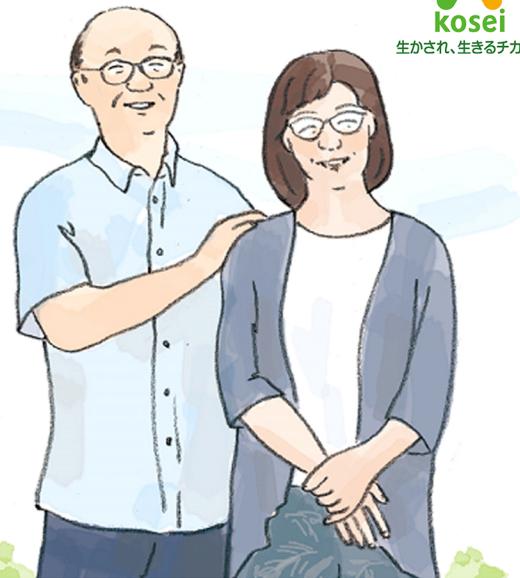


相手と向き合う大切さ。

豊島教会 佐々木庸江さん

佐々木庸江さんは長年、夫の借金癖と浮気で苦しみ、夫婦関係は冷え切った状態が続いていた。ある日、仏教を学ぶ集まりのなかで、「あなたにとっての幸せは何?」と問われた。幼い頃に両親が離婚し、家族の団らんを知らずに育った佐々木さんは、「家族が笑顔で暮らすこと」と答えた。自分がいかに幸せな家庭を望んでいるかに気づき、まず自らが変わることを決意した。翌日から、夫に対し「名前を呼んであいさつをする」実践を始めた。最初はぎこちなかったが、数ヶ月が過ぎた頃には、夫との心の距離が近づいている感じがした。夫は家にいても孤独を感じていたから、飲み歩き、浮気に走ってその寂しさを紛らわせていたのではないか。自分は夫と向き合っていないかった、と思い至ったとき、わだかまりが霧散していった。「今度は私が夫に幸せを届ける番です」——佐々木さんは、新たな一歩を踏みだした。



ていねいに暮らす

「若葉さすころはいづこの山見ても何の木見ても麗しきかな」（橘曙覧）

いまの季節をうつす明るい歌ですが、このように四季の彩りや変化に目を向けることが、平凡な暮らしのなかにある幸せをかみしめることにもつながって、いまこのときを愛おしく思い、大切にする心を育てます。

ただ、それでもまだ漠然と「ていねいに暮らそう」と考えるだけでは、今までの生活習慣に流されがちな私たちです。その場その場の所作や行動を、おのずからていねいなものにするにはどうすればいいのでしょうか。法華経の「妙音菩薩品」には、妙音菩薩が数多くの三昧を得たことが示されています。その三昧の根底には、どれにも菩薩の願いがあります。「縁のある人だけではなく、縁のない人まで救おう」「松明が周囲を照らすように、智慧の光で人びとを明るく照らそう」と精神を集中する、そういう三昧を得たというのです。つまり、近くにいるだれかの役に立ちたい、遠い国のだれかを喜ばせたいといった願いがあれば、たとえば洗顔一つにも心をこめるような、ていねいな生き方をせずにはいられなくなるということでしょう。

何を見ても「麗しきかな」と受けとれる情感とともに、いつも幸福感あふれる日々がそこにあります。

立正佼成会