

名誉校長・林秀穎先生講話集

獅子児、たれ

世田谷学園中学校・高等学校

はじめに

名誉校長・林秀穎先生は、平成15年7月から平成23年7月まで8年間にわたり、第14代校長として世田谷学園を牽引してくださいました。その間、先生が心を砕かれたことの一つは、深遠な仏教・禅の教えを如何にわかりやすく生徒に伝え、それによって如何に生徒の人間性を育むかということでした。

そのお気持ちがつぶさに表れたのが、朝礼や法要をとおして全校生徒へ説かれた講話でした。しかしながら、それらは生徒のみならず私どもへのメッセージでもあると心得ております。そこで、ここに講話集としてまとめさせていただきました。ぜひ、先生とゆかりの深い皆様にもお読みいただければ幸いです。

先生は、よく「志」という言葉を使って生徒を叱咤激励されました。志の根底にあるのは、二度とない人生をどのように生きたら自分の価値を光り輝かせることができるか、その光で周囲を照らすことができるか、ということだと存じます。そしてこの講話集をお読みいただければ、教育に対する先生ご自身の志をもお感じいただけるものと確信しております。

私ども学園の教職員はその志を継いで、これからも「施檀林の獅子児」を育てていく所存です。

平成23年11月吉日

世田谷学園中学校
世田谷学園高等学校
校長 山本 慈訓

目次

「学ぶ」は「真似る」	1
「やる気」と「工夫」、「創造力」	3
獅子児の伝統	6
自分の得にならないことをやる	9
目を見て語れ 恋人たちよ	12
夢は逃げない	15
依存心から独立へ	18
二匹のカエル	21
絶対不変の真理	24
一瞬一瞬をひたむきに生きる	27
美しい地球を保つために	30
命のバトンを受け継ぐ	33
物事はみな、成就する	38
人生で手に入れたいもの	42
心もとより善悪なし	45
発心する事	48
脚下照顧	52
入学試験を前にして	56
一輪の花から学ぶ	57

憤せざれば啓せず	60
集中力と機動力を発揮する	63
3種類の人	66
ダライ・ラマ法王をお迎えして	70
ダライ・ラマ法王に学ぶ	77
お盆に思うこと	83
4種類の人間	86
立ち居振る舞いは冷静に	88
今やるべき事は、今やる	91
発心、遺伝子をスイッチ・オンする	94
あとがき	100

「学ぶ」は「真似る」

日本人は、欧米人に『もの真似が上手い働き蜂だ』といわれてきました。欧米人が発明した物を日本人はすぐ真似をして商品化してしまう、というのです。オリジナルは確かに立派です。しかし、真似るということはそんなに非難されるべきものではありません。本来「学ぶ」は「真似る」が語源なのです。

中学時代、石川啄木の歌に夢中になり、作る歌はすべて啄木調。それが後の伊藤左千夫となり、北原白秋となりました。自分らしい歌が作れるようになったのは、20歳を過ぎてからだそうです。つまり先人の真似から始めてやがて自分のものを作り出す。創造は何もないところからは生まれません。まず真似て、学んで、学んだ知識から新しいものを発見し、作り出すことが「創造」だともいえます。君達も今はまず真似て、学んでという時期にいます。

昔からヒント1つで創意工夫するのは日本人の特長です。オランダ人がねじ巻きのゼンマイ時計を教えてくれると、日本人はすぐに分銅時計を作りました。ねじをヒントにして、分銅時計を応用して、からくり人形を作りました。ね

じを巻くだけで、巻き戻しの力で人形が動き、芝居をしたり、字を書いたりするわけです。福岡県久留米市には、からくり儀右衛門という有名な発明家がでて、お茶を入れて、茶碗をお客様に出して回る人形を作って世の人々をびっくりさせました。この人は明治になって東京・芝浦に工場を作り、それが後の東芝電気になったことでも有名です。彼の作品は国立科学博物館に展示してありますから、見てください。

パンを輸入した日本人は、まんじゅうのあんこをパンに詰めて「アンパン」を発明しました。欧米に逆輸出をして、アンパンブームが起きたそうです。中国のうちわから扇子を作り、漢字から仮名文字を作りました。真似るのは学ぶことなのです。「人の振り見て、我が振り正す。」といます。見ること、よく観察することが大切です。

(平成 20 年 9 月)

「やる気」と「工夫」、「創造力」

10月13日は「体育の日」です。体力作りには絶好の季節です。

昨今の子供は体格が良くなりましたが、体力不足だといわれています。最近の諸調査から見ても、背筋力、前屈、上体反らし、走り幅跳び、50m走が10年前と比べて劣っているようです。つまり背筋、柔軟性、跳んだり走ったりする力が弱まっているということです。運動しなければ、筋肉一本一本の繊維は、細く、硬くなってしまいます。運動を続ければ、繊維も太く弾力性に富み、しなやかなで、力が出せる筋力に育っていきます。体力が付けば、将来社会に出ても立派な仕事ができるでしょう。体力があつてこそ、初めて気力がでてくるものです。

松尾芭蕉は1694年10月12日に亡くなりました。

「旅に病んで 夢は枯野を かけめぐる」という辞世の句を詠みました。いくつで死んだと思いますか。肖像画を見ると70歳以上のおじいさんのようですが、ちょうど50歳。昔は、人生五十年といいましたが、今は80年です。

ガリーナ・ジビナは、ロシアの砲丸投げの選手で、1952

年のヘルシンキオリンピックでは、16m22 c mの世界新記録で金メダルを獲得しました。ガリーナは、子供の時、子供スポーツ学校に入学して、やり投げ、砲丸投げの基礎を学びました。ある夏、母親が娘の健康を気遣い、田舎行きを勧めました。ガリーナは、田舎では砲丸投げの練習ができないと、躊躇していましたが、校長先生は「一日置きに、石を30回投げる。丸石は、砲丸代わりに20回投げる。木の葉を飛び上がって、20回取る。棒切れは、槍代わりに投げる。」ということを教授したのです。ガリーナは、これを実行し、身体を鍛えたそうです。これは、誰にでもできるスポーツの訓練だといえます。

剣豪・宮本武蔵は、体力作りで、トウモロコシが育つにつれ、背丈を越すまで、飛び越す訓練を繰り返したそうです。立派なスポーツ器具がなくても、工夫一つでどんなものでも、スポーツ器具に早変わりします。

問題は、「やる気」と「工夫」、「創造力」です。やる気のない者は、どんどん後輩に追い越されていきます。ほうって置いたら、体力も学力もつきません。自ら進んで、体力作り、学力作りの工夫をしてください。今は、絶好のチャンスです。

天才は、努力を知っている人だといいます。イチローも松井も、そんな努力をした人たちです。忍耐強く、努力と工夫を続けてください。

(平成 20 年 10 月)

獅子児の伝統

1592年（文禄元年）、江戸・神田台駒込・吉祥寺境内の学寮「旃檀林」として創立した本学園は、1913年（大正2年）11月12日、現在の三宿に移転しました。

三宿は、古来「水宿」として伝えられていました。上宿・中宿・下宿と、どこでも泉に恵まれ、清水に事欠かず、鎌倉街道は、この3つの宿、三宿の要地を通っていたといわれています。また、その三宿の清流は品川に流れ、東京湾に注がれていたそうです。その清浄な地、三宿に移転したのが11月12日で、創立記念日と定めたわけです。

今は亡き、11代校長先生の石碑が校門の左手にあります。「旃檀林に雑樹無し、鬱蜜深沈として、獅子のみ住す」と記されています。創立80周年記念式典に杉校長先生は、次のように獅子吼されました。

「諸君は、旃檀林の流れを汲む獅子児である。獅子児にふさわしく頭を上げ、胸をはり、大地を踏みしめて、堂々と闊歩するのだ。忘れても、下を見て歩くような人間になってはいけない。肩を落として、歩くような人間になってはいけない。自分を大切に人を大切に、自分に厳しく、人に

温かく一日一日を精一杯、みんなで力を合わせ、自信と誇りと気概を持って、逞しく前進するのだ。」と、熱く語られました。

心の時代といわれ、豊かな物質に恵まれた環境の中にあつて、私たちは、物の命を感じとる感性と、良いものと悪いものを正しく判断できる善悪の判断力をしっかりと持たなければなりません。そして、いつでも、どこでも、どんな場合でも自分で考え、自らの力で歩いていく、「主人公」でなければなりません。

日本の古典には、「鏡もの」と言われる物があります。「大鏡」や「吾妻鏡」、受験生は、「大今水増」と年代順に憶えていると思います。日本人は古来から、歴史を鏡であると思ってきました。歴史を学んでいると本当の自分の姿が見えてくると考え、自分の生き方の鏡として、歴史を学びました。

道元禅師の言葉に、「先哲、必ずしも金骨に非ず」とあります。最初からできあがった人はいません。天才は努力を知っている人であるといわれます。例えどんなに肥沃な土地であろうと、そこを耕さなければ、荒地と化してしまいます。「修せざるに現れず、証せざるには得る

事なし」と言われる所以であります。常に、耕し続けなければ、実は育ちません。先輩方の残された言葉に耳を傾け、遠くを惟ばかり、一日一日努めてもらいたいと思います。

それには、まず1つは、「熱意」です。やる気を出して、自分をきたえ、磨くこと。

2つは、「知識」です。いくら熱意があっても、知識・学問を磨かぬ者は、仕事を全うすることはできません。人間的に成長することもないので。

3つには、「場を生かす」こと。与えられた場でベストを尽くすこと。「随所に主となる」ということです。人が見ていようと、いなかろうと、自分一人の時の身の処し方が大事です。人が見ていないからといって、勝手気ままは許されません。常に平常心のレベルを高く持って、行動する。当たり前の事が当たり前に実行できる人間になる。そして他人の喜びを共に喜べる生き方をして欲しいと思います。

それが獅子児の伝統を受け継ぐことです。

(平成 20 年 11 月)

自分の得にならないことをやる

柔道場に「平常心是道」の額が挙っています。平常心とは、スポーツ選手やその他日常でも良く使われていますが、平常心とは、当たり前前が当たり前前実行できること、普段通りのことが普段通り実行できることです。それを瑩山禪師は、「茶に逢うては、茶を喫し、飯に逢うては飯を喫す」と表現したのです。

陶芸家の河井寛次郎さんの言葉に、「過去が咲いている今、未来の蕾で一杯な今」という言葉があります。この言葉は、「今をどう生きているか」について、私たちにその内容を深く問うています。そして勇気と希望を与える言葉でもあります。

お釈迦様は、「今の貴方が、今の貴方の運命にふさわしい」といっています。イエス・キリストは、「今の貴方の行動は、貴方の未来の預言者である」といっています。

諸君は今何を考え、どういう習慣を持ち、どういう行動をしているか、その「今」を自分、自らに質問してみてください。自信と誇りを持って生活をしていますか、他に恥じるような行為はしていませんか。

日本の社会が長い間、平穩に安全な国として東洋の紳士国として保ってこられたのは、日本人の高い精神文化があったからです。資源に恵まれない日本人は、長い歴史をかけて心の文化を培ってきました。それは難しい理論ではなく、人に迷惑をかけないこと、自分のことで人に負担をかけないこと、声高に自己主張をして周囲の人を不愉快にしないことでした。学者にしか理解できないことではなく、庶民の誰もが自然に身に付けていたことです。「きまりが悪い」「バツが悪い」「世間に顔向けができない」という気持ちが普段から身につけていて、卑しいこと、恥ずかしいことをしないための自制心となって働いていました。この自制心が社会の秩序を保ち、治安を維持してきたのです。

今の日本人は人に迷惑をかけても開き直ったり、それが元で争い事が起き、命を落とす殺人事件も珍しくなくなりました。日本人の価値基準は、今は損得一辺倒となり、判断の物差しは目先の損か得かだけに目聡く、卑しく自分のことしか考えなくなりました。短い物差しでしか測れない人は、過去を顧みる余裕もなく、未来に思いを馳せるゆとりも生まれません。ただあるのは今だけ、自分だけ、自分のことしか考えられなくなったのです。

人間の体に栄養が必要であるように、心にも栄養が欠かせません。心の栄養は、自分の得にならないことをやることです。得することしかやらない人は、心の栄養が欠乏して、人間が卑しくなるのです。自分にとって、何一つ得にならないことに取り組んで、心を健康にしてください。

当たり前のことが当たり前に実行できること、それが平常心ということです。「高所は高平」と言います、本来あるべき姿とは何かを考えてください。志を高く、平常心のレベルを高く持って、明日に向かって、一步一步頑張ってください。

(平成 20 年 12 月)

目を見て語れ 恋人たちよ

明けましておめでとうございます。

2009年を迎え、未来への希望を胸に、それぞれの夢の実現に向けて着実に第一歩を踏み出してほしいと思います。

年明け早々にメールの賀状、そんなに急がなくてもいいのに。昼少し前、家族で届いた年賀状を見ながらお茶を頂くひと時が楽しい。

昨年十月、デビューして三十五周年の高橋真梨子のライブがNHKで放送されました。阿久悠さんの遺作で十一年前の書き下ろし歌謡曲、「目を見て語れ 恋人たちよ」は宇崎竜童の作曲による歌ですっかり気に入りました。

IT機器の目覚ましい発展は社会を大きく変化させ、その恩恵は計り知れません。その反面、昨今のネット犯罪の多発は社会問題となっています。異常とも思えるメールのやり取り、歩きながら、自転車に乗りながら、信号待ちしながら、中には車の直前をメールしながら脇目もふらずに危険この上もない。電車の中、喫茶店、レストランでもメール、メール。友達同士、恋人同士、大人も子供も、これで本当に自分の気持ちを伝えられるのだろうか。連絡や伝言

程度ならともかく、正確に自分の意志を伝えるのはメールでは難しい。まして、略字や自己流の表記文字の多用は、大袈裟に言えば、日本文化の破壊ではなかろうか。それとも新しい文化の創造なのか。

メールを打っている時は文章を考えて作成したり、目にも止まらぬ速さでボタンを押しているので、脳全体を使っていると信じている人が多い。しかし、大脳皮質にある前頭葉はほとんど働いていないといわれています。メールでは相手の置かれている状況や心理状態もわからず、一方的に自分の用件のみを伝えて、それで人間としてのコミュニケーションが取れていると錯覚している向きが多い。大切なのは、人と人とが面と向き合って話をする事であろう。

人間の脳は対話をしている時、相手の表情や感情、仕草などを見ながら、喜んでいるとか、傷ついているとか、怒っている、不快に思っているなど、脳はフル回転して観察しています。ぶつ切りの単語でしか話せなくなったり、一つ屋根の下でメールでしか連絡手段がないのは悲しいことです。だからこそ、阿久悠さんの詩の中にあるように、衛星（ほし）に頼らず、心の壁を乗り越え、すぐ傍にいる人の胸の震えを感じ、時に重たい現実を受け止め、瞳の色の

真実を心痛めて探り合い、語り合うことが必要なのです。感動は相手の目を見て語り合うことによって生まれる。たとえ無言であっても、顔と顔、目と目を見つめあうことが大事なのだ。若者同士、親子、恋人同士が目を見て語る時間が少なくなったように思われます。

(平成 21 年 1 月)

夢は逃げない

2月1・2・4日は中学入試がおこなわれます。君たちの後輩がやがて入学してきます。先輩として、恥ずかしくない行動を取ってください。外来者に対しての挨拶は声を出しておこなうこと。校門ではキチンと立ち止まってから礼をするように心掛けてください。今週は、自宅学習の時間が多くなります。学習計画をしっかりと立てて、無為に過ごさぬように。

世界にたった一人しかいない君たちが自分自身のために実現したい希望や夢を叶えるために、今何をしなければならないか考えてください。そして自己実現の喜びを知ってほしいと思います。君には、君にしかない持ち味や能力があります。他人と比較して優劣を競う必要はありません。自分が授かった命を大切にそして自分の能力、才能、持ち味とは何か、まず自分探しをする。そして自分の目標に向かって全身全力を傾けて学問、勉強に取り組む、中途半端では中途半端な人生に終わってしまいます。

夢は逃げていかない、夢はあきらめた時文字通り夢になってしまうのです。スポーツの世界でも同様です。勝負を

あきらめた時、勝利は消えていくのです。挑戦し続けることが大事なのです。

目的を達成するには、リスクがあります。リスクを背おうことになります。まず遊べない、睡眠時間が減る、友人と付き合う時間も減る、TV やゲームに興じる時間も少なくなる。当然のことです。

しかし、目的を達成した時の感動、感激は何ものにも変えられない喜びを味わうことができる。だからみんな頑張っているのです。辛いこと、嫌なことから逃げてはいけません。逃げれば感動体験は永久に味わえない。

まず第一に志を立てる、目標は高く持つ。次に親の言いなりにならぬこと、自分のことは自分で決める、独立する、自立すること。幼い心、稚心を去ること。自分のことは自分でやる、親を頼ってはいけません。自分の物は自分で後片付けをする、やりっぱなしではダメです。靴をロッカーにしまえない、出しっぱなし、毎週のように忘れ物がある。自己管理を徹底すること、自己責任を持つことです。

計画を立てたなら、何が何でも実行する、友人との約束を守るように、世の中の約束事は必ず守ること。また時間を厳守する、ダラダラやらない、ケジメをつける、つまら

ぬことに馬鹿笑いをしたり、ヘラヘラ笑わない。善悪に対して、毅然とした態度で臨む、どんなものにも良さがある、どんな人にも良さがある、良さはそれぞれ皆違う良さがいっぱい隠れている、自分の取り柄、人の取り柄を引き出そう、そして自分の良さを社会に役立てる努力をしよう。

旃檀林の獅子児として、気概を持って元気よく、自分の命を輝かせて生きてください。

(平成 21 年 2 月)

依存心から独立へ

昔話に次のような話があります。旅の道中、若いお侍さんと初老のお坊さんが街道筋を同じ方向に歩いていました。まず、若侍が口を切り、「地獄極楽はこの世にあり、との説教をよく聞くが本当に実在するのか」とお坊さんに持ちかけました。お坊さんは「世の荒波を知らぬそなたのような青侍との問答は俺には無用じゃ」と話の腰を折ってしまいました。

この若侍、自尊心を大変傷付けられただけに、怒り心頭に発し、とうとう鞘を払い、「貴殿の無礼には堪忍できぬ」と刀を上段に構えました。このお坊さん少しもあわてず、「俺を切って何になる。今のそなたの心こそ地獄なのだ。お分かりか」と侍を諭しました。凶星をつかれた若侍、突如怒りから目覚め、刀を鞘におさめました。クールに自分を顧みたわけです。大した理由もなく怒りの感情にとりつかれた自分を恥ずかしく思い、今度はお坊さんに向い「ご無礼仕った、お許し下され。お教えを深く御礼申し上げたい」と頭を下げました。すると禅僧は「今のそなたの心こそがまさに極楽浄土に通ずるのじゃ」と笑みを浮かべました。

ところで、君たちはこの話から何を学ばれるでしょうか。夏目漱石の「草枕」にも「智に働けば角が立つ、情に掉させば流される」という言葉があるように、われわれ人間は智と情の2つの面をもっています。このお侍さんは衝動的に怒りの感情に捕らわれ、鞘を払いました。しかしその時、お坊さんの言葉を聞いて理性を取り戻し、キレることなくことが収まり、最後には「教え」に対し謝意を表しています。この話では理性を離れた感情と、理性と結びついた感情には、地獄と極楽の差があることを見せつけました。

君たちも長い人生の中では、テストに失敗したり、恋人に振られたり、友人に背かれたり、不幸なできごとに遭遇して、不安感や恐怖感に悩まされたり、不正に激怒して戦わねばならないこともあるでしょう。しかしそこで大事なことは、自分の立場を自覚し、自制心、克己心を発揮し、高まる感情を知性によってコントロールすることを心がけてください。山口県萩市明倫小学校では、毎朝全生徒が郷土が生んだ幕末の志士、吉田松陰の言葉を声高らかに朗唱しているそうです。

それは「今日より幼心を打ちすてて、人と成りにし道を踏めかし」

「凡そ生まれて人ならば、宜しく人の禽獸に異なる所以を知るべし」ということです。

今諸君に求められている依存心から独立へ。模倣から創造への変遷の原動力になるものは、今まで培っていた自立心と自らを律する心です。自分の将来のことは自分で考えることです。

自分でものを考え、意欲的に動くこと。行動する人にならねばなりません。多くの情報に左右されず、社会の変化についていける、自発的で自立した「自分でものを考えられる人間全ての幸せのために自分で問題点を発見して、解決に至る方法やプロセスを自ら判断して行動する意欲的な人間」となってほしいと思います。

道元禅師の言葉に「他は是我にあらず、更に何れの時をか待たん」という言葉があります。人の言いなりになったり、自分のなすべきことを人任せにしたり、自分がやるべきことを両親や友人にしてもらっても、自分がやったことにはなりません。自分のことは自分でおこなうしかないのです。先のばしをしてはいつ完成するかわかりません。今やるべきことは今やる。今何をなすべきかをしっかり考えて実行してください。 (平成 21 年 3 月)

二匹のカエル

二匹のカエルが牛乳の入ったバケツに落ちてしまった。這い上がろうとしたがバケツの縁までは高く、壁はつるつるして登れない。一方のあきらめの早いカエルは、もう一匹に向かって「もう駄目だ。僕たちはここから出られないよ。」そして目を閉じバケツの底に沈み、溺れ死んでしまった。

もう一方のあきらめの悪いカエルは「イヤだ、死にたくない。何とかならないのか。」と、とにかく泳ぎ回り、出口を探したり、跳び上がった。そうこうするうちに、いつの間にか足元の牛乳が固くなってきた。かき回された牛乳の表面がバターに変わっていったのです。カエルはその上から跳び上がり、バケツから出ることができた、という話があります。

どんな苦しい状況でも、時には絶望かと思われる状況でも、必ずできることはあります。考え込んでいても活路は開けません。立ち止らず動き続ける、そうすれば思いがけない可能性が見えてくるものです。

発明家のエジソンは電球を発明するのに一万回も失敗し

ました。その時エジソンは、「私は失敗なんてしたことがないよ。上手くいかない一万通りの方法を見つけただけさ。」と答えています。

失敗から学ぶことはかけがえのない肥やしとなり、何よりも人を大きく成長させるのです。夢を持ち続け、あきらめずに歩き続けることです。人が後悔するのは、やって失敗したことよりも、やらなかったことを後になって悔むことなのです。

ルイス・キャロルの『不思議の国のアリス』という本があります。その中でアリスは、ためらいがちにチェシャという猫に話しかけます。「お願いだから教えてくれない、私はここからどっちの道に行けばいいの。」と。猫は、「お前さんがどこに行きたいか次第だね。」アリスは、「どこでもかまわないんだけど」「それならどっちの道に行ったらいいかまわらないじゃないか。」と猫はいいます。

目の前に続く二差路、さてどちらを選ぶか、誰でもよく出会う局面です。猫のいうことは実に正しい。どこでもかまわれないなら、どちらでもいいからいけばいい。但し、どちらに行ったら良いか分からないからといって、そこに立ち尽くしたままでは、どこにも辿り着けません。

私たちは少しでも正しい選択をしようと大いに悩みます。しかし、この世に悪い決断は一つしかない。それは決断しないことです。決断し続ける限り、例え幾つかの選択が間違っていたとしても、必ず修正することができます。しかし何も決断しない限り、どこにも進めないのです。勇気を持って決断し続ける限り、道は限りなく開かれていきます。

失敗者は成功する前に、それをあきらめてしまった人なのです。成功者は、成功するまでそれをやり続けた人のことです。あきらめず続ける才能は、誰もが持っている。本来、みんなが持っている能力なのです。

釈尊は、「人はなぜ死ぬのか、人は生まれたからである。」と言い切ります。「病気や事故で死ぬのではない、病気や事故は死の縁であって、人は生まれたから死ぬのだ」と言い切っています。だから生きている時は、「生きる縁」を大切に生きなければならない。生きる縁とは何か、それを考え求めて努力してください。それが諸君に与えられた課題です

(平成 21 年 4 月)

絶対不変の真理

ゴールデンウィークが終わり、いよいよ学習に専念していることと思います。

さて、ある所で「この世に絶対不変の真理はあるのだろうか？」という質問をしました。「ある」と答えた人、「ない」と答えた人、さまざまでした。目まぐるしく変化する時代に、永久に変わらないものなどないと思いがちです。しかし、絶対不変の真理は厳然として存在します。

その第一は、「人は必ず死ぬ」ということです。この世に生まれて滅しない者はいません。今ここにいる人で、50年後に生きている人はいるでしょうが、100年後も生きている人はまず、いないでしょう。

第二は、「自分の人生は自分しか生きられない」ということです。子供が病気で苦しんでいる、親は変わってやりたいと思う、しかし代わることはできない。その人の人生は、その人以外には生きることができないのです。第三は、「人生は一回限り」ということです。人生にリハーサルはありません、またもう一度やり直すこともできないのです。

第四に、「この地球上において、自分という存在は、た

った一人しかいない」ということです。過去にも未来にも、自分と同じ人間は生まれていないし、これからも生まれてはきません。自分はこの地球上でたった一つの、たった一回しかない命を生きている存在なのです。これは地球上に人類が誕生して以来の不変の真理です。この事実を真に受け止める時、深い感動が湧き上がってきます。私たちは図らずして、奇跡のような命を今、生きているのです。この掛け替えのない命をどう生きるか、そのところをしっかりと考えて下さい。

何かを成し遂げたいと思ったら、まずは、「自分は出来る」と信じることです。その自信が支えとなり、迷うことなく行動を起せば、成功に向かって確実に一歩近づけます。

人間が想像できるものは、すべて実現可能なことだ、といます。空を羽ばたく鳥を眺め、「あんな風に空を飛べるといい」と思ったからこそ、私たち人間は、空を自由に行き来できるようになったのです。「遠く離れた人と話したい」と、願ったから話せるようになった。「電話を持ち歩けるようになれば便利だ」と思ったから、今ではモバイルという小型のツールを携帯し、時も場所も選ばず、気軽に会話ができるようになりました。始まりはすべて、『思

い』なのです。

本気で「こうなりたい」と強く願えば、それは現実になります。何も願わなければ、何も叶うことはありません。「できる」と思うのか、「できない」と思うのか。単純な考えの違いですが、結果的には、天と地ほどの差になって現れてきます。『脳力』はプラスの方向に使う時、3倍のパワーを発揮するといわれています。

私たちには、向上心があり、欲もあります。だから、「昨日よりも今日、今日よりも明日をいい日にしたい」と思うのです。

もし、『今』に不満を持っていたとして、「このままではいけない」「このままのはずがない」と将来に希望を抱いているにも関わらず、なかなか現状が 変わらないのはなぜでしょうか？それは、自分が『変わるための行動』を起こしていないからです。『自分を変えるための行動』を何でもいいですから、今日、ひとつ始めることです。

行動することで何かを変えるのです。観察することで思慮深くなります。前進することで、輝きは増していきます。

学習計画を立てて、一步一步着実に力をつけてください。

(平成 21 年 5 月)

一瞬一瞬をひたむきに生きる

あいにくの雨でしたが、体育競技会が無事終了しました。

この季節は急に暑くなったり、蒸し暑く気候不順で、梅雨に入ると寒くなったりします。健康管理に充分配慮して体力作り、持久力、忍耐力を養ってください。

さて本学園の建学の理念は、「天上天下唯我独尊」「あなたにはあなたにしかない、かけがえのない価値・能力がある。そして、誰でも立派な人間になる力を持っている。」ということです。

『正法眼蔵・随聞記』の中に、こんな話があります。

ある時、弟子が道元に聞きました。「人間はみな、仏性(＝つまり立派な人間になる能力)を持って生まれていると教えられましたが、人間にはなぜ成功する人としらない人がいるのですか？」と質問した。「教えても良いが、一度自分でよく考えなさい。」道元の答えに弟子は一晩考えたが、よく分かりません。翌朝、弟子は師を訪ね、再び聞きました。「昨晚考えましたが、やはり分かりません。教えてください。」「それなら教えよう。成功する人は努力する、成功しない人は努力しない。その差だ。」 弟子はああ、

そうか、と大喜びをしました。だがその晩、疑問が湧きま
す。仏性を持っている人間に、どうして努力する人としな
い人が出てくるのか？翌日、弟子はまた師の前に出て聞き
ました。「昨日は分かったつもりになって帰りましたが、
どうして人間には努力する人、しない人がいるのでしょ
うか？」「努力する人間には志がある、しない人間には志が
ない。その差だ。」道元の答えに弟子は大いに肯き、家路
につきました。しかしその晩、またまた疑問が湧いてきま
す。それなら人間には、どうして志がある人とない人が生
じるのか？弟子は4度師の前に出て、その事を質問しまし
た。道元は、「志のある人は、人間が必ず死ぬことを知っ
ている。志のない人は、人間が必ず死ぬことの本当の意味
を分かっていない。その差だ」と言いました。これは『正
法眼蔵・随聞記』の中にある道元の逸話です。

「悟りを得るということ、真理を体得すること、道を得る
かどうかは、生まれつきの利発さや、愚かさによるもので
はない。修行をする人、皆必ず目的・目標に達することが
できる。ただ一生懸命になって精進、努力する人と、怠け
る人の中には、当然早い遅いの差が生じる。精進するか怠
けるかは、志が切実であるかどうかの差である。志が切実

でないのは、無常を思わないからだ。人は刻々と死につつある。こうして生きている時間を大切にして自分を磨いていかなければならない。」とっています。

切に生きるとは、ただひたすらに生きる、ということです。今、この一瞬一瞬をひたむきに生きること、目先の損得を離れ懸命に一つの事に打ち込むこと、その時、人は本来の輝きを放つのだ、とっています。

『この処は即ち是道場』という禅語があります。苦しい死の床にある場所もまた、自分を高めていく道場である、ということです。道元が死の床で私達に残していった最期のメッセージをかみ締めてください。志を高く持って、時間を大切に努力してほしいと思います。

(平成 21 年 6 月)

美しい地球を保つために

東京では、天の川を肉眼で見る機会がなかなかありません。宇宙の数は百億位あるといわれています。その百億もある宇宙の一つが、わが地球の属する銀河系宇宙です。銀河系宇宙の大きさは、ほぼ分かっています。楕円形で直径が光の速度で10万年、厚さが一番厚いところで1万5千年かかる距離だといえます。あまりのスケールに言葉もありません。

その宇宙の中で地球だけに生命が宿されています。宇宙から見た地球は、「美しい」と口を揃えて宇宙飛行士は語ります。

地球では、電子機器の発達で地球の裏側ともすぐに話ができ、平面空間は急速に狭くなり、つい隣にいる感覚で話ができます。

ところで学校から渋谷まで約3 km、そして渋谷から二子玉川まで行くと約11 km。これは空間という横軸ですが、これを縦に考え、つまり学校から渋谷までを縦にする、これが地上から上空におおよそその人間の住める範囲になります。

国際線の飛行機が飛んでいる空迄は、約11 km、つまり渋

谷から二子玉川までを 縦にした距離で、マラソン選手なら1時間もかからず到達できます。

人間が住める範囲は、宇宙から見た時、地球をサッカーボールに例えれば、サッカーボールをサランラップで包んだとして、サランラップの厚みでしかありません。その中で人間がうごめいている。宇宙は広いが、その地球に住む人間の範囲は狭く、その生命体に宇宙は等しく天敵を与えました。天敵のいない生命体は増長し、著しく地球の調和を崩していきます。多くの生命体の中で人間にだけ天敵がないように思えます、しかし天敵はいるのです。人間の天敵は外にはではなく、人間の心の中にいるのです。人間を襲い蝕む天敵、それは人それぞれの心の中に巣くう「三毒」と言われるもの、つまり

- ①怒りの心 =キレル人
- ②貪りの心 =自分だけ儲かればよい
- ③愚痴の心 =過去にこだわり、他人をけなす人

一昨年になりましたか、東京国際フォーラムで開かれた「人体の不思議展」を見た時、人間の生命の神秘、特に全身にいき渡った血管網や神経細胞の標本は、人知を超えていました。身体のスミズミに至るまで、微妙に精巧にそして

見事な調和のなかに、一点のねじれや、もつれもなく配列された神経、誰が一体これを作り出したのか、神の領域、「神わざ」そのものでした。

諸君はすでにその奇跡のような生命を頂いて生きている。いや「生きて」いるのではなく「生かされて」いるのです。あらゆる人々や地球の恩恵によって生かされているのです。そのご縁に感謝し、物を大切に、物の命を大切に、違いを認め、思いやる心を大切にしなければならないと思います。

朝サッカーの練習をしている生徒の姿を見て、大変頼もしく思います。一つだけ注意してほしい、それはグラウンドから教室に入る時、靴の泥をキチンと払ってから入るように「習慣」をつけてください。教室を綺麗に美しく保つためにも、やればできるはずです。まず自分にできることから始めてください。

一つひとつどんな小さなことでも美しい地球を保つために実行してほしいと思います。

(平成 21 年 7 月)

命のバトンを受け継ぐ

仏教には、お盆という行事があります。夏の一時期、ご先祖様のみ魂を自宅にお迎えして、親戚・縁者が集まり、一時を過ごすという心温まる行事です。

先日、学園にご縁のある物故者、亡くなられた方々のみ魂を学園にお迎えして、生徒諸君と共にご供養申し上げました。そして、たくさんのお花やお供え物を頂き、その品々は、世田谷区内・町田の施設に配られ、多くの方々から毎年、感謝されています。人に喜びを与え、人に感謝される生き方ほど、素晴らしいことはありません。この良き伝統を永く続けていきたいと思っています。

さて、時の流れを川に例えてみて下さい。私たちが生きている川の上流には誰が住んでいたのでしょうか？それは祖先という命です。そしてまた遥か下流という遠い未来に誕生する子孫という命を思う時、今この岸にある、自分という命は、悠久の命の流れの真只中にあることに気づきます。その命に人種とか地域とか、時代を超えた偉大なものを感じずにはられません。ご先祖のみ魂にお参りする時、たくさんの無限の命が自分の中に凝縮していることに気づ

きます。お盆が「命の集い」と呼ばれる所以です。そして、傍らで賑やかに遊んでいる子供や孫にその命の流れを見ることが出来ます。お盆は私たちが、今は亡きご先祖の命と共に今、自分がここに在るのだということを実感する一時なのです。

父と母で2人、父と母の両親で4人、そのまた両親で8人、こうして数えていくと、10代前で1024人、20代前では、なんと100万人を越すのです。過去無量の命のバトンを受け継いで、今ここに自分の番を生きている。それがあなたの命であり、私の命でもあります。命のバトンに終わりはありません。みんなが生まれたその日に受け継いだバトンを握りしめて、命ある限り、走り続けるのです。進む道はグラウンドのように平らな道ばかりではありません。山あり谷あり、苦しいこと辛いこと悲しいことがたくさんあります。途中でバトンを投げ出したい時もあります。でも、投げ出せません。バトンは命だからです。

9.11同時多発テロの後、アメリカで話題となり、チェーンメールとして世界中に広がり話題となった感動の詩があります。ノーマ・コネット・マレックさんの詩、タイトルは、「最後だとわかっていたなら」というものです。そ

の一部を紹介します。

— 最後だとわかっていたなら —

あなたがドアを出て行くのを見る 最後だとわかっていたら

わたしは あなたを抱きしめて キスをして

そしてまたもう一度呼び寄せて 抱きしめただろう

最後だとわかっていたなら

一言だけでもいい・・・「あなたを愛してる」と わたしは 伝えただろう

そして わたしたちは 忘れないようにしたい

若い人にも 年老いた人にも

明日は誰にも約束されていないのだということ

愛する人を抱きしめられるのは 今日が最後になるかもしれないことを

微笑みや 抱擁や キスをするためのほんのちょっとの時間を

どうして惜しんだのかと 忙しさを理由に

その人の最後の願いとなってしまったことを

どうして してあげられなかったのかと

だから 今日
あなたの大切な人たちを しっかりと抱きしめよう
そして その人を愛していること
いつでも いつまでも大切な存在だということを
そっと伝えよう
「ごめんね」や「許してね」や 「ありがとう」や「気に
しないで」を
伝える時を持とう
そうすれば もし明日が来ないとしても
あなたは今日を後悔しないだろうから

子供や老人を、兄弟や親を、大切な人を失った方々は、
もし最後だと分かっていたら、もっと素直に自分の思いを
伝えていたことだと思えます。生きていることを私たちは、
当たり前と思ってはいけません。人はたいてい、失っ
て初めてものの価値に気づくのです。若さを失い、病に倒
れて初めて、健康の素晴らしさを感じます。だから、今持
っているものに感謝しよう、今の自分の境遇に感謝しよう。
失ってからでは遅すぎます。命あるうちに、今の自分にで
きることに向かって一歩を踏み出しましょう。心豊かに、

生き生きと、元気一杯に一日一日を大切に生活して欲しいと思います。

道元禅師の言葉に「得道は衆縁による」という言葉があります。道を得るということは、多くの人々のご縁によって成就するのです。みんなが一緒に力を合わせて努力する。助け合い、分かち合うところに幸せが生じます。

これから暑さが厳しくなります。それぞれが健康に留意して、夏休みを有効に過ごして欲しいと思います。

(平成 21 年 夏休みを前にして 精霊祭でのお話から)

物事はみな、成就する

夏期行事・各クラブの合宿も大過なく無事終了。しかし、8月になって本学園でも新型インフルエンザに感染した人が数名でました。これから秋・冬場に向かって、国内で大流行することが予想されています。インフルエンザ予防にあたっては、マスクをする、ウガイと手洗いをこまめに行うこと、そしてできるだけ外出をしないよう、それぞれが注意してください。もし発熱した場合には、速やかに医師の指示に従い、担任の先生に必ず連絡をするようにしてください。

さて、一人の人間が持っている遺伝情報は、大百科辞典3200冊分にも匹敵するそうです。しかもそのすべての情報が一粒の米を60億に分けたぐらいの極めて小さいスペースの中に入っているといわれています。

ノーベル賞を貰った天才と普通の人との違いは、遺伝子レベルで見ると、99.5%同じであるといえます。残りの眠っている0.5%の遺伝子をどうやってスイッチオンにするか、これが問題です。

遺伝子にスイッチを入れる要因は物事を常に明るく前向

きに考え、笑顔を絶やさないとされています。人は人に喜びを与えるとイキイキとしてくるのです。日本は今、これだけ豊かな国となりましたが、イキイキとしているようには見えません。それは、豊かさを自分たちの幸せだけに使っているからです。

スキナーという行動科学者が50人のグループをAとし、他の50人をBとして、共同生活をさせる実験をしました。Aグループには、自分たちの希望することをできるだけ満足させるような生活をさせ、一方、Bグループには何をやらせても都合よく進まないような仕組みにして生活をさせ、半年後に観察をした結果、Aグループの者は夜となく昼となく「うたた寝」をしていたそうです。一方、Bグループの者は困った状況をみんなで協議しながら、イキイキと暮らしていたということです。

野菜のインゲン豆は支柱に右巻きにツルを伸ばして成長します。そのツルを支柱に巻きつけないように真っ直ぐ伸びるように紐で縛って成長させたところ、その収穫量は通常の右巻きより1.5倍あったということです。そのツルを反対に左巻きにして育てたところ、2倍になったという実験報告があります。通常の右巻きを真っ直ぐ伸ばしたり、

左巻きにするとストレス一步手前の程良い緊張状態を生み出し、収穫量が多くなったようです。

現代社会は、あらゆる面で恵まれた便利な世の中になりました。ところが豊かさの中に暮らしている私たちは、はたしてイキイキとしているのでしょうか？最近では、忍耐とか辛抱とか、根気といった言葉は嫌われ、スピードと効率は何より優先され、すぐに結果の出ないことは敬遠されます。しかし21世紀でも、じっくり時間をかけねば、できないこともあります。良い物ができ上がるために熟成しなければならないのは、高級ワインだけではなく、プロジェクトが重要であればあるほど、完成までには時間がかかります。

私たちが人間として、この世に生まれてきたこと自体が奇跡的なことであるし、また、それだけでも十分価値があり、そして人間の可能性は無限大です。ですからどんな人でも、いくつになっても、人間は成長し続けることができます。人はみな、素晴らしい可能性を持って生まれてきているのです。その「種」に光と水を与える事が重要です。

人はみな、未開発の才能の宝庫なのです。自分が思っているより、遥かに大きなことを成し遂げる可能性を秘めて

います。そのために全力を尽くしてください。それは自分のためだけでなく、社会全体のためになるからです。

「意志ある所、道は開ける」という格言がある通り、人は壁にぶつかった時、「どうせダメだ」とか、「無理に決まっている」「やるだけ無駄だ」といった、否定的な思い込みや、「条件が違う」という人がいます。しかし、マイナス思考からは何も生まれてきません。そういう人は、言い訳を並べるだけで、何もしない人たちです。壁にぶちあたった時、どうしたら乗り越えられるかを工夫し考えるプラス思考になってください。プラス思考を継続することが人間の文化、人類の歴史を作ってきたのです。そうでなければ、人類は地球から消滅していたでしょう。諦めず挑戦し続けるからこそ、物事はみな、成就していくのです。

9月に入って、休み気分を一掃し、更に気を引き締めて、I 期末をしっかりと、締めくくって欲しいと思います。

(平成 21 年 9 月)

人生で手に入れたいもの

上野動物園の元園長・中川志郎さんの話によると、「自然界の動物は常に、自然界で生き生きしている」という。例えば、アフリカ。シマウマがちょっと足の具合が悪くなると、その日のうちに跡形もなくなる。ライオンに食われ、ハイエナに食われ、ハゲワシに食われ、毛だって鳥が巣を作るために持っていく。生き生きしたヤツだけが老いるのです。

自然界のあらゆる動物の平均寿命は生物的DNAの寿命の5割の余力を残して死ぬのです。

しかし動物園は、医療や科学といった人間の都合で寿命いっぱいまで生かすそうです。先進国はもはや国中が動物園になっている、と語っています。

奇妙に思えるかもしれませんが、自分が人生で将来、本当に手に入れたいものをよく知っている人はごくわずしかいない。ほとんどの人は、現状に満足していないのだが、具体的にどうすればいいのか分かっていません。「あなたが手に入れたいものは何ですか？」と尋ねると、あいまいな答えしか返ってこないのが実情です。人生の将来の本当

の目的を決めていないために、道に迷い、失望しながら人生をさまよい歩くはめになるのです。

多くの人が人生で失敗するのは、能力や知識、勇気が足りないからではなく、明確な目的に向かってエネルギーを注がないからなのです。人生の目的を明確にすることによって方向性が生まれる。明確な目的を持てば、未来に対して情熱的になることが出来る。人生の目的を明確にする為には、次の3つの質問を自分にしてみても下さい。

1. 自分は人生で具体的に何を手に入れたいのか？自分がワクワクすることは何か？

朝早く起きて一生懸命に努力し、一日中、心から楽しめる対象は何か？

2. 自分と周囲の人達の人生を豊かに、楽しくするためにできることは何か？

世の中をより良い場所にするために、自分はどのようなことができるのか？

何ができるのか？

3. 自分はどの方向に進んでいるのか？

自分は本当に充実感をもたらす目的に向かって進んでいるのか？

いったん明確な目的を持つことができれば自信と情熱を持ってそれを懸命に追い求めよう。明確な計画を立て、第一歩を踏み出して下さい。

(平成 21 年 10 月)

心もとより善悪なし

人間の心は外に取り出したり、目で見ること、取り出して見ることはできません。しかし人は、一人ひとりが皆、その心を持っています。その心を持っているのに、自分一人だけであるかの様に誤解して、自己中心的な発想をし、他人の心を知ろうとしないのです。友達の心を見無視して、友達を仲間外れにしたり、意地悪なイタズラを繰り返して、時には暴力を振るったり、その結果、尊い命を自ら絶つ、痛ましい事件が新聞やTV等で報道されています。一番強い絆で結ばれているはずの親子ですら、お互いの心の内を知る事ができないことがあります。

他人が悩んだり、苦労しているのをみると、解った様な気になるのですが、本当は解っていない事が多いようです。

人は一人ひとりが違った心を持ち、色々な事を考えて生きています。本当の心の内は、はかり難いものです。

他を思いやる心、少しでもその人の身になって知ろうとする、努力する姿勢が大事です。そして自分自身がまず、正しい心、正しく物事を見極めていく心がけが何より大切です。

道元禅師の言葉に、「心もと善悪なし、善悪は縁によって起こる」とあります。善悪とは人間の価値観の世界です。人を苦しめたり、人を喜ばせたりする行為の事です。その行動をさせるのが、心の動きなのです。そして心に波風が起こる以前の心の根源は、損得や欲望に染まる以前のもので、だから「心もとより善悪なし」なのです。心は『明鏡止水』と言われる所以なのです。

ところが、自分だけがという「我」と、外界の刺激とが関わり合うと利害得失、是非善悪、好きだ・嫌いだという形になってしまうのです。それが心なのです。人は人と断絶して、一人だけで生きていくことはできません。共に学び、共に苦しみ、共に喜び合って成長していくのが、人間なのです。

自分の将来のビジョン、『夢・志』を大切に育ててください。「人はその志の大きさに比例した人物になる」と言われます。

人生で多くの事を達成できない人に2つのタイプがあります。

- ①人から言われた事をやろうとしない人間（善意のわからぬ人）

②人から言われた事しか、やらない人間

このような人は、目的を達成することはできません。

私達は目標を設定することの大切さを何度も聞かされます。にも関わらず、目標を設定する習慣を持たない人が多いのは一体どういう訳でしょうか？ 成功した人は、明確な目標を設定し、その実現に向けて粘り強く努力した人達です。

「他は是れ我に非ず」自分のやるべきことをシッカリとやる。志を高く情熱を持って努力し続ける事、成功に近道はありません。

道元禅師は、「他は是我にあらず、更に何れの時をか待たん」とおっしゃいました。人の言いなりになったり、自分のなすべきことを人任せにしたり、自分がやるべきことを両親や友人にしてもらっても、自分がやったことにはなりません。今やるべきことは、今やる。今、何をすべきか、しっかり考えて実行してください。

マイナス思考からは何も生まれません。プラス思考を継続することが人間の文化・歴史を作っていきます。諦めず、チャレンジし続けて下さい。

(平成 21 年 11 月)

発心する事

お釈迦様が6年間の苦行の後、尼連禪河に沐浴し、スジャータという娘から乳粥の供養を受けられ、ピッパラ樹(菩提樹)の下に草刈の少年から分けてもらった草を敷いて、「我いま証を得られぬならば、生きてこの座を立たず」と、おっしゃって、そこに座する事7昼夜、諸々の天魔の囁きを降伏して、第8日目の暁、明けの明星の煌きを一見されて成道されました。この時こそ、12月8日の暁であったと伝えられています。

お釈迦様は成道なされて後もなお、21日の間そのまま悟りの座にあり、ご自身の覚られた法を私達のために、どのような方法で説いたら良いか、と考えました。

一時説く事を止めようかと思われたと言われています。しかし、梵天の願いを聞き入れ、また衆生に対する慈悲心から、その法を説き弘める事を決断されました。

仏より仏に、祖師より祖師へと、あますところなく伝えられているのが、禅の伝統なのです。

達磨大師は、このお釈迦様より伝えられた法を中国に伝え、達磨大師もまた「面壁9年」と言われるように、壁に

向かって坐禅をされました。今、私たちもまたひたすら坐禅をしています。

12月1日より8日まで、本学園では、自由参加による臘八摂心(ろうはつせっしん：早朝坐禅会)がおこなわれ、大勢の生徒諸君、先生、卒業生、近隣の方々が自主的に参加しています。

孔子は「憤せざれば、啓せず」と申しました。発心する事、やる気を起こす事、これが学道において、最も大切な事です。中学校の校舎を「発心館」といいますが、その思いが込められたネーミングなのです。

仏教の教えを易しく説いた「七仏通誡偈」という漢詩が生徒手帳に載っています。

諸悪莫作 衆善奉行 自浄其意 是諸仏教

諸の悪を作ることなかれ、諸の善を行いなさい、

そして、その時その心を浄くしなさい、これが諸仏の教えです。

「悪い事をするな、良い行いをしなさい。」

「三歳の童子知ると言えども、八十の老翁も行い難し」

言うは易く、行い難しであります。

善をなすにしても、自浄其意（自ら其の意を清くする）

と言うように、良いおこないをする時、その心を清く保つという事、これが肝心なのです。悪い事は断じてやらぬ、という強い気概を持ってもらいたい。生活が乱れていると心が乱れる、心が乱れていると善悪の判断が甘くなる。生活習慣をしっかり身につけて欲しいと思います。

同じ良いおこないでも、人が見ているから、誉められるからおこなう、やらないと叱られるから、下心があったり、利害損得を考えてやる、これでは折角の良いおこないも汚れてしまいます。交換条件のおこないは、善行とは言えません。「利行は一方なり」というように、ただひたすら、良いと思った事を実行する、損得抜きでおこなう事です。

母親が子供を育てる時、無条件で可愛がるように。この子が成長したら親孝行をしてくれるであろう事を期待して、育てている親はいないはずです。子供に対する愛情は無条件なのです。

良い行い（善行）とは、自浄其意、その心を浄くする事、人が見ていようが、見ていなかろうが、陰日向なく行う事、これが「主人公の行為」なのです。これがお釈迦様の教えなのです。

私たちが教えに従って実行する時、お釈迦様は時空を超

えて、この世に現成します。

「如来の法身常にいまして、しかも滅せざるなり」と言われるように、生徒諸君一人一人が、みな元々、如来様だからです。

(平成 21 年 12 月)

脚下照顧

2010年、明けましておめでとうございます。

新年を迎え、それぞれが自分の希望・目標・夢に向かって志高く、ひたすら努力することを誓ったことと思います。

平成22年の干支は庚寅（かのえ・とら）、俗にいうトラ年です。トラ・寅の象形文字は相対して手を差し伸べていることを表しています。つまり、志を同じくする人々が一致協力して新しい創造的な活動を始めること、規律や道義に則って、前進発展していくことを教えています。

一年の計は元旦にあり、一日の計は早朝にありといえます。一日一日を大切に今日なすべきことは予定通り、キッチンと今日実行して下さい。志を立てたならば、最後まで諦めず、やり通すこと、持続することが大切です。花は一瞬にして咲くことはありません。木は瞬時に実を結ぶものではありません。

嫌なこと、辛いこと、恐ろしいことの多い世の中で自分は一体何をすればいいのか、しっかりと考えてみて下さい。乱れ飛ぶ情報過多の社会に惑わされることなく、自分の目標・夢に向かって、只ひたすらに打ち込むことが何よりも

大切です。世の中が乱れたからといって、すべての人が乱れている訳ではありません。要は今ここで、自分がやらなければならないことを最優先にしっかりと自分のやるべきことをやり、そして社会に貢献することです。情報に流されて、自分を見失うことは愚かなことです。こんな社会だからこそ、「脚下照顧」まず自分の足元をしっかりと見つめ、地に足をつけて一步一步自分の道を着実に実行していくことです。

自分の目標達成・成就する為に欠かせぬことの第一は、「根気」です。何があってもやめずに続けること、やり通すことです。そして根気と対をなすものが、「熱中」することです。損得を忘れて熱中する、寝ても覚めてもやり通すこと、そこに開発力や創造力が芽吹いてきます。

世間には高い能力を備えながら、心が伴わないために、道を誤る人が少なくありません。才覚が人並み以上であればあるほど、正しい方向に導く羅針盤が必要です。その指針となるのが、理念や思想であり、哲学でもあります。若い時にしっかりと、根を張り巡らし人格という木の幹を太く、真っ直ぐに成長させなければなりません。人間として正しい道を歩いているのかどうか、ということです。親か

ら子へ語り継がれてきたシンプルで根本的な教え、それは嘘をつかないこと、人に迷惑をかけないこと、正直であれ、欲張るな、自分のことばかり考えるな、人の痛みのわかる人間になれ、誰もが知っている当たり前のことです。しかし大人になるにつれて忘れてしまうのです。単純なルールを生きる指針として判断基準とすべきなのです。人間としての本来あるべき姿は、とてもシンプルなものです。倫理や道徳は時代遅れの錆ついた考え、という人がいます。現代の人は、かつて生活の中から編み出された様々の叡智を古臭いという理由で排除し、便利さを優先するあまり大切なものを失ってきました。今こそ人間としての根本の原理原則に立ち返り、それに沿って一日一日を確かに生きることが求められています。

私たち一人ひとりが、そのように心がけることにより、それぞれの人生がより充実したものとなり、社会もより心豊かで潤いのあるものになっていくと私は思います。

こんな話があります。アヒルの子供として育った白鳥の子は、自分をアヒルだと思い込んでいました。みんなと違う劣ったアヒルだと思っていました。みんなと同じようになりたいのに、なれない自分が悲しかった。もし他のアヒ

ルに仲間はずれにされなかったら、そのアヒルの子は、自分が白鳥とは気がつかずに一生アヒルで終わったかもしれません。

インドに古くから伝わるヨガの説くところでは、私たち人間が犯す最大の過ちは、自分で自分を小さくしてしまうことだといわれています。最新の科学で、私たちが通常使っている脳の機能は、その潜在能力のわずか2%に過ぎないと推測されています。自分にはまだまだ可能性が十分にあるのです。「一般的には～」とか、「普通は～」といった尺度では測りきれない可能性があるのです。自分の努力を信じた者だけが、自分が白鳥であることに気づき、その優雅な姿で大空へ羽ばたくことができるのです。98%の可能性を信じて、2010年を創造的に発展の年とするよう、頑張りましょう。

(平成22年1月)

入学試験を前にして

本日（2月1日）から、いよいよ中学入試がスタートしました。受験生の皆さん、今までに続けてきた努力を信じて入学試験に臨んで下さい。インフルエンザの流行などが、心配されていましたが、1次試験では体調が悪い受験生は出ておりません。まだまだ油断は禁物ですが、健康に留意して受験期間を無事に乗り切ってくれることを、教職員一同願っております。

時には不安を感じることもあるかもしれません。しかし、自分を信じて最後まであきらめないで、持てる力を充分に出し切って頑張ることです。君たちが、世田谷学園に入学することを楽しみにしています。

（平成22年2月）

一輪の花から学ぶ

2月15日は、お釈迦様の亡くなられた日です。全校朝礼においてその法要を営みます。お釈迦様の教えに出会い、言葉に接し、それを自らの生き方の指針とする喜びと、感謝の気持ちを持って生活して欲しいと思います。

「花開いて仏を見る」という言葉があります。花はそれぞれ形や色は違います。どんな花も美しく一生懸命に咲いています。誰かに見てもらおうと、思っているのではなく、只ひたすらに咲き、見る人の心を和ませてくれます。その無心に咲き、人の心を癒してくれる姿に仏様のような清らかさを覚えます。

人間は誰しも他人から良い評価を受けたいという心の働きがあります。従って、人に褒められれば嬉しくなり、酷評されれば不快になり、花のように無心に生きることは難しいものです。その花も永遠に同じ美を持つことは出来ません。刻々と変化する様を眺めていますと、人間の一生を短く象徴しているように思います。

どんな美しい花にも種から成長するまでには、色々の過程を経て咲きます。「ローマは一日にして成らず」という

言葉がありますが、花の姿から「何事も一日にして成らず」ということを教えられます。華やかに生活している人も、その過去には必ず辛い時、苦しい時があったはずです。人生を振り返ってみれば、誰しも「苦あれば楽あり、楽あれば苦あり、苦は楽の種、楽は苦の種」の如く、因果の法則の中に生きているのです。また、美しく咲いている花には、外から見えない土の下で、根が養分を吸収し、命を支えてくれている「陰の力」があります。根は日の目を見ずに、花を咲かせる為に働いてくれています。また花は人から愛でられることがあります。根を褒め、根に感謝する人は少ないと思います。私たちは根からも無償の愛の尊さを教えられます。諸君にとって、その根とは誰であるかを考えてみて下さい。何事もその存在の陰には、それを支える力が必ずある事を認識しなければなりません。自分が生きている時、陰の力に感謝しなければなりません。それを日本語で表現すると、「おかげさま」という言葉になります。この言葉をよく噛みしめて下さい。

今一輪の花を眺めながら無心に生きる姿を学びました。また人生を重ね合わせてみる事が出来ました。自分の存在や学校や社会の仕組み・成り立ちも陰の力によって支えら

れていることを教えられました。

涅槃会にあたり、理想的な人格を自覚をした釈尊を偲び、花のように私利私欲を持たず、人の為に尽くす人間になって欲しいと思います。

(平成 22 年 2 月)

憤せざれば啓せず

瞬く間に一年が過ぎ、平成 21 年度が終わろうとしています。新年度に向けてそれぞれが志を新たに、目標を定め学習生活を送っていることと思います。

中学校舎の名称を「発心館」と名付けていますが、「発心」とは、発願すること。「願い」をたてることです。道元禅師は「切なる思いは必ずとぐるなり」、「古人必ずしも金骨に非ず」と言われ、私たちを激励しています。最初から完璧な人はいません。実行しなければ、発願・発心しなければ、何も生まれてはこないのです。人生にとって大事なことは、自分の考えを持つこと、やる気を出すことです。そして違いを認めるということは、まず自分の考えを持つことです。

人間力ということがよく言われますが、人間力とは何か、人間の総合的な力とは何か。知識や技能、あるいは教養そして実行力・徳性といった要素を総合的に練り上げ結晶したもの、それが人間力であろうと思われます。中には金の力、金力・財力・地位も人間力の要素の一つと言う人もいます。しかし、それらをすべて失ってもなお輝きを失わぬ

人間の力こそ人間力と言うべきだと思います。

では、その人間力を養うには何が必要か、根本になくてはならないのは、憤の一字です。孔子は「憤せざれば啓せず」と言いました。その憤です。いろいろな物事に会い、人物に会い、発憤し感激し、自分の理想に向かって向上心を燃やしていく心、それを根本に持たない人に人間力はないです。よしやるぞという気持ちです。

次に大事なものは志です。夢と言っても良い、いかなる志、夢を持っているか、その内容のレベルが人間を大きくも小さくもする、厚みのある人か薄っぺらな人か、軽重が問われます。

第三は与えられた場で全力を尽くすことです。大事なものは与えられた縁をどう受けとめるかです。そして如何にその縁を生かし創造していくかということ。一つの縁を起点としてよい結果を構築していくことです。良き人に交わり、良き縁を発展させ心を養い真実の学びを学び続ける人生を心がけたい。そして変化に対応する柔軟な心を持つことです。

人間力という言葉は辞書にはありません。しかし京都大学の元総長・平沢先生は「知識ではなく、その人の体全体からにじみ出る味わいで、その人物がわかる。またそうい

う人にならなければなりません。」と言われていました。体全体からにじみ出る味わい、それこそが人間力のことだと思います。

人間には 30 数度の体温があります。その吐息が熱いように、燃えている時が生きている時なのです。燃えなくなった人間は、生きている事を放棄しているに等しいのです。最近、冷めている人間が多いようですが、燃えない人間には生きる資格はない、と言ってもいいかもしれません。その人間がどう生きたかは、何にどうときめいたか、何にどう燃えたかの度合いによるのです。初めは誰もが凡俗の輩ですが、行動を起こしてのち、先駆者となるリーダーとなれるか、どうかなのです。

その気概を胸に抱くことができるのが若者である君たちなのです。諸君たちが学校を変えていく「主人公」なのです。人間はどのような志を持っているかによって人生が決まるのです。志の高低がその人の人生を決定するからです。澁漣颯爽として、いつも気持ちを爽やかに、心の雑草を取り除き、心の花を咲かせるよう努力して欲しいと思います。

(平成 22 年 3 月)

集中力と機動力を発揮する

四月、新学期を迎え新入生の姿が初々しい。折しも四月八日はお釈迦さまの誕生日、この日に入学式をするところが多い。明日をみつめて今をひたすらに、違いを認め合っ
て思いやりの心を大切に、大きく育てて欲しい。

昨年来、新型インフルエンザ禍に見舞われたが、人はどこも痛くないという当たり前のことが病気になって初めて「幸せ」を感じます。今までできなかったことが自分でできるようになって知る「幸せ」もあります。

「人間の幸福を実現するための経済をつくりあげる。」と政府は述べ、市場原理主義の転換を宣言したが、過去の例からして成長戦略の中に幸せはあったでしょうか。確かに先進国の経済は豊かになりましたが、その物質的豊かさの中に幸せは、あったのでしょうか。スピード・効率化・便利さは更に進むことでしょう。それは人間の限りない欲望を追求するだけで、文明の押し売りは人を幸せにはしません。豊かさと幸せとを混同してきたのが、過去の歴史ではないでしょうか。人は一度、豊かさの味を知ると後戻りできません。豊かさの中で、どう自分をコントロールできるのか。

自律した生活はなま易しくはありません。

聖書には、「受けるより与える方が幸せである。」とあるが、人は何かしてもらおうと一時的に満足感を得るが、更に「もっともっと」と期待します。わずかなことでも自分が人にしてあげられることをした時、相手の喜ぶ顔を見た時、人は「幸せ」を感じます。そうした体験をされた方はたくさんいることでしょう。人の痛みを感じられる人、共に楽しめる人が育って欲しい。世界中で子どもが幸せな国は素晴らしい国なのですから。

飢えている人の隣で腹一杯食べて、食べ残した物を棄てて平然としている人間を育ててはいけません。子どもや老人をお金が稼げない価値のない人間とみなすような社会をつくってはなりません。体力・知力・環境などで人はそれぞれ違いがあり、同時に高齢化はすべての人が避けて通ることはできないのです。今自分ができることは何かを一人ひとりが考え、集中力と機動力を発揮する時ではないでしょうか。時代の変化に対応する力、失敗を恐れず果敢に挑戦する情熱を持ちたいものです。それらは本来すべての人がみな持っている能力だからです。

人類の前に立ち足かかる地球環境の諸問題はみな私たち

人間が作り出したものです。「おれが、おれが」とか「もつともつ」という心の持ち方を改めて、「ありがたい、もったいない」という心で毎日送れば、世の中は明るくなるでしょう。金儲けと効率に心を奪われている国は自滅するしかありません。古い教えではあるが「忍の徳たること持戒苦行も及ばざるが如し。」「足ることを知れば誰しも福の神。」を思い起こして、社会に明るさを取り戻す一助としたいものです。

(平成 22 年 4 月)

3種類の人

ゴールデンウィークが終わり、いよいよ学習に専念していることと思います。忍耐力・体力そして学力をつける、この目標に向かって頑張ってください。

人生は戦いの連続と言われています。途中でやめてしまえば、負けてしまう。最後まで、やり遂げれば勝てる。戦い抜くには、不断の努力が必要です。困難から逃げなければ、窮地を打開することができます。困難を乗り越えるには、気迫・気力が必要です。恐れているのは、何も得られません。道を開いていくには、勇気が必要です。勿論、失敗することも沢山あります。諦めてしまえば、そこで終わりです。諦めなければ、流れは変わります。失敗を乗り越えて成功するには、粘り強さが必要です。

世の中には、3種類の人があります。「夢を見る人、夢を壊す人、夢を実現する人」です。ある調査によると、アメリカの約2億人の大人のうち、夢を見る人が30%、夢を壊す人が65%、夢を実現する人が5%と言われています。約1千万人が夢を実現する人ということになります。志を立てて夢を見なければ、何も始まりません。夢を実現する

人は、自分の夢をかなえるだけでなく、他人の夢の実現を助けます。

マイクロソフトの創始者、ビル・ゲイツ氏はその典型です。ビル・ゲイツが画期的なソフトを開発したお蔭で、世界中の大勢の人が恩恵を受けて、次々と夢を実現しました。ビル・ゲイツは世界一の億万長者ですが、自分の利益のみを追求する、エゴイストではありません。彼は福祉活動に私財を投じ、全世界の恵まれない人たちを支援しています。ビル・ゲイツのような億万長者にならなくても、社会貢献はできます。驕り高ぶることなく、高い志を持ち、謙虚な姿勢で社会に貢献することが、人として最も尊い生き方ではないかと、思います。

アメリカ・ミズリー州の小さな田舎町で幼少期を過ごした少年は、夢を見るのが大好きでした。そしてそれを絵で表現することを日課にしていました。ところが小学校の先生は、絵の才能を全く評価してくれませんでした。少年は、それでも夢を捨てずに絵を描き続け、そして22歳の時、ハリウッドに行き映画スタジオを作り、活動の拠点にしました。この人物の本名は、ウォルター・イライアス・ディズニーと言います。

W・ディズニーの偉業の一つは、ワニの生息する広大な湿地帯を埋め立て、そこに魔法の国を作るという壮大な夢を実現したことです。フロリダにあるディズニー・ワールドは、何年もかけてでき上がりました。一人の少年が心の中で抱いていた夢が人類史上、最大のテーマパークを生み出し、世代を超えて、大勢の人に感動を与え続けています。

最初は空想であってもいいのです。誰からも相手にされなくてもいいのです。夢を明確にイメージしていくことによって、それはやがて実現していくのです。

志を立てて進む人と、志の無い人とでは大きな差がでてきます。志あるところに道は必ず開かれていきます。一步一步、目標に向かって、進んでいってください。毎日毎日の目標が努力を引き出してくれます。どんな大きな川でも「渡る」という志をシッカリ持ち続ければ、後の工夫が生まれてきます。

ダライ・ラマ法王十四世は、「世界平和をいくら祈っても、祈るだけで何も行動しなければ、実現はしない。目の前に苦しんでいる人がいれば、その人の為に何らかの行動をしなければ、その心は本物ではない。理不尽なことがおこなわれている時、祈ることしかできないが、祈っただけ

では問題は解決しない。行動につながらない祈りは、本物の祈りではない。」とっています。

自転車はこぎ続ければ、倒れません。行動し続ける限り、後退はしません。後退するのは何もしないことです。誰かが喜んでくれる生き方、人に喜ばれる行動を実行して欲しいと思います。

(平成 22 年 5 月)

ダライ・ラマ法王をお迎えして

体育競技会も無事終了。来週には、I 期中間試験が始まります。学習モードに切り替え、しっかり頑張ってください。

さて世田谷学園は本年、創立 109 周年を迎えます。この度、世田谷の豪徳寺ご住職・粕川鉄禅老師のご支援により、チベットのダライ・ラマ法王 14 世をお招きして、記念講演をして頂くことになりました。法王は平成 19 年にも来校され、「21 世紀を担う生徒諸君へのメッセージ」というタイトルでお話をされました。中学 3 年生以上は記憶していることと思います。

今回の来校は 2 回目で、学園の教育モットー「明日をみつめて今をひたすらに、違いを認め合って思いやりの心を」というタイトルで講演をして頂きます。

世界の屋根と呼ばれる、ヒマラヤ山脈の北部に広がるチベット高原。かつてそこに、広大な独立大国がありました。「雪の国、チベット」国土面積は日本の約 6 倍の 250 万キロ平方メートル。海拔は富士山よりも高く、およそ 4 千メートルに位置します。7 世紀にインドから仏教が伝わって以

来、チベットはお釈迦様の教えを精神的支柱に置き、独自の民族文化を開花させてきました。仏教国チベットの歴代の元首、それがダライ・ラマ法王です。

ダライ・ラマ法王は、「観音菩薩の生まれ変わり」と信じられ、政治的・精神的指導者としてチベット人から尊敬と信頼を寄せられてきました。「ダライ・ラマ」とは「大海の知恵」を意味し、現在のダライ・ラマ 14 世は、1935 年 7 月 6 日チベットの東北部アムド地方（現・中国青海省）の小さな村に農家の子として生まれ、2 歳の時に先代ダライ・ラマ 13 世の生まれ変わりと承認されました。1939 年、チベットの首都ラサへ迎えられ、翌年ダライ・ラマ 14 世として正式に即位。ポタラ宮の王座に就き、6 歳から僧院の英才教育を受けて育ち、24 歳で仏教哲学最高位の博士号を取得しています。

仏教の非暴力思想が根付いた当時のチベット人は、第二次世界大戦中も戦争に加担することなく、中立の立場を守っていました。しかし戦後間もない 1949 年、文化大革命によって中国全土を支配下においた中国共産党の人民解放軍は、チベット人を解放するという名目のもとに、隣国チベットへの侵攻を開始しました。この時、人口の 5 分の 1 に

相当する 120 万人のチベット人が死亡し、6259 あった仏教寺院のほとんどが破壊されました。

中国がチベット侵攻を始めた時、ダライ・ラマ 14 世は弱冠 15 歳でした。1959 年 3 月 10 日、法王の身を案じたラサ市民による一斉蜂起に対し、中国軍は更なる弾圧を行い、ついにダライ・ラマ 14 世は国外亡命を余儀なくされました。この年、ダライ・ラマ 14 世の後に続き、高度約 7 千メートルの厳寒のヒマラヤ山脈を越えてインドに向かった約 8 万人のチベット人が祖国を離れ、インド・ネパールなどへ亡命しています。

当時、NHKラジオのアナウンサーは叫ぶように ニュースを読んでいました。「ダライ・ラマが見つかりました。雪の山々、ヒマラヤ山中から発見されました。インド国境に到着するのを待って、インド政府はダライ・ラマを迎え入れる為に、使節団を派遣しました。中国政府は早速、非難声明を出し、速やかにチベットに戻るよう、呼びかけました。」まだ、TVのない時代の夕方のラジオニュース、1959 年 3 月の出来事でした。それは、チベット民族のアイデンティティを守り抜き、自由の地で本物のチベット文化を保存していこうという悲願を込めての逃避行でした。

現在ダライ・ラマ 14 世は、インド北部ダラムサラにチベット亡命政府を樹立しています。亡命政府は未来を担う子供の教育に力を注ぎ、小学校から高校まで全寮制の学校を設置し、チベット語を始めとする伝統教科と英語を含む近代教科の無料教育がチベット人、インド人教師達によって熱心に営まれています。

ダライ・ラマ 14 世亡命後、チベット全域は完全に占領され、中国の植民地となった為に、今、地図帳を開いても「チベット」という国の名前を見つけることはできません。広大なチベット本土の一部は、現在「チベット自治区」と呼ばれています。しかし、チベット人による自由な自治は行われず、チベットの国旗やダライ・ラマ法王の写真を持つことも許されず、その名を呼ぶことさえ禁じられ、子供が「ダライ・ラマ法王の長寿をお祈りします」と囁くだけでも投獄され、処罰が下されます。こうした状況は 21 世紀を迎えた今も変わることなく、言論・宗教・集会を行ったとして監禁される僧や子供を含むチベット人が沢山いると NGO チベット人権民主センターは伝えています。

チベットから自由が消えて 50 余年、迫害から逃れる為に祖国を離れる者は年間およそ 3500 名に上ります。その内、

3分の1が13歳未満の幼い子供達です。チベット文化を自由に勉強できない我が子の未来を想い、ダライ・ラマ法王14世のもとで教育を受けさせることが最善の道だと決意する親は多く、懸命に貯めたお金を子供に持たせ、我が子と一生会えなくなること、そして亡命中に凍傷になることも覚悟した上で、幼い自分の子供をヒマラヤへ送り出しています。2008年私はダラムサラのTCV (Tibet Children Village)を訪ね、その子供達と逢ってきました。両親と別れ、案内役に預けられた子供は、素足やサンダル履きで3週間かけて万年雪を抱くヒマラヤ山脈をこえていきますが、その厳しい旅路の間に死亡する子供もいます。また亡命者が年々増加している為、インド、ネパールの難民受け入れセンターは常に満員状態にあると英国国営放送BBCは報道しています。

ダライ・ラマ14世は、例え武力攻撃に直面している時でも、絶えず非暴力による方策を提唱してきました。法王は、今も変わることなく非暴力の大切さを説き続け、中国と平和的に話し合う努力を重ねています。ダライ・ラマ14世は中道のアプローチをとり、政治的権限は中国に委ね、「慈悲の心」を尊重するチベット仏教文化の継承、存続を望む

旨を伝えていますが、今のところ中国からの返答はありません。

高校生の世界史の資料集に、『世界の民族問題・地域紛争』というテーマの中にダライ・ラマ法王についての記載がありますので、高校生はそれを参考にしてください。

最近では、2010年2月18日バラク・オバマ米国大統領と法王は会談しています。（同日、ヒラリー・クリントン国務長官とも会談）会談で、オバマ大統領は「チベットの宗教や文化、言語のアイデンティティを守ることを強く支持する」と表明しました。また、ダライ・ラマ14世の中国政府に対する姿勢については「中庸のアプローチ」と評価しました。オバマ大統領とダライ・ラマ14世は、前向きで協調的な米中関係が重要であるとの意見で一致しました。多年にわたる弾圧に苦しめられているにも関わらず、チベット人は不撓不屈の精神で抵抗しています。1987年から1995年半ばまでに、中国政府の支配に反対して150を超える民衆デモがチベットで行われました。それでもなお、チベット人の苦闘は終わっていません。希求する自由は世界から、特にアジアからの支援があつてこそ達成できるとチベット人は信じています。

ダライ・ラマ法王 14 世は今、世界が注目している方です。今度の来校を機に、チベットの歴史やノーベル平和賞を授与されたダライ・ラマ法王の非暴力の考え方・慈悲・優しさ・思いやりといった人間の価値、そして宗教間の調和、チベット問題の解決に努力している法王について、考えてみてください。その中には、チベットの環境問題も含まれます。

チベットには貴重な野生動物が生息し、森林、水源、鉱山などの資源の宝庫とされています。未曾有の環境破壊が組織的に行われ、回復不能なダメージを与えています。近年のアジア諸国の洪水問題は、森林伐採による水脈の変化・影響によるものという説もあります。アジアの主要河川の水源は、もとを辿るとチベット、ヒマラヤ山脈にあるのです。

21 世紀の中核を担う生徒諸君が、人類に課せられた諸問題、地球社会の平和、環境、貧困などについて、私達は今何をすべきか、自分は何ができるのか。そのことをしっかりと考えて欲しいと思います。

(平成 22 年 6 月)

ダライ・ラマ法王に学ぶ

6月25日チベットのダライ・ラマ法王が来校され、講演をして頂きました。亡命された方々の気持ち、自分の国がないというどうしようもない悲しみ、私達にはなかなか想像もできません。

チベットは元々独立した一つの平和な国でした。中国の侵攻により法王はやむなく亡命し、それ以来チベットは中国の一部としてチベット自治区と名付けられました。自分たちの文化を学び、受け継ぐために命の危険を覚悟して、ヒマラヤを越える人々が後を絶ちません。また、チベットの土地から資源が掘り起こされ、川や湖も汚染されたまま、これは、チベットだけの問題ではなく地球への警告といっても過言ではありません。

私達は知らず知らずのうちに、思いやり・協力・いたわりといった人間になくってはならない最も基本的なものを忘れるほど、物質的進歩に夢中になっています。そして私達は自分の苦しみの多くは、自分で作っていることを知らねばなりません。

法王は、「20世紀は流血の世紀であり、21世紀は、その

スタートこそ躓き気味ではありますが、慈悲と非暴力の種がきっと花開く、対話の世紀になるでしょう」と言っています。非暴力とは、問題に無関心でいる事ではありません。むしろ進んで、しっかり向き合う事なのです。この世に苦しみがあり、この世に悲劇がある限り、私達はそれを自分の問題として感じていかねばなりません。飢えている人がいるのに、自分だけ飽食してはいけないのです。心が痛む現実や他の人が苦しむ状況をしっかり見据えて、一人ひとりが考える事です。怒りや憎しみでは、痛々しい状況や問題は解決しません。思いやりと真の優しさ、そして許す心を持つ事、世界平和を持続する手段は、「思いやりによる許し」であると法王は話しています。学園の教育モットー「違いを認め合い、思いやりの心」を思い出して下さい。

チベットでは、生き仏・活仏として尊敬されている法王は、自身を「私は一介の僧侶である」とおっしゃっています。そして法王は常に寛容と慈悲の心を説き、自分自身の幸せだけでなく他者への思いやり、世界全体を優先して考えねばならないと話されています。「世界を変えるのに必要な力は私達自身にあり、全ての変化は私達の心から始まる」と述べています。宗教や国の違いを超えて法王の心に

触れる機会を大切にして欲しいと思います。命ある者はすべて苦しみを望まず、永続する幸せを得たいと考えます。しかし祈るだけでは苦しみから離れる事はできません。苦しみには原因があり、その結果として現在が生じているからです。

私達は『無明』という原因から生じている苦しみ、悩み、それが正しい理解を妨げ、執着や怒り、憎しみや嫉妬などの煩惱に支配された未熟な心が、更に苦しみの連鎖を生み出しています。悩みが悩みを生じ、迷いが迷いを生み出し深みに入っていきます。

ダライ・ラマ法王は心の本質を正しくとらえ無知から解放されるためには「空」（色即是空の空です）空性を理解する智慧を育てる事が大事であると言います。それが「菩提心」と呼ばれる慈悲の心です。他を思いやり他者のために働く、これが「利他をなす」（Others before self）という事です。思いやりは想像力です。自分が話したこと行った事を相手がどう思うか、また他人の言動を見て相手が何を考えどう思っているかを想像する力を養って下さい。いじめや自殺を悲しむ声にも耳を傾け、その中に真実の姿を学ぶ必要があります。ただ祈るだけでなく自分で考える

ことです。知識は自分の心に変化をもたらします。

心の本質はニュートラルなもので、私達がどのように考えるかが問題なのです。大事な事は、偏見にとらわれない開かれた心と知性を持ち、実践していく事です、と法王は述べています。

人類は多くの可能性をもっています。そして善い事も悪い事もできるのです。また人類だけが生活様式を変える事ができます。他の動物にはできません。ですから私達は人間の能力と性質を理解し、正しい人間についての知識を得る事です。

21世紀に入り私達日本人、そしてヨーロッパ、アメリカのいわゆる先進国の人達は宗教を真摯に求め始めています。西洋や日本の得意とする工業技術などの物質文明、生活の豊かさだけでは人は完全に心の満足や幸せを手に入れる事はできないからです。

20世紀、近代科学がものすごいスピードで進み、今まで宗教の領域として見えない部分ですらドンドン解明されてきました。ところが世界の多くの宗教は今までどおりの旧態依然と教えを説き、科学の発達によって白日の下になった領域をそのままにしています。多くの既成宗教は単なる

経済のシステムとしてしか機能しなくなったようにも思えます。また科学の発達も心の豊かさを確実に削ぎ落としていってしまうと言っても過言ではありません。にもかかわらず私達はその事に気づかず科学を信頼し続けています。宗教は地球にどんな役割を果たしていくのか、私達人類は何を未来に残せるのでしょうか。仏教はこの課題に答えられるのか真剣に考えねばならぬ問題です。

ダライ・ラマ法王は人間存在を「死」という観点からまずとらえ、更にその存在の苦しみを強く認識することによってその事を「生きるバネ」にしていこうとする考えを持っています。ですからこのバネが強く働かないと、ともすれば厭世思想に陥ってしまいます。平安期の日本にもそうした思想が一世を風靡しました。

法王は仏教の指導者として世界を巡り多くの人がある考え方に共鳴をしています。生きる為のバネとしての役割を果たそうとするダライ・ラマ法王との出逢いを大切にしたいと思います。

生徒諸君は、ダライ・ラマ法王の提唱しているチベット仏教の慈悲の精神、平和、非暴力、地球規模で考える愛と思いやり、心の平安、普遍的責任について耳を傾け、理解

を深めて下さい。

21世紀を迎え、人類に課せられた諸問題、地球社会の平和、環境や貧困問題などについて、私達は今何をすべきか、自分は何ができるのかをしっかりと考えて欲しいと思います。豊かさを求めるあまり私達が見失ったものの大きさに気づき、心の軌道を修正すべき時がきています。心の変化は思考を変え、私達の行動を変えていくはずです。日常生活の中で、自分に向かって問い続けて下さい。「今、私がしていることは多くの人の役に立つのだろうか?」と。

(平成22年7月)

お盆に思うこと

7月10日は、学園にご縁のある物故者、亡くなられた方々のみ魂をこの祭壇にお迎えして、本学園理事長に導師をお務め頂き、諸君と共に御回向申し上げました。そして、たくさんの御花やお供え物を頂き、有難うございました。この品々は、世田谷区内・町田の施設に配られ、多くの方々から毎年、感謝されています。

仏教には、お盆という行事があります。夏の一時期、ご先祖様のみ魂を自宅にお迎えして、親戚・縁者が集まり、一時を過ごすという心暖まる行事です。

ご先祖のみ魂にお参りする時、たくさんの無限の命が自分の中に凝縮している事に気づきます。お盆が「命の集い」と呼ばれる所以です。そして、傍らで賑やかに遊んでいる子供や孫にその命の流れを見る事が出来ます。お盆は私達が、今は亡きご先祖の命と共に今、自分がここに在るのだという事を実感する一時なのです。

この宇宙には、約4千億もの太陽、星があると申します。それぞれの星が平均10個の惑星をひきつれているとすると、惑星の数は約4兆。その4兆の惑星の中にこの地球の

ように、ほどよい気温と豊かな水に恵まれた惑星はいくつあるでしょう。多分、いくつもありません。だからこの宇宙に地球のような水惑星があること自体が奇跡なのです。水惑星だからといって必ず、生命が発生するとは限りません。

ところが地球はある時、小さな生命が誕生しました。これも奇跡です。その小さな生命が数限りない試練を経て、人間にまで至ったのも奇跡です。そして、その人間の中にあなたがいるというのも奇跡です。こうして何億何兆もの奇跡が積み重なった結果、あなたも私も今、ここにこうしているのです。私達がいる、今、ただ生きている、というだけでも奇跡の中の奇跡なのです。だから、人間は奇跡そのものの、ですから人間は生きなければなりません。命のバトンに終わりはありません。みんなが生まれたその日に受け継いだバトンを握りしめて、命ある限り、走り続けるのです。途中でバトンを投げ出したい時もあります。でも、投げ出せません。バトンは命だからです。生きている事を私たちは、当たり前と置いてはいけません。人はたいがい、失って初めてものの価値に気づくのです。若さを失い、病に倒れて初めて、健康の素晴らしさを感じます。

だから、今生きている事に感謝しましょう。今の自分の境遇に感謝しましょう。失ってからでは遅すぎます。命あるうちに、今の自分に出来る事に向かって一歩を踏み出すことです。

心豊かに、生き生きと、元気一杯に一日一日を大切に生活して欲しいと思います。

これから暑さが厳しくなります。それぞれが健康に留意して、夏休みを有効に過ごして欲しいと思います。

(平成 22 年 7 月 夏休みを前にして)

4 種類の人間

暑い夏休みでしたが、全生徒が無事、学校行事を終えたこと、大変嬉しく思います。休み中、それぞれが当初の目的を達したことと思います。

君たちの目標達成を阻むものは何かを考えた時、それは怠慢の場合もあれば、失敗への恐怖の場合もあります。しかし、ほとんどの場合、目標達成の障害は、言い訳をすることです。

世の中には大きく分けて4種類の人間がいます。

1. 「それは無理だ」と考えるタイプ

チャンスが目の前にあるのに「できない理由」を考え行動しない人たち

2. 「すればよかった」と考えるタイプ

後になって「こうすればよかった」と悔やむばかりで、行動を起こさない人たち

3. 「そのうちする」と考えるタイプ

「機会があれば、やってみよう」と思っているだけで、結局何もしない人たち

4. 「してよかった」と考えるタイプ

言い訳を考えるヒマがあるくらいなら、すべきことをして次々と実行していく人たち

君たちは障害を乗り越える能力を持っています。自信を持って、今日から目的に向かって邁進して下さい。そして最後までやり遂げ、最高の自分になるよう努力して下さい。その時君たちは「してよかった」と満足するはずです。

猛暑がまだ数日続くようです、健康管理に十分配慮して頑張ってください。

(平成 22 年 9 月)

立ち居振る舞いは冷静に

本日は永平寺開山道元禅師、總持寺開山瑩山禅師、中国に禅を伝えた達磨大師の御命日の法要を行いました。プリントを参考に故人を偲び、先哲がどんな生き様をしたのかを学んで欲しいと思います。

さて、夏休み恒例のTV、高校生クイズNo.1では開成高校が日本一になりました。その最後のクイズ問題は、諸葛孔明が子を戒めた書簡の一節でした。

「静以て身を修め、儉以て徳を養う、淡泊に非ざれば以て志を明らかにするなく、寧静に非ずんば以て遠きをきわむるなし」

この文章を要約せよという問題でした。

簡単に言うと「立ち居振る舞いは冷静に」という事です。無我夢中でありながら、状況に振り回されてガサツになってはいけません。心の奥深い所で慎みの心、冷静さを失ってはならない。という事です。

孔子の弟子の曾子が著した「大学」は大人の学、つまり人に良い影響を及ぼす人物となる為の教えを記したものです。その冒頭、「大学の道は明德を明らかにするに在り。

民に親しむに在り。至善に止まるに在り」とあります。人間に生まれながらにして徳性が授けられている。素直な心でこの徳性を発揮することが大切という事。そして徳には見える徳と見えない徳があります。木の根は地中であって見えませんが、大きな役割を持っています。根っ子の働きがあるから幹や枝葉や花が表に現れます。人の目につかぬ所で大きな働きをしている徳、これを玄德といい、表に現れた徳を明德といいます。

人間は立派に成長していくためにはまず根を養うこと、基礎をしっかりと固めておくことです。私たちは物知りになる為に勉強しているではありません。本当の自分を作る為に学ぶのです。

学問は「その人の姿（相）となり運（勢）となる」という言葉があるように、人に良い影響を与える人物になる為に学問をするのであって、自分の利益になる学問であってはならないのです。そして人生はチャレンジです。自分の怠け心に挑戦して自分の目標とする方向に自分を高めて行く生き方をしなくてはなりません。

年齢を重ねるだけでなく、望みや夢を失う時、人は老いて行きます。年月はシワを増やします。そしてやる気を失

うと人は心がしぼんでしまう。16歳であろうと70歳であろうと同じです。夢がある限り若く、夢を失うと老い朽ちてしまう。

心の工夫と用心を常に持つことです。一生涯の創意工夫、修行する。これが達磨大師、道元、瑩山、両先哲の教えです。

「悟った」と思った時、成長は止まります。「出来た、やった」と思った所が出発点、一生涯を燃焼し続けること、生涯燃焼の生き方を学んで欲しいと思います。

来週はI期末のテストが始まります。明日以降には気候も涼しくなるそうです。気を緩めずしっかりと計画を立て勉強してください。

(平成22年 両祖忌・達磨忌)

今やるべき事は、今やる

いよいよ第Ⅱ期となります。学習計画をしっかりとて、勉強して下さい。

今週は、来年度入試の学校説明会が4回行われます。たくさんの方の来校されるお客様を迎えるわけですから、マナーを守り挨拶は丁寧に、また教室の整理整頓に心がけ失礼のないように節度ある行動をとるようにして下さい。

また、今月11日から中学3年生は、修学旅行が行われます。高校1年生は永平寺の一泊参禅と京都旅行あります。健康管理・交通事故などに十分気をつけて有意義な旅をしてきて欲しいと思います。

さらに、月末には獅子児祭(学園祭)があります。準備に万全を期して下さい。

さて人間の心は、外に取り出したり、目で見ることことはできません。しかし人は、一人ひとりが皆、その心を持っています。その心を持っているのに、自分一人だけであるように誤解して、自己中心的な発想をし、他人の心を知ろうとしないことがあります。

他人が悩んだり、苦労しているのをみると、解ったよう

な気になるのですが、本当は解っていないことが多いようです。

人は一人ひとりが違った心を持ち、色々な事を考えて生きています。本当の心の内は、はかり難いものです。他を思いやる心、少しでもその人の身になって知ろうとする、努力する姿勢が大事です。そして自分自身がまず、正しい心、正しく物事を見極めていく心がけが何より大切です。

道元禅師は『他は是れ吾にあらず、更にいずれの時をか待たん』と説いています。これは道元禅師が中国で修行中、炎天のもとで、杖をつきながら汗だくになって椎茸を干している老僧と出会いました。道元禅師は、その老僧に歩み寄って、「高齢のご老師がなさらずとも、誰か若い僧にやらせてはいかがですか」と声をかけました。しかし老僧は「他は是れ吾にあらず」（他人のしたことは、私のしたことにはならない）と厳しい言葉を返します。そこで道元はさらに、「その通りですけど、こんな暑さの厳しい時になさらなくてもよろしいのではないですか」と尋ねます。すると老僧は「更にいずれの時をか待たん」（今この時を逃して、またいずれの時を待つというのか）と答え、作務に専念されたといわれています。

この話は、他人ではなく自分、あとではなく、私達が生きている今が大事であることを教えてくれます。私達が今まで生きてきた過去は、当然変えられません。またこれからの未来もわかりません。変えられるのは、今、この時なのです。生徒諸君一人ひとりが、今この時を大切にしてほしいと切に願います。

(平成 22 年 10 月)

発心、遺伝子をスイッチ・オンする

418年前、江戸時代、現在も駒込に吉祥寺というお寺があります。その山門に旃檀林という額があがっています。旃檀林は当時の僧侶の教育機関であり本学園の前身でもあります。

曹洞宗は全国を4つの学区に分け、曹洞宗第一中学校、これが世田谷学園、第二が現在の東北福祉大学、第三が愛知学院大学、第四が多々良学園でした。そして第五番目、日本が台湾を統治していた頃、台北市に学校を作りました。現在も台北市には泰北高級中学校としてその伝統は受け継がれています。

さて、宇宙は常に同じ時間が流れていますが、人間一人ひとりにとっては一瞬たりとも同じ時間はありません。世の中では奇跡と言われる出来事が時々あります。奇跡とは大半の人がまさかと思う不可能と思うことが可能になることです。しかし遺伝子の研究をされている村上和雄先生によると、「私たち全ての人間が奇跡の人となる可能性を持って生まれてきている」とおっしゃいます。眠っている遺伝子をスイッチ・オンにすることができれば、つまり、「こ

うあって欲しい」と望むようなことは、ほぼ 100%可能であると言っています。ですから、まず発心すること、「願う」ことです。

科学的にみた可能性の限界など、全く意味がなく人間の想像を遥かに超えた情報が遺伝子には書き込まれているからです。人間の存在を遺伝子レベルでみれば、学校の成績が良かろうが悪かろうが、身体に強弱があろうが、99.5%位は誰でも同じで、能力差とは、遺伝子を眠らせているか、目覚めさせているかの差の違いだといいます。その違いは心の持ち方、やる気があるかどうか、本気かどうかです。また環境の変化や人との出会いによってスイッチがオンになる、そして、人は生まれ変わったように変化します。ですから、まず発心する・願うことなのです。

さあ、やるぞ！と心を奮い立たせるのが発心、やると心に決めたことを実行するのが決心。そしてその決心をやり続けるのが持続心です。発心・決心しても持続しない人、動き出したと思ったらすぐエンストを起こす車のような、欠陥車に私たちはなってはいけません。小さな努力をコツコツと久しく積み重ねること、これこそが自分を偉大な高みに押し上げていく唯一の道なのです。

私たちは70兆分の1の確率で選ばれて地球上に誕生し、約38億年の進化のドラマをDNAの中に持っています。どの科学者も哲学者もまた、スポーツマンも、多くの書物を読んでも共通して言えることは、マイナス思考からは何も生まれてこないということです。良い遺伝子を目覚めさせ、才能や能力を伸ばす条件として、全ての人が掲げている点は次の3つです。

第一に、物事に熱中する人

第二に、持続性のある人

第三に、常識に縛られない自由な発想と感覚を持つ人
どんな時でも明るく前向きに考え、時には思い切って今の環境を変える、また人と出会い、機会を大切にす、そして感動する感謝する、世の為人の為を考えて生きる、プラス思考で人生を考える人です。

今、自分は何ができるのかを考えベストを尽くすこと、不平不満を言う前に与えられた今の環境の中でベストを尽くしているかどうかを考えて下さい。一所懸命、本気で素直な心を持って頑張ってみる事です。実行することです。病気になったり、不幸な出来事に遭遇した時、何くそ！と頑張ることです。それがスイッチ・オンになるのです。

人間の目は不思議な目です。見ようという心がなかったら、見ているも見えない。人間の耳は不思議な耳です。聞こうという心がなかったら、聞いていても、聞こえない。頭もそうです。初めから、良い頭・悪い頭の区別があるのではない。「よしやるぞ」と心のスイッチが入ると、頭も素晴らしい働きをし始めます。心のスイッチが人間を素晴らしくも、つまらなくもするのです。孔子は「憤せざれば啓せず」と言いました。自分を立派に育てていくのは、自分です。自分の主人公は自分です。世界にただ一人の自分をどんな自分に仕上げていくのか、その責任は自分自身です。5年後、10年後の自分の姿を思い描いて、今、何をしなければいけないか、シッカリ考え、目標を高く、志を高くもって努力して欲しいと思います。

11月11日、大本山總持寺において、三心会のご父母の皆さん、約270名が参加して、サッカー日本代表の監督を務められた岡田武史監督の話を聞く会がありました。参加されたお父さんお母さんから話を聞いた人もいますが、岡田監督のチーム作り、人を育てることの難しさ、ワールドカップでご苦労なされた話、真剣勝負の厳しさ、レギュラーを外された選手のその後の姿勢、決断の厳しさ、

無心のゾーンの話、無心になった時のストライカーの話、スイッチ・オンをした時の脳幹への刺激の話、最強のチームワーク、PKを外した選手の心境、どん底からの出発、そして感動体験など、貴重なお話がいっぱいありました。更に、「豊かさのなかで、私たちは安きに流れがちです。しかし豊かさの中での生きる力とは何か？どのように生きるのか？平坦な道でなく、自分で山を作っていく。」という話は私たちにとって、大変参考になる生き方でした。

目標を高く、ハードルを高くして、チャレンジしていくこと、そしてまず自分ができることから集中して始める。一人ひとりがチームを背負っているのだという危機感を持つこと。自分の責任でリスクを背負うということ。これが大事なことです。そして今できることに集中する。心のスイッチが人間を変えていくのです。

岡田監督の講演DVDを是非君たちにもみて欲しいと思います。来週中にDVDができる予定です。全生徒諸君、先生方にも見て欲しいと思います。

21世紀になり、グローバルゼーションのもと、世界は大きく変化しています。このような変革の時代こそ、若者たちが鋭い知性と感性で新しい時代を切り開くチャンスが与

えられています。

先人たちが人間の能力の限界に挑戦してきたように、常にチャレンジして行って下さい。

(平成 22 年 11 月 創立記念式典でのお話から)

あとがき

平成 20 年 9 月、世田谷学園のホームページリニューアルを契機に、朝礼での校長先生のお話を、毎月掲載することにいたしました。学園内のようにすを少しでも保護者の方々に知っていただくことを目的としたものです。そこには生徒諸君に対する叱咤激励の言葉があり、仏教の難解な用語も分かりやすく説かれています。掲載のつどプリントアウトしていた方も多かったです。そこで退任を機に先生のご了解のもと、29 編をここに抜粋しました。世田谷学園の教育の在り方をご理解いただければ幸甚に存じます。

獅子児、たれ

2011年11月10日 発行

著 者 林 秀穎

発 行 世田谷学園中学校・高等学校

〒154-0005 東京都世田谷区三宿 1-16-31

電話 03-3411-8661

<http://www.setagayagakuen.ac.jp/>

E-mail: info@setagayagakuen.ac.jp

制 作 株式会社みくに出版

©2011 SETAGAYA GAKUEN SCHOOL

