

合掌

体の軸を作る。心の軸を作る。心の軸が体を支え、体の軸が心を支える。

NHK大河ドラマで「平清盛」が始まりました。初回の視聴率が「フースト何位かになるほど、芳しくなかった」そうです。〇〇県知事が、映像が美しくなかったということを行ったとか、また、それに対して批判が殺到したとか、早速、ある意味話題になっている「平清盛」です。歴史上では、平氏はあまり好意的には描かれることはないように思います。判官鼻鼠という言葉があるように、平氏も源氏も、なんとなく悪役のイメージがあります。作品によるでしょうが。

さてその大河ドラマの1話から、今回の法話です。

第一話で、清盛を我が子として迎えた平忠盛が、幼少の清盛と一緒に初めて小舟に乗った時のことです。舟で立とうとする清盛が、舟が揺れるせいで倒れてしまいます。ところが、一緒に乗っていた漁師の息子は、すくっと立ちあがって、櫓を漕いでいた父親に代わって、舟を漕ぎ始めます。忠盛は、清盛になぜ上手く立てないのか聞くと、清盛が、漁師の息子の方が自分より年長だからだと言って言い訳するのをいさめた場面の言葉です。

「繰り返し、繰り返し、舟に乗って、揺るがぬ足腰を鍛え上げた。つまり体の軸が出来たのだ。舟に乗り魚を獲ることは、漁師として生まれた〇〇(漁師の子)にとって、心の軸だ。己にとって生きるとは如何なることか。それを見つけた時、心の軸が出来る。心の軸が体を支える。体の軸が、心を支えるのだ。」(NHK大河ドラマ「平清盛」第1話より)

忠盛もなかなかいいことを言います(脚本家ですね)。繰り返し、繰り返し、やるべきことをやる。ただひたすらにやる。そうすることで、“体の軸”ができる。まだ、自分が何のためにそうしているのかわからないかも知れない。しかし、繰り返し努力していくことで、確実にその力が身に付く。それが、体の軸ができるということです。そして、そういう努力をしていると、なぜそういうことをしているのかという、自分の生き方、在り方に気づきます。自分の生き方に気づくと、“心の軸”ができます。心の軸ができると、自分の生き方が明確になりますので、やるべきことをさらに、目的を持って行うことが出来る。すると、さらに、体の軸は強くなる。心の軸と体の軸の相乗効果が生まれ、さらに、人としての生き方、在り方は強くなっていくということではないでしょうか。

これは、少林寺拳法の修行法に通じます。私たちが少林寺拳法を始めた理由はさまざまです。「強くなりたい。」「演武がかっこよかった。」「知り合いに誘われた。」等。動機はどうあれ、入門すると、繰り返し、繰り返しの修練を行います。初めは上手いかなかったことが少しずつ出来るようになる。すると、自信を持てるようになってきます。同時に、法話や学科を行う中で、何の為に修行しているのか、人が生きるとはどういうことなのか、といったことを考えるようになってきます。そんな中で、“気づく”のです。自分は、何の為に生きているのか。何の為にどう生きなければならないのかということに。それに気づくことが出来れば、少林寺拳法の修行が、単に道場の中だけで行われるのではなく、自分の生活、自分の関わる様々な諸関係の中で成されているというが分かるはずですよ。

私は、17歳の時、強くなりたくて少林寺拳法を始めました。空手でもプロレスでも良かった。しかし、縁あって、少林寺拳法と出会い、繰り返し、繰り返し、修練を重ね、今、自分の生き方の大部分を占めるものとなっています。少林寺拳法の教えが私の“心の軸”であり、少林寺拳法の技法が私の“体の軸”となっています。そして、体の軸が心を支え、心の軸は体を支えています。この心と体の相乗効果は、私の人生を本当に豊かなものにしてくれていると実感しています。

「己にとって、生きるとは如何なることか。」そのことに“気づいた”とき、心の軸ができます。そのヒントが少林寺拳法の教えにあるのではないのでしょうか。

少林寺拳法教範、副読本。試験の時にしか、なかなか開かないかも知れませんが、それでも結構。ぜひ、機会あるごとに紐解き、開祖の教えに触れてみてください。深い哲学が貫かれています。その哲学に触れ、何かしら気づくことがあれば、自分の周りの様々な事象、出来事から気づくことも変わってきます。見方が変わります。そして、自分の行動が変わります。行動が変われば、周りの人からの見方が変わります。周りの人からの見方が変われば、人生が変わります。

結手