

～仏教に学ぶ苦難の乗り切り方～

生きるということは、本当に大変ですね。

平時でさえも溜め息まじりに吐露してしまうものである。いわんや、新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、世の中が大変なことになっている今日においては、言うまでもないだろう。しかしながら、私たちは、いろんな困難に直面することがあっても逃げ出す訳にはいかない。辛くても、結局のところ、それを乗り越えて行くしかないのである。このとき、仏教の教えが力になるのである。

さて、仏教にはいろんな宗派があることが知られているが、それらすべてに共通して、次の二つの考え方が通奏低音として存在する。まず一つ目は、生きるということは、それ自体が苦であるということである。もう一つは、殆どすべての人間は煩惱の塊、いわば悪者である。我々は、苦しみが充満しかつ悪者だらけの、まるで地獄のような世界を一生懸命歯を食いしばって生きているという訳である。もし、それが実際の社会の真相と完全に一致しているとすれば、何だか気が遠くなり眩暈を起こしてしまいそうである。勿論、一般的な捉え方として、そんなことはない訳であるが、これらを前提として、常にその視点に立って事態に対処することが、苦難を乗り切るうえで極めて重要なのである。

もし、生きることがそもそも苦であるとの前提に立てば、何らかの苦難に遭遇することはアンラッキーなことではない。むしろ当然に起こり得る自明な現象であるといえるだろう。そして、私たちには、それを乗り切るだけの力が生まれつき標準装備されているのである。いわば、生きるという行為は、そもそも困難な課題を克服し続ける営みであるといえるだろう。

また、苦難は、専ら人によって、あるいは複数の人の関係による作用の結果としてもたらされるといえる。そして、その関係者は勿論、周囲の人は全員悪者である。だから原則として、人に頼ることなく一人で乗り切る他ないのである。

表面上は厭世的に思われるこれらの基準も、それを前提として生きていけば、困難な事態に立ち至ることは、予定通りなのである。想定外の問題に狼狽えたりもしない。もし、然したる苦勞もせず何かを達成できたとすれば、それは常態ではなく、極めて運が良かったのであり、“痛い目に遭わなかった”と心から思えるのである。いうならば、何かに感謝することができるのである。加えて、誰かから細やかな親切を受けたとき、譬えそれが社会の常識として当然であるような行為であったとしても、心から感謝することができるのである。仏教の教えは、私たちに困難に立ち向かう覚悟と感謝の気持ちを芽生えさせてくれる有難いものなのである。

とまあ偉そうに言っても、人間は弱いものである。ときには挫けたり、腹立つことも、諦めてしまうことだってあるだろう。仕方ないですね。今は本当に大変な時期ですね。皆様、お互いがんばりましょう。

