

夫とおして学んだ、 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。



心も体も傷つける「怒り」

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むのか――。

易経に「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。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、身を削っ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、めぐりめぐっ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。

