彼らが賢くて、自分に知恵がないかが、すぐに判明するだろうと考えた。ところが、いざ知者と呼ばれる人たちと話してみると、彼らは人間にとって一番大事なものが何であるかを分かっておらず、しかも、自分が分かっていないことさえ、分かっていないことに気がついた。つまり、彼らは知らないのに知っていると思い込んでおり、それに対して、ソクラテスは知らないという点では彼らと同じでも、知らないということを自分で知っているという自覚の分だけ、自分のほうが賢いと悟ったのだ。

ソクラテスのように、自分は知らないと自覚している人は、賢い人なのです。自己の無知を自覚することが、人間の賢さなのでしょう。

私たち人間は、大方のことを知ったような気でいます。しかし、実際には、知っていることよりも、知らないことの方が圧倒的に多いのです。仕事場で隣の席に座っている人のこと、段ボールに入っている中の物、三百六十度見えるトンボの見え方、暗闇でコウモリが認識する世界、海底の様子、頭の脳の様子、宇宙の様子など、知らないことだらけです。私は、長年連れ添ってきた妻のことも、時々今まで知らなかったと気づくことがあります。私たち人間が見ているのは、現象の世界なのです。私たちは、対象そのものである物自体の世界を、認識することはできないのです。

知らないことを自覚して、謙虚に多くの事を学び、正しく見る目を育てていきましょう。

苦手なことは苦手でもいい 412



女性の芸能人で、自分の笑顔が嫌いという人がいました。

人から「笑顔が可愛くない」と時々言われることが、その女性の心を傷つけたのです。

私から見れば、普段の顔は素敵で、笑顔も悪くないと思うのです。

本人は、可愛い笑顔に見えなくて、笑顔になるのが、苦手になりました。

本人の妹も芸能人なのですが、妹は笑顔が可愛いので、自分が比較されるようで怖くなったようです。

とうとう決心をして、貯めた大金で、美容整形の手術をすることにしました。

手術は、無事成功し、以前より笑顔が可愛くなりました。

本人は、大喜びで、自然と可愛い笑顔になることが、できるようになりました。

苦手だった笑顔を克服し、好きな笑顔を手に入れることができたのです。

心からおめでとございます、と祝福したいと思います。

これは、上手くいった例ですが、次の様な苦手がある人がいるかもしれません。

- 字を書くのが下手で、恥ずかしい。
- 朝早く起きるのが、なかなかできない。
- 食べるのが好きで、体が大きくて、なかなか痩せない。
- 人が多いところに行ったり、多くの人と会ったりが、恥ずかしくてできない。
- 一人で仕事をするのは好きだが、他の人と協力しながら、仕事をするのは苦手だ。
- 料理を作るのが苦手で、みんな喜んで食べてくれない。
- パソコンを使うのが苦手で、報告文を作るのに、時間がかかってしまう。

このような苦手なことがある自分を、恥ずかしがって、嫌に思っている人も多いと思います。

努力をして、苦手なことを改善できたらいいのですが、それが大変難しいのです。

そんなことを考えているとますます自分が、暗くなって自信がなくなります。

思い切って、苦手なことは苦手でもいいと、諦めてしまっはどうでしょうか。

料理を作るのが苦手であれば、簡単に作れる料理、レンジで解凍すれば食べれる料理、コンビニに売ってある料理などを活用すれば、簡単に料理ができます。

自分で上手に料理が作れなくても、おいしい料理が食べられるのです。

私は、料理をはじめ苦手なことがたくさんありますが、別に気にしていません。

世の中に、完璧な人は、一人もないと思います。

今までそんな人に、出会ったことはありません。

誰だって、苦手なことはあります。

苦手なことを、たくさん持っています。

苦手と自分が思っているから、苦手なのです。

苦手と自分で思わないなら、苦手ではありません。

苦手なことは苦手でもいい、と気持ちを楽にしましょう。

そして、自分が好きなことや得意なことを、積極的に楽しみましょう。

気がついたら、自然と苦手なことがなくなっている日が、来るかもしれません。

すみませんよりありがとう 413



あなたは、家族でレストランに行きました。
レストランの中に入り席に着くと、ウェイトレスがすぐに来ました。
そして、家族のみんなに、水が入ったコップを置いてくれました。

そんな時に、そのウェイトレスに、何か言葉をかけますか。
ひょとして、「すみません」と言葉をかけないでしょうか。

すみませんの言葉は、謝罪、恐縮などの気持ちを表す時の言葉です。
この場合に、相手がわざわざ家族のために、水が入ったコップを持ってきてくれたことに対して、申し訳ないと謝罪をしているのです。

おそらくそのウェイトレスは、すみませんの言葉を聞き、その言葉に喜ぶことは、ないでしょう。
このように何かをしてもらった時、すいませんと言う人をよく見かけますが、もったいないことだと思えます。

言う人も言われる人も、元気になる言葉があります。
それは、「ありがとう」「ありがとうございます」です。

- ☆ 料理を持ってきてくれたら、「ありがとうございます」
- ☆ コンビニのレジで、「ありがとうございます」
- ☆ 高速道路の料金所で、「ありがとうございます」
- ☆ 友だちが食事をおごってくれたら、「ありがとうございます」
- ☆ 店に忘れたバックを届けてくれたら、「ありがとうございます」

感謝の言葉を言った人は、感謝の言葉で自分自身が、気持ち良くなります。
感謝の言葉を言われた人は、喜びでいっぱいになります。
お互いが笑顔になることが、できるのです。

もちろん家族や部下が何かをしてくれた時も、「ありがとう」と言いましょ。
あなたが、他の人から何かをしてもらうことは、当たり前のことではありません。
大変ありがたいことなのです。



嫌な人もドラマの大事な脇役 414



子どもから大人まで、楽しませてくれるのが「ドラえもん」です。
主人公は、ドラえもんとのび太です。

二人に対して、脇役の一人として、ジャイアンがいます。
ジャイアンのフルネームは、「剛田武(ごうだ・たけし)」です。
腕力が強く、ガキ大将のジャイアンに、ぴったりのフルネームです。
強さと豪快さが伝わってきます。

ジャイアンは、いつものび太に威張り散らして、命令したり、意地悪したりします。
そのせいで、のび太とドラえもんは、いろいろなトラブルに巻き込まれることになります。

しかし、脇役のジャイアンのおかげで、お話が面白くて楽しいドラマになります。
ドラえもんとのび太が主人公として、輝いてくるのです。
ジャイアンがいなかったら、ドラマが面白くないでしょう。

ジャイアンみたいな嫌いな人も、ドラマの中では、とても大事な脇役なのです。
主役を引き立てて、充実したドラマにしてくれる重要な人なのです。
本当は、だれからも感謝される存在なのです。

人生において、あなたが主人公のドラマの中に、必ずジャイアンみたいな嫌な脇役が、登場します。

- ☆ いつも意地悪をする人
- ☆ 仕事のことで怒る上司
- ☆ 嫌な言葉をよく言う人
- ☆ 人の弱みを平気で指摘する人
- ☆ 困っていても助けようとしてない人

このような人は、あなたが主人公のドラマの中に、神様が与えてくれた嫌な脇役なのです。
嫌な脇役によって、なかなか上手くいかない、トラブルがある、邪魔される、イライラするなどのことが、起こります。

嫌な脇役なりに、あなたの成長を願って、精一杯演じているのです。
それを乗り越えた時は、あなたのドラマは、感激と喜びで、輝くのです。

この人は、私の人生を盛り上げるために、登場してくれたんだ。
よく考えて見ると、みんないい人ばかりだ。
そのことに気づかせてくれて、ありがたい。
このように思えば、気持ちが軽くなるかもしれません。

嫌な人がいるから、大切な人が輝くのです。
心が傷つくことがあるから、幸せの素晴らしさを味わうことが、できるのです。

備えがあれば心配なし 415



雨のことを心配している人が、多いと思います。
それは、朝は雨が降っていなくても、いつ雨が降り出すか分からないからです。

今日は天気が良いと思っていても、仕事から帰る時に、急に雨が降り出す場合があります。
傘を持ってきてなくて、困ってしまいます。
雨がなかなか止まずに、とうとう雨の中を家まで濡れて帰る場合があります。

朝から傘を持って、家を出れば良かったと、強く反省します。
心配な時は、折りたたみ傘をバッグに入れておくと、安心です。

同じように、準備をしていなかったために、失敗したことがあります。

- 体育館に来場者分の椅子を準備したが、来場者が多くて椅子が足りなくなった。
- プレゼンの資料を準備していたが、数が少なくて、全員に配布できなかった。
- 夜に落雷があり、真っ暗になったが、懐中電灯やろうそくを準備していなかった。
- 買い物に行き、たくさんの品物を買おうとしたが、お金が足りなくなった。
- 山登りをしている途中で、足を草で切ってしまったが、薬などを持ってきていなかった。

このような失敗は、あらかじめ想定していて、準備をしていれば、防げたことでしょう。

諺に「備えあれば憂いなし」があります。
この意味は、普段から準備をしていれば、いざというときに対応がしっかりとできるということ、日ごろから準備や対策をしていれば、何かが起こっても心配いらぬということなのです。

いくつか似た言葉を、紹介します。

- ☆ 供給することは防止することである
- ☆ まさかのときに備えて貯蓄せよ
- ☆ 雨の日のために何かを貯えておけ
- ☆ 最善を願いながら、最悪に備えよ
- ☆ 後悔するより、安全な方がいい
- ☆ 最善を願いながら最悪に備える
- ☆ 転ばぬ先の杖

熊本地震があり、その後地震に備えて、防災グッズなどを準備している家庭が多くあります。
もちろん私の家も、いざという場合に備えて、防災グッズを準備して、袋の中を定期的に確認しています。

どんなことでも、あらかじめ準備をしておけば、心配なくて済み、いざという場合に、適切な対応ができるのです。
準備することの大切さを、肝に銘じて、生活したいと思います。

断り上手になろう 416



誰でもたくさんの友だち、知り合い、同僚、近所の人などと毎日付き合っています。誰とでも仲良く、楽しく過ごしたいものです。

その中には、自分に対して、なれなれしく図々しい人がいます。どう対応すればいいのか、困っている人も多いと思います。

次のようなことで、大変困っているかもしれません。

- 子守りを一日頼んでおいて、お礼も言わない人
- ぞうきんを縫うのを、自分でしないで、人に頼む人
- プロのイラストレーターに、友だちだからと、タダでイラストを描いてもらう人
- 部屋の中に入ってきて、人の冷蔵庫を勝手に開ける人
- 人の家の布団に、靴下をはいたまま寝る人
- 一方的にメールを送ってくる人

関係が近い人でも、ある程度の距離を置き、礼儀をわきまえるべきだと思います。こんな人に対しては、そんなことを止めて欲しいと、はっきり断ることが、大事です。

上手な断り方のポイントを三つ紹介します。

☆ 明るくハッキリ断る

(頼ってくれるのは嬉しいけど、それは自分には、できません。)

☆ 正直に断る

(冷蔵庫の中を見られるのは、嫌な気持ちがあるので、勝手に開けないで欲しい。)

☆ 断る基準を決めておく

(みんなにも、同じように断っている。)

このように、上手に断ることができれば、相手も嫌な気持ちがないでしょう。相手は、少しやり過ぎているなど、反省してくれるかもしれません。

どんなに人間関係が深い仲でも、礼儀をわきまえて接することが、長続きすることになります。断り上手な人は、優しさを持って、人への対応や配慮ができる人なのです。



動きを止めて心を静かに 417



コップの中の茶色の泥水を、しばらくそのままにしておくと、やがて泥が下に沈み、透明な水になります。

この現象は、座禅に似ているように思います。

茶色の泥水は、忙しさの中で、動き回りもがいている日常の自分です。座禅をして、動きを止め、静かに心を保つことで、心の中に舞い上がった泥が、沈んでしまうのです。

心が美しくなり、生き生きとしてくるのです。

日常生活の中で、ぼんやりとして、心を静かに保つことがあります。

- トイレの中に入っている時間
- お風呂の中に入っている時間
- エレベーターの中で、目的の階に向かう時間
- 交差点で青信号を待つ時間
- 電車やバスを待つ時間
- 食堂で注文した定食が、運ばれてくるのを待つ時間

このような、「ぼんやりする時間」が大切なのです。

何も考えない時間が、心をリフレッシュし、元気にしてくれます。

時には、問題解決のアイデアなどのひらめきが、思いうかぶこともあります。

禅語に「七走一坐」という言葉があります。

この意味は、七回走ったら一度は坐れということです。

人はずっと走り続けないと、他の人から追い越されると心配します。

しかし、長い目で見ればずっと走り続けることは、良いことではありません。

しばらく走ったら休息をとり、心を落ち着け自分の走りを見直すのが賢明なのです。

錦織圭のテニスの試合を見ていると、試合の間の休息を取るのが実に上手です。

椅子に座り、タオルで汗を拭き、ほっと息をつき、目を閉じてじっとしています。

錦織圭は、この短い時間の休息を利用して、体と心のリフレッシュを図っているのです。

人は、動き続けるだけでなく、動きを止めて心を静かにすることを、自然と身につけることが、自分を高めることになるのです。



頼み上手になろう 418



自分の仕事で、必死になっている時に、隣の席の人から急に、この文書を五部コピーして、と言われました。

皆さんは、どうしますか。

○ どうして自分がしなければいけないの、私も今忙しいの。

○ そんなことなら、自分ですれば、私はしたくない。

このように思う人が、多いのではないのでしょうか。

しかし、相手の様子を見て、しかたがなくゆっくりとコピーを、してあげる人もいるかもしれません。

相手が気分を害するような頼み方は、あまりよくありません。

特に強制力を持った言い方では、相手から強い反発があります。

人を動かすことが上手な人は、頼み上手です。

頼みをどう工夫して伝えるかが、重要なのです。

イソップ童話の「北風と太陽」を紹介します。

北風と太陽が彼らの力について、言い争っていた。

議論ばかりしていても仕方がないので、旅人を裸にしたほうが勝ちだということにした。

最初は北風の番だ。

北風は思いきり強く、「ビューッ！」と吹き付けた。

旅人は震えあがって、着物をしっかり押さえた。

そこで北風は、いちだんと力を入れ、「ビュービューッ！」と吹きつけた。

すると旅人は、「うーっ、寒い。これはたまらん。もう一枚、着よう」と、今まで着ていた着物の上に、もう一枚重ねて着てしまった。

北風はがっかりして、「君に任せるよ」と、太陽に言った。

そこで太陽は、ぽかぽかと暖かく照らした。

そして、旅人がさっき一枚よけいに着た上着を脱ぐのを見ると、こんどはもっと暑い、強い日差しを送った。

じりじりと照りつける暑さに、旅人はたまらなくなつて、着物を全部脱ぎ捨てると、近くの川へ水浴びに行った。

これは「強制より説得の方が、有効なことが多い」という教訓です。

つまり、人に何かをさせたいと思ったら、腕力や権力によって、力づくでさせるより、相手その気になるように、言って聞かせた方が有効なのです。

コピーをさせる場合は、次のような言い方がいいでしょう。

今緊急の会議の最中で、この文書が五部不足していたので、困っているの。

忙しいと思うけど、大至急コピーを協力して欲しい。

今なら間に合いそう。

この次、あなたが何か困った時は、協力するから、お願い。

このように、目的や状況等を優しく説明すると、相手も協力してくれるのでは、ないでしょうか。

その人その人の性格等に合わせて、目的を明確にして、優しく頼みましょう。

きっとあなたに喜んで、協力してくれることでしょう。

遠くからでもあなたを支えられる 419

応援してます！



自分の家から離れ、一人で暮らしている人も多いと思います。

- 遠くの高校・大学に進学して、一人で暮らしている。
- 会社に就職して、知らない土地で暮らしている。
- 家族を支えるために、都会で出稼ぎをしている。
- スポーツを鍛えるために、専門的な施設に行き、そこで暮らしている。

多くの人が、毎日必死で生活をしていることでしょう。

一人で暮らしていることは、知らない人との出会いもあり、大きく自分を成長させます。一人で何もかもしなくてはならなく、遅くなり、心を強くすることができます。

しかし、時には、自分一人になった時、苦しくてたまらない時、思うことが上手くいかない時など、家族や小さい頃からの友だちが、近くにいないことで、さみしく感じることもあることでしょう。自分は一人ぼっちだと、強く感じることもあるでしょう。

NHK朝ドラの「なつぞら」で、なつが東京から北海道十勝に帰った時の、なつとおじいちゃんの会話を紹介します。

なつ

「さみしい。たまらない。」

「おじいちゃんは、さみしくないの。」

おじいちゃん

「わしだってさみしい。」

「ずーっとさみしい。さみしくてたまらん。」

「人間は一人で生きていくためには、ずーっとさみしくてあたりまえ。」

「一人で生きていかなければ、ならない。」

「遠くにいたって、支え合っている。」

「わしは、ずーっとおまえを支えている。」

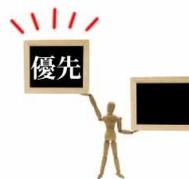
おじいちゃん言葉で、なつは、おじいちゃんの大きな愛を、感じる事ができたのです。さびしくても、遠くからいつも支えてもらえることで、元気とやる気が湧いてきたのです。

あなたが、今自分は一人ぼっちと感じていても、遠くから家族・友だちなど、多くの人があなたを支え、応援しているのです。

決してあなたは、一人ぼっちではないのです。



人生の時間を大事なことに使おう 420



今のあなたは、自分の人生の時間をあなたの大事なことに、使っていますか。
大事なことに使っている人は、充実感があり、幸せでしょう。
あまり大事なことに使っていない人は、時間配分を考え直したほうがいいかもしれません。
あなたの人生の時間は、百歳まで生きたとしても、限界があります。

寓話の「大きな岩と小さな岩」を紹介します。

「クイズの時間だ。」

教授はそう言って、大きな壺を取り出し教壇の上に置いた。

その壺に、彼は一つ一つ岩を詰めた。

壺がいっぱいになるまで岩を詰めて、彼は学生に聞いた。

「この壺は満杯か？」。

教室中の学生が、「はい」と答えた。

「本当に？」。

そう言いながら教授は、教壇の下からバケツいっぱいの砂利を取り出した。

その砂利を壺の中に流し込み、壺を揺すりながら、岩と岩の間を砂利で埋めていく。

そしてもう一度聞いた。

「この壺は満杯か？」。

学生は答えられない。

一人の生徒が「多分違うだろう」と答えた。

教授は「そうだ」と笑い、今度は教壇の陰から砂の入ったバケツを取り出した。

それを岩と砂利の隙間に流し込んだ後、三度目の質問を投げかけた。

「この壺はこれでいっぱいになったか？」

学生は声を揃えて、「いや」と答えた。

教授は水差しを取り出し、壺の縁までなみなみと注いだ。

彼は学生に最後の質問を投げかける。

「僕が何を言いたいのか分かるだろうか」

教授は、大きな岩を入れない限り、それが入る余地は、その後二度とないことを言いたいのです。

後から大きな岩を入れようとしても、決して入れることはできないのです。

大きな岩とは、何でしょうか。

それは、仕事であったり、志であったり、愛する人であったり、家族であったり、自分の夢であったりなど、自分にとって一番大事なものです。

それを最初に入れないと、一番大事なものを永遠に失うことになります。

壺の容積を自分の人生の持ち時間だと、考えて下さい。

誰もが限られた時間しか、持っていません。

自分にとって、大事ではないもので時間を埋めていくと、自分にとって、大事なものに割くべき時間を失ってしまいます。

結果として、大事なものを手に入れることができないまま、人生を終えることになります。

自分にとって、大事なものが、壺の中に入っているでしょうか。

大事なもののために、人生の多くの時間を有効に使いましょう。

そして、大事なものをいつまでも、大切にしていきましょう。

日々生まれ変わろう 421



人間は、死ぬと生まれ変わることは、できません。
命は、一つなのです。
しかし、そうでないと、考えられていたこともありました。

古代ギリシャには、太陽は、夕方地平線に沈んでいくと共に、「いったん死ぬ」という考えがありました。
そして、朝地平線から昇ると共に「また蘇る」と考えられていたのです。
太陽は、そのように日々新しく生まれ変わる、と信じられていたのです。

太陽と同じように、人間もまた、夜眠ると共にいったん死に、朝起きると共に新しく生まれる、という考えがありました。

今日の自分は、昨日の自分の延長上ではなく、新しく生まれ変わった自分なのです。
これは、事実ではありませんが、生まれ変わるとすると、毎日が新鮮に思えてきます。

昨日何か失敗したり、悩んだり、悲しんだりしたことがあっても、次の日は、生まれ変わっている
ので、新しい自分で、清々しく今日を過ごすことができます。
昨日のことを、いつまでも引きずることは、ありません。

**今日という日を、新しい希望を持って生きようという、前向きな気持ちが、湧いてきます。
今日は、どんな自分になれるか、楽しむことができます。
日々生まれ変わって、理想とする自分に、なっていきましょう。**



未来を夢見よう 422



ディズニーランドの生みの親、ウォルト・ディズニーは、映画、テレビ、テーマパークと、ジャンルを超えて創造力を発揮し、世界中の人々に夢と感動の体験を提供し続けました。

ウォルト・ディズニーがその多彩な活躍の中で一貫して大切にしてきたのは、積極的に未知の世界をたずね自発的に学ぶことの楽しさを、若い世代に伝えることです。

ここでは、ディズニーランドの誕生の秘話を、紹介します。

ウォルト・ディズニーは、毎週末のように幼い二人の娘を連れて、動物園や遊園地へ遊びに行っていました。

ある時、娘たちは遊具に乗って楽しんでいるのに、自分はベンチに座ってピーナッツを食べるだけという状況に、おとなと子どもたちが一緒に楽しめる場所を、造るべきではないかと考えたのです。

ウォルト・ディズニーは、親と子どもたちが一緒に過ごせる場所で、楽しく遊んでいる大人と子どもたちの未来の夢を見たのです。

まさに「すべては夢を見ることから、始まった。」と、ウォルト・ディズニーは、後に言っています。

ウォルト・ディズニーが夢見たことを実現するために、ディズニーランド計画とその開発に、十五年という長い年月が、かかりました。

そして、ついに 1955 年、カリフォルニア州にディズニーランドを、完成させたのです。

今では、世界中に広がり、大人から子どもたちまで愛され、喜ばれるテーマパークになっています。

不可能に近いことも、未来を夢見ることではか、始まりはありません。

未来を夢見ること、夢が現実のものとなるのです。

- 月に行きたい夢が、月着陸を実現しました。
- 空を飛ぶ夢が、飛行機を作り出しました。
- 遠くの人とすぐ話したい夢が、携帯電話を作り出しました。
- 人を助けたい夢が、ロボットを作り出しました。

このような過去における未来の夢が、現在を作り出しています。

未来を夢見て、想像しましょう。

- ☆ 優しい人と出会って、結婚する。
- ☆ 会社の社長になり、人々のために役立つ。
- ☆ お金持ちになり、裕福な生活をする。
- ☆ 希望の大学に合格し、楽しい学生生活を過ごす。
- ☆ 世界中を旅行する。
- ☆ マイホームを買って、家族で暮らす。
- ☆ 人々の役に立つ仕事をする。

未来を夢見ると、ワクワクドキドキします。
大きな夢でなく、小さな夢でもいいのです。

未来を夢見て、その夢を楽しく追い続けましょう。
きっと素晴らしい未来に、なることでしょう。

チーム力で勝利をつかめ 423



元テニス世界ランキング一位の大坂なおみは、ウィンブルドンで初戦敗退を喫しました。敗退後の会見で『もう出てもいい？ 私、泣きそうだから』と、途中退席しました。

大坂なおみのメンタルは、ボロボロのようです。もう長い間、そんな状態が続いているようにも感じます。

それまでは、前コーチ(サーシャ・バイン)などスタッフとチーム力で、勝利をつかんできました。しかし、大坂なおみは、前コーチとの個人的な感情で、前コーチとの契約を破棄し、別のコーチを選んだのです。その後の試合は、まるで別人のような試合ぶりで、惨憺たる結果が続いています。弱かった大坂なおみを、世界ランキング一位にまで成長させた、前コーチの偉大さを強く感じます。

世界のレベルは、甘くありません。自分だけでやれるほど、簡単に勝てるレベルでは、なくなっています。ライバルたちはみな、選手一人の力でなく、メディア戦略、データ分析なども含め、総合的なチーム力を結集し、しのぎを削っているのです。

ところが今の大坂なおみは、自分以上のもの、自分以外のものを極力排除し、自分の感覚だけで、戦おうとしているように見えます。そうしたメンタリティーが、女王であり続けるための障害になっているように、感じます。

今テニスの世界は、決して一人では勝てないのです。

大坂なおみが、もう一度上昇気流に乗るために、こうした発想と志向性を変えることができるかが重要です。また大坂の信頼を得て、それを助言できるスタッフやコーチに出会えるかどうか、打開への大きな鍵になるのではないかと思います。このことは、テニスに限ったことでは、ありません。他のスポーツや仕事など、多くのことでも、一人では勝てません。

自分の周りに、有能で信頼がおけるスタッフを集めましょう。そして、勝利をつかめるように、全員で知恵を使い、行動を起こして、総合的なチーム力で戦っていきましょう。

- ☆ チームの仲間の話を、しっかり聞きましょう。
- ☆ チームの仲間で、言いたいことを言い合しましょう。
- ☆ チームの仲間を信頼し、尊敬しましょう。
- ☆ チームの仲間で、方向性と取り組みを明確にして、実践していきましょう。
- ☆ チームの仲間で、助け合い、協力しましょう。

このようにチーム力を、無限に高めさえすれば、勝利の女神が微笑んでくれることでしょう。

創造的に生きよう 424



充実した人生を実現するためには、創造的に生きることが大切です。
創造的に生きるとは、これまでなかった新しい物やサービスなどを、作りだそうとすることです。

人は、もともと知恵を使って、何かを創造することが、大好きなのです。
楽しくワクワクして、人生が充実してきます。

フランスの哲学者アランは、「人間は願望を持つこと、そして創造することによってのみ幸福である」と言っています。

ここで、子どもの様子を紹介します。

子どもは、遊びの天才だ。
ままごとの道具がなくても、いろいろな物を組み合わせて、ご飯を作る。
チラシを切って、人形のドレスを作ったこともあった。
白い紙を見つけると、あっという間にお絵かきをして、時には本人しか読めないメッセージが添えられている。
「なんて書いてあるの？」と聞くと、「お母さん、大好きだよ。いつもありがとう。」と答えてくれた。
なんて素直なのだろう。

美容師さんになりきり、人形の髪を切ってしまったこともある。
人形の顔は落書きされていて、本人はお化粧をしてあげたつもりらしい。
どんな職業にもなりきってしまう。
なんて発想が自由なのだろう。

子どもは、創造的に生きるのが、好きなのです。
常に新しい何かをやりたいという、意欲を持っています。

大人も子どもと同じで、創造的に生きるのが、好きなのです。
いつも何かに取り組みたいという、意欲を持っています。

- ☆ 仕事で、自分のアイデアや得意なことを生かして、新しい商品やサービスを生み出したい。
- ☆ 料理が好きな人は、今までにないような創作料理を作ってみたい。
- ☆ 興味があることをブログに書いて、多くの人に広げたい。
- ☆ 音楽好きな人は、新しい曲を作って、歌ってみたい。
- ☆ 国内を見て回り、珍しくて特色のあるような場所を発見したい。

このような自分の意欲を、大切にしましょう。
そして、自分の個性・能力を生かしながら、創造・実践に移してみましょう。
創造的に生きることで、生きている手応えを、強く感じることができるでしょう。

人々の支持があれば道が開ける 425



私の知り合いで、すごく頭が良く、素晴らしい能力を持った人がいました。
その人に、一人でできる仕事を任せると、完璧に仕事を仕上げることができます。

大きなことを成し遂げたいという野心もあり、行動力もありました。
しかし、残念に思うことがありました。

自分ができることに、思い上がってしまい、威張ったり、人をバカにしたりします。
周りの人といっしょに、仕事を進めることになると、自分の思い通りに無理矢理に、人を動かそうとしたりします。

そのような思い上がった人は、さまざまな長所に恵まれていても、周りの人とのトラブルが起こり、嫌われてしまいます。
周りの人に嫌われたら、何をするにも協力を、得られなくなります。
自分が願っている大きなことを、成し遂げることは、できないのです。

スペインの作家、グラシアンという言葉で「どんな長所を持った人物も、世間の支持がなければ、石ころだらけの道を歩むことになる。」があります。
石ころだらけの道を歩むとは、苦勞の多い人生を歩むということでしょう。

- 学校では、子ども達・先生方・保護者の支持があつてこそ、道が開けます。
- 会社では、社員の支持があつてこそ、道が開けます。
- 家庭では、家族の支持があつてこそ、道が開けます。
- 政府では、国民の支持があつてこそ、道が開けます。

人々の支持があつてこそ、自分の長所を生かせ、道が開けるのです。
そこで、周りの人に支持されるように、次のことに努めましょう。

- ☆ 周りの人の良さを、見つけましょう。
- ☆ 周りの人と、仲良くしましょう。
- ☆ 周りの人の話を、素直に聞きましょう。
- ☆ 周りの人の願いを、叶える努力をしましょう。
- ☆ 周りの人に、優しい声かけや協力をしましょう。
- ☆ 周りの人を尊重しましょう。

周りの人との日頃からの円滑な人間関係が、あなたに対する人々の共感と支持を高め、長所を生かし、道を開く近道になるのです。



人の健康に気をつかおう 426



人にとって、大変重要なことは、命を大切にすることです。
自分の命だけでなく、人の命も大切にすることが、愛することです。

命を大切にすることは、健康に気をつけて生きることです。
自分の健康を気をつけることは、当然のことだと思います。

自分の健康だけでは、愛が足りません。
人に対しても、いつまでも健康に生きて欲しいと、強く願いましょう。
そして、常日頃から人の健康に気をつかうことができる人に、なりましょう。

私は、昔仕事をしていた頃は、朝の挨拶などの時に、さりげなく人の顔や体の様子を、必ず見るようにしていました。
普段の様子と変わらない人は、いいのですが、普段の様子と少し違う人には、健康のことについて、さりげなく声かけ等をしていました。
仕事も大事ですが、それ以上に人の健康が一番大切だと思います。

- ☆ 調子が悪そうだったら、「どうかしたの？」と声をかけましょう。
- ☆ ゆっくりできる所へ連れていき、休ませましょう。
- ☆ 心配事等あれば、話をゆっくりと聞いてあげましょう。
- ☆ 無理せず、仕事を休んで病院に行くように、アドバイスしましょう。
- ☆ 健康にいい食事法を、教えましょう。
- ☆ 仕事で無理をしているのなら、仕事を分担してあげましょう。

このように具体的に、人の健康に気をつかきましょう。
人の健康に気をつけてくれる人に対して、感謝と愛が深まることでしょう。



好きになるクセで幸せになろう 427



いろいろな人に出会った時、出会った人を好きになりましょう。

- あ的那个人は、話してみて、とても優しい人だ。
- あ的那个人は、誰に対しても、礼儀正しい人だ。
- あ的那个人は、私が話すことをよく聞いてくれて、笑顔が素晴らしい人だ。
- あ的那个人は、進んで何でも意欲的にできる人だ。
- あ的那个人は、楽しい話をたくさん知っている人だ。

このように、人の良さや個性を見つけ出し、人を好きになりましょう。
人の悪い面を見るのではなく、良い面を見るようにしましょう。

人を好きになれば、他の人もあなたを好きになれます。
いっしょに楽しい時間を、過ごすことができます。

これは、人に限ったことではありません。

- ☆ 自分が任されている営業の仕事が、好きだ。
- ☆ 趣味の将棋が小さい頃から、好きだ。
- ☆ 数学の勉強が、好きだ。
- ☆ 今自分が通っている大学の自由な雰囲気が、好きだ。
- ☆ 家族の笑顔が、最高に好きだ。

このように、何でも好きになりましょう。
好きになるクセを、つけましょう。

好きになると楽しいのです。
好きになると、意欲的に喜んで何でもできます。
辛く苦しいことでも、楽しいと思えます。
良い結果を出すことができます。

古代ギリシャ哲学者のアリストテレスの言葉に「真の音楽家とは音楽を楽しむ人であり、真の政治家とは政治を楽しむ人である。」があります。

何でも好きになるクセは、きっとあなたに大きな力と幸せを、もたらすことでしょう。



人のためになるかを考えよう 428



商売の本質は、お客様のためになる商品売ることです。
お客様が買って良かったと、喜んでくれる商品売ることです。

商品を開発・販売する時には、お客様のためになるかを考えることが、とても重要です。

- 会社のためになる
- 金儲のためになる
- 社長のためになる
- 社員のためになる
- 材料購入者のためになる

このように考えて、商品を販売すると、商売は決して上手くいきません。
一番は、お客様のためになるです。
これは、商売に限ったことではありません。

- ☆ 政治家は、国民のためになるかを考えよう。
- ☆ 家族は、家族のためになるかを考えよう。
- ☆ 店や銀行は、お客様のためになるかを考えよう。
- ☆ 学校は、子ども達のためになるかを考えよう。
- ☆ 役所は、住民のためになるかを考えよう。
- ☆ テレビ局は、視聴者のためになるかを考えよう。

一番に、人のためになるかを考え、適切に判断・行動することが、ぜひ必要です。
このことは、誰でもわかっていることだと思いますが、実際には、そのことが守られていないこともあります。
口では人のためと言いながらも、自分たちの利益のためだったりします。

常に人のためになるかを考え、判断・行動できる人は、正しい道を進むことができます。
迷いやぶれがなく、一貫して安定しています。

誰からも信頼され、愛されます。
人のためと考える人が、必ず幸せになれるのです。



責任ある孤独を楽しもう 429



誰でも大きな決断をしなければならない時があります。
特に社長やリーダーなどは、たびたび決断をしなければなりません。

決断をする時は、多くの人の考えや意見を聞きます。
しかし、最終的には、自分で決断をしなければなりません。

決断を下すことは、その決断に賛同する人もいれば、反対する人もいます。
恨まれることも多くあり、判断を間違えた場合は、責任者として苦境に立たされます。

もちろん相談相手はいるでしょうが、最終的には自分一人で、悩み考え、自分一人で決断しなければなりません。
ですから責任ある立場の人は、強い孤独を感じるのです。

社長やリーダーだけでなく、どんなことであれ責任を持って引き受けた人は、同じように強い孤独を感じるに違いありません。
責任ある立場になれば、孤独は避けられないのです。

例えば登山を予定しているグループが、山の麓まで来て、天候が少し不安定になりました。そのまま登山を実施するか、中止するか判断をしなければなりません。

グループの責任あるリーダーが、情報を收拾するとともに、メンバーからの意見も聞きます。
そんな時は、リーダーは、強い孤独を感じます。
しかし、自分の信念に基づいて、正面から向き合い、最終的に判断をします。
判断を間違えると、メンバーの命が失われることになり、責任重大なのです。

ドイツの哲学者のショーペンハウエルは、「孤独は、優れた精神力の持ち主の運命である。」の言葉を残しています。

責任ある孤独をマイナスに考えるのではなく、プラスに考えてみてはどうでしょうか。
信頼あるあなただから、誰も引き受けたくない判断を、あなたに任せているのです。

責任ある孤独を暗く考えないで、責任ある孤独を経験できる喜びと、考えてみたらどうでしょうか。
思い切って責任ある孤独を楽しんだら、どうでしょうか。

楽しむとリラックスして、適切な決断が、きっとできると思います。
孤独を楽しむ回数が多いほど、あなたは知恵と勇気を手に入れることができるでしょう。

苦勞している姿を見せるな 430



上司から急に提出書類の仕事を与えられ、徹夜で仕事を完成し、次の日書類を上司に提出しました。

そんな時に、上司に苦勞して書類を作成している自分の姿を見せ、提出する時には、「徹夜で頑張りました。」と言う人がいます。

また、書類を作成している姿を上司に見せず、提出する時には、「完成しました。」とだけ言う人がいます。

苦勞を自己アピールする人、苦勞を見せない人がいます。
あなたは、どちらの人がいいと思いますか。

自己アピールする人は、上司から自分の頑張りを、認めて欲しいのでしょう。
本人からの自己アピールがなくても、上司は、頑張りをわかっていると思います。
上司は、仕事なので、頑張ることは当然と思っているのではないのでしょうか。

苦勞を見せない人は、虚栄心がなく、評価を気にせず、苦勞は当然と思っています。
このような人こそ、評価に値する人なのです。

元プロ野球選手のイチロー、プロテニスプレーヤーの錦織など、スター選手と言われる人は、苦勞している姿を人前に見せることは、少ないものです。
輝かしい試合の裏には、苦しいトレーニングを乗り越えているのです。
華麗にプレーして、お客を喜ばせるのが、プロの使命なのです。

このように、優れた人は、苦しいことがあっても、苦勞している姿を見せることなく、孤独に耐え粘り強く、頑張れる人なのです。

どんなことがあろうと、苦勞している姿を見せないこと、苦勞したことを言わないことを守っていきましょう。

優れた人は、苦勞を隠すのです。

苦勞は、あなたにとって、当然の義務なのです。



柔軟な思考を手に入れよう 431



アリストテレスは、天動説を唱えました。

地球が宇宙の中心にあり、太陽と月以外に5つの惑星が地球の周りを回っていて、遙か彼方の恒星天球がゆっくりと回っているという考え方です。

このアリストテレスの宇宙論は、2000年にわたって人々が信用したのですが、観察に基づいているのは事実です。

しかし、それを否定したのが、コペルニクスの地動説です。

コペルニクスの考え方は太陽が中心にあり、地球がその周りを回っていて、私たちはその回っている上にいるから、太陽が昇ったり、沈んだりしているように見えるという考え方です。

これは本当にコペルニクス的大転換です。

このようなことは、少し見るだけでは考えようがありません。

しかし、様々な運動を調べると、そのように解釈するのが自然であったので、地動説が出てきました。

地動説は次第に広がっていきましたが、その中でさらに大事な発見がありました。

それはガリレオ・ガリレイの発見です。

ガリレオは、皆さんがよくご存知のように、振り子の等時性を発見しました。

また、彼は地動説を信じていて宗教裁判にかけられた時も、判決が下った後に、「それでも地球が回っている」というように呟いたと言われています。

このように地動説を人々が信じるまでに、長い時間と人々の努力と苦労があったのです。

もっと人々に柔軟な思考があれば、地動説を受け入れることに、そんなに時間がかからなかったかもしれません。

賢い人は、柔軟な思考を持っています。

問題を解決する時も、周りの人たちとよく話し合います。

自分が気づかなかったことを指摘する意見に耳を傾けたり、自分の考えより良い意見があれば、柔軟に取り入れます。

ですから、問題を的確に解決でき、周りの人からの信頼があるのです。

愚かな人は、固執的な思考を持っています。

自分の考えのみにこだわり、周りの人の良い意見も「くだらない意見だ」と決めつけてしまいます。

自分の考えが、一番良いとうぬぼれ、独断で行動します。

当然問題を上手く解決することはできません。

周りからの信頼はなくなり、協力者も遠ざかってしまいます。

フランスの思想家のモンテーニュは、「愚者の最も確かな証拠は、自説に固執して興奮することである。」の名言を残しています。

心のドアをオープンにしましょう。

周りの人のいろいろな意見を、素直に聞き、積極的に吸収・活用しましょう。

そうすれば、柔軟な思考を手に入れることができ、「賢い人」として、成功を手に入れることができるのです。

人の経験を学びにしよう 432



私の友だちは、長く海外で生活していました。
友だちが日本に帰国して、すぐに海外での生活の様子を、聞く機会を得ました。

友だちは、海外での体験の話を生き生きと私に、話してくれました。
日本と比べて、文化や伝統の違い、生活や考え方・生き方の違いに驚きました。

治安が悪い面もあり、自分や家族の命を守るための工夫なども、詳しく話してくれました。
私にとって、貴重な経験談を聞くことができ、多くの学びがありました。

このように人は、自分の経験ばかりでなく、他人の経験からも学ぶことができます。

- ☆ コンピューター関連の最先端の技術を活用している人の体験
- ☆ 会社を大きくしたけど、事業で大失敗した人の体験
- ☆ 大きな病気をして、完治することができた人の体験
- ☆ 自分の席の隣の人の趣味の体験
- ☆ 大学受験で偏差値を大きく伸ばし、有名大学に合格できた人の体験
- ☆ 幸せな生活を日々過ごしている人の体験

経験をしたことのある人の話は、非常に説得力があり、深みがあります。
悩みや苦しみに対して、どう対処したのかなど、具体的に聞くことができます。

人は、他人の経験を利用する形で、新たな知識や教訓を得ることができます。
イギリスの哲学者のコリングウッドは、「人間は、他人の経験を利用するという、特殊能力を持った動物である。」の名言を残しています。

他人の経験など私には関係ないと、思わないで下さい。
積極的に経験の話を学んで、自分が賢く生きるための知恵にしましょう。



才能を磨けば天才になる 433



自分には持って生まれた才能がないと、嘆く人がいます。
それを理由に、自分が上手いかないことの言い訳にしています。

この世の中には「天才」と呼ばれる人たちが、数多く存在しています。
アインシュタイン、エジソン、ディズニー、スティーブ・ジョブズ、ピカソ、イチローなどです。

この人たちに共通することを、考えてみました。

- 一つのことを好きで、そのことに夢中になれる。
- 子どもの頃に夢を思い描き、心はいつも子どものままです。
- 常に向上心を持ち、高い理想を追いかけている。
- 負けず嫌いで、困難な事にも挑戦する。
- 諦めることを知らず、成功するまでやり続ける。

天才と呼ばれる人は、はじめから天才になる才能を身につけていた人は、一人もいないと思います。

天才と呼ばれる人も、小さい頃はみんなと、あまり変わらなかったのです。

才能は、むしろ、育てるものなのです。

長い時間をかけて、コツコツと根気強く能力を育て、磨いていけば、やがて天才と呼ばれるような人に、なれるかもしれません。

フランスの哲学者ポーヴォワールの名言「人は天才に生まれるのではない。天才になるのだ。」が残っています。

- ☆ 自分が磨きたい才能を、見つけましょう。
- ☆ 才能を磨く努力を、しましょう。
- ☆ 才能を継続的に長い期間、磨き続けましょう。
- ☆ 才能を深く、磨きましょう。
- ☆ 才能を試すチャンスに、果敢に挑戦しましょう。

あなたは、素晴らしい才能を、必ず持っています。
才能を磨き続ければ、成功の大きな花が咲くことでしょう。



いい生き方が幸運を引き寄せる 434



あなたは、今いい生き方をしているでしょうか。
毎日が充実して、楽しく生活している人は、おそらくいい生き方をしていると言えるでしょう。

- ☆ 仕事を楽しく、一生懸命にしている。
- ☆ 自分を大切にして、自分に正直に生活している。
- ☆ 人間関係が良好で、誰からも好かれている。
- ☆ 夢や目標があり、それに向かってポジティブに行動している。
- ☆ 家族や周りの人を大切にしていて、人のために良いことをしている。
- ☆ いろんなことに感謝の気持ちを持ち、笑顔で過ごしている。

このような生き方をしている人は、人生が充実していて、幸せなのです。
自分の考えで、自分の進むべき道を決め、着実に毎日前進しているのです。

周りの人に対しても、いい影響を及ぼしています。
そのようないい生き方が、あなたに幸運を引き寄せます。

幸運とは、自分の意志を超越したものではなく、自分が作り出すものなのです。
フランスの哲学者サルトルは、「人間の運命は、人間の手中にある。」の名言を残しています。

毎日のいい生き方が、幸運を引き寄せ、さらに充実した人生がもたらされます。
一方で、自分の人生を大切にできなかったり、ネガティブで不誠実な行動ばかりしていると、悲運を引き寄せることになります。

どのような人生を生きていくかは、自分で決めていくものなのです。
真面目で、誠実に努力を続けている人が、悲運を作り上げることは、決してありません。

毎日のいい生き方こそ、人生にとって大きな価値があるのです。



仲良く生きれば楽しい 435



自分だけの力で、人生を生き抜くことができる。
他の人と仲良くしなくてもいい。
自分にとって他の人は邪魔であり、必要はない。

このように考えている人は、少し傲慢ではないでしょうか。
しかし、意外にこのように考えている人は、少なくはないように思います。

- 自分さえよければいい。
- 自分の家族さえ幸せならいい。
- 自分の会社だけ儲ければいい。
- 自分の国さえよければいい。

このように考えると、多くのトラブルを、引き起こしてしまいます。
人間関係がこじれたり、会社と会社で対立したりします。
国と国の国際的な関係も、このような考えから資源の奪い合いを起し、紛争を生じている場合も多いのです。

寓話の「天国と地獄の長い箸」を紹介します。

地獄の食堂も極楽の食堂も満員だった。
向かい合って座っているテーブルの上には、おいしそうなご馳走がたくさん並んでいる。
地獄の食堂も極楽の食堂も決まりがあった。
それは、たいへん長い箸で食事をしなければならないということだった。

地獄の食堂では、みんなが一生懸命に食べようとするのだが、あまりに箸が長いのでどうしても自分の口の中に食べものが入らない。
食べたいのに食べれない。
おまけに、長い箸の先が隣の人を突いてしまう。
食堂のいたるところでケンカが起きていた。

極楽の食堂では、みんながおだやかな顔で食事を楽しんでいた。
よく見ると、みんなが向かいの人の口へと食べものを運んでいた。
こっち側に座っている人が向こう側に座っている人に食べさせてあげ、こっちに座っている人は向かい側の人から食べさせてもらっていた。

地獄にいる人は、他人は邪魔者であり、いなくなればいいと思っています。
極楽にいる人は、自分以外の他者の力を借りなければいけないと思っています。
考え方の違いで、地獄になったり、極楽になったりするのです。

**奪い合うから足らなくなり、分け合えば余るのです。
誰とでも仲良くすれば、楽しく生きられるのです。**

小さな力がおおきなうねりに 436



昔子ども達の非行や問題行動が多く、大変荒れた学校がありました。先生や保護者などの力では、どうすることもできない学校でした。そんな状況の中で、ある生徒が、毎朝校門の前に立ち、笑顔で挨拶をする取り組みを始めました。

ある生徒は、楽しい学校にしたいという、強い気持ちがあったのです。初めのうちは、ほとんどの生徒は、挨拶を返すことがありませんでした。逆にある生徒をバカにしたり、止めるように言ったりしていました。そんな状況でも、決して諦めることなく、毎日校門に立ち続けました。ところが、しだいに他の生徒が一人二人と、いっしょに校門に立つようになりました。その後生徒だけでなく、先生や保護者もいっしょに、立つようになったのです。その頃から、少しずつ笑顔で挨拶を返す生徒が、多くなりました。

学校の雰囲気も変わり始めたのです。ある生徒の活動に刺激を受け、生徒会が動き出しました。生徒会が中心となって、すべての生徒に呼びかけ、みんなで楽しい学校にする取り組みを真剣に考え、一致団結して実行したのです。

時間はかかりましたが、大きく学校が変わり、落ち着いた楽しい学校に、変わりました。ある生徒の小さな行動が、学校全体を生まれ変わらせたのです。

寓話の「百万分の一の命」を紹介します。

私の友人がメキシコを訪れたときの話だ。夕暮れ時、人影の途絶えた海岸を歩いていると、遠くのほうに誰かが立っているのに気がついた。

近づいて見ると、メキシコ人の男が何かを拾っては海に投げ入れていた。

よく見ると、それはヒトデだった。

男は、引き潮で波打ち際に取り残されてしまったヒトデを、一つ一つ拾い上げては海に投げ入れていたのだ。

どうしてそんなことをしているのだろうと不思議に思った友人は、男に話しかけた。

「やあ、こんばんは。さっきから気になっているんだけど、何をしているのか聞いてもいいかね？」
「ヒトデを海に帰してやっているのさ。見ろよ、たくさんのヒトデが波で打ち上げられて、砂浜に取り残されてしまっているだろう。おれがこうやって海に投げてやらなかったら、このままひからびて死んでしまうよ」

「そりゃあ、もっともな話だが、この海岸だけでも、何千というヒトデが打ち上げられているじゃないか。それを全部拾って海に帰してやるなんて、どう考えても無理な話じゃないかな？ それに世界中には、こんな海岸が何百もあるんだよ。君の気持ちは分かるけど、ほんの一握りのヒトデを助けたって、何にもならないと思うがなあ」

これを聞いた男は白い歯を見せてニッと笑うと、友人の言葉などおかまいなしに、またヒトデを拾い上げて、海に投げ入れた。

「いま海に帰ったいったヒトデは心から喜んでいさ」

そう言うと、また一つヒトデを拾い上げ、海に向かって投げ入れたのだった。

最初の力がどんなに小さくても、多くの人の思いや努力で、どれほど大きな影響が現れてくるかは、誰にも分かりません。

ごく小さな変化がきっかけで、非常に大きな変化をもたらす可能性もあるのです。

小さなことこそ、大きな価値があると考えましょう。

小さな力の積み重ねが、大きなうねりとなるのです。

わかっているなら止めましょう 437



止めないといけないとわかっているのに、止められない人がいます。
自分の弱い心に、つつい負けてしまいます。

- 甘くておいしい物が大好きで、いろんな物を食べ過ぎて、どんどん太っている。
- タバコは体に良くないと、医師から言われているのに、人から見られない場所で吸っている。
- 毎月の稼いだお金では足りないのに、借金して高級品を買ってしまう。
- お酒を飲んでいるのに、近くだからと自動車を運転してしまう。
- もっと儲けたいと思い、ギャンブルを続けて、負けが大きくなっている。

このような人は、どうしても悲観的になり、暗くなっていきます。

植木等のスーダラ節の歌詞(一部)を紹介します。

チョイト一杯の つもりで飲んで
いつの間にやら ハシゴ酒
気がつきゃ ホームのベンチでゴロ寝
これじゃ身体に いいわきゃないよ
わかっちゃいるけど やめられねえ

この歌は、かなり古い歌ですが、酒に溺れる心の弱い人の気持ちが、よく伝わってきます。
ここで、寓話の「カエルとサソリ」を紹介します。

一匹のサソリが川岸を歩いていた。
「向こう側に渡れるようなところはないか」と探していたのだ。
そこにカエルが現れた。
サソリはカエルに「俺をおぶって向こう岸まで連れていってくれないか」と頼んだ。
するとカエルは言った。
「冗談だろう。途中でお前は俺を刺すに違いない。そうしたら俺は溺れてしまう」
サソリはこう言い返した。
「何て理屈の通らない言い草だ。君が死んだら、俺まで溺れてしまうじゃないか」
カエルは納得し、サソリを背負って川を渡りはじめた。
ところが川の真ん中で、カエルは背中に鋭い痛みを感じた。
「どうして刺した！ お前も溺れてしまうのに！」
カエルはサソリと一緒に沈みながら叫んだ。
するとサソリは言った。
「わかっているけれどやめられない。それが俺の性なんだ」

この話は、人が持って生まれた性格は、簡単には変わらないことを教えています。
本当に絶対変わらないのでしょうか。
人の性格や生き方は、考え方や努力しだいで、変えることは可能だと思います。

弱い心を強くすれば、変わります。

わかちやいることは、止めることができるようになります。

止められない言い訳を探すのではなく、止められる方法を考え、毅然とした態度で、実行していきましょう。

自分が存在することに感謝 438



今あなたは、生きています。
地球上に存在していて、あなたの人生を過ごしています。
多くの人ののおかげで、生かされているのです。
そのことは、決して当たり前ではありません。
あなたが生まれ、生きていく意義や価値があるから、あなたがいるのです。
もしそうでなかったら、あなたは、今ここに存在していないのです。

寓話の「盲亀浮木(もうきふぼく)」を紹介します。

あるとき、お釈迦様が阿難という弟子に尋ねた。
「そなたは人間に生まれたことを、どのように思っているか」
阿難が「たいへん喜んでおります」と答えると、お釈迦様は重ねて尋ねた。
「では、どのくらい喜んでいるか」
阿難は答えに窮した。
すると、お釈迦様は、次のようなたとえ話をした。

「はてしなく広がる海の底に、目の見えない亀がいた。その亀は、百年に一度、海面に顔を出す。広い海原には、一本の丸太が浮いている。その丸太の真ん中には、小さな穴があった。丸太は、風に吹かれるまま、波に揺られるまま、西へ東へ、南へ北へと漂っている。阿難よ、百年に一度だけ浮かび上がる、その目の見えない亀が、浮かび上がった拍子に、その丸太の穴に、ひょいと頭を入れることがあると思うか」

阿難は驚いて答える。
「お釈迦様、そのようなことは、とても考えられません」
「絶対ないと言い切れるか」
お釈迦様が念を押した。
「何億年、何兆年の間には、ひょっとしたら頭を入れることがあるかもしれません。しかし、『ない』と言ってもいいくらい難しいことです」
そう阿難が答えると、お釈迦様はこう話された。
「阿難よ、私たちが人間に生まれることは、その亀が、丸太の穴に首を入れることより難しいことなのだ。それくらい有り難いことなのだよ。」

あなたは人間ではなく、他の生き物に生まれることもあり得たのです。
しかし、人間に生まれることができたことは、幸運だったのです。

途方もない確率で、今のあなたが存在しているのです。
有ることが難しいことで、「有り難い」のです。
宇宙が存在して、地球が存在して、動物が存在して、人間が存在して、自分が存在することは、とてつもなく希有なことです。
存在すること、共存することが、有り難く、ありがたいことです。
自分の存在に、これからも感謝の気持ちを持ち続けて、生きていきたいものです。

もっともっとにご用心 439



幸福感を求めて、次の様な欲望を持った人がいます。

- もっと偉くなりたい。
- もっとお金を稼ぎたい。
- もっとおいしい物を食べたい。
- もっと広い家に住みたい。
- もっと人から愛されたい。
- もっと強い人になりたい。

このような欲望を持つことは、人として自然なことです。

この欲望を叶えるために、努力を積み重ねることは、素晴らしいのです。

そのことによって、人は成長し、さらなる幸福感を得ることができます。

しかし、十分用心をしなければいけないことがあります。

それは、何かを手に入れてしばらくすると、それが当たり前になってしまうことです。

すると、次の「もっと」に向かい始めます。

人の「もっと、もっと」には、終わりがなくなってしまうのです。

毎日が、焦りの連続に、陥ってしまいます。

ここで寓話の「倒れるまで」を紹介します。

今は昔、インドに須彌羅(すみら)と呼ばれる修行者がいた。

あるとき、彼の言うことがすこぶる国王の意に合ったようで、王は次のように言った。

「褒美をとらせる。なんなりと望みのものを申せ。」

彼は、ここぞとばかり、「何とぞ、私に土地をください。そこに一棟の寺を建ててくださいませぬか。」とお願いをした。

王はさっそくその願いを受け入れた。

「たったそれだけの望みか。では、お前がかたときも休まずに走りつづけて、行き着いたところまでを、お前の寺院の土地として進ぜよう。」

彼はこれを聞くと、直ちに身軽な服装で走り始めた。

終日休むことなく走ったので、徐々に疲労を覚えた。

しかし、寸尺でも余計に土地が欲しかったので、へとへとになりながらも、なお走ることを止めなかった。

最後には一歩も足が出ず、ついには地上に倒れこんでしまった。

それでも地に臥して、転げたり、這ったりして前へ進んだ。

ただ、それも長くは続かなかった。

もう一歩も進めなくなったので、彼は、手に持った杖を前方に投げて、「この杖の行きついたところまでが俺の土地だ。」と叫んだ。

修行者ですら欲望が強いのは、驚くばかりです。

これが本来の欲望かもしれませぬ。

しかし、欲望に一定の歯止めをかける、心構えを身につけることが、ぜひ必要です。

そのためにも、節制という徳に関する感性を、高めましょう。

節制の感度を高めることによって、わずかな量で満足できるようになりましょう。

もっともっとに、十分ご用心下さい。

毎日が学びの連続 440



人生の達人は、仕事は仕事、遊びは遊び、学びは学びなどと、分けて考えません。仕事の時間、遊びの時間など時間的な区切りは、あるかもしれませんが、総合的には、渾然一体となった状態に、つとめています。

仕事や遊びでも学びは、たくさんあります。

遊んでいたことが、仕事に大いに役立つこともあります。

仕事での学びが、遊びに大いに役立つこともあります。

毎日のどんな時も学びが、連続しているのです。

学びを通して、頭脳を鍛えるのです。

常に学んだ知恵を生かして、アイデアを出し、行動していくのです。

ここで寓話の「がんばる木こり」を紹介します。

昔々、一人の木こりが材木屋に仕事をもらいにいった。

申し分のない条件だったので、木こりは仕事を引き受けることにした。

最初の日、木こりは親方から斧を一本手渡され、森の一角を割り当てられた。

男はやる気満々で森に入った。

その日は一日十八本の木を切り倒した。

「よくやった！ この調子で頼むぞ！」

親方の言葉に励まされた男は、明日はもっと頑張ろうと誓って早めに床に入った。

次の日、男は誰よりも早く起き、森に向かった。

ところが、その日は努力も虚しく十五本が精一杯だった。

「疲れているに違いない」

そう考えた木こりは、日暮れとともに寢床に入った。

夜明けとともに目を覚ました男は「今日は何としても十八本の記録を超えるぞ」と自分を奮い立たせて床を出た。

ところが、その日は十八本どころかその半分も切り倒せなかった。

次の日は七本、そのまた次の日は五本、そして最後には夕方になっても一本の木と格闘していた。

何と言われるだろうとびくびくしながらも、木こりは親方に正直に報告した。

「これでも力のかぎりやっているのです」

親方は彼にこう尋ねた。

「最後に斧を研いだのはいつだ？」

男は答えた。

「斧を研ぐ？ 研いでいる時間はありませんでした。何せ木を切るのに精一杯でしたから」

この木こりは、斧を使って木を切ることのみに、精一杯だったのです。

忙しさにかまけて、斧を研ぐという大事な仕事を、おざなりにしたのです。

誰でもわかるようなことですが、日頃から頭脳で考えようとしなない典型的な人かもしれません。

今の世の中においても、同じように機械的な仕事や作業はできるが、頭脳を使って知恵を駆使し行動したり、今の状況から学んだりしようとしなない人は、意外に多いかもしれません。

どんな時にも、どんな場所でも、毎日が学びの連続でありましょう。

学びを生かしながら、知恵を使って仕事や生活を、充実していきましょう。

そのためにも、日頃から課題意識・問題意識を持ち、広い視野の学びをしましょう。

毎日の学びが最高に楽しいと、思えるようになると、素晴らしいと思います。

素直な心で話を受け止めよう 441



先生や師匠、上司から何かを教えてもらった時に、素直に「はい、わかりました。」とすぐ返事を返せる人は、意外と少ないように思います。

学ぼうとする意志はあっても、ついつい「でも・・・」「だって・・・」と言い返したり、反論したりします。

このことは悪いことではありませんが、言われたことを、しっかりと受け止めて、自分のものとすることも大事です。

なかには、話がまた始まったと思い、聞いているふりだけをしている人もいます。

ここで寓話の「空の茶碗」を紹介します。

ある禅の高僧が、弟子の一人を拙宅に招いた。

「教えを得るにはどうすればいいか。」と言う弟子の悩みを話し合ううちに、「さすれば・・・」と高僧はお茶を用意した。

そして師は弟子の茶碗にお茶を注ぎはじめた。

しかし、一杯になっても、まだ注ぎ続けた。

お茶は茶碗からあふれて、卓へとこぼれ、すぐに床へとこぼれた。

とうとう弟子は言った。

「もうおやめください。お茶はあふれております。もう茶碗には入りません。」

師は言った。

「よくぞ見てとった。お前についても同じことが言える。私の教えを得ようと思うならば、まず頭の茶碗を空にしてください。」

空の茶碗は「素直な心」、お茶で一杯になった茶碗は「素直でない心」のたとえです。

人から何らかの教えを受けるとき、最も大切なのが素直な心です。

人の助言を素直に聞き、それを消化できる人は、勉強やスポーツ、仕事などでも伸びます。

素直さのない、意固地な人、強情な人、ひねくれた人、独りよがりな人は、何を教わってもそれを受け入れようとしません。

受け入れないのだから、身につかないし、伸びることはありません。

素直な心を持った人と、持たない人では、凄く大きな違いができます。

頭を空にして、素直な心で教えをそのまま受け止めましょう。

そして、本気でそのとおり努力してみましょう。

明るい未来が、あなたにやってくることでしょ。



批判を気にせず勇気を持ち前進 442



自分が、何か新しいことに挑戦しています。
そんな時に、周りの人から、温かい励ましの言葉をもらおうと、元気になります。
やる気が出て、勇気づけられます。
しかし、その挑戦が、途中で困難や課題に直面し、物事が上手く進まなくなります。
資金が不足してくる場合もあります。
それが長く続くと、周りの人から、「もうこれ以上は無理だ」「早めに止めた方がいい」「大失敗したら責任はどうするのか」などと、批判の言葉をもらうようになります。
すると、やがて元気がなくなり、これ以上続ける勇気がなくなってきました。
ここで、寓話の「カエルの登山」を紹介します。
一度は山に登ってみたいと思っていたカエルが十匹集まった。
みんなで一緒に登ろうじゃないかということになって、山の麓に集合した。
しかし、見送りに来た仲間たちはみんなヤジを飛ばすばかりだった。
「登れっこないだろ！ 行くだけムダだぜ！ やめとけ、やめとけ」
そんな言葉を背に受けながら、十匹のカエルは出発した。
ぴよこぴよこと小さい足で跳ねながら、山に登っていった。
中腹にさしかかったところで、ウサギたちに会った。
カエルたちが「頂上まで登るんだ」と言うと、ウサギたちはすぐさまこう言った。
「頂上に登る？ 無理だ、無理だ！ この山はものすごく高いんだ。そんな小さな足で登れるわけがないよ！」
これを聞いて、すでに疲れ切っていた五匹はあきらめた。
残った五匹の前には、いっそう険しい上り坂が持っていた。
やがてモミの樹海に入ると、こんどはマーメットと出会った。
「頂上まで行くなんで、カエルさんたちには無理ですよ。あまりに無謀です。とんでもないですよ！」
この言葉を聞いて二匹があきらめた。残った三匹はなおも進んだ。
少しずつ、少しずつ、とにかく頂上をめざして進んだ。
「ぴよこん、ぴよこん、ぴよこんと・・・」
やがてこんどは高山のヤギたちが現れ、カエルたちの様子を見て笑った。
「このへんで引き返したほうがいんじゃないか？ その調子じゃ、あとひと月かかったって頂上には着かないだろ」
ここでまた二匹が脱落した。
とうとう残りは一匹になってしまった。
しかし、この一匹はそれからずいぶんと時間をかけて、ついに頂上へと辿りついたのだ。
その一匹が山を下りてくるのを待って、仲間たちはいっせいに聞いた。
「一体どうやって登り切ったの？」
でもそのカエルはただ一言「何？」と聞き返しただけだった。
そこで仲間たちはもう一度大声で聞いた。
「どうやってこんな快挙を成し遂げることができたんだい？」
するとそのカエルはまたしてもこう聞き返した。「何？ 何？ 何？」
そのカエルは耳が聞こえなかったのだ！
耳が聞こえないカエルは、周りの批判的な言葉が、全く聞こえなかったのです。
だから不安や心配することなく、最後までやり抜くことができたのです。
批判的な言葉に、耳を傾けすぎて、不安が増大することに、十分注意をしましょう。
批判を気にせず、勇気を持ち前進していきましょう。
自分は必ずできると自信を持ち、堂々と最後まで、前進していきましょう。

人生は流動的なもの 443



人生は、良いことがあれば、悪いこともあります。
人生は、このように流動的なものです。

良いと思っていたことが、後で悪い結果になることがあります。
悪いと思っていたことが、後で良い結果になることがあります。

ここで、寓話の「人間万事塞翁(にんげんばんじさいおう)が馬」を紹介します。

昔、中国北方の国境近くに住む老人(塞翁)の馬がいなくなった。
人々が気の毒がると、老人は「なに今に良いことがあるよ」と平気だった。
やがて、その馬は駿馬を連れて戻ってきた。
人々が「よかった、よかった」と祝うと、「今度はこれが不幸の元になり、何が悪いことが起きるかもしれない」と喜ばなかった。

案の定、その馬に乗った老人の息子が落馬して足の骨を折ってしまった。
人々が見舞いに行くと、老人は「これが幸福の元になるだろう」と平気だった。

一年後、胡軍が大挙して攻め込んできて戦争となり、健全な若者たちはほとんど連れていかれて戦死した。
しかし足を折った老人の息子は、兵役を免れたため、戦死しなくて済んだ。

この寓話の面白さは、馬が逃げる → 逃げた馬が駿馬を連れて戻ってくる → 息子が落馬して足の骨を折る → ケガのおかげで息子が兵役を免れる、というように、不幸と幸運が連続しているところです。

人生における幸不幸は、予測しがたいです。
幸せが不幸に、不幸が幸せにいつ転じるかわからないのです。
だから、安易に喜んだり悲しんだりする必要はありません。

状況が変化するたびに喜んだり心配したりして、心が落ち着かなくなることは止めましょう。
人生は流動的なものと思い、やるべきことを日々真摯にやっていきましょう。



体の七つに変化に注意 444



今のあなたの体は、健康でしょうか。
子どもたちの若い体は、日々大人になるために成長しています。

しかし、五十歳・六十歳ぐらいになると、気がつかないうちに体に変化が起こってきます。
それ以上になると、体の変化は顕著になってきます。

少しずつ体が、衰えてくるのです。
ここで、どのような変化が起こるのかを、七つ紹介します。

一つ目は、目です。

かつてはどんな物でも、はっきりと見えていました。
少しずつ近くや遠くが見えにくくなってきます。

二つ目は、耳です。

むかしはささやき声でも、よく聞こえていました。
小さな声が聞こえなくなり、大きな声でないとわからなくなってきます。

三つ目は、歯です。

若い頃は、固い物でも簡単に噛めていました。
歯が少しずつ減ってきて、噛むのが難しくなってきます。

四つ目は、髪です。

子どもの頃は、黒くてふさふさ、しなやかな髪でした。
多くが白髪になり、少しずつ白髪も抜け落ちるようになってきます。

五つ目は、背筋です。

若い頃は、ピンと張っていた背筋でした。
しだいに弓のように曲がっているようになってきます。

六つ目は、足です。

かつては二本足で走ったり、飛んだりなど自由に動いていました。
だんだん足もとがおぼつかなくなり、歩くのにふらつくようになってきます。

七つ目は、食欲です。

昔は、食欲があり、口にする物すべてが美味しかった。
どんな物も口に合わず、食欲がなくなってきました。

多くの人で、このような体の七つの変化が現れます。
それは、人間であれば自然なことです。
心配する必要は、全くありません。

しかし、十分注意をすることで、その変化を遅らせることはできます。
例えば、歯であれば、食べる時によくかむ、毎日歯磨きをする、歯医者で治療をするなどの努力をすればいいのです。
歯以外でも、同様に様々な注意をすることで、その変化を遅らせることができます。

日頃からこの七つに十分注意をして、自分の体の健康を保つように心がけましょう。

次の世代につながる生き方 445



- 今の自分が、よければいい。
- 今の家庭が、よければいい。
- 今の会社が、よければいい。
- 今の世の中が、よければいい。

このように考えている人が、ほどんどではないでしょうか。

この考え方は、今を生きる人に対して、大切なことです。

つまり自分が、生きている間、現世がよければいいという考え方です。

もう少し視野を広く考えて、次の世代にもつながるようにしたら、どうでしょうか。

私は、今しあわせ塾のホームページを作成し、ブログを書いています。

これは、今生きている人に、少しでも役立つようにと書いています。

しかし、それだけではありません。

私が死んだ後も、ホームページは残ります。

これから生まれる次の世代にも、ホームページを見て、ぜひ幸せの生き方について、学んで欲しいと強く願っています。

ここで、寓話の「接ぎ木をする老僧」を紹介します。

谷中の里に古びた寺があった。

寛永(千六百二十四年～千六百四十四年)の頃、将軍とお供の者が、鷹狩りの帰りにこの寺に立ち寄られた。

ちょうどそのとき、八十歳になろうかという老僧が庭で接ぎ木をしていた。

将軍が「何をしているのか？」と聞いた。

老僧は「接ぎ木をしています」と答えた。

すると将軍は笑って言った。

「あなたは年老いているので、今、接ぎ木をしても、この木が大きくなるまで、命が続いているかどうか分からないだろう。だから、そのように心をこめてやる必要はあるまい」

これに対して老僧はこう答えた。

「よく考えてみてください。今、接ぎ木をしておけば、後世の代になってどれも大きく育っているでしょう。そうすれば、林も茂り、寺もなんとかやっていけるでしょう。私は寺のためを考えてやっているのです。決して私一代のことだけを考えてやっているではありません」と言った。

これを聞いた将軍は「老僧が申すことはまことであり、もっともなことだ」と感心された。

この寓話を読んで、将軍は「小さな人間」、老僧は「大きな人間」に思えてきます。

もちろん将軍と比べて見た時、老僧の身なりは貧相であったでしょう。

しかし、その姿を将軍は、神々しく、美しく見えたと思われます。

ドイツの宗教改革者マルティン・ルターは、「たとえ明日世界が減びることを知っていても、私は今日、なおリンゴの若木を植えるだろう」と名言を残しています。

この言葉は、「何が起ころうとも希望の芽を自ら摘むことはしない。すべきことを放棄せずに淡々とこなしていくこと、それが、自分のとるべき道だ」という信念を表現しています。

☆これからの人々のために、何ができるか。

☆これからの家族のために、何ができるか。

☆これからの会社のために、何ができるか。

☆これからの世の中のために、何ができるか。

何ができるか考え、実行していきましょう。

自分は消えても、次世代があります。

その次世代につながる生き方を、していきたいものです。

ありがたやありがたや 446



自分が今ここに生きていることが、ありがたいのです。
毎日が、ありがたいことの連続です。

一生ありがたいことが、続きます。
ありがたやありがたや、なのです。

ここで、寓話の「こぶで有難い(ありがたい)」を紹介します。

昔、有難屋吉兵衛という男がいた。
この男、すこぶる楽道家であり、かつて不平不満を言ったことがなかった。
その吉兵衛がある日、急いで外出しようとしたところ鴨居に頭をぶつけ、饅頭のようなこぶをつくった。
しかし、痛いとも言わず、両手でこぶをおさえながら「有難い、有難い」と感謝するばかりだった。

これを見ていた隣人は怪しんで尋ねた。
「吉兵衛さん、あんたはこぶができるほどの怪我をしながら、何が有難いのじゃ」
吉兵衛さんは答えた。
「有難いですよ。頭が割れても仕方がないのに、こぶぐらいで済んだんですもの。実に有難いと思います」

自分に起きた不運にいつまでもとらわれていても、痛みが和らぐわけではありません。
逆に、忌々しさがこみあげ、かえって痛みが増すかもしれません。
それよりも、その程度で事が済んだ幸運をかみしめるほうが、幸せなのです。

ユダヤ人のジョークを紹介します。
「ユダヤ人は足を折っても、片足で良かったと思ひ、両足を折っても、首でなくて良かったと思ひ。
首を折れば、もう何も心配することはない」

これは、失ったものを気にすることなく、残っているものに感謝をしています。
首を折れば、死んでしまうけど、永遠に心配から解放されるので、ありがたいと感じているのです。

そう考えると、何に対しても、どんなことが起ころうが、ありがたやありがたやの考えが、素晴らしいのです。
さらに、ありがたやありがたやが、いつもあなたを幸せにしてくれるのです。



完璧を捨ててほどほどに 447



何事にも完璧を目指して、一生懸命取り組む人がいます。
完璧を目指すことは、悪いことではありませんが、無理をすることもあります。

自分自身に完璧を求めるだけでなく、人に対しても完璧であることを求めてしまいます。
完璧を目指すあまり、少しのミスや失敗が許せないのです。

毎日がイライラして、不平不満を平気で言ったりします。
これでは、夢中で頑張っているやっつけても、上手いかなくなるでしょう。

完璧な人は、基準値が高いのです。
もう少し基準値を下げてみると、どうでしょうか。

ここで、寓話の「ましての翁(おきな)」を紹介します。

以前、近江の国に仏教の篤信者がいた。
その者は普段から何事につけても「まして、まして」と言っていたので、近所の人たちは「ましての翁」というあだ名をつけていた。

暑い日に道で会ったとき「本当に暑いですね」と挨拶すると、その老人は「暑いには違いない。人間の世界でもこのくらい暑いから、まして焦熱地獄ではどのくらい暑いかはかりしれない。それを思えば、このくらいの暑さは辛抱しなければなりません」と答えた。

寒い日に道で会ったとき「たいそう寒いですね」と挨拶すると、その老人は「寒いには違いない。人間の世界でもこのくらい寒いから、まして八寒地獄にでも落ちたら、どのくらい寒いかしれません。それを思えばこのくらいの寒さは我慢しなくてはなりません」と答えた。

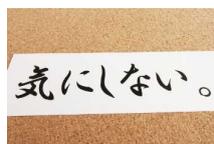
老人はこのように何事についても、生涯不平不満を言わず、いつも人に対して「まして、まして」を連発し、いつもニコニコしながら生活していたという。
だから、人は本名を呼ばないでこの老人のことを「ましての翁」と呼んでいたとのことである。

不平不満の少ない人の特徴は、基準値が低いのです。
「ましての翁」は、極端に基準値の低い人なのです。

完璧な物、完璧な人、完璧な家族、完璧な会社、完璧な政府など、ありません。
みんな一長一短があります。
ミスや失敗は、たくさん起こります。

完璧主義を捨て、ほどほど主義でいきましょう。
基準を低くしてみましょ。
まあこんなものだろう、というような達観した態度で、毎日ニコニコしながら楽しく生活するのが、懸命だと思います。

人の言いなりにならない 448



性格が素直で、人の言われるままに、行動する人がいました。自分の考えがなく、親や友だち、他の人から言われることを、素直に受け入れるのです。人から嫌われるのが怖くて、人の言いなりになってしまいます。まるで大人なのに、子どものようにもありました。実際は、可愛そうですが、誰からも好かれるどころか、相手にされませんでした。自由があるのに、人の言葉に制限されてしまうのです。

ここで、寓話の「ロバと親子」を紹介します。

町にある市場でロバを売るため、親子とロバが田舎道を歩いていた。すると、道ばたで井戸水を汲んでいた女の子たちがそれを見て言った。「なんて馬鹿な人たちでしょう。どっちか一人がロバに乗ればいいのにさあ。二人ともほこりをかぶってとぼとぼ歩いているのに、ロバはあんなに気楽に歩いているわ」

親父さんはその通りだと思い、息子をロバの背中に乗せた。しばらく行くと、老人たちがたき火をしているところに来た。老人の一人がこう言った。「今時の若い者は年寄りを大切にしない。ごらんよ、年をとった親父さんが疲れた様子で歩いているのに、あの子はロバに乗って平気な様子じゃないか」

親父さんはこれを聞いて「それもそうだな」と思った。そして、息子を下ろして、自分がロバに乗った。しばらく行くと、子どもを抱いた三人の女たちに会った。一人の女がこう言った。「まったく恥ずかしいことだよ。子どもがあんなに疲れた様子なのに、どうして歩かせておけるんだよ。自分は王様みたいにロバに乗ってさ」

そこで親父さんは、息子を鞍の上に引き上げて自分の前に乗せた。しばらく行くと、数人の若者たちに出くわした。一人の若者がこう言った。「君たちはどうかしているんじゃないか。その小さなロバに二人が乗るなんていうのは無慈悲だよ。動物虐待だと言われても仕方がない」

その通りだと思った二人は、ロバから下りた。そして、親父さんはいった。「こうなったら、二人でロバを担いでいくしかない」

二人はロバの後足と前足をそれぞれ綱で縛って、道ばたにあった丈夫そうな棒をその間に通した。子どもが棒の片方を、親父さんが棒のもう片方を持って、えんやえんやと担いで歩いていった。町の人たちはこの様子を見て、手をたたいて笑った。

この寓話では、それぞれがそれぞれの立場で、親子に思いをぶつけています。もちろん、それぞれの助言に一理あります。しかし、一理あるにすぎません。

すべての人に好かれることは、できないのです。

いろんな人の話を、素直に聞くことは大事ですが、すべて人のいいなりになっては、いけません。

人には、一人一人に自由が、与えられているのです。他の人から、嫌われても、気にしないでいいのです。

自分なりに考え、判断し、行動することが、重要なのです。

あなたが思うように、自分の世界を描きましょう。

どんなことでもなるようになるさ 449



今までに、誰でも困難な事や無理だと思った事が、たくさんあったと思います。時には、命を失いかねない事もあったかもしれません。

しかし、今は誰でも元気です。
どんなことでも、何とか乗り越えて、今にいたっているのです。

ここで、寓話の「一休和尚の遺言」を紹介します。

一休和尚が臨終の時、「仏教が減じるか、大徳寺が潰れるかというような一大事が生じたら、この箱を開けなさい」と遺言を述べて、一つの箱を弟子に渡した。

それから長い年月が経過し、大徳寺の存続に関わる重大な問題が起きた。
にっちもさっちもいけなくなったとき、和尚の遺言を思い出し、寺僧全員が集まって厳かに箱を開けることにした。

中に入っていたのは一枚の紙だった。
そこに書かれていたのは「なるようになる。心配するな。」という一文だった。

最後に出てくる「なるようになる。心配するな。」という言葉は、「どうせ、なるようにしかならないんだから、心配なんかしてもしょうがない。」という意味でしょう。
しかし、本当の意味は、その前に「なすことをなせ」というメッセージが隠れているのです。

一大事を前にしたとき、なすべきことをせずに「なるようになる」と手をこまねいているだけはいけません。
そうではなく、なすべきことをなさねばなりません。

みんなで知恵を出し合い、目の前にあることを一つずつ片付けていきましょう。
そうすれば、自ずと事態は好転していきます。
自分たちが力が及ぶことは、全力を尽くすのです。

後は、自分たちの力が及ばない領域だから、なることはなるし、ならないことはならないのです。
心配しても仕方がないのです。
全力を尽くした後は、「どんなことでもなるようになるさ」と気楽にしましょう。



悪行・善行は自分に返る 450



芸人が、反社会的な団体の集まりに出演して、出演料として百万円をもらっていました。芸人は、そのことを会社には、秘密にしていたのです。

出演のことが会社に発覚し、大きな問題になりました。その折、芸人は出演したが、出演料はもらっていないと、会社にウソをつきました。

かなりたった後に、芸人は出演料をもらっていたのに、もらっていないとウソをついていたことを、会社に認めました。

このことがマスコミにも取り上げられ、日本中に知れ渡る大きな問題になりました。芸人や会社は、窮地に立たされる状況になりました。一人の芸人のウソが、混乱を大きくしてしまったのです。芸人や会社は、どんなに苦しい思いをしたことでしょうか。

自分の為す行いは、善かれ悪しかれ必ず報いがくるのです。火に近づけば暖かくなり、水に触ると冷たくなるかのようになるのです。この問題が早く落ち着き、会社が平常にもどり、多くの芸人に笑顔がもどることを願っています。

諺に「因果はめぐる小車(おぐるま)」があります。この意味は、自分自身の起こる心・行い全てに対して、因果の報いがあるということです。

武将織田信長は、家来明智光秀から殺され、その明智光秀も豊臣秀吉から殺されるという、まさしく戦国時代の凄まじい「因果はめぐる小車」を呈している出来事です。

何か悪行をして、後になって自分の身に災難がふりかかってくるケースは、多々あります。逆に、善行によって、のちのち、その相手から窮地を救ってもらえることもあります。

いずれも「小車」で、クルクルと回転し、同じ位置に戻っては通り過ぎ、それを何度も繰り返すのです。

悪行をしなくて、善行を行える人が、幸せな道を歩むことができるのです。

