



40

「花」

「松本翔太郎のはなまるとーく！」というポッドキャスト番組をやっている。毎週、気になつたニュースを取り上げて、そこで素敵だと思った人に「はなまる」をお贈りする、そんな『誰かを勝手にほめる』番組だ。

このコンセプトは、あれこれひねつてつくりつたものではなく、自然と浮かんできた。

誰かのいいところを探すことは、結局のところ自分の心をやわらかくしてくれる。そんな経験を、これまで何度もしてきただからだ。

僕はある時期から、心無い言葉に悩むことが増えた。どう受け取ればいいのか、今でも正解はわからない。全く気にしないでいられる日もあれば、心身のバランス次第で、理不尽な言葉をまともに受けとつてしまい、気持ちが揺れたり、ネガティブに傾いたりすることもある。「こんな自分の自分じゃない」と踏ん張つてみても、弱い自分もまた自分だという事実が、静かにのしかかってくる。

それでも、誰かの良い行いにふれていると、少しづつ気持ちが前へと戻つてくるのを感じる。だからこの番組は、素敵な誰かにスポットを当てる場所であると同時に、僕自身が“よい心”を保つための習慣の一部にもなっている。

こうした姿勢は、昔から語られてきた「他者を大切にす

る」という教えにも通じている気がする。人と向き合つことの本質、その根っこは、きっと昔も今も変わらない。

誰かのいいところを探すことは、ときに「いい人キャンペーン」と見られるかもしれない。それでも、その姿勢が自分の心を守り、また前へと向かわせてくれる。だから僕は、できるかぎりこれからも「はなまるとーく！」を続けていきたいと思っている。