

伍 職 考(ひとりごと)

「車に一番大事な物はなんだと思う？」と、以前に先生から尋ねられました。
「エンジン、タイヤ、ハンドル、アクセル…etc」生徒たちは皆それぞれに答えました。いったい、なんだと思いますか？
その時の先生の答えは「バックミラー」でした。なるほど、バックミラーがないと事故が起こるからなのでしょう。
昨今あおり運転が取り沙汰されています。言うまでもなく煽る方に問題がありますが、煽られる方にも煽られる原因があるのかもしれない…。バックミラーをきちんと確認しながらの運転を心がけたいものですね。

ところで、朝起きてから鏡を見ない人はめったにいないと思います。鏡で自分の顔を見て、今日はシャキッとした顔だとか、むくんでいるとか、疲れた顔をしているな、などと鏡を見てその日の体調を確認しますよね。

また、服を着て身だしなみを整えたり、お化粧したり髪型を整える時にも鏡が必要です。

鏡に映った姿を見て外見は整えることができますが、心はどうやって見ればいいのか…。

心だって毎日同じ状態ではないはず。昨日は晴れやかで楽しい気分だったのに、今日はなんだか元気が出ないな。イライラしているな。そわそわして落ち着かないな。心が浮ついているとか、いろんな時があります。

そんな時に、なんで元気がないんだろう？どうしてイライラしているんだろう？なんで落ち着かないんだろう？と心を見つめてみるのがたいせつです。

心の状態を知る方法として、坐禅や瞑想、マインドフルネスなどいろいろありますが、お仏壇の前に座って、遺影を眺めているだけでも心を見つめることができます。

私の場合は本堂で、ご本尊(阿弥陀如来さん)の顔をじーっと眺めていたりします。阿弥陀如来さんの顔は、微笑んでいるように見えてそうでもなく、目をつむっているように見えても実は開いていて、なんとも微妙な表情で作られているんです。それなのに、笑っているように見える時もあれば、何か物を言いたげな表情に見える時もあり、また叱っているような表情に見える時もあります。

もちろん、仏像の表情が変わるはずはないので、私の心がそれだけ揺れ動いて

いるのでしょう。自分では気づいていないような心の奥底で、何かやましいことや申し訳ないと思うことがあると、表情が変わって見えたりするのでしょう。遺影の写真についても「お父さん、写真は笑顔なのに笑っているように見えな
い時があるんです」と聞くことがあります。

ホトケ様が私の心を映し出す鏡となってくださっているのでしょう。

「自分のことは、自分がいちばんよくわかっている」と思いがちですが、実際は…鏡に映し出されてようやく、心の状態(姿)が見えるのではないのでしょうか。そして少しの間座っていると、だんだんと自分の本音が見えてきます。何か新しい気づきを得ることもできます。自分は正しいと思っていたことが間違っていたと知ることもあります。怒りが和らいでくることや、自分の心の狭さ、小ささに気づくこともあります。

一見、単純で無意味なように思えることかもしれませんが、毎日お仏壇に手を合わせることは、とてもたいせつな時間だと思います。家庭にお仏壇や手を合わせる場がなくなって、心を映し出す鏡を失いつつある現代、人間は気づかないうちに暴走をしているのかもしれない…。

日本人がたいせつにしてきた、ご先祖さまや亡き方を「ホトケ様」と敬ってきたことには、深い意味がありますね。

住職 釋 健雄