

人生のリセット

埼玉県行田市長光寺住職 福島伸悦

曹洞宗寺院には禅センターと呼ばれる修行道場が世界各地にあり、現地のお坊さんによって運営されています。そこには様々な職業の方々が集まり、仕事を続けながら仏道に励む人や、そのキャリアを捨てて出家する方々もおられます。特に私が衝撃的だったのは、お医者さんや弁護士さんという方々がその職業をやめてお坊さんになられたということでした。安定した生活を捨ててまで出家した理由は、心の平安を求めたのだと語っています。まさに人生のリセットをされた方々です。その方々の仏道に対する求道心は、私の想像をはるかに超えていました。自分自身のお坊さんとしての在り方を再確認する出来事の一つでもあり、自分の人生を考える良い機会でもありました。

心の平安はどうすれば得られるのでしょうか。人間は一人では生きていきません。知らず知らずのうちに周りを気にして生きているような気がします。「世間の目」を無視して生きることは難しいことですが、他人の目ばかり気にしていると自分の声を聴くことを忘れてしまいます。まず、なんとなく惰性で続けている生活や習慣など、今まで当たり前だったものを勇気をもって手放していくということ、すると確実に心が穏やかになり平和な世界が広がります。面倒ごとのおおくは、身に着けてきた「執着」の仕業であるとわかります。

仏教は基本的には自分探しの旅で、本当の意味で自己とは何ぞやと自分自身に尋ねながら生きていく道だと思います。名前とか、職業とか、日常的・常識的な意味づけをしてはからっている自我を離れることなのです。

悔いのない人生を送るためには、自分の人生をもう一度真剣に見直すことも必要なのではないのでしょうか。