

「腹」の教育

2019.05 後藤 忠

国語辞典を見ていると「腹」のつくことばがたくさんあることに気付く。胆力とか度量といった意味合いが濃く、単に「心」とは違う意味をもつようだ。

たとえば、

「腹が立つ」「腹が決まる」「腹が煮える」「腹が太い」「腹に落ちる」「腹を据える」「腹をくくる」「腹を切る」など、人間の決断・覚悟・意志・態度といった意味で使われているようだ。

ちなみに、同じ身体の部位である「胸」のつくことばを見てみると、

「胸が痛む」「胸が熱くなる」「胸がすく」「胸を打つ」「胸に迫る」「胸躍らせる」など、これらからは情緒的な趣きが匂ってくる。

ついでに、「頭」について調べてみると、（「頭」のつくことばには多様な意味があり、ひとくくりにはできないのだが、あえて同一の意味のものを拾い上げると）

「頭が固い」「頭が切れる」「頭が古い」「頭に来る」「頭を抱える」「頭を冷やす」「頭をひねる」など、知・理・論・思・考といった、まさに前頭葉がつかさどる内容が意味として漂ってくる。

日本語には、まことに当を得た趣きがあり、特に身体の部位を用いたことばは人間の特性を突によくとらえていて感心させられる。

かつて、私はまさに「腹」を決め、「腹」をくくらなければならない日々を連日のように味わったことがある。こうした日が毎日続くと神経が参ってしまい、いわ

ゆるストレスによる心身耗弱で、うつ状態になってしまった。

一口に「うつ」というが、実際それは耐え難い息苦しさを伴い、生きることから逃げ出したい衝動に何度も襲われた。

きっと「頭」だけで、「困難が人生の課題として自分の前に現れた以上、避けては通れない。避けて通ったら人間としての誇りを捨てることになる」と考え、自分を追い詰めていたからだろうと思う。

そんな折、心配した教え子の勧めで、この「腹」の教育を知った。

「胸」に豊かな感性、「頭」に冷静な思考力・判断力、そして「腹」にみなぎる胆力（実践力）、そんな力が備わったら何て素晴らしいだろうと思ったものだ。（実際、そう簡単に身に付くことではないが…）

そのとき教わった「腹」の鍛え方、その心がけについて少し紹介する。

- 「現状に甘えるな、現状から逃げるな」
- 「愚痴をこぼすな、言い訳をするな」
- 「いつも目標を明確にしておけ」
- 「他人の幸福に役立つ喜びをもて」
- 「自己訓練を習慣化せよ」
- 「失敗は成功の素と受け止めよ」
- 「今、ここに全力投球せよ」
- 「何事も信じて行動せよ」
- 「時間を大事にせよ」
- 「できない理由を先に考えるな、できる方法を考えよ」
- 「可能性を信じ、挑戦し続けよ」