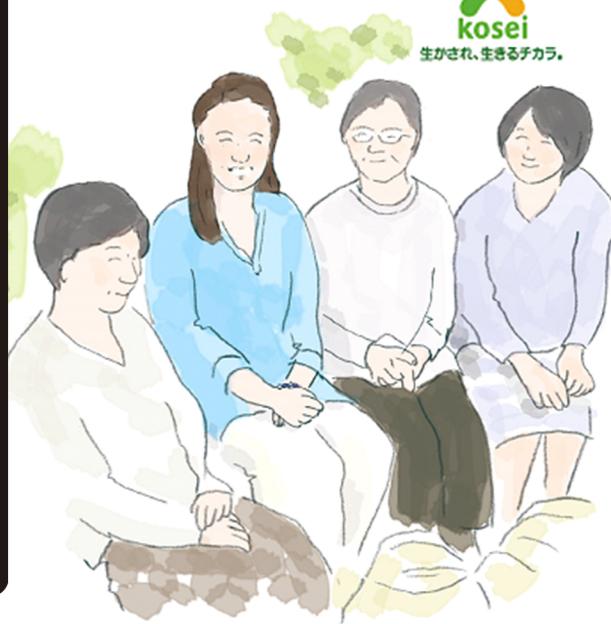


夫をとおして学んだ、 ほんとうの幸せ

横浜教会 大島佑季子さん

大島さんは、平成11年に結婚、幸せな日々を送っていた。ところが、結婚して7年が経った頃、夫の女性問題が発覚。さらに、数百万円の借金があることを知り、天国から地獄へ突き落とされた。裏切られた悔しさと悲しみを、仏教とともに学ぶ仲間に相談すると、「原因はあなたにあるのでは」と意外なことをいわれた。指摘されて自分の態度を振り返れば、仕事熱心な夫に対して、朝の出勤を布団のなかで見送り、帰宅を待たずに床につく生活。それからは、自分が変わるために、どんなことでも受け入れ、謙虚な気持ちで夫と向き合うことを心に誓った。現在、大島さん夫婦は、お互いに向き合ってあいさつを交わすことが日課になったそうだ。「このときがいちばん幸せ」と大島さんは笑みを浮かべる。



ひとたび怒りに火がついたとき、その怒りの猛火をいかにして鎮めるのか。怒りを覚える現象をどう受けとめれば、損得勘定やプライドへのとらわれから生じる怒りから離れられ、自他の身心を傷つけずにするのか――。

易經に「山澤損」という教えがあります。だれしも、ふつう「損をする」のはいやなものですが、ここでいう「損」は、へりくだるとか差しだすという意味で、人を思いやつて譲讓ることに満足を覚えることをさします。「山澤」とは、山裾を刻む沢のことです。沢は、それが深ければ深いほど、山容を高く美しく見せます。同じように、自分が損をするように思えることも怒りや欲をおさえて受け入れ身を削つて人の役に立つならば、結果としてその人の「徳」が高まると教えるものです。すなわち、そういう「損」は、めぐりめぐつて自分に喜びや心の安定をもたらすのです。同じ損得勘定で動くなら、目を血走らせて欲得に走るよりも、人に譲る気持ちで損を引き受けるほうが、身心両面においてよほど健康的で、つまりは「得」だということです。

以前、人との争いにおいて「負けることができる」のが、平和を願う宗教の智慧だと述べたことがあります。自他ともにおだやかに生きる智慧として、ときには「損をする」ことも、怒りに冒されない一つの心の備えといえそうです。

心も体も傷つける「怒り」

