

# 教えの庭から

今、社会の高齢化が進み、人生100年時代を迎えつつありますが、その高齢者は、どのような心持ちで生活すれば、よいのでしょうか。

江戸時代の臨済宗の禅僧、仙厓和尚(1750〜1837年)は、禅の教えをユーモラスな禅画で布教しましたが、その中に□△○という難しい禅画があります。「○」が象徴する満月のように円満な悟りの境地に至る修行の階梯を图示したともいわれ、その解釈には諸説あります。俳句「朝顔に 釣瓶とられて もらい水」で有名な加賀千代女(1703〜1775年)は、この□△○を「蚊帳のすみ ひとつはずして 月見かな」と詠みました。ここで、蚊帳は、4角を紐で吊るしますから四角「□」

## おかげ・おかげで暮らす

出雲市斐川町・仁照寺住職 江角 弘道

を表し、角をひとつはずすと、三角形「△」になり、そこから満月「○」を眺めたと言ふ素晴らしい句です。仙厓は、布教のために狂歌も詠みました。その中に



挿絵 平尾忠郷

「老人六歌仙」という老人の心境を読んだものがあり、分かります。現代語訳にする」と、

「顔に皺がよる、肌にはくろがでる、腰曲る 頭が禿げて、髭白くなる。手はふるえ、足はよろつき、歯は抜ける 耳遠くなり、目がかすむ。身に付けるのは、頭巾、襟巻、杖、眼鏡、湯たんぽ、温石、尿瓶、孫の手。おせっかい

す。達者自慢に人はほとほととうんざり」

この歌の内容の一つでも心当たりがある人は、「自分は老人に属する」と認めたい方がよいでしょう。歳を重ねて、多くの知識と経験が蓄積されたはずですが、そのことで人格が円満になり人望、人徳が必ずしも備わってくるとは限らないようです。

では、どう暮らせばいいのでしょうか。20年前のことですが、亡き母が介護施設にいた時、その施設の壁に、「ボケたらあかん長生きしなはれ」の表題で次の標語のようなものが貼ってありました。

「年をとつたらでしゃばらず 憎まれ口や泣き言や人のかげ愚痴言わず、他人のことはほめなはれ、聞かれないや教えてあげるけど、聞かれんうちは知らんふり、いつでもアホでいるこっちゃ。勝つたらあかん負ける身なら、若いモンには花もたせ、一步下がってゆるるのが、円満にいくコツですわ、いつも感謝を忘れずに。昔のことは皆忘れ、自慢話はしなはんな、わたらの時代はもうすぎた、あなたが偉いわしあかん、そんな気持ちでおりなはれ。我が子に孫に世間さま、どなたからでも慕われる、ええ年寄りになりなはれ、ボケたらあかん、そのためにも、なんでもいいから趣味もって、せいせい長生きしなはれや」

私たちの言葉や行動には、その時の心のあり方が現れますので、心の状態をよくすることが、自分の言動をよくすることにもつながります。我を捨てて、「おかげさまで」と感謝の心で、今を過ごせば、長生きできるのでしょうか。これを「おかげ、おかげのげで暮らす」と言います。満月のような円満な心持ちで暮らしたいものです。