

心の丈夫、大丈夫？

東京学生寮寮監（東京学生会OB） 辻井 篤生

「生きづらさ」や、「心の病」といった言葉が、世に現れ始めたのが、今から約三十年前の東京学生寮寮監に就任した、一九九〇年前後からのようだ。当学生寮でも、二〇〇〇年辺りからは、「不登校」や、「ひきこもり」など、精神的に不安を抱える人が、毎年一人はいるくらいに、身近に現れ始めた。そして、これは特に親御さんにある傾向だが、悩んでいる本人に対して、未だに「怠けている」とか、「精神が弱いから」と、本人のせいにしてしまう偏見がある。本人たちは、「学校に行きたくないから、行かない」のではなく、「行きたいけれども行けない」のだ。「みんなと一緒に活動したいんだけどできない」のが、本当なのである。つまりは、この問題は個人の資質を問うてみても、なかなか解決しない。いったん病んでしまい、またそれに周囲が気がつかなければ、益々回復に時間がかかる問題なのである。

今日では、様々な原因や改善への道が心理学や、教育、医療現場で取り組まれているが、私はその原因を一言で言えば、日本の古来からある「助け合い」や、「支え合い」の精神と、近代以降、西洋の「自由」や、「自立」といった、個人主義の思想とが根底のところ、しつくりきていないところにあるのではないかと。例えば、小さい頃は、「清く、正しく、美しく、人と仲良く」と、教えられて育つが、いつの頃からか競争のまっただ中に放り込まれ、失敗すると自己責任と見放される。表向きは、「仲良く」、裏では「負けてはならない」と、「建前」と「本音」が乖離して行く。今の子供たちは、非常に優しく、真面目な子が多い。だからその矛盾に耐えかね、内心の愈々のところで、他人が信用できなくなり、精神的に不安定になってしまっている、と考えている。

そこで最近では、寮の月例祭時の教話で話す資料として、最初に後掲の「金光大神の信心に基づく『自立的自由人』の道の道たる道」を解説した、要約プリントを手渡して、金光大神の信心に基づけば、自由・自立の思想と助け合い、支え合いの精神は矛盾しないことを理解して頂き、そして、それには数年間の寮生活の間に、必ず「神様のものさし」を、是非持つて卒業して頂きたいと願い、年に数回の教話では、必ずこの解説文のどこかを詳しく取り上げてお話をさせて頂いている。

金光大神の信心に基づく
「自立的自由人」の道の道たる道

御取次を頂き 神様のみ心のままに 神様の願いに生き
すべてを神様に すべてに神様を現し

神様のものさしをもって

「お蔭さま」「お互いさま」「お先にどうぞ」
の三つの「お」の精神で

自分の思い通りではなく 本然のいのちが承服する
万事にご都合お繰り合わせを頂く 願い通りのおかけが展開する道である

「自立的自由人」

自立 自分は、一人で生きられないと悟るところに、真の自立がある。

「独りでないから一人になれる」自立⇄依存は、
反対概念ではない。自立×孤立

自由 わが身はわが自由にならない、と悟るところに、真の自由がある。

「自由は、自由のみ拘束される」自由⇄不自由は反対概念ではない。自由×放縦、強制

自由とは、「したいことをするのではなく、すべきことをすること」。

日本人↓「したいことができないうこと」、「しなければならぬことをさせられる」
ことを不自由と思っている。

自立的自由人 「したいこととするべきことが一致している」。

「will・can・must」⇩「自分がしたいこと・できること・しなければならないこと」

「自由・自立」の反対概念⇩「抑圧」、「差別」、「排除」、「束縛」、「妥協」、「逃避」、「放棄」

「神様のものさしと人間のものさし」

人間のものさし⇩目盛りがある⇩見える世界 ⇩有用価値（二分法、二者択一）

神様のものさし⇩目盛りがない⇩見えない世界⇩存在価値（あるがまま）

「人間のものさし」は、目盛りがある。ゆえにそこに、「長・短」、「大・小」、「上・下」、「優・劣」など価値が生まれる。すると、その価値を比べて悩み、不平、不満、愚痴、不足、妬み、そねみの心を持ってしまい、役に立たないものは差別したり、排除してしまう。

「神様のものさし」は、目盛りがない。測りようがない。だから測れない。つまり、比べないこと。神様のものさしで計るといふことは、比べずに全ての存在を大切にすること。だからこそ測らない。目盛りがないから比べようがない。

「見えない世界を知らない現代の不幸」

もちろん、人間のものさしも必要で、これがないと世界は成り立たない。しかし、この世界は目に見える世界ばかりではなくて、目に見えない世界でも成り立っている。特に、現代社会は目に見えるところだけを見て、人間のものさしで計り、計算し、すべて自分でコントロールできると過信したところに、様々な歪みが生じている。そして、見える世界の価値を比べることから、あらゆる不幸が始まり、ことに現代人の悩みの全てが、人間関係にあると言われ、あらゆる不幸は人と比べることから始まっている。

「神様のものさし」 Ⅱ 比べることではしか得られない相対の幸せではなくて、絶対安心の幸せが得られる魔法のものさし。

「神様のものさしを持つ方法↓見方を変える」

- 一、 思い込み、固定観念を解くために常識を疑う。目に見えない世界は疑うのに、目に見える世界は疑わない。これは逆。目に見える世界を疑い、目に見えない世界は疑わない。
- 二、 視点をずらす。時間、場所、空間。
- 三、 複眼的に見る。逆も真なり。

「お蔭さま」

ものごと「それ常識じゃん、それ当たり前」と思うところに、感謝の心は出てこない。実は、当たり前前にあることは、当たり前前にあるものではない。気仙沼でのボランティアで、ある被災者の方が、「地震前の暮らしは、夢のような生活でした」と仰った。その当時、ボランティアに行っていた寮生たちは、東京にいる自分たちは、「夢のような生活をしているんだ」と、当たり前前が当たり前前ではない、と実感した。私たちは、失ってはじめてものの大切さ、事柄の大事さを知るが、失う前に当たり前前はないと思い、「お蔭さま」のところで感謝していく。

「お互いさま」

今の若者たちは、まじめで誠実な人が多い。完璧主義で、何でも一〇〇%を目指す。ただ、それが他者の期待に応えよう、認めてもらおうとするあまり、いつの間にか他者の人生を生き失っている。そして、期待に応えられなくなると落ち込み、心を壊す。所詮、人間は弱い存在で、一〇〇%は無理。だからこそ、足りないところを足し合い、「お互いさま」と助け合うことが必要。お互いさまと思えば、自分に完璧など求めないし、相手にも求めない。人も一〇〇%信頼してはいけない。九八%信頼して、二%は相手が間違った時の許しのためにとっておく。人間は、不完全なもの、それなのに一〇〇%信頼するから許せなくなる。一〇〇%信

頼した関係は、かえって壊れやすい。

「お先にどうぞ」

エレベーターの前で、「お先にどうぞ」と言うのは難しくない。しかし、「タイタニック号、最後の救命艇、最後のシート」を前にして、「お先にどうぞ」と言うのは、それほど簡単ではない。現実になった時に、どうするかはわからない。この問いは、それを問うているのではなく、生き方の問題。もし、それまでの人生、悔いのない、やり残したくない生き方をしていれば、「お先にどうぞ」と言えるはず。つまり、その時、その瞬間を丁寧に生きているかどうか。

よく「なぜ勉強するのか？」との質問に、「いい大学に合格する、いい会社に就職するため」、「将来、立派な大人になって、幸せになるために」と言う。しかし、これでは高校や大学の勉強は、単なる準備期間、手段となってしまう、その価値を失う。ここでも、将来と今を比べてしまっている。人間にとって、どんな世代も、どの瞬間も、その後の人生のためにはなくてはならない。今月今日に価値がある。この究極の「お先にどうぞ」を意識していれば、普段の生活で少々後れをとつても、「お先にどうぞ」と言いやすく、人と比べて悩むこともなくなる。

「本然のいのちが承服する」

天地万物一切が、その本分を尽くし、その生を全うし、思い残すことのない世界を求める。自分のために他を利用するものでもなく、他のために自分を犠牲にするのでもなく、自他もろともに、天地人生の全体が生甲斐を感じて、幸福であり得るような世界。

「自分の思い通りではなく、願い通りのおかげ」

自分の思い通りにならないこと。「苦惱」、「難儀」⇩神様からのメッセージ⇨御神願⇩自分を成長させてくれる材料 試練 必然的偶然 そこに必ず意味がある。

今、どんな境遇にあうとも、どんな人生にも意味があり、あなたを必要としている誰かがおり、「願い」がある。それを、あなたに発見されるよう待っている。あなたも、そのためにできることがある。どんなに苦況にあつても投げ出す必要はない。「思い通り以上のおかげ」が頂ける道。

基本の道理 「当たり前のことが、当たり前前ではない」

お道の信心 「当たり前のことに、ありがとうと言えるようになる」と同時に、逆に

「当たり前前でないこと（差別や人権侵害等）は、当たり前前にしていく」実践。