# 経験を支えとして

鳥取県　常福寺　住職　井上紀生

私が住職を務めているお寺は、山の中にあります。急な斜面の草刈りや、高い樹木の伐採はお檀家様にお願いし、妻にも手伝ってもらっていますが、人を頼ってばかりいては自分の修行になりません。禅の修行は、坐禅だけでなく、日々の生活もまた修行です。

令和六年、今年の夏も格別暑い日が続きました。草が伸びているのはわかっていたのですが、「今は忙しいし、とても暑いし、人様には見えないところだからそのうちやろう」などと、やらない理由がたくさんでてきます。結局、先延ばしにした裏庭の掃除、夏の間にしっかりと根を張った草に、悪戦苦闘しました。もう少し早くやっておけばよかったと後悔し、次は必ずやろうと心に決めました。

先日のことです。中学生になる娘に、食器洗いと掃除を頼むと「今、面倒くさいからあとでやるね」と返事がありました。普段であれば「よろしくね」とか、「じゃあいいよ」と言って、私が代わりにやってしまうのですが・・・。先延ばしにして後悔したばかりの私は、「嫌なことからやると、後が楽になるよ」と伝えました。すると娘は「わかった」と言って、すぐに食器洗いをしていました。

大本山永平寺をお開きになった道元禅師様が、修行僧に向けて書かれた「典座教訓」という書物の中に「他はこれ吾にあらず、更に何れの時をか待たん」という言葉が出てきます。自分に任された役割を、他の者にさせてしまっては修行にならない。修行を実践するのは、他人ではなく自分自身であり、自らが経験して学ばなければ意味がない。そして今やるべき事は、今やらなければいけない。人生の時間は、刻一刻と過ぎ去っていく、先延ばしにしている余裕はないという意味です。

私は日々の生活の中で、たくさんの人との温かいご縁によって、関わり合い助け合いながら生かされていることを実感しています。しかし、自分の人生は自分自身で歩むもので、誰かが代わってくれるものではありません。自分自身の経験を支えとして、一人で歩まねばならない瞬間があります。

草刈りを先延ばしにした私の後悔も、食器洗いを先延ばしにしなかった娘の経験も、いつかは人生の支えとなっていくはずです。「他はこれ吾にあらず、更に何れの時をか待たん」の気持ちで日々丁寧に生活し、家族と共に経験と成長を重ねながら人生を大切に生きていきたいと思います。