

■ 住職戯言



病、不自信の処に在り

病、不自信の処に在り

「病、不自信の処に在り」

皆さんは、「自分とはいったい何だろう」という問いかけを自分自身にしたことはありませんか。

私達の世界は、常に変化しています。

いつもの人々いつもの物に囲まれ、いつもの価値観のもとに生きてはいけなことが起きるのです。

そういう時には、変化した世界を受け入れ、一步を踏み出すきっかけが必要です。

私達臨濟宗の宗祖臨濟禪師のお言葉をまとめた「臨濟録」にそういうきっかけになるお言葉があります。

「病、不自信の処に在り」。

病とは、自分を自分の拠り所として信じていないということです。

拠り所としての自分とは、何でしょう。

世界の変化の中でも変わらず私を支えてくれるものです。

身体は、年齢、環境と共に変わります。心すら感覚や考え方、人格や知識などの表面は変わってしまいます。

変わらないのは、もっと奥深い処の自分の心です。心の根っこと言ってもいいかもしれません。

詩人の星野富弘さんは、詩を読むことと身体を動かすことが好きでした。

だから、中学校の体育の先生になりました。

先生になった年にクラブ活動の指導中、事故で首から下の運動機能を失ってしまったのです。

入院中星野さんは絶望を味わいました。

「24年間に経験したすべてが、この先に無限に続くかのような絶望へとつながっていたのかと思うと、救いがたい悲しみとなって私をズタズタに刺した。

私は母の胎内から出た時のように素っ裸になってしまった。

何一つ持ち合わせていなかった。」

自分は、何も持っていないことを知ってしまったのです。

星野さんには、眠れない夜がくるのが恐怖でした。

ある時、暗誦している詩がいくつかあるのを思い出しました。

そして、その暗誦が、自らの内から出てくる唯一の力となったのです。

覚えている限りの詩を片っぱしから、心の中で何回も飽きることなくくり返しました。すると、いつの間にか穏やかな眠りにつくことができたのです。

星野さんの詩をご紹介します。

はなきりん

動ける人が

動かないでいるのには

忍耐が必要だ

私のように動けない者が

動かないでいるのに

忍耐など必要だろうか

そう気づいた時

私の体をギリギリに縛りつけていた

「忍耐」という棘のはえた縄が

“フツ”と解けたような気がした

忍耐とは、動きたいのに動けないことを耐えることです。

動けないというありのままの自分を受け入れれば、もう耐えることはないのです。

自分が動けないという世界を受け入れられるのです。

何ものでもない何も持っていない自分の心は、世界が変わり自分の身体や心の表面が変わっても変わりません。自分の心の根っこなのです。

その自分の心の根っこを、星野さんは自分自身の拠り所として新たな人生に一步をふみだしたのです。

臨濟禪師の「病、不自信の処に在り」というお言葉は、生き方に迷い、自分がわからなくなったとき、一步を踏み出すきっかけとなるお言葉なのです。

自分の拠り所を自分の心の根っこ以外に求めてはいけません。

自分自身の生まれたままそのままの心、それは何ものでもない何ものをも持っていない心です。それを受け入れて、自分の拠り所と信じなさい。

そうすれば、常に変化している世界をも受け入れて、新たな一步を踏み出すことができます。