

## 他人からどう思われているのか、 気になって仕方ありません。

の言い出せずにいたのです。どうしようかと考えていたその時、思いがけず「ブツ」とお尻から音が漏れてしまったのです。教室は一気にざわつきました。私は「しまった！」と心の中で声を上げ、思わず顔を手で覆いました。みんなが私の方を向いていました。私にとって顔から火が出るほど、とても恥ずかしい出来事でした。帰宅してもそのことが頭から離れません。お風呂に入っている時も、そのことばかり考えていました。「本当に恥ずかしい、大失敗をしてしまった」と、とてもつらい気

持ちになりました。1週間が経ち、塾の日がやってきました。みんなと顔を合わせるのも嫌だと思いながら、うつむいて教室に入り、席に着きました。周りから何を言われるかと下を向きドキドキして座っていると、「誰でもあることやん、気にするなよ」と友人がポンと肩をたたいて声を掛けてくれたのです。とても驚きました。「周りからどんなふうに使われているんだろうか」「こんな失敗をしたら誰からも相手にされないのではないか」そんな私の心を察して彼は言葉を掛けてくれたのだと思います。もう塾に通

レッツ!  
真宗!

# 連研



中川 大城おおき  
(連研中央講師)

# 12の問い

16

今回は問い4です。ここでは「他人からどう思われているのか、気になって仕方ありません。」と生活の中で感じる身近なテーマが設定されています。みなさんはどんなことを思い起こされますか。この問いに向き合った時、私は昔に通っていた塾での出来事を思い出しました。

小学校の5年生の頃だったと思います。塾の生徒は7人ほどだったでしょうか。先生の話をみんな静かに聞いていました。しばらくして私はお腹が痛くなり、手を挙げてトイレに行こうと思いましたが、あまりにみんなが集中して授業を聞いている

他人からどう思われているのか、  
気になって仕方ありません。

うのはやめようとさえ思いましたが、彼は私のつらい気持ちを察して心の痛みにちゃんと寄り添ってくれたのです。

**本当に恥ずべきことは**

普段の生活のさまざまな場面で他人の目が気になることは、誰しも経験することではないでしょう。か。「そんなことは気にしない」と言い張って、強く振る舞うことができばと思えますが、なかなかできません。とくに権威的で強い人や、はっきり意見を言える人に、人は影響されがちです。多数の相手に対して自分が少数の側ならばなお

さらです。そんな場面で少数の意見は汲み取られることは少ないように思います。

またサブテーマには「『自分らしく』生きたいと思っただけに『生きたい』という言葉は、自分にはなく他人に使うと、時に相手を深く傷つけることに心をつけていきたいのです。『女らしくない』とか、『男のくせに』など、『こうあるべきだ』とか『みんなそうしている』ということを相手に押し付けて縛ってゆくことは、いのちそのものを傷つける問題として目を向けなければなりません。ハラスメント

や、仲間外れ、いじめなどの問題も、この問い4を通して考えてみたいと思います。これは問い8の差別の問題へも繋がっていきます。

塾での出来事でつらい気持ちになっている時、友人に声を掛けてもらって本当にうれしかったです。彼は「恥ずかしい」と自己嫌悪に陥っている私に「気にするなよ」と声をかけ、「誰でもあることやん」と恥じることではないと伝えてくれました。そして今思えば、彼はその行動を通して、本当に「恥ずかしい」とは何かと気付かせてくれたのだと思うのです。相手のつらさ

や心の痛みを知ってなお無関心でいること、これが人として本当に「恥ずかしい」ことであると私に教えてくれたのだと思います。

**仏さまの目**

『蓮如上人御一代記聞書』の中に「同行同侶の目をはちて冥慮をおそれず。ただ冥見をおそろしく存すべきことなり」（註釈版聖典1274頁）と記されています。蓮如上人は「自分の周囲の同行の

目を恥じてばかりで、目には見えない仏さまの心を恐れないのは愚かなことです。何よりも仏がすべてお見通しになっていることを、恐れ多く思わなければなりません」とおっしゃいました。お見通しであることは、隠し通すことのできない厳しさ、見ておられるという安心の両面で味わえます。塾での出来事を通して、つらく苦しい立場に立っている人に心を向けていくことができるか、「私の問い」としてしっかりと考えていきたいと思えます。

「いつも他人からどう思われているか気になる」その思いは否

定されるものではありません。また克服しようと考えても難しいのかもしれない。しかしそこで終わってしまうのではなく、仏さまとのつながりを考えるきっかけにされてはどうでしょう。私たちの心は常に揺れ動いています。だからこそ仏さまはいつも見えてくださいます。また尊いみ教えに遇いながら、それに沿うような言動や振る舞いが出てくるかどうか、そのことも仏さまはお見通しです。だからこそ、何を大切に、何を恥ずべきなのか、それをみ教えを通して繰り返し考えていくことが肝要だと思います。