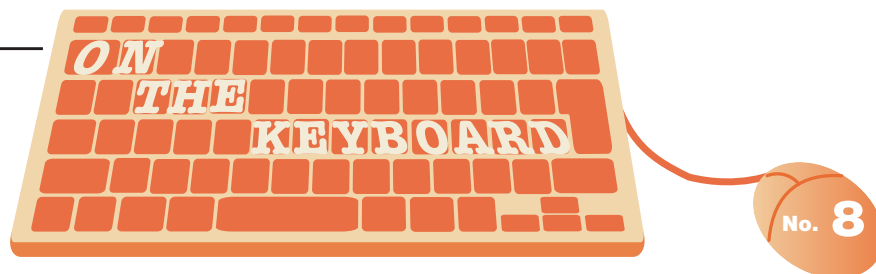
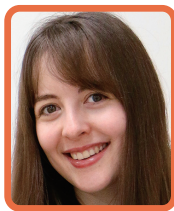


By Maya Jones



マヤ・ジョーンズ

1994年、英国・イングランド南東に位置するハンプシャー州生まれ。父親が英国人、母親がコロンビア人という家庭で育ち、幼少期から外国語と異文化に興味を抱く。2021年、ロンドン大学卒。専攻は日本語。在学中に来日し、1年間、東京外国語大学で学んだ。英国で開催された大学生対象の日本語スピーチコンテストで優勝するなど、卓越した日本語力を生かし、22年9月から東京都大田区の「おおた国際交流センター (Minto Ota)」で国際交流員として多文化共生を促進する仕事に従事している。趣味は絵画、写真、旅行、音楽・美術鑑賞など多岐にわたる。

## Put it down by the stream — a Buddhist tale about letting go

I have always been one to **ruminate on** the past.

When I would **confide in** my late father about things that were **weighing on my mind**, he would often advise me to put my worries “down by the stream.” This may sound like **peculiar** advice, but actually, he was **referring to** a Buddhist **parable** with a **profound** message that he himself **lived by**. The tale goes **as follows**.

Two monks were walking together alongside a stream. After a while, they came across a

woman who wanted to cross to the other side, but she could not do so **on her own** due to the strength of the current.

She asked the monks for help, and although they had **taken a vow** forbidding them from touching women, one of the monks picked her up, carried her across the stream and put her down on the other side. His companion was shocked by what he had witnessed, but he did not say anything **at the time**.

The two monks continued on their journey, and after several

hours had passed, the monk who had previously remained silent could no longer **contain** his frustration.

“How could you touch a woman despite our sacred vow?” he asked.

The other monk simply replied: “I put her down by the stream. Why are you still carrying her?”

This story highlights the importance of letting go and living in the moment. We can't change the past, so instead of **dwelling on** it, why not focus on creating a better future?

**let(ting) go**  
(見出しから)手放すこと

**ruminate on**  
~について思いを巡らせる

**confide in**  
(信用して)~に秘密を打ち明ける

**weigh(ing)...mind**  
私の心に重くのしかかっていた

**peculiar**  
奇妙な、一風変わった

**refer(ring) to**  
~に言及していた

**parable**  
寓話、例え話

**profound**  
深い、核心を突く

**live(d) by**  
~を人生の指針とした

**as follows**  
次のように

**on her (one's) own**  
自力で、自分で

**take(n) a vow**  
誓った

**at the time**  
その時は

**contain**  
~を抑える

**dwel(ling) on**  
~について思い悩む



音声は本文と一部異なる場合があります。

対訳

### 小川のほとりに置いていく 「手放す」ことについての仏教の寓話

昔から、過去を思い返してはよくよと悩んでしまっていました。

心に重くのしかかっているあれこれを、今は亡き父に打ち明けると、悩みを「小川のほとりに置いて」という助言をよくくれました。変わった助言に聞こえるかもしれませんが、実は父が言及していたのは仏教の寓話(ぐうわ)で、その深いメッセージは父自身が人生の指針にしていたものなのです。物語は次のようなものです。

2人の僧侶が小川に沿って歩いていました。しばらくして、彼らは向こう岸に渡りたいと思っている女性に遭遇します。しかし流れが強く、彼女一人では渡れません。

彼女は僧たちに助けを求めました。彼らは女性に触れることを禁じる誓いをたてていましたが、僧の一人は彼女を抱え上げ、小川を渡って向こう岸に降りました。その光景に彼の連れは衝撃を受けましたが、その場では何も言いませんでした。

2人の僧が旅を続けて数時間が過ぎ、さきほど沈黙していた僧侶はモヤモヤした気持ちこれをこれ以上抑えられなくなっていました。

「神聖な誓いに反してどうして女性に触ったんですか？」と彼は尋ねました。

もう一人の僧はあっさり答えました。「私は彼女を小川のほとりに置いてきました。なぜあなたは、まだ彼女のことを抱えているのでしょうか？」

この話は、手放すこと、今を生きることの大切さを伝えています。過去を変えることはできません。ですから、それについて思い悩むのではなく、より良い未来を作り上げていくことに力を注ぎましょう。

(訳 田端節子)