

★念仏的暑さ対処法

厳しい暑さが続きます。

この暑さをどうやって乗り越えていけばいいのか考えてみました。

まず一つには「暑さを避ける」という方法です。

これは、出来るだけ暑い所に出て行かないという、ごく当たり前の方法です。

クーラーの効いた部屋に一日中いるとか、避暑地に旅行に出かけるといったことが考えられます。

ところが、クーラーにずっとかかるのは健康上どうも思わしくない。それより何より第一そんな部屋にずっとおれるわけがない。

それなら避暑に出かけるのはどうかというと、これもある程度のお金と時間のゆとりがなければならぬ。

そう考えると、私には中々叶わぬ事だということになります。

そこで次に考えられることは、精神力で暑さを乗り越えるという方法です。

これは「暑さを殺す」とでも言えるでしょうか。

昔、甲斐の国（山梨県）恵林寺に快川紹喜という禅僧がおられました。

織田信長の仇敵をかくまったために信長の逆鱗に触れ、寺に火を放たれるのですが、快川和尚少しも同ぜず「心頭滅却すれば、火も自ずから涼し」と唱えて、火中で禅定に入ったまま焼死したそうです。すごいお坊さんがおられたものです。

これなどは、まさしく「暑さを殺す」お手本みたいなものですが、これも残念ながら私にはとても及ばぬことであります。

そこで、三番目に考えられる方法として「暑さを拝む」ということがあります。

これは「この暑さあればこそ・・・」と、暑さを受け入れる方法です。

「この暑さあればこそ」となりますと、例えば頬にかかる一陣の風にこの上もない爽やかさを感じる事が出来ます。

或いは、やがて来る秋の澄み切った空気に無上の喜びを覚えることも出来るでしょう。

或いはまた、この暑さあればこそ稲も健やかに実り、収穫の秋に期待が膨らみます。

どうでしょうか。こういう乗り越え方もあると思います。

これなら、私にも何とか出来そうです。そして、これが最も念仏的対処法のように思います。

ここで改めて暑さ対処法を整理してみますと、

- 1、暑さを避ける
- 2、暑さを殺す
- 3、暑さを拝む

ということになります。

1と2は「暑さはダメだ、暑さは敵だ」といった考え方から出てきたものに対し、3は「暑さも良し」という考え方から出てきたものです。

妙好人として名高い足利源左さんは、どんな時でも「ようこそ、ようこそ、南無阿弥陀仏」と過ごされたと聞きます。

それは「私の人生に何が来てもかまいません。そのすべてが私にとってお念仏を喜ぶこよなきご縁です」と何事も恵みと頂いていかれたのです。

多分、源左さんならこの夏の暑さも「ようこそ、ようこそ」と暑さを拝みながら、お念仏を喜ぶご縁にしていかれたと思います。

私も今年の夏は、「暑さを拝む」という心構えで乗り切っていきたいと思っています。

春は花夏ほととぎす秋は月

冬雪さえて冷しかりけり

「本来の面目」道元禅師

平成15年8月 「光明寺だより29号」より