

「おかげさまで生きる」

鳥取県 梅ばい翁寺住職 倉瀧英信おうじ くらたきえいしん

ある朝、境内の掃除に出て空を見上げると、澄みきった青い空が広がっていました。凜とした空気が張りつめ、鳥たちがさえずり、朝日が昇る方向を見ると、中国地方最高峰の大山が神々しい姿で、そこにあります。そのような環境の中、新鮮な空気を胸いっぱい吸うことができるのは最高の気分です。

しかし、普段当たり前に行っている「呼吸」ですが、私は今、もっとたくさん量の「呼吸」をしたいのです。というのは、現在私は肺を患っており、同年代の男性の平均肺活量の、半分しかありません。最近では息切れがするようになり、日常生活にも支障があります。お経を唱えることがつらく、少し高い場所にある墓地に行くことができななど、困ることが増えてきました。

そのため現在の体力を維持するために、空いている時間があれば身体を動かすようにしています。しかしながら一朝一夕には改善せず、現実を受けとめて過ごす今日この頃です。ですから、私は朝起きてから寝るまで、常に「呼吸」のことを考えるようになりました。朝起きたとき胸に手を当て「今日も一日よろしく」、夜寝るときには「今日も一日無事支えてくれてありがとう」と自分の身体に語りかけます。あたりまえのように呼吸し、何事も支障なく出来ることが、どれだけありがたいことかを、実感しています。

しかし、この病から、私は「大きな気づき」をいただきました。一呼吸、一呼吸、息をすることは、おかげさまをいただき生きること。つまり多くのおかげによって支えられ過ぎていくことを、あらためて有難く感じるようになったのです。

ふり返ってみると、子供の頃は両親、祖父母、学校の先生、地域の方々に見守られ、住職となつてからは、両親、妻や子供たち、さらにお檀家さまに支えられての毎日です。一方、世の中に目を向ければ、健常者の方もいれば、障がいをもっている方、大病を患っている方、戦渦の中で過ごしている方など、大変な思いをしている方もたくさんいらっしゃいます。

それぞれ環境や立場は違いますが、一人一人が、一呼吸一呼吸を大切に行じ、一日を生きています。生きとし生けるもの全てが安心して生命を全うできるよう、お互いを敬い尊重し合い「おかげさまで過ごせる社会」が全世界で実現することを願っています。