

## 介護が「ほんとう」の母子にしてくれた。

山形教会 石澤幸子さん

石澤さんは現在、結婚当初から折り合いが悪かった義母の介護をしている。親族は特別養護老人ホームに入居させようとしたが、在宅介護を選んだのは石澤さんだった。とはいえ、常軌を逸した言動、徘徊や汚物の散乱…現実の過酷さに精神的に追い込まれて「いい加減にして!」と叫ぶことも度々だった。そんなとき、尊敬する人から「自分が変われば相手が変わる」という縁起の教えを受けた。振り返れば、相手かまわず自分の思いどおりにしようとしてばかりいた。しかし義母は、頑としていうことを聞かない。義母は鏡に映る自分の姿だったのではないか——そう気づいた石澤さんは「自分が変わるしかない」と精一杯の愛情をもって介護を心がけた。すると、義母に笑顔が戻り、介助を拒否することもなくなっていく。逃げ出したいほどつらかった介護がいまは楽しいと思える石澤さんは、「いつかお迎えが来たら『最期まで介護をさせてくれてありがとう』と伝えて送りたい」といい、義母の頬をそっとなでた。



## 人を思いやる「心の習慣」

街のなかで困っている様子の人を見かけたとき、みなさんはどうされるでしょうか。そばに寄って声をかける人も多いと思いますが、気かけながらも、よけいなお世話かもしれないと、近づくのをためらう人もいることでしよう。一概にいえませんが、私たちはふだん、ものごとを損得勘定で判断し、得にならないことには消極的になりがちです。

人は、なかなか欲得すくの心を超えられないのです。

無量義経に「憐愍の心を生じ大慈悲を発して將に救拔せんと欲し、又復深く一切の諸法に入れ」（説法品）とありますが、これは、菩薩に「目の前の人を憐れみ、思いやりの心を奮い立たせて、『苦しみから救いだそう』と決心しなさい」と教える一節です。そして、そのためには「自分本位のとらわれや執着を離れて、ものごとの真実を見極めるよう精進することが大切です」と説かれています。

要するに、なかなか損得勘定を捨てられない私たちでも、精進によって欲得すくの心を超えることができ、それが「心の習慣」になれば、どのようなときでも損得勘定に惑わされずに、人を思いやる気持ちで自然に行動にあわらせるということです。