

四苦八苦

平成24年1月第3週放送

大変苦労した様子を「四苦八苦」と表現することがあります。この「四苦八苦」とは仏教のことばです。

私たち人間には、四つの苦しみがあります。これを「生・老・病・死」と申します。「生の苦しみ」とは、自分の意志にかかわらず生まれてこなければならないことです。「老」、「老いの苦しみ」とは、生まれてくると必ず年をとらなければならないことです。「病」、「病の苦しみ」とは、年をとれば身体が弱くなり病気にかかりやすくなることです。そして、「死の苦しみ」とは、生まれてきた者はいつか必ず死ななければならないことです。

また、人間として生きる限りは、他のものや他の人とかかわらなければ生きていくことが出来ません。つまり、空間的なふれあいがもとになって生じる苦しみが四つあります。愛するものと別れなければならない苦しみを、愛別離苦と申します。好ましくない人と出会わなければならない苦しみを、怨憎会苦と申します。また、欲しいものが手に入らない苦しみを、求不得苦と申します。そして、相手に対して自分の心が体が過度に反応し、そこから生ずる苦しみを、五蘊盛苦と申します。

これらの四つの苦しみと先に申し上げました「生老病死」の四つの苦しみを合わせて、「四苦八苦」と表現される八つの苦しみとなります。

私たちは、この四苦八苦を避けることは出来ません。避けられない以上、どのように受け止めるかが大切になります。

生まれるところを選べない苦しみの、親子になる不思議な縁を感じる事が出来ます。老いの苦しみの、さまざまなことがらに寛容になる事が出来ます。病気になる苦しみの、健康の大切さを知ることが出来ます。精一杯生きた我が身の死は、縁深き人たちに命の尊さを伝える事が出来ます。

愛する人との別れの苦しみの、大切な人と一緒にいられることの有難さを知ることが出来ます。好ましくない人との出会いは、人と人との付き合い方を学ぶ事が出来ます。欲しいものが手に入らない苦しみの、手に入らなくても楽しめる方法を学ぶ事が出来ます。さまざまな状況で感じる苦しみを冷静に見つめることで、苦しみの自

分の心が生み出していると知ることが出来ます。

このような苦しみの受け止め方は一つの例えにしか過ぎませんが、我が身の苦し
を感じ、受け入れ、乗り越えることは、自分自身を深め、生きとし生けるものに対す
る ^{いつく} 慈しみの心を持つことにつながっていきます。

お釈迦さまは「人生は苦^くなり」と明らかに見据^{みす}えて、苦の受けとめ方と安らぎの道
を説かれました。まずは、自分自身の苦しみを見つめることが、やがては豊かな人間
性を深める第一歩となるのでしょう。

- 終 -