

—教育と人生を学ぶ— ①



NPO法人くだけけ会代表
和田重良

1948年小田原市生まれ
くだけけ生活舎での共同生活
(人生科や農作業)をとおして、
青少年や家庭の生活にさまざまな
メッセージを送っている。

「魔法の薬」ってありますか？

持っている力を全部使うと

知らず知らずに……

老人になったからと言って、自分でできることも
やらずにいるとどんどん衰えていってしまいます。
97歳のほくの母はつい最近まで自分で掃除洗濯、
庭仕事などなんでもしていました。さすがに今はで
きることも少しずつ減ってきましたが、つい先日
も着替えを手伝おうとしたら「これくらいは自分で



南足柄あんしん講座

きるわよ」と叱られてしまいました。
知らず知らずに、できることもやらなくなつてし
まうのは体のためにもよくないことです。
これは最近では、老人の話ではありません。子ど
もや若い大人の人のためにも言わなければならな
いのです。知らず知らずに、自分でできることもや
らずに済ませている人達がたくさんできてしまつた
のですから。

力も頭も半分も使っていない

実は人間は普段、うんと頑張っている人でも力も
頭も全能力の半分も使っていないようなのです。力
いっぱいやってまだまだ余力があるようにコントロー
ルの仕組みができています。万一、全部出し
切ってしまうとエネルギー切れになって疲れ切つて
死んでしまうので、どんなに頑張っても能力には余
力があるようにできているようです。

それなのに、なお、できることもやらないとい
う心の働きは一体どこに原因があるのでしょうか。なん
でこういうふうになんか少しも楽しもうと思つてしま
うのでしょうか。

人間の生活の方向がどうやら「なるべく力い
いやらないで済むようにしたい」と願つて来たので
しょうね。で、それが行き過ぎてしまつて、力い
っぱいどころか何もしたくないと願う人まででき
てしまったのです。「結果を簡単に得ようとする」
こともすっかり身につけてしまいました。

「出し惜しみ」しないといい

世の中が便利になつて仕事も生活もすっかり分業

化しているのではほとんどの場面で「はじめから終
りまで全部自分でする」ということがなくなつてし
まい、なんとなく出し惜しみして生きてしまいま
す。それでなくても人間の心の半分は「積極的に生き
よう」とし、もう半分は「出し惜しみしよう」とし
ているのですから、できるだけ「出し惜しみをしな
いように」してみるのがいいのです。

そっちの方がしあわせなのです。
知らず知らずのうちに簡単に済ませようとするの
で、人任せになつてもいくし、人に頼る気も起きて
きます。

「自分が不幸なのは人がちゃんとやってくれないか
らだ」と言つて歳だけとつて行つてしまつている人
もたくさんいます。本当は自分の力はまだまだ出せ
るのです。出し惜しみさえしなければもつともつと
やれるのです。

全力を出し切れることはむづかしいけれど、そっち
へ向かつて、やれることを惜しみなくやれるのです。

質のいい満足

頭の中だけで、体を動かさずに満足しようとして
も、とても質のいい満足は得られません。理屈だけ

で味わえるものはとてもハンパなものなのです。
さらにもつと空想の世界だけで生きているのがパ

ソコゲーム……これだけで生活している人が質の
いい満足をしているというのは見たことがありませ
ん。それどころか年中イライラしているのです。

音楽をCDで聴いていても満足はできませんが、生
演奏で好きな曲を聴けた時の満足度はものすごく高
く深いのです。

そこで、ほくは毎日の生活の中で、簡単に質のい
い満足に至るよい入り口はないだろうかと思つてい
たのですが、ふとしたことからものすごくよいもの
に気がつきました。

「両手をつかう」ということです。

意欲のない子に「シツカリしろ」「やる気を出せ」
と言うより、「両手を使つてみよう」と言つたほう
が効果的だったのです。

片手で食べる、片手でモノを渡す、片手で済ませ
片手はポケットの中、片手でネジ回して、片手で
切つて、片手で遊ぶ。片手で書いて、片手で取る。

「両手で生きる」(拙著)というテーマを本にして、
しばらくはどこに行つても「両手を使おう」と講演
し、今でもこれは大事に実践しています。

持っている力をフル活用する入り口が「両手を使
う」ということです。

今日からあなたも、生活の一つ一つを意識して
「両手」でやってみて下さい。きつと満足が違つて
くるし、少しだけ「出し惜しみ」も減つてくると思
います。

4月のキーワード

〈三つの鍵〉

- ・ケチな根性はいけない
- ・イヤなことはさけないで
- ・ヨイことはする

いのちの満ちに

出会うために

子どもたちには

「両手を使おう」と

伝えたい

