



社員教育へのご活用は
こちらから



第4週

慈悲心と利己心は 自分の心の両面

中国の『尚書』には「人心しやうしよこれ危あやうく、道心どうしんこれ微かすかなり」とあります。人心つまり人間の心は大部分を利己心が占め、道心すなわち道徳心は、非常にかすかなものであるから、利己心を克服して道徳心を大いに発達させなければ、私たちの人生の末路は危ういというのです。

ここでいう道徳心とは、温かく、柔らかな、すべてのものを慈しみ育む心の中で、仏教の言葉では「慈悲心」ともいえるでしょう。また利己心とは、自分中心の利己的な心です。

つまり、私たちの心には常に両面の働きがあるわけです。意識しないでいると自分中心の心が働きやすいことをよく理解して「慈悲心」を引き出すようにしたいものです。



MEMO

メモ

季節の植物 蓮 (ハス)

第3週

パートナーは 自分のためにいる？

テニスでダブルスのペアを組むとき、「私がパートナーのためにこう動いてあげたんだから、パートナーも私を補うために、こう動いてくれなくては困る」などということ意識したら、必ずといってよいほど、そのペアの球筋たますじは乱れてしまうから不思議です。パートナーの動きを見て、それを補うように動いてプレーするのは常に“私自身”の問題であって、パートナーが、どんな考えを持っていても、どのように動こうとしても、関係のないことです。

つまり、テニスに限らず、夫婦や同僚等のパートナーといるときや誰かとペアを組むときは、相手のために自分がいるのだという考え方をすることが大切なではないでしょうか。



MEMO

メモ

第2週

関心のある ものが見える

心というのは、自分中心に働きやすい傾向を持っています。

ですから、私たちの心には、自分の関心があることに意識が注がれる、つまり、「関心のあるものが、目に飛び込んできて見える」という傾向があります。

このように、自分中心の心が働いたり、自分の関心事に心が向いたりする傾向は、意図することなく出てきてしまいます。それを初めから悪いと決めつけて無理に心から排除しようとするのではなく、自分中心の傾向があるものだと、まずは認めてみると良いのではないのでしょうか。そうすると気が楽になり、心にゆとりが生まれ、別の視点からも物事を見よう、考えてみようという考えが生まれてくるものです。



MEMO

メモ

第1週

相手の思いを 大切に感謝する

明治から大正にかけて活躍した画家・富岡鉄斎とみおかてつさいの仕事部屋は、孫や知人などから贈られた土産物や贈り物で一杯だったそうです。人の思いを大切にしたい鉄斎は、たとえ高価なものでもなくても捨てずにいつまでもとっておいたからです。人間を尊重することは当然ですが、物品もまた、大自然の一部であり、多くの人々の勤労の結果であることを思えば、粗末に扱ってよいはずがありません。

ところが、私たちは、他人から物品を頂いても、感謝の気持ちよりも、その物品の価値を踏みをする勘定高い心の働きが先走ることがあります。物品の価値を踏みをするよりも、まず相手の思いを大切に、その善意に対して感謝の気持ちを持つことが大切ではないのでしょうか。



MEMO

メモ

Illustration by Kyoko Kishi