

## サロンでの気づき

サロンを訪問し、気づかせていただいたこと、お聞かせいただいたことなどをお伝えしたいと思います。何かお役に立てれば嬉しいです。

10月も下旬に入り、日が暮れるのがめっきり早くなりました。一日が短く感じて、少しさびしい気分です。

9月の第3日・月に比婆山にハイキングに行ってきました。

天候にも恵まれ、山頂から穏やかな中国山地を眺め、爽やかな風を受けながら素敵な時間を過ごしてきました。



帰りの日の昼食に庄原のカレー屋さんによりました。紹介していただいた店だけあって、とっても美味でした。冷凍にしたお持ち帰りのパックがあると聞いて、一緒に行った多くの方がお土産にと、買っておられましたが、すぐに売り切れになってしまい、買うことが出来ず残念そうにしていた方がいました。それを見て、「私のをあげるよ」と言って譲っておられる方がいました。とても美味しかったカレーなので譲った方もお土産に持って帰りたいと思います。自分がそこまで欲しくないものは譲ってあげることは誰にでもできますが、自分が欲しいものは人に譲ることは中々できないと思います。ちょっとしたことかもしれませんが、その人の優しさ、温かさを感じ、とても温かい気持ちになりました。



カレー屋工房  
庄原市板橋町

さて、この一カ月、ヘッドスパ・パーマの勉強会などで、5人のスタッフの方にシャンプーをしていただく機会がありました。どのシャンプーも気持ち良かったのですが、70代の先生にさせていただいた、トリートメントの付け方、ヘッドマッサージの仕方、リズムカルな動き、力の入れ具合などプロのテクニックってこうなんだと感動しました。最近、多くのサロン様でヘッドスパのメニューを展開しておりますが、料金に見合った価値が出せているか、甘く見てはいけないと痛感いたしました。

ある一人経営の繁盛店のサロンオーナー様から聞いた話ですが、ある程度美容経験のある方が面接にこられたのですが、「シャンプー位ならできます」と言われたのでお断りしたそうです。その先生は、「私は、仕事の中でシャンプーが一番大切にしています。いつまでも初心を忘れず、心を込めてシャンプーして行きたい」と熱く語っておられました。

「大好きな人が来店されたら、どうしますか。」  
いつもこの気持ちを忘れず取り組んで行きましょう。

内面、心の話ができましたので、世界一のエステシャン、今野華都子さんの話をご紹介します。今野さんは一主婦から、45歳のときにエステの世界に飛び込み、世界一のエステシャンの称号を得て、現在はタラサ志摩ホテル&リゾートの社長業のかたわら、ライフワークとして全国で洗顔洗心教室を開催され、大人気で、去年は300回近く行われています。

今野さんは、洗い方を変えると、身体の外側、つまり皮膚の部分、細胞が毎日代謝しているのです。おおよそ三カ月位したら勝手にきれいになってくるそうですが、いくら表面的に「きれい」になっても、心をきれいにし、心が満たされていないと「きれい」になれないと言われます。

そこで、今野さんは内面の「きれい」な自分に育てるために3つの小さな習慣を教えておられます。

仕事を頼まれた時は笑顔で「ハイ」と受け入れてやってみる。教えてくれる人の話をうなづきながら聞く。

「笑顔」  
「肯定的なハイ」  
「相手の話にうなづく」



という3つの習慣を身につけるだけで、「きれい」を手に入れることができ、自分の周りがどんどん変わっていくのが実感できると言われます。

また、今野さんは、笑顔は最高の化粧品で、笑顔はお金もかからないし、やろうと思えば誰でもできると、ただ、本当にいい笑顔は、心がきれいじゃないと出ないと言われます。

今野さんは、「顔は日常の心持ちを表していると言われます。自分がどんな人になりたいという、その生き方は語られるけど、それを雰囲気として伝えるのはなかなか難しいことです。けれども、誰もが共通して「この人、すてきだよ」「あんな子がいいよ」と思うのは、表現の仕方は違っても、結局、元気があるとか明るいということ、そして、その一番は笑顔の習慣が身につけているということだと思っております。、だから、自分をどんなふう育てていくのかを自覚して、毎日、自分自身をしつておくことが大事です。笑顔の印象でいるというのは、そういう自分自身のしつけのひとつなのです。」と言われます。

一日一日を積み重ねて、さわやかな雰囲気をかもしだせる自分を育てていきましょう。

(※裏面に続きます)

今月は、101歳の天寿を全うするまで  
仏の道を説き続けた禅の名僧、  
松原泰道氏のお話をご紹介します。

「忍とは認なり」

松原泰道（「南無の会」元会長）

山本のぶさんという盲目のマッサージ師がいた。  
私とは戦争前からのつき合いがあった。

私の寺から500メートルほど離れた所に住んでいたが、  
空襲で家を焼かれて、寺へ避難してきた。  
手に持っていたのは、過去帳と杖、茶碗だけである。

当時、寺には30人ほどの罹災者がいたが、警報が鳴ると、  
みんないっせいに逃げ出して、寺を守る者もいなくなった。  
その中で、山本さんだけは本堂に残ってお経をよんでいた。

戦争が終わってからも、私は山本さんと呼んで、  
マッサージをしてもらっていたが、  
彼女が家の前の路地に電灯をつけた、という話を聞いた。  
家といっても、もちろんバラックである。

当時は金だけですまず、  
米かあるいは何がしかのプラスアルファをつけないと、  
電灯工事などしてくれなかった。

ずいぶんなムリをしたんだな、と思っていたところ、  
さらに訊いてみると、電灯がついたのは家の前だけで、  
家の中にはついていないのだという。  
あと1メートルも延ばせば、家の中も明るくなるというのに。

私は思わず「なんてバカなことをしたんだ」  
とってしまった。  
しかし、彼女の答えを聞いて、  
バカなのは自分であったと悟らされたのである。

彼女は盲目である。  
したがって、家の中に電灯は必要ないわけだ。  
どこだって必要がない。杖が1本あればたりる。  
しかし、彼女の家の前の路地は、  
バス道りへの近道になっていて、大勢の人が通るという。  
雨が降ると、ぬかるみになってみんなが難儀をするのである。  
。

電灯が1つでもあれば、  
それが少しは救いになるだろう、と彼女は考えた。  
自分にはまったく必要ない。  
しかし、他人に必要なことだから、実行したのであった。

この話を聞いた時、私はいきなり  
心臓を突かれたような思いがしたものである。

\* \*

彼女は、5歳のときに失明した。  
その原因は私にはわからないが、  
親からの遺伝なのだそうである。  
だから、まったく彼女には責任がないのだ。  
しかし、彼女自身が責任を負わなくて、  
ほかの誰が負ってくれるのか。

本当の責任感というものは、  
負わなくてもよい責任を、自分が負わなくては  
どうにも解決しない所で負うことをいう、と私は考える。

彼女もそう考え人をうらむことをせず、  
逆に多くの人を幸福になることを念じたのである。

仏教でいう「忍」の人生をつらぬいた人であった。

忍を普通われわれは歯をくいしばり、  
たえしのぶことだと解釈している。  
しかし、仏教ではそのような消極的な解釈はしない。

仏教でいう「忍」とは  
「言」べんをつけた「認」ということである。

山本のぶさんの例でいうと、  
当時の医学ではもうどうしようもない失明であった。

いつか目のあく可能性でもあれば、  
歯をくいしばって、たえしのぶこともできるかもしれないが、  
どうしようもなければあきらめるしかない。

だが、もうダメだと思え、とは仏教ではいわない。  
もうどうしようもない状態であることを、  
ここで確「認」しようというのである。

わかりやすい話が、  
われわれが道路を歩いている時に、信号があったとする。  
たまたまそれが青信号であれば、さっさと渡ればよい。

赤信号なら、青に変わるまで待つであろう。  
人生における「認」とは、このように道程の途中途中で、  
信号が青なのか赤なのかを確認することである。

以上

良い時も悪い時も逃げ出さず、精一杯、元気で頑張って行きましょう。