

「こんにちは。初めまして。」初対面の人に自己紹介をするとき、相手に自分のことを知り理解してもらうために、自分の名前、仕事や趣味、家族のことなど、自分についてのさまざまな情報を伝えます。

一方、自己紹介を繰り返していくうちに、自分自身の中に変化が起こります。自分自身を伝えるための情報や自分の周辺にあるものごとを、「我」つまり「我」として、いつの間にか、自分自身を形づくる揺るぎないものであるかのように思い込み、自分自身の一部であるかのように錯覚してしまうのです。

それゆえ、そこにあることが当然のこととなっている、自分のもの、自分自身の一部だと思っているものが、いざ自分の思うようにならなくなったときには、大事件となります。まるで自分が無くなってしまったかのように途方に暮れてしまいます。これでは自分らしくない、これは自分ではないと思い、取り繕うように、必死にその自分の周辺にあるものを取り戻してまで、自分自身を守ろうとします。

しかしながら、このようにして必死に守り抜いた自分自身でさえ、果たして、自分が期待する通り揺るぎない「我」、つまり「我」としての姿をしているのかといった不安は、常につきまといます。

その不安に対処するためには、自分が、より確かなもので支えられなくてはなりません。そこで、私たちは、より確かなものを求めて、外へ外へと向かっていくことを繰り返していきます。私たちは、「我を忘れる」などといい、「我」つまり「我」なるものが確固としてあるように振る舞っています。さらに、この「我」そのものが、実は不確かなものであるということを棚上げしたまま、自分を外に求め続けてしまうのです。

道元禅師は、『正法眼蔵』「現成公案」の巻において、真実のあり方を自分の外へ外へと求めていく姿勢のことを、「迷い」であるとお示しです。

「我」が「無」し、と書いて「無我」です。私たちの生活の中において、真実の姿を外に求め続ける自らの「我」のあり方を改めて点検してみませんか？

その迷いの深さに気付かされることも多くあるでしょう。その気付きが、自分自身の真実の姿に気付くことへと繋がり、お釈迦さまや道元禅師の教えに生きる入り口となるのです。