

今年もあとわずかとなりました。

この年末の十二月は、「師走」と呼ばれています。いわれは、僧侶が仏事で走り回るほどの忙しさから、師が走ると書いて「しわす」となったとの事。他には、「年果てる」という意味の「年果つ（としはつ）」から「しわす」となったという説もあります。

では、実際に僧侶は十二月が忙しいのかといいますと、「お寺によりさまざまです」としか答えられません。

お正月に御祈禱をされているお寺でしたら、その準備におおわらわでしょう。広い伽藍をもつお寺でしたら、年末の大掃除に、てんてこまいかもしれません。

しかしながら、御祈禱を行わないところでは他の月と比べてそんなに忙しいとは言えないのではないのでしょうか。一般のお寺では、お盆の月の方が忙しいというところが多いことと思います。

“僧侶が走り回るほどの忙しさ”という喩えですが、タイなどの東南アジアの仏教では、僧侶は走ってはならないということになっています。また、曹洞宗の修行道場でも、掃除などの作務の時以外は走ることはほぼありません。

さて、多くの皆さまは忙しさに追われて日々を過ごされていることと思います。なかには「私はマグロのように、泳ぐのを止めたら死んでしまうんです」とおっしゃる方もいます。書籍では「スキルアップ」、「自己啓発」、「夢をかなえる」などの言葉がタイトルにある本が多数出版され、社会全体が忙しく前を向いて走り続けることを求めているようです。「前向きに生きる」ことは大切なことですが、我々は人間です。常に前だけを向いて生きることはできません。

禅の言葉に『脚下照顧（きゃっかしょうこ）』という言葉があります。自分の足下を見なさい、という言葉です。自分の足下が見えていないということは、自分の今の状況が冷静に把握できていないということです。そのような状態で前向きに生きることなどできません。

僧侶が走ると書く「師走」ですが、前を向く前にまずは足下を顧みる。年末のこの時期、一度立ち止まってみてはいかがでしょうか。