

自分を見つめ自信をもって生きる

富士宮教会 佐野琴美さん

2021年のこと、母がマイホームを持ちたいと迫ってきた。言い出したら人の意見を聞かない性格で、還暦を過ぎた母のかわりに住宅ローンを背負うのは自分しかなく、将来を考えると不安で心がかき乱された。そんなとき仏教を共に学ぶ仲間からのアドバイスで、仏教の經典の二十一日間の読誦を実践した。その經典には、過去の行いや心のありようを仏の教えに照らして振り返り、内省して、さらなる向上を目指す懺悔の功德が説かれている。一日一日と続けていくうちに自分の真意、母との関係が見えてくる。そして、表面的な言動に惑わされることなく心を整え、母の気持ちに寄り添えるようになった。その後、難しいと思っていた母名義での融資に手を上げてくれる金融機関が現れ、母は念願のマイホームを手に入れた。佐野さんは、「ここからがスタート。心と心がつながった親子関係を築いていきたい」と、うれしそうに語る。



いつでも元氣——病も辛苦も善知識

法華經ほけきょうの一節に「提婆達多だいばだつたが善知識ぜんしちしき」とあります。提婆達多だいばだつたは釈尊しゃくそんの弟子であり身内であるにもかかわらず、釈尊を殺害しようとした人物です。釈尊はその人を「善知識」だといふのです。また、「病はこれ真の善知識なり」といつたのは、京都・禅林寺の永観律師えいがんりっしです。「病弱な自分を救ってくれたのは、真理に気づききっかけとなった病氣そのものだった」という感謝の思いがここに現れてきます。

災難も病も、それに遭あえば嘆なげきたくなるのがふつうです。しかし、それらをこの世のことわりとして受け入れ、善知識ととらえれば、辛苦に打ちひしがれるどころか、心静かに、たくましく前へと進む智慧ちえに目覚めるということですが、以前、私たちは本質的に元氣な存在だとお話ししましたが、こうして見てくると、もともと健康で元氣な身心しんしんを変えられ、ときに不調があつても、それを生きる力に変えていく能力を私たちはいただいているのです。

ある方は「全力をだしきつて行動し、ぐっすり眠ること」が健康の秘訣ひけつといっていますが、それは自分のなすべきことに精いっぱいとりくむと、もちまへの「生のエネルギー」がはたらくというところでしよう。そのうえで、私たちにとつてさらに大切なのは、欲や怒りを越えて、和やかな心をもって日々、精進しやうじんをつづけることです。

※今号をもって広告掲載を終了します。ご愛読いただき、ありがとうございました。

