

お釈迦様の説かれた 7つの幸せのたねまき

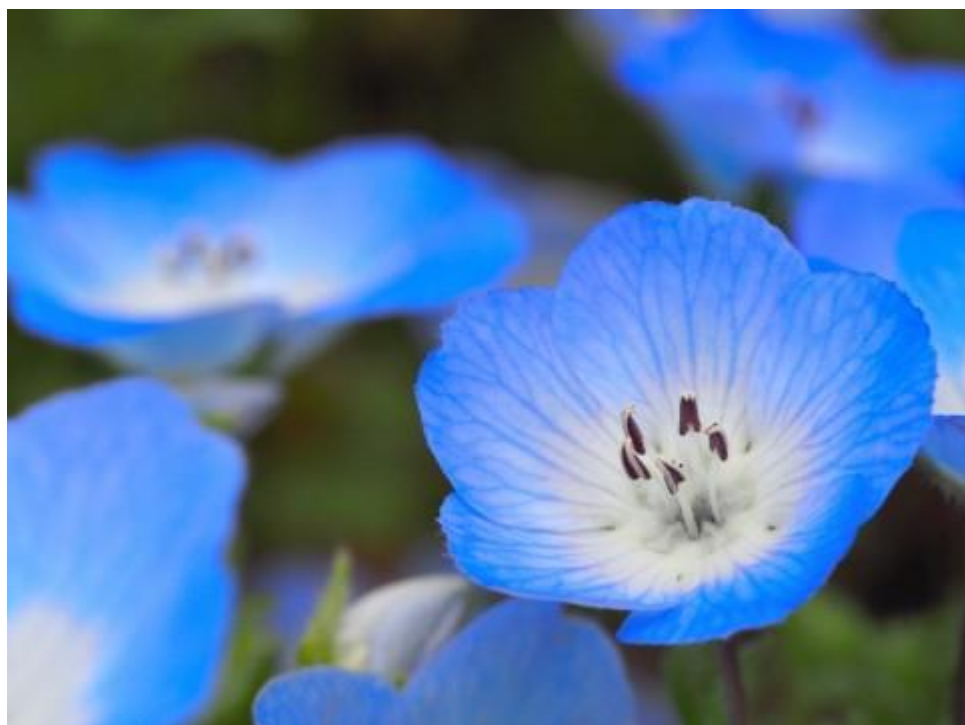


お釈迦様はお経の中に、
「布施」のすばらしさを説かれています。

「布施」とは「与えること」「施すこと」ですが、
これは、別に何か形ある物を与える、差し上げることだけが、
布施なのではありません。

何も元手がなくても、誰もが心がけ1つでできる、
7つの施しを、お釈迦様は教えられました。

それが、雑宝蔵経に説かれた「無財の七施」です。



無財の七施

○眼施(げんせ)

○和顔悦色施(わげんえっしょくせ)

○言辞施(ごんじせ)

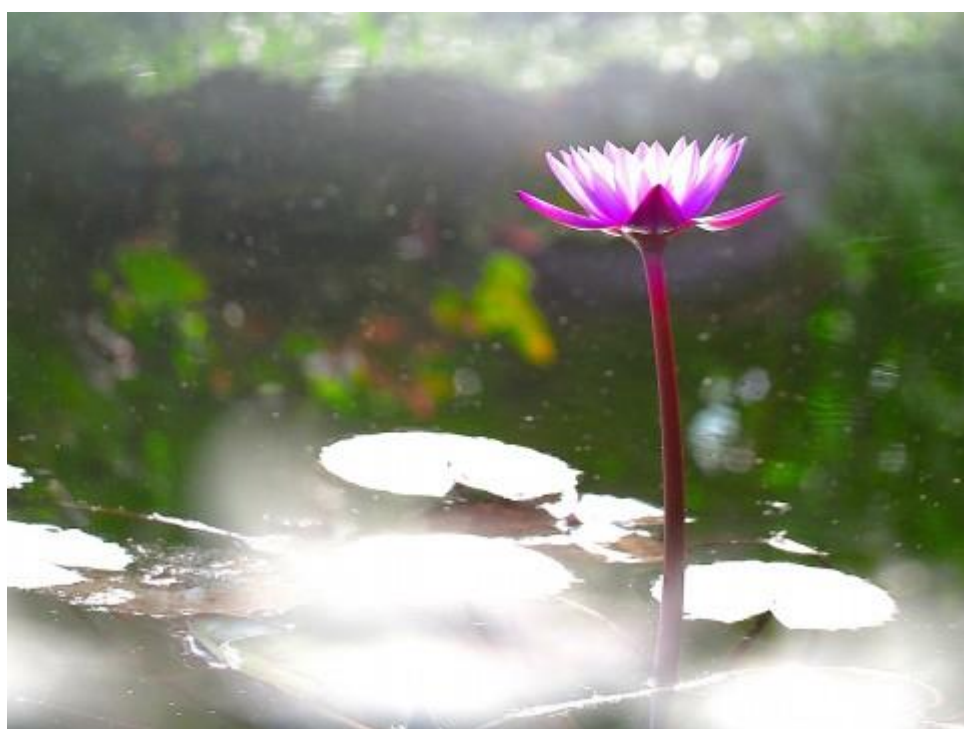
○身施(しんせ)

○心施(しんせ)

○床座施(しょうざせ)

○房舎施(ぼうしゃせ)

これは、心がけさえあれば、今からでも誰でもできる
幸せのたねまきです。



○眼施(げんせ)

まず、最初の「眼施」は、優しい温かい眼差しで、
周囲の人々を明るくすることです。

目は口ほどに物を言う、あるいは、目は心の窓という
言葉もありますように、温かい眼差しは、人の心をほっこりと明るく
温かくします。

気持ちが沈んでいる時、辛い時、落ち込んでいる時など、
あたたかい一言と共に、温かい眼差しに
どれだけ助けられるかしれません。

一度そんなことがあると、その人の眼差しが心に残って、
忘れられなくなります。



○和顔悦色施(わけんえっしょくせ)

次の、「和顔悦色施」とは、
和やかな顔(和顔)、よろこびの色(悦色)で、
優しい微笑を湛えた笑顔で人に接することであり、
いわゆる「笑顔」のことです。

優しく、さわやかな笑顔ほど、
人の心を明るくするものはないでしょう。

ある調査によると、怒りの感情を持っている時に
動かす顔の筋肉と、笑った顔の時に働いている筋肉では、
圧倒的に少ない本数の筋肉を動かして、
笑顔が作られているそうです。

さらに、怒りの感情は毒素が体内に分泌される原因となり、
笑いからは快感を感じる作用のある物質が
分泌されるそうですので、
エネルギー効率からいっても、体内に分泌される
物質という点から言っても、笑っていたほうが
健康によいのです。

世間でも、笑いヨガなど、
笑いによる人体に対する影響が深く研究され、
いろいろなホルモンの影響で、
笑顔は、大変よい影響を、人体に与えることが
知られています。



ある人は、もし1日に10人の人を喜ばせれば、
1年で、3650人を喜ばせたことになる。
これは、一町村への寄付金を出したのも同じだとも
言っています。

相手も自分も幸せにする、笑顔は、
一石二鳥の素晴らしいたねまきです。

「どんな娘(こ)も、笑顔つくれば五割増」
とも言われるほどです。

五割増しとは、150%ですね。出血大サービスです。

笑顔一つが、自他共に幸せになるもとです。



○言辞施(ごんじせ)

次の「言辞施」は、優しい言葉をかけることを言います。

言葉は命です。

その一言によって、相手を簡単に傷つけることもできるし、時には立ち直れないほどの深い傷を与えることもあります。

逆にやさしい言葉は、相手を元気づけ、勇気づけ、失意に沈んでいる時には、どれだけその温かい言葉に励まされるか知れません。

ほんの一言を添えるかどうかで、全く印象が変わってくることがあります。

ちょっとした相手を思いやる言葉。
「どうぞ」という一言。

ほんの一言といえは、そのほんの一言に、計り知れない大変に大きな力があるのです。

○身施(しんせ)

これは、肉体を使って人のため、社会のために働くことであり、いわゆる無料奉仕です。

重い荷物を持って運んでいる人がいたら、持たせてもらう。

職場に早く到着して部屋の掃除を試みる。

ゴミを出したり、コピーをとったりといった 誰でもできるような小さな仕事を率先して、やってみる。

私達の周りで、工夫しだいでどれだけでもこの身施をすることができます。

辛い重い荷物を持って歩いていた時、

「持ちましょうか」の一言でどれだけ救われるか。

受けた恩を忘れないようにしたいものです。

そして、自分も実践してゆきたいと思います。

○心施(しんせ)

次の「心施」は、「身施」と読み方は同じですが、心から感謝の言葉を述べることを言います。

もうかなり前のことになりますが、21世紀に残したい言葉として、取られたアンケートの筆頭にあげられたのが「ありがとう」でした。

「有難う」という言葉は、何度言われても悪い気がいたしません。ついつい「どうも」「サンキュー」などと使ってみたりしますが「有難う」という言葉を積極的に使いたいものです。



相手を褒めるということはそれなりに、難しいですし、
相手をねぎらうということも、なかなか難しいです。

でも、相手にお礼を言うことは、どれだけでもできます。

そしてそれは、形だけの言葉ではなく、
「心」という字が使われているように、
「心からの感謝の気持ち」を述べるのです。

ロシアの文豪ツルゲーネフが、
ある夜、乞食が訪ねてきたのですが、
何も与えるものがなかったため、
その乞食の手をぎゅっと握りしめ、
「兄弟！」と涙ぐんだと言います。

後に、乞食はそれを述懐し、
「あれほど嬉しかったことはない」と
語ったと言います。

心のこもった言葉は、相手の心にずっと、深く入り、
生涯忘れ去られることはないでしょう。

○床座施(しょうざせ)

次の「床座施」は場所や席をゆずり合う親切を言います。

電車やバスなどの交通機関で席を譲ることもそうですが、
立場や地位を譲ることも含まれます。

「オレがオレがの“が(我)”を捨てて
おかげおかげの“げ(下)”で暮らす」と言われます。

「他人にゆずる気持ちを持つようにしよう」

相手への感謝の気持ち、譲る気持ちを持ち続けたいものです。



○房舎施(ぼうしゃせ)

最後の「房舎施」は求める人、訪ねて来る人があれば一宿一飯の施しを与え、その労をねらう親切を言われます。



このように、お釈迦様は、私達に何がなくても、その心さえあればできるたねまきを、7つ教えておられます。

無財の七施をさらに縮刷すれば

「和願愛語」となりましょう。

「和顔」とは和やかな顔、笑顔のこと。

「愛語」とは優しい言葉です。

もし私達が何も相手に与えられるものが無かったとしても、
顔の無い人はありません。口のない人も無いでしょう。

ですから、誰でも心がけ1つで実行できるのが、
この和願愛語の布施行であると教えられたのです。

これらは、すぐに私達に幸せをもたらすたねまきだから
やりなさい、とお釈迦様は勧めておられます。



「自分には与えられるものは、何もない・・・」

「こんな辛い自分には、とても誰かに親切なんてできない・・・」

「どうせやっても、バカにされるだけ・・・」

布施とは、「施す」と書きますので、
ことさらに「何かお金や物を施す」ことを言うように思われる方も
あられるかもしれませんが、必ずしもそうではないことを、
先に書いておりました「無財の七施」からも知られることと
思います。

「布施」は、その人の心がけさえあれば、誰でもできることです。

仏教では、私達の「心」を最も重く見られますから、
「布施」といっても、問題にされるのは、その方の「心」です。

ですから、たとえば「和願愛語」といえば、
お金も財産も力もなくとも、心がけさえあれば、確かに誰でもでき
そうです。

・・・しかし、現実にそうは簡単にいかないことは、
よくご承知でしょう。

今日はせっかく笑顔で挨拶してみようと思ったら、
いきなり出会い頭に注意されたので、顔がひきつってしまった
(ToT)

イヤなあの人に、今日こそ笑顔で挨拶しようとして、
鏡でも練習もしたのに(;_;)、実際会うと、
ムカムカと心の底からイヤな感情が燃え上がってくる。

せっかく勇気を振り絞って笑顔で挨拶したら、
「何、朝からニヤニヤしてんだ？(●`ε´●)
あの件、全然報告ないぞ。
今月のノルマはあれからどうなった？」ときたので、
「もう笑顔で挨拶なんかしてやるか・・・」とショックだった。

この人に笑顔をしたら、あの人からは嫉妬される。
あとの仕返しが怖いから、他人から見られないところで、
声をかけなきゃ・・・

優しい言葉をかけたいと思うけれども、
あんなムカつく相手にどう言葉をかけたらよいの？
そもそも、わからない・・・

考えるだけでも、ムカムカしてくる。

せっかく、清水の舞台から飛び降りる思いで優しい言葉をかけたのに、「どうしたの今日だけ？ なんだか気持ち悪いぞ、今日のお前」と言われてしまった(T_T)

そんな悩みが次から次へと出てきて、実行できないのです。

「ああ、こんな私は、もうダメ。」

そう思われるお気持ち、よく判ります・・・



お釈迦様の時代、ナンダという女乞食(こじき)がありました。
現在の日本においては、あまり乞食という立場で
生計を立てている人はいないかもしれませんが、
当時のインドでは、身分制度が明確であったこともあり、
そういう人は多くあったようです。

実際インドでは、今日でもそうでしょう。

そのナンダが、縁あってお釈迦様のご説法を聞く機会がありました。
た。

夜の説法会場には、たくさんの灯火(ともしび)がともされ、
とてもあかあかとしています。

ちなみに、仏教の教えを「法灯」とも言われます。

ちょうど、オリンピックの聖火がリレーで前の人から次の人へと引
き継がれ、ギリシャから開催地まで伝えられてゆくように、
人から人、胸から胸へと、法の灯火(ともしび)は伝えられてゆく
のです。

その会場には、多くの方が灯火を布施しておられ、夜でも多くの方が聞くことができたのです。

そして、お釈迦様の教えを聞いたナンダは、思ったのです。
「私も、この灯火を是非、布施したい・・・」

そしてナンダは、その灯火を布施するだけのお金を得るため、翌日、1日足を棒にして歩いて回ったのです。

それは、ナンダの立場での精一杯の努力でありました。
過心世にどのような業縁あってか、現在はその立場でありましたが、何とか私にも、灯火を布施したい、
純粹な一心が、ナンダを動かしたのです。



今は訪問販売法がずっと前に改正されて、あまりありませんが、
飛び込み営業で、炎天下や寒い雪の日も、
土砂降りの日もひたすら家々を周り、
次々断りを受けるスーツに身を包んだセールスマン。

毎日断りのめった打ちでは、普通は、
「へこむな！」と言われても無理でしょう。

しかし、このノルマが達成できなければ、
家計はどうなる。家族はどうなる。妻は？ 子供は？

布施に徹する一家の主人を、旦那というのは、
布施を意味するダーナから来ていると言います。

何とか家族を養うために、額に汗して、布施に徹する人。
それが、「**旦那**」の姿なのです。

逆に、ただクレクレと、もらうだけの子供をガキと言うのは、
「**餓鬼**」から来ています。

大人になってもそういう人はありますから、
そうならないようにと自戒を忘れてはならないと思っています。

経典に説かれる餓鬼の姿、それは、常に飢えに苦しみ、
食物を口へ運んでも、口に入れる直前に青白いの炎に変わり、
一切を口にすることはできず苦しむ存在です。

与えることを知らず、貰うことだけしか考えない人の末路です。
与える喜びを知らない人は、どれだけ恵まれても、
その幸せを味わうことができないのです。

働くとは、「傍を楽にする」ことですから、
赤面するような恥ずかしい場面をひたすら耐え忍び、
辛いことでも歯を食いしばり、足を踏ん張って、
ひたすら、前へと進む・・・
その苦労は、必ず報われます。



ナンダは、ようやく1日足を棒にして得たお金を持って、油屋に行きました。

しかし、わずかなお金で、一灯分の油を買える金額にさえ、それは、到底、届かなかつのです。

油屋の主人は、すげなくそれをナンダに伝え、彼女を軽くあしらいました。

何とかして、お釈迦様のお話される会場に、灯火を布施したい。

未来永遠の人たちが、本当の幸福になれる教えを伝える、お釈迦様の教えを、どうか多くの人に知ってもらいたい。

その灯火を布施することは、灯火を布施したことになると同時に、多くの人に仏の教えを伝える法施(仏法を施すこと)でもあるのです。

そして、ナンダは、遂に意を決してある選択をしました。

長く、美しい、髪。

それが、女性の命であることは、今も昔も変わらないでしょう。

ナンダは、それを惜しげもなくバツサリ切り取り、
その髪を持って油屋を再度訪ねたのです。

驚いた油屋の主人は、何がナンダをそこまでさせたのか、
問わずにおれなかったのです。

ナンダの決心を知り、感動した油屋の主人は、
本来ならば到底及ばぬ一灯分の油をナンダに渡したのです。



その晩、お釈迦様の説法が終わった後も、
しばらくたくさん灯火は燃え続けましたが、
夜空が白んでくる頃、灯火の殆どは、すでに消えておりました。

最後、灯火が間違いなく消火されたどうか確認して回る
お釈迦様のお弟子が、不思議なものを目にしました。

ほとんどの火はすでに消えており、
ちろちろと燃えている火も、火消しの道具によって、
あっという間に消えてしまいます。
ところが、ある灯火だけは、どれだけ消そうとしても
消えなかったのです。

どうしたことかと、首をひねりながら、お弟子が
お釈迦様にその経緯を報告すると、
それは、ナンダという女性の布施したものであることを、
告げられました。

そなたが、四大海水をもってしても
その火を消すことはできぬであろう・・・

その灯火はどれだけの水をかけたとして、
消すことはできない……

なぜなら、一切の人々の心の闇を照らし、
すべての人の幸せになってもらいたい心から
ナンダが布施したものだからである……

そう、お釈迦様は告げられたと言われます。

実際に、バケツの水をぶっかけても、消えない火というのは
ありえませんが、これは、布施の功德の素晴らしさを
教えられたものです。



ここから、「長者の万灯よりも、貧者の一灯」
という言葉が生まれました。

布施は、施す心がけこそ、大切であり、
その人の精一杯が素晴らしいことを教えられたものです。

ですから、
「乏しき時与えるは、富みて与えるに勝る」
とも言われるのです。

笑顔が辛い時にこそ、笑顔するのは素晴らしい・・・

とても優しい言葉なんてかけられない、
そんな時の、その一言が素晴らしい・・・

そう知らされます。

もし、他人と比べたら、どれだけでも
できない自分を探すことができます。

でも逆に、出来る自分にしてしまうこともできるのです。

つまり、比べる人を変えればよいだけです。

これで、落ち込んだり、自惚れたりするのは、簡単なことです。

でも他人は、私ではありません。

状況も、環境も、心も、何もかもが違います。

では、昨日の私とくらべて、

今日の私は1ミリでも向上しているか？

布施は、その人の精一杯が素晴らしい、と言われます。

反省せずにおれません。



最後に、1つだけお伝えしておかねばなりません、
これは、決して、「万灯よりも一灯が良い」と言っているのでは
ないのです。

この言葉は、あくまで、その人の「心がけ」が大切であることを
教えられたものです。

つまり、もし長者がナンダと同じ心になれば、
万灯は、億灯、いや兆灯ともなりましょう。

そして、仏教の根幹は因果の道理ですから、
当然、10だけ布施した人は10、
1万を布施した人は1万、
それに応じた結果が返ってくることは、言うまでもありません。

