

「正」とは、「一」度「止」まって自分を見つめる…。

合掌

今回は「正す」ということについて考えてみたい。

「姿勢を正す」「礼儀を正す」等、「正す」という言い方をします。「整える」「まっすぐにする」という意味です。これは、少林寺拳法の「道場での心得」で最初に学ぶ「却下照顧」に通じるものだと思います。「却下照顧」は、足元を照らすという意味で、常に自分の在り方を確認しようということです。具体的な行動として、脱いだ履物を揃えようということですが、常に履物を揃えることを意識することで、自分の在り方も振り返る習慣をつけるといえます。

「正す」の「正」の漢字。本来の意味は違うのですが、私はこれを「一」と「止」の組み合わせとして考えました。「一時停止」です。つまり、「一」時、立ち「止」まって、考えることです。今の自分は正しい在り方をしているか、間違っていないかということ、立ち止まって考えてみることで、これこそ「正す」ということの意味だと。人は、日常の生活の中で、仕事や勉強など、諸々の事情に追い立てられるように、日々生活をしています。そんな慌ただしい生活の中で、なかなか、今の自分の在り方はどうかなど、改めて考えることはありません。ただただ走り続ける生活では、「自分」を見失いがちです。自らを「正す」とは、「一」度立ち「止」まって、自分の在り方を見直すということだと言えます。

では、「自分」とは何か。これも漢字で考えてみると、「自」ら「分」かり、「自」らを「分」けると読むことができます。つまり、己を知り（「分」かり）、または、諸々の事象について「分」かり、「自」らの生き方を選んで（「分」けて）いくということです。世の中のことを知り、己のことを知り、自らの生き方、在り方を決めていくということです。よく言われる、「自分をしっかり持ちなさい」というのは、そういうことです。これは、少林寺拳法の「自己確立」につながります。

人は、ただただ歩き続ける、走り続けることだけが生きることではありません。時には立ち止まってじっくり考えてみることも大切なのです。

今日、1月17日は、「阪神淡路大震災」のあった日です。今日この日をこうして思い出すことで、災害に備えるという教訓にしたり、被災者同士の助け合いや、多くのボランティア、募金などの温かい支援があったという人としての温かみに勇気をもったりします。今日だけではありません。暦には、様々な記念日や「～の日」というのがあります。これらは、その日ふと立ち止まって、そのことについて考えてみてほしいという日なのですね。これも「正す」ということです。

日本人の生活スタイルである、靴を脱ぐということ。1日の中で、何度もあるこの行いの度に、自己の在り方を振り返ること、これが、日々自分が正しく生きているかを自らに問う良い機会になっているのです。「人として正しく生きているか」と問われたときに、いつでも胸を張って、「はい。正しく生きています。」と言える自分でいたいと思います。

私の好きな人に「一休宗純」というお坊さんがいます。とんち小僧で有名な「一休さん」です。彼の名前「一休」というのも、実はそういうことを表していたのではないかと思います。一休みして、自分の在り方を振り返って考えてみませんかというメッセージが込められているような気がするのです。

人が人生において立ち止まるとき、それはえてして挫折感を味わっている時が多い。しかし、そうした挫折が、自己を見直す機会を与えてくれたのです。じっくりと自分の人生について考える時間をくれたのです。有難いことですね。人生そうやって生きていく方が、くよくよと悩んでいるより、よっぽど楽しいと思いません。

結手