



平成28年2月26日  
佛教大学附属幼稚園

こころが待っています

園長 藤堂俊英

今年度も最後の月を迎えます。この一年も子どもたちからたくさんの元気や活力をもらうことができました。「しろがね（銀）も くがね（金）もたま（玉）も なにせむに まされるたから（宝）こ（子）にし（及）かめやも」とは、『萬葉集』にでる山上憶良の歌として知られています。この「子らを思ふ歌」には、「釋迦如来、金口（こんく）にまさしく説きたまわく。等しく衆生を思うこと、羅睺羅（らごら）のごとしのたまえり。また説きたまわく。愛は子に過ぎたるということなしのたまえり。至極の大聖すら尚し子を愛（うつく）しぶる心あり。いはんや世間の蒼生（あをひとくさ）の、誰か子を愛（うつく）しびずあらめや」という序が置かれています。仏典に明るかった憶良は、お釈迦さまの輝くようなお説法の中にも、ご自分の一子である羅睺羅（ラーフラ）を思うように、すべての人々のことを平等に思うとか、愛するものに向けられる思いは子にまさるものはないとおっしゃっておられる。悟りをひらかれた偉大な聖者ですら子をいつくしむ心をもっておられる。どうして世間の人々がわが子を愛さないということがあろうか」というのです。銀にも金にもまさる子という宝から元気を活力をもらえないはずはありませんね。

次にあげるのは黒田勲子（くろだいきこ）さんの「こころが・・・ウッフ“って」（『いのちのみちを』より）という詩です。

きょう 何回 笑いましたか こころに ごはん あげていますか  
笑うことは こころの ごはん ちょっと たのしい ちょっと うれしい  
こころが よろこんでいます  
きょう 何分 ボーッとしましたか こころに 日曜 あげてますか  
ボーッとすることは こころの 日曜タイム  
ちょっと お休み ちょっと のんびり こころが ホット しています  
からだだけ ごはん 食べないで からだだけ 日曜に しないで  
こころが まっています ごはんを こころが まっています 日曜を  
自分流に こころ 元気で いようよ・・・ね !  
いちばん 大切な 私だから・・・ね ね!

からだがいきいきと動くためには食べ物が必要です。休息の時間も必要です。そのように、こころをいきいきと動かすためにも、食べものが、休息時間が必要です。毎朝、笑みを添えてする「おはよう」のあいさつ。毎夕、お互いに交わす「じゃ、またね」という明日につなげるひと言。お互いのこころを通わす声もこころのごはんです。気をつければ、こころのごはんの素材は身近なところにあります。買い物に行ったついで、ポストに手紙を入れに行ったついでのボーッとする道草や散歩、耳から染み入るお気に入りの音楽、その人の人生の味わい方かも知れない趣味（英語でも「趣味」は「味わう」を意味する 'taste' です）の時間。そんなところにもこころの日曜はあります。大切な宝ものであるお子さんのためにも、勿論ご自分のためにも、こころにごはんを、日曜を忘れないようにして下さい。お子さんにとってもお家の人大切な宝ものなのですから。