

# 紙上法話

## 「いつもありがとうございます」

岡山県 正眼寺住職 土本公祥



ある時、「お坊さん私の話を聞いて頂けますか？」とお寺に一本の電話がありました。何か相談事でもあるかなと思ってお話を伺うことにしました。

お話の内容は、九十三歳で亡くなったその女性のお母さまの介護に関わるものでした。

遠方に住むお姉さまと最初は二人で母の介護をしていこうと相談されていたようですが、現実には難しく、一人で介護している状態であったそうです。もちろん体調管理にも注意し、食事に関しては栄養のバランスを考えて、好きなものを食べさせ、あげることが出来なかと残念そうに話されました。

やがて認知症が進んでしまい、美味しくもないものばかり食べさせられ困っているなど、あることないことをお姉さまに伝え、お姉さまもそれを信じてしまっているのだ。お姉さまとの関係も悪くなり、もうどうしていいか分からなくなってしまう、そのような毎日のなかで女性もイライラして夫にあたることも増え、自分が嫌になっていつそのまま逃げるか死んでしまいたいと思う日々が続いたそうです。

私は、この女性の話をずっと相づちを打ちながら聞いておきますと、少し落ち着かれた様子の女性は、「毎日毎日、高齢の母親の介護、心身共に疲弊、疲労し、感謝の一言でもあれば少しは救われます。ですが姉までも自分が介護できないことの負い目か、一言のお礼もないです。ただ母だけには、一言でもいい、「いつもありがとうございます」と言ってくれませんか」と話されました。

私は、「お母さんは、きつとあなたの献身的な行いをわかっておられたと思います。一番身近なあなたに対しては、もしかしたら気恥ずかしい面があつてお礼が言えなかつ

たのかもしれない。いつも心の中で

ありがとうございますとささやかれていたと思いますよ。」このようなことを気休めかもしれませんが、お話しさせて頂きました。女性は、「お坊さんからそのような言われると少し心が晴れてきました」と言われ電話を切りました。

電話を切った後、はっと胸にささる思いがして自問しました。人間誰しもがよかれと思つたことが思いがけず反対の方へ行ってしまう。尽くせば尽くすほど当たり前になり感謝されなくなる。私自身、人には感謝しなさい感謝しなさいと言っているわりには、はたしてどれだけ言葉にだしているか。家族に対し素直に「いつもありがとうございます」という言葉がでているだろうか？また、回りにいる人達からの優しい言葉に気が付けているだろうか？まったく自信がなくなりました。

道元禅師様は、「愛語よく廻天の力あることを学すべきなり」と示されました。愛語とは、慈愛の心をおこし、いたわりの言葉かけること。顔をあわせない時にでも愛語を聞けば、その言葉が聞く人の肝に銘じられ、魂に染み入る。愛語には、一変させる力があることを学ぶべきであるという御教えです。

この女性のように、一人で悩みを抱え苦しんでおられる方はたくさんいらっしゃると思います。そんな時には誰かに話を聞いてもらい優しい言葉をかけてもらうことで少し心が軽くなるのではないのでしょうか。

振り返ると、私自身これまでたくさんさんの愛語に支えられてきました。頂いてきた愛語の有難さに気づくと同時に、自分も慈しみの心から生まれる言葉を人にかけることを肝に銘じなければいけないと思う出来事でした。