

【合掌】の心が幸福の鍵となる】

「辛いとき、あつたらいい早送り」という誰もが共感できる川柳が目にとまりました。仏教では「苦の娑婆世界（人の一生は苦しみに満ちている）」とも申します。確かに人生には平坦な道が少なく、山あり谷ありと、とかく自分の思い通りにならない事の方が多く、その様な辛く苦しい時間からは、一刻でも早く抜け出したいと願うのが人情というものでしょう。また、有名な諺に「苦あれば樂あり、樂あれば苦あり」というものがあります。生きていくってというのは、山があつて、谷があつて、先が見えなくて、難しく、だからこそ人生というのは、楽しくて面白いものなのだという風にとらえていく事ができれば幸せですね。

のが仏教の本質です。お釈迦様は生きとし生けるもの全てに対し、慈悲・温情の気持ちをおいだしておられ、『慈悲はこれ仏道の根本なり』と、ご教示くださいました。お釈迦様誕生の時の『天上天下・唯我独尊』とは、「地球に生まれた一つの命はみな平等で、有り難い存在なのだ」という絶対平等の思想を表しています。自らの生命は様々な縁を頂き存在するものです。と同時に、他者も同じ存在です。であればこそ、お互いを大切に思い、尊敬し合う社会が理想の社会と言えましょう。

●【人間理想の姿】

『合掌』は世界で一番美しい姿だと言われています。右手と左手を合わせる合掌には、人を愛し、慈しむ心が内在されています。「右ほとけ、左われぞと合わす手の、なかにゆかしき南無の一声」という古歌があります。これは「善悪二つの心が入り交じっている私達が、右手と左手を合わせて、「南無（心から仏様の教えを信じ、礼拝します）」と唱えるところに、仏様と私達が同体（一つ）になった世界があるのだ」という事を教えているものです。本当に素直になれた時、人は自然に合掌します。例えば、昇る朝日や神々しい山に向かつて、思わず合掌した、という経

験はありませんか？また食事の前には、頂戴する命に感謝して「いただきます」と手を合わせます。インドやタイなどで挨拶する時に合掌するのも、お互いを尊重し合い、感謝の心を示すためです。こうした「感謝の心」を形に現した姿こそ、「合掌」の一つの姿なのだと言えます。形だけ手を合わせるのではなく、そこに心を込める事が肝心なのだ、しっかりと認識して合掌して頂ければと願います。

●【富士山も合掌の姿】

世界に誇る日本一高い山と言えば、世界文化遺産に登録された富士山です。富士山は「ミナナル」という語呂合わせで覚えましたが、標高三七七六メートル。標高順位は世界で一〇八番目だと言います。ところが、世界には計測されていない山々が多数あるそうで、厳密に言えば一万八千一四四位くらいになるそうです（笑）。まあ順位なんてどうでも良いのですが、どこでも皆さん、富士山を思い浮かべてみて下さい。円錐型の容姿はどこから見ても端正で、どつしりと裾野を広げる姿は私達に安心感を与えてくれます。それは、頂上から左右へなだらかな稜線を描き、しかも独立していて裾野までさえるものが無いという、自然が創造し

た地上の傑作といえましょう。そんな霊峰富士山の姿形が、合掌の形に見えませんか？だとすると、日本という国土が天に向かつて合掌している姿であり、平和の象徴でもあらうと、私は密かに感動を覚えるわけがあります。先述したように、富士山は何といつても日本で一番高い山でありますが、世界には富士山より高い山はいくらでも存在します。かのエベレストを筆頭にキリマンジャロやアンナプルナ、ダウラギリ、マナスルなど、富士山の倍以上もあります。

富士山が素晴らしいのは標高ではなく、その姿形の美しさと、崇高さにおいては飛び抜けているからなのです。そう言えば、富山県にも世界文化遺産登録された五箇山の「合掌造り集落」があります。あれは機能的な構造上の形ですが、共通する「合掌」の姿形に私達は引き込まれる要素が含まれているのかもしれないとさえ思われます。

●【合掌とは何か？】

そもそも何故に合掌するのか？合掌は古くインドで行われていた挨拶です。相手を尊敬し、親愛の心で接する、対人関係を円満にしていく最

も尊く、基本的な行為が挨拶です。仏教の挨拶は「合掌」です。またインドでは、食べ物や物を運ぶのは「右手」、トイレの作法には「左手」が使われるように、右手は清浄な手、左手は不浄の手とされています。即ち合掌とは、清浄で神聖な右手があらわす仏様と、不浄の左手があらわす私達凡夫を、ピッタリと隙間なく合わせられた形といえます。両手をしっかりと合わせて「南無」と唱えた瞬間、私達は仏様と一体に成る事ができるのです。また両手を合わせた姿では他に何も出来ません。合掌は一心に祈る姿勢をあらわしています。両手を合わせて相手に挨拶をする。これほど美しく、尊厳な姿はありません。また「合掌」には、相手の人権を尊重し合うと同時に、全てのものに感謝するという意味合いを含んでいます。私達は全ての命ある「物」を食べて命を繋いでいます。『今昔物語』には、人間だけの命が尊いのではなく、全ての生物、たとえ虫けらのようなものであっても、無益な殺生はすべきではない事が記されています。私達は他の命を頂いて生きています。食事の前に「いただきます」と言いますが、正確には「あなたの命をい

ただきます」という事になります。尊い命を頂いているのですから、他の命に感謝するのは当然のこと。その心が「合掌」の姿になります。

●【大事の前の小事】

私達の心が定まらなければ、この両の手は、善い事も悪い事もします。道路にゴミを捨てるのもこの手。反対にそのゴミを拾うのもこの手です。心が定まらないと、ゴミを捨てるなど悪い方向に手が動いてしまいます。それでは困るので、「この両手を人様の為に役立つさせて下さい」と仏様にお願いをし、また「お役に立てます」と仏様にお誓いをする姿も合掌です。清浄な心からなる姿が「合掌」です。

南米エクアドル・アンデスの先住民族に伝わる「ハチドリの一滴」という物語があります。ハチドリは鳥類の中で最も小さな鳥で、特に豆ハチドリは世界最小で全長6cm。体重二割しかありません。花の蜜を主食としており「ブンブン」とハチと同様の羽音を立てる為、ハチドリ（蜂鳥）と名づけられました。俗にハミングバードとも言われています。物語はこうです。アマゾン

水の雫を一滴ずつ運んでは火の上に落としたのです。他の動物達は「そんな事して何になるんだ」と笑いました。でもハチドリはこう応えました。「私は私に出来る事をしていのです」と。この物語はこれだけです。続きはありません。「私は私の出来る事をしていだけ」。この物語に心を打たれた環境NGOナマケモノクラブの世話人・辻信一（明治学院大教授）らが、多くの人にひろめたいと活動を行い、若者を中心に静かな広がりを見せました。この話を知った大学生が、通学前に駅前でゴミ拾いを始めました。彼は来る日も来る日もゴミを拾い続けました。ある日、いつもそれを見ていたサラリーマンが尋ねました。「君はどうして、ゴミを拾っているのですか？」「僕は、僕に出来る事をしていだけです」と。次の日ゴミを拾う人は二人になりました。その後、次第にその輪は広がっていったそうです。「大事の前の小事」と言いますが、小さい事の積み重ねが、大事を為す力に恵まれるのです。誰かが始めなければ事は起きません。たとえ小石でも、その小石を池に投げ込めば波紋が生じます（同心円状の波の模様）。一人の小さな行動は、広がれば広がるほど周囲に大きな影響を及ぼしま

す。これは一つの真理と言えます。合掌ではじまり、合掌の心で生活し、合掌で終わる人生…素敵ですね。

日蓮宗では「いのちに合掌」をスローガンに合掌の実践を勧められています。世界中の人達が合掌の心を持ち続けたいならば、お互いに尊敬し合う争いのない世界が実現するのではないのでしょうか？誰もが出来る合掌。家族の中で、まず自身が率先して実践してみして下さい。自分自身も、そして周囲の方々も、凜とした清々しい気持ちになれる事でしょう。

合掌 副住職 谷川寛敬

