

# 杉の子

奥多摩町立氷川小学校  
学校便り 5月号  
令和4年 4月29日発行

## 脚下照顧

校長 松井 良

朝校舎内を回っていると、3年生と4年生の教室から同じ詩を元気よく音読する声が聞こえてきました。

はきものをそろえると 心もそろろう  
心がそろとう はきものもそろろう  
ぬぐとくに そろえておくと  
はくとくに 心がみだれない

だれかが みだしておいたら  
だまって そろえておいてあげよう  
そうすればきっと  
世界中の人の 心も そろうでしょう

長野県円福寺の住職だった、藤本幸邦氏が禅の教えである「脚下照顧」を分かりやすく表現した詩です。「脚下照顧」とは、

自分の足元をよくよく見よという意 他に向かつて悟りを追求せず、まず自分の本性をよく見つめよという戒めの語 転じて他に向かつて理屈を言う前に、まず自分の足元を見て自分のことをよく反省すべきこと また、足元に気を付けよの意で、身近なことに気を付けるべきこと ▽「脚下」は足元の意 転じて、本来の自分、自分自身「照顧」は反省し、よく考える また、よくよく見るの意

と三省堂新明解四字熟語辞典には記されています。

幼い頃、母親から友達の家に行くときは、「おじゃまします。」という挨拶と、玄関で靴を揃えることを必ず守るよう厳しく躰けられていたと思い出しました。当時はそれを何気なくしていましたので、靴を揃えることの大切さについて考えたことはありませんでしたし、自分の履物を揃えること以上に求められたこともありませんでした。それでも、公共施設のトイレなどでスリッパやサンダルなど、履物が散らかしてある様子を見ると、自然に揃えていたのを覚えています。

「高級な靴を履けとは言わないが、いつも靴はきれいに磨いておきなさい。」これは前職の営業で外回りをしている頃に先輩から教えられたことです。顧客はその人が信用のおける人物なのか隅々まで見ていて、足元にまで気を遣える人に信頼を向けるものだったということでした。

手のすぐに届く範囲のところを、「手元」と言いその対義語として「足元」を揃えるならば、なかなか手の届かないところとなります。手の届きにくい、気を遣うことが難しいところにも気を向けるというのは、心に余裕がないとできません。「揃える」という文字は手偏に前と書きます。「揃える」という動作が、手を前に出して行うことに由来するそうです。手の届きにくいところにも敢えて手を前に出して、意識的に揃えることが大事なのだと教えてくれているようです。

詩の最後の行にあるように、履物を揃えることから始めて、戦乱やコロナ禍に苦しむ世界中の人々の心が揃うことを、祈らずにはられません。