

先日、インターネットの質問コーナーに次のような書き込みがありました。

『食事の時に手を合わせる人をどう思いますか？

食事をする「いただきます」の時、食事が終わって「ごちそうさまでした」の時に、手を合わせる人がいますね。

皆さんはやっていますか？

そういう人をどう思いますか？

やろうと思いますか？』

というもので、その質問には賛否両論さまざまな答えがありました。合掌を肯定する回答が圧倒的に多く、実際に合掌をしているという方々も多くいらっしゃいました。

しかし中には、

『手間が増えるし、くだらないなあと思います』

『仏教徒でない人がするべきではない』

という回答もありました。皆さんはいかがお感じになるでしょうか・・・

合掌はご存じの通り、仏教徒でなくても、誰でもできる作法です。

食事の時の合掌は、食材となったたくさんのいのちへの感謝、その食材にかかわった多くの方々への感謝、料理をしてくれた方々への感謝のあらわれであり、自分自身がその食事に叶うような生き方をしていこうとする祈りのあらわれでもあると思うのです。

また、諸説ありますが、右手は悟りの境地や仏さまをあらわし、左手は迷いや悩みを持つ私たち自身をあらわすといわれます。右手と左手を隙間無く合わせる合掌は、自分を仏さまに近づけていこうという信仰の姿でもあるのです。

心のこもった合掌は、その人の心を落ち着かせるだけではなく、見る人の気持ちもあたたかくしてくれます。

食事の時はもちろんのこと、日常のさまざまな場所で、心のこもった合掌ができる私たちでありたいものです。