

生活の中の  
仏教語

## 四摂法（布施、愛語、利行、同事）その二

ほっと通信編集委員 瀧澤皓英

「利行」という教えがあります。「利行」とは、人のためになる行いをする事です。人助け、と言ってもいいでしょう。曹洞宗の寺院が読誦する「修証義」というお経には、「利行」について次のように示されています。「このように思うかもしれない。人助けを先にしたら、自分が損をするのではないだろうか。しかし、そうではない。人助けというのは、平等に人助けをした人も、助けられた人もともに救われるのです。」

私たちの心の中には、「人助けをすれば、自分が損をしてしまうのではないだろうか？」という考えが、少なからずあるのではないのでしょうか？

数年前、東日本大震災で被災された方々がお住いの、復興公営住宅でサロン活動をしていた時のことです。一緒に活動している、被災者でもある60代のAさんは、希望する方に全身のマッサージを行います。1人におよそ30分。あるとき、2人連続でマッサージをしていたAさんに、「休まないで疲れませんか？」と、尋ねました。Aさんは「今は慣れてきたけれど、初めたころは慣れないから、汗だくになりながらやっていた。そのたびに『大丈夫ですか？』『疲れませんか？』と、みなさん気を使ってくれた。そして、終わった後に『ありがとう』と言われると、なんだか心をほぐされたような気がして、不思議と疲れなかった。あの感覚は不思議な感覚だった。」と、話してくださいました。

マッサージをしたAさんは、なにか損をしたのでしょうか？損をするどころか、Aさんはマッサージをすることで、温かい気持ちのこもった言葉をもらいました。それはまるで、心をほぐす「心のマッサージ」を受けていたと言えます。つまり、相手のことを思ってマッサージをすることで、Aさん自身も救われていたのです。そんなAさんは、今でもマッサージを続けられています。

そして、この先も続けられることと思います。

自分が受け取った利行のタスキを、今度は誰かにつないでいく。その誰かが、今度は違う誰かにつないでいく。そうすることで、利行の輪がどんどん広がっていくことでしょう。私自身も、そんなタスキをつなぐ一人でありたいと思っています。皆様も心がけられては、いかがでしょうか？

(897字) (岩手県花巻市 曹洞宗円城寺住職 曹洞宗布教師)