

広告

人生を楽に生きるためのメッセージを箸蔵寺のご住職に伺いました。

人生 応援 メッセージ

企画・制作 / 徳島新聞社営業局

筆者ご紹介

真言宗御室派別格本山
箸蔵寺 第六十四世住職
さとう せいじん
佐藤 盛仁氏

【略歴】北海道大学経済学部
経済学科卒業・総本山仁和寺内仁和密教学
院卒業。高野山大学院修士課程密教学科修
了。箸蔵寺に入山の後、徳島県教育委員会の
委員、委員長を歴任。他にも多数のキャリア教
育関連の講演実績があります。

・箸蔵寺公式サイト <http://www.hashikura.or.jp/>
・ブログ「法爾自然」<http://www.hashikura.or.jp/blog/>

今回は「法爾自然(ほうにじねん)」という言葉をご紹介します。これは「本来あるがまま」という意味で、私のブログのタイトルにも使っている、もつとも好きな言葉です。

人間という生き物は、誰かと比べることで自分の幸せを測ってしまいがちな生き物です。例えば、「誰よりも新しいスマホが欲しい」という気持ちだけで手に入れたスマホは、次に誰かが新しい物を持った時点でその魅力は色あせ、幸せな気持ちはどこかにいつてしまします。もし、そんな基準だけで物事を考えると、歴史上の有名人を含め、過去に生きていた人すべては「新しいスマホを持っていないから」という理由で、全員が不幸な人扱いされてしまいます。反対に、もつと進んだ未来の人から見ると、今の世界中の人たちが、自分がどんなに満足な人生だと思っけていても、「私たちがまだ見たことも無いような何か」を持っていないという理由だけで、「幸せになれなかった人たち」になるわけです。本当に余計なお世話です。こうやって考えていくと、どの時代にも、どの世界にも、幸せな人など一人もいないことになります。

誰かと比べた幸せの先には、誰かと比べた不幸が待っています。ですから、この場合は、スマホの新しさを愛するのではなく、「あるがまま」のスマホの便利さを有り難く思うことが大切です。スマホなら取り替えはききますが、それが「自身」の場合には、取り替えることなどできません。もし、自分より他の誰かの方が良いと思ったとき、その人のマネならできるとしても、しかし、それが本来の自分を偽った姿なら、本当に自分自身としての喜びを感じることができるとはどうでしょうか。

大切なことは「あるがまま」の自分を知り、愛することです。誰かの良さを認めることは素晴らしいことですが、だからといって「そちらの方が良い」と、自分を捨てて手に入れるのではなく、自分が自分に合うかどうかを考え、より良き自分になるように取り入れるならば、自分を一回り成長させることができます。同じメイクやファッションが誰にでも似合うわけではないので、自分らしさを知り、自分の良さを引き出すものを見つけていくことと同じかもしれません。

「あるがまま」に生きると言うことは、等身大の自分を理解し、それを楽しみながら生きるという事です。自分を知ると言うことは、時には自分のできないことを突きつけられることになり、自分も知れませんが、新たに、自分が持っているものや、自分ができることを発見することもあります。もしかしたら、自分を見守っている存在に気付くことだってあるかもしれません。人の数だけ「あるがまま」があります。みなさんも「あるがまま」の自分探して、どうすれば豊かに生きられるかを見つめ直してはいかがでしょうか。



皆さまの
ご感想を
お待ちしております!



この紙面に対する感想や取り上げてほしい内容などがありましたら、お気軽にお寄せください。郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号をご記入の上、〒770-8572徳島新聞社営業局営業部「人生応援メッセージ」係までお送りください。

※お送りいただいた方の個人情報は、当社で厳重に管理し、ご本人の同意なしに第三者に開示、提供することはありません。