

「私にとっての平和とは」

少林寺拳法では拳や技などを鍛える以外にも精神を鍛えることができないたくさんの教えがあります。その中でも世界の平和のために私が最も大切だと考える教えがあります。それは「自他共楽」と「自己確立」です。

「自他共楽」とはそれぞれの人がお互いに助け合って自分の幸せと同じくらい他人の幸せを考えて行動することであり、「自己確立」とは肉体・精神が共に健全で頼りになる自分

をつくるという意味があります。平和とは戦争や暴力で社会が乱れていない状態のことをいいますが、世界全体に目を向けたときに戦争や紛争が起こっている国々がたくさんあります。日本だけで見ても紛争などは起こっており、一見平和に見えますが、社会的弱者という言葉があるように皆が幸せに生きていくわけではありません。これらの報道やニュースを見るたびに、悲しくなり胸が締め付けられる思いがします。

考え方や物事の捉え方は人それぞれ異なり
必ずしも同じにはなりません。同じではない
からこそ、世界各地で争いごとは起きるので
す。平和な世の中をつくっていくためにはそ
ういったことを野放しにしているは何も変わ
るはずはありません。恒久平和な世の中を
をつくっていくことは、容易なことではなく
現在の社会の状況を鑑みても難しいことだと
思います。けれども私たち少林寺拳法を修行
する拳士が同じ教えや目的を共有し共に行動
すれば少しずつでも改善できることがあるの
ではないかと思えます。そしてそうするため
には私が冒頭で述べた二つの教えが重要にな
ると思えます。私たち現代社会を生きる一人
一人がお互いに助け合い、他人の考え方や文
化を認めるといったことを積み重ねていくこ
とでやがて社会全体の平和につながると思い
ます。人はどうしても自分だけが良ければそ
れでいい、といった自己中心的考えに至り
やすいですが、常に相手や他の人の気持ちを

考えて行動することが大切です。ただ、相手の気持ちを考えて行動するとはいつてもお互いの考えが対立すればうまくいくはずはありません。そこで目の前の意見の相違に対して自分が面倒だと思っっていることも相手のために行動してあげる、これが「自他共楽」だと思えます。相手のために行動したそのとき、人は損をした気持ちになるかもしれませんが多くの人々がそれを実践できれば社会は平和になると思います。このように他人を尊重し平和な世の中を実現するために行動できる自分をつくることが「自己確立」です。これらの教えや考えを普段の生活から意識していくことが平和な社会を実現する第一歩となるのです。

私にとっての平和とは、少林寺拳法を修行する拳士が率先して「自他共楽」と「自己確立」を実践できるようになることです。そういう「た人で世の中が一杯になれば社会全体が笑顔と優しさに包まれると思います。」