

やわらかなまっすぐ

藤川 幸之助

自分らしく

「自分」に「らしく」がつくのだから、きみはきみの心をしっかりと見つめる。きみにできることを全て書き出す。胸が高鳴ることを指折り数える。そして、その「自分」をひたすら歩く。歩きながら、きみは自問を忘れない。本当に自分で選び、決めた道か？誰かのつけた矢印の上をたどってはいないか？誰かの後をぞろぞろとついていてはいないか？自分の歩く道に臆^{おく}してはいないか？と。失敗や成功がどれほどのものか。きみには無限^{とわ}通りの自由がある。きみは、そこを悠々^{ゆうゆう}と堂々と歩く。見つけた「自分」が違っていたら、悩んでいないで、また「自分」を見つけて歩き出す。それが、きみが自分らしく生きるということだ。

今を生きる

過去のいやな思い出や出来事、過去の自分や過去に出会った誰かに心を乱されるときが、きみにはあった。過去は、心の中にスーッと入ってき、ときには心の中でどたばたと暴^{あば}れ、ときには心の中に居座^{うざ}ったりした。そして、きみはきみ自身をいやになったり、誰かを恨^{うら}んだり、自分の運のなさに自暴^{じぼう}自棄^{じき}になった。しかし、きみはそんな過去を捨てようと探すけれども、過去はもうどこにもなかった。この世のどこを探しても見つからなかったのだ。日々、きみは生まれ変わっている。昨日^{きのう}のきみはもうきみではない。今のきみだけが、きみといえる人間だ。今を生きよう。今をわき目もふらず全力で生きよう。きみはそう誓ったんだ。

心の痛みを味わう

きみのその悲しそうな顔を見ると、きみの心の痛みをそのまま私は代わって感じてやりたいと思う。しかし、そのきみの心の痛みはきみのものだ。きみはその痛みをしっかりと味わう。そして、その痛みを忘れない。その痛みを通して、きみと同じ人間である他人^{ひと}もまた、きみと同じように痛み傷ついているときがあることを知る。きみは、その痛みを人思いやるやさしさに変えていく。きみの思いやる心は、きみのまわりに幸せを作っていく。だから、私がそれを奪うことはできない。それは、きみから幸せを奪うに等しい行為だからだ。心の痛みをじっくり味わう。雨上がりのさわやかで新しい青空を、きみは知っているのだ。

キャッチボール

野球の基本はキャッチボールだそうだ。キャッチボールでは、ボールを相手を取りやすい胸の高さに投げる。このことは相手のことを思いやること。だから、それが野球の基本なんだと。ボールを投げるそのとき、きみは相手のことを思いやる。きみの目・手・足・体の傾き、きみの動きの全て、きみの全部が相手のためにだけに捧げられる。相手のことを思いやること。そして、やさしさをその人の心の高さに投げてあげること。これは人生の基本にもなりえる。この基本がしっかりしていれば、人生のどんなことだって乗り越えられる。そんなきみの周りには、多くの人が集まり、きみを助けてくれる。きみの人生が幸せになっていく。

藤川幸之助『やわらかなまっすぐ』（PHP研究所）より

<http://homepage2.nifty.com/kokoro-index/>