



家族の風景

地獄の世界からの脱出

本田せつ子

家族の風景

地獄の世界からの脱出

家族って何だろう。

あなたは、どのように思いますか。

誰しもが、温かい家庭、ゆつたりと寛^{くわ}げる家庭、家族の皆が愛し合い、互いに思いやり、和^わ気藹^{あい}々と暮らせる家庭を望んでいるでしょう。

また、自分の希望がすべて叶う、例えば、皆健康で、仕事も学業も順調で、暮らしには経済的にも何の不安もない、そんな家庭を望んでいるでしょう。

でも、それが叶いましたか。それとも全く反対で、家庭崩壊寸前だと憂^{うれ}いている状態でしょうか。

あなたは生きていくことは喜びだと感じていますか。それとも、人生は苦だ、苦しいことばかりだと思っていますか。

ひよっとしたら、もう、この人生やめたいと思われたことがあるかもしれないね。

その原因は何でしょうか。

商売、仕事がうまくいかない、おまけに借金だらけの経済的苦しみでしょうか。

人間関係でしょうか。夫婦仲が悪い、子供の問題、嫁姑の問題でしょうか。病気やうつ病など、身体的または精神的な悩みでしょうか。

今感じている苦しみを、あなたの中でどのように受け止めていくか、その受け止め方で、あなたの人生はがらりと変わっていくのではないのでしょうか。

どう受け止めるか、どう自分の中で捉^{とら}えていくか、そのノウハウを教える書物はたくさんあります。でも、本当のことを伝えている書物がどれだけあるで

しょうか。私には少々疑問が残ります。

私達は、田池留吉氏の下で「心を見る学び」を続けてきました。それぞれの家庭の中で、自分が置かれている環境の中で、苦しみ喘^{あえ}ぎながら、途中で投げ出したくなりながらも、必死で心を見続けてきました。

そして、苦しみと感じていたことが、本当はそうではなかったと、苦しみは愛だったと気付いていく人が多く出てきました。

生きていく土台を変えるということは、とても難しいけれど、でも、土台を変えていく以外、本当の幸せにはなれないことを感じ始めました。

生きていく基盤を変える、すなわち「意識の転回」こそが、幸せへの道であるということ、各々が心に感じています。

長い道のりです。永遠に続く道のりです。でも、淡々と歩んでいく、その過

程にあります。

心を見るということは、すべての基本です。それを疎かにしては、何のため
に生きているのかということになります。

心を見る場は、それが家庭であつたり、職場であつたりと、身の周りに溢れ
ています。

ここでは家庭、家族の中の人間模様
に焦点を当てて、日頃感じていることを
語らせていただきたいと思ひます。

そして、本当の幸せとは何か……、家族の幸せ、家族が愛し合うということ
の本当の意味を、心を感じてくださればと思つています。

はじめに

この世にオギャーと生まれてきたその瞬間から、人は人との関係を築き始めます。

様々な人間関係の中に自分を置きます。

親子の関係、そして結婚すれば、夫婦の関係、嫁姑の関係、その中で様々な体験をしながら、苦しみ悩み、心の中に様々な思いを溜めていきます。

幸せを求めているのに、決して幸せばかりではない、それどころか……。そんな悩みを抱えておられる方が多いのではないのでしょうか。

親子の間で、夫婦の間で、そして嫁姑の間で、互いに傷つけ合い、責め裁き

合い、あげくの果てに、昨今よくニュースで見聞きする事件へと発展していくこともあるでしょう。

この本を書いている最中にも、子供による親殺し、父親による一家惨殺、兄弟殺し、そして妻が夫を、夫が妻を殺す。また親の子供への虐待など、次から次へと事件は多発しています。

「世の中、いったいどうなってしまったのだろう」と、きようがく驚愕されている方も多いのではないかと思います。「何かが狂っている」、ぼくぜん漠然とそう感じる方もおられるでしょう。

その殺人も、憎しみのありったけを込めた残忍なものから、やむにやまれず行き詰まり、犯行に至ったものなど様々です。

「そうなる前に何とかならなかったのだろうか。解決方法があったのではないだろうか」、そんな声も多く聞かれます。

また、傍目^{はため}には皆幸せそうで、「いい人だった、人格者だった」という声も聞かれます。

そして、そのようなニュースが流れる度に、「人間の心の闇」という言葉をキャスターやコメンテーターなどが使っていますが、何か少し違和感を覚えるのです。

犯罪を犯した人々の心の闇について取りざたされていますが、その人達に限らず、すべての人が心に闇を抱えているという事実、そして、自分自身の闇を知る人が、果たしてどれだけいるでしょうか。

決して他人^{ひとごと}事ではないということを、認識している人は意外と少ないようです。

人は、なぜ家族という輪の中で戦うのでしょうか。戦うために生まれてきたの

でしょうか。

戦うために生まれてきたものではありません。でも、周りにそのような環境を整えてきたのは自分だということが、心を見るに連れて分かってきます。

心を見る環境を、自分で整えてきたことを自覚する、しないにかかわらず、その環境を自分のために生かせるか、そのまま流されてしまうのか、そこから大きな隔たりが生じてくるのは事実です。

何のために生まれてきたのか、自分の人生を生きるとはどういうことなのか、今一度、自分自身に問い掛けていくということが大事なのではないでしょうか。

心の中で爆発寸前まで溜まった怒り、苦しみ、悩みを何とかしたい、楽になりたい、幸せになりたいと願い、多くの人が田池留吉氏によって開かれていた

「心を見る学び」に参集してきました。

ほとんどの人が、あらゆる宗教やパワー、道徳などに救いを求めたけれど、それが果たされなかった。しかし、ここでは何とかなるかもしれないと、救いを求めた人達でした。

人は苦しいとき「救ってくれ、助けてくれ」と、常に外へ、解決に導いてくれるものを求めてきました。医者であったり、カウンセラーであったり、または拝みや、占い師、宗教、パワーであったり……。

一カ所では満足できず、次から次へと渡り歩いた方もおられるのではないでしょう。そして、自分の思い通りに事が運ばなければ「役立たず、裏切られた、お金を返せ」、そんな思いを出すのが、常ではなかったでしょうか。

しかし、心を見るということ、しっかりと受け止めて学びを続けていく中で、自分がいかに間違っていたかということに、徐々に気付き始めました。

長い年月を要しました。

人は肉体を持っているがために、そして、その肉を維持するがために、様々な心を使い続けます。様々な思いを出し続け、エネルギーを出し続けます。そして、苦しみを増していきます。

でも今、心を見えるということを通して、間違い続けてきた人生を振り返っています。

そして、やっと真実の道に出会い、オギャーと生まれてきた、その意味を心で知る機会に恵まれました。

苦しみがあつたからこそ、真実の道を歩み続けることができる。「苦しみは愛」という言葉が心に染み渡ってきます。

母親から肉をいただくことが、どれほどの愛なのか、一人一人が心を感じ始めました。だからこそ、夢うつつの中に、無駄に時を過ごして一生を終えるのではなく、今現在〇〇という名前を持つ自分と向き合って、自分の現状を知り、そして、本当の自分に出会う道筋を歩んでいく、その過程にあります。

この本では、周囲にいる方々が、様々な環境の中に自分を置き、親子、夫婦、嫁姑の関係で大いに苦しみ奮闘ふんどうしてきた様子を、そしてその中で、どのように自分を見つめ、そこから何を学んでいったかを、お伝えしていきたいと思います。

どこにでもある家庭、家族です。決して特別ではありませんが、ただ一つ、その中で心を見ていくということを知ったことが、それぞれに大きな変化をもたらし、幸せへの道を歩んでいる、そのように思われます。

しかしながら、それは決して容易な道ではなかったはずで、偽物にせものは通用しません。どれだけ表面を飾り、幸せを装っても、苦しいのは自分だから、本当の自分の心は決して誤魔化ごまかすことはできないから、みんな必死になって自分の心と向き合っていました。

この本を読んでくださっているあなた……、学びに集ってこられた方も、集ってこられていない方も、ここに載のっている方々は、あなた自身の姿です。決して他人事ひとごとではありません。

だからこそ、すべての方の前には、幸せへの道が開かれていることに気付かれるでしょう。

共に幸せへの道を歩んでいきませんか、あなた自身が一番それを望んでいる

のですから……。

そこで今一度、あなたの求めている幸せについて、自問自答していただきたいのです。

「家族が皆健康で、楽しく、互いを思いやり、和なごやかに和わ気き藹あい々と暮らしたい」「笑いの絶えない家庭を作りたい」「子供達も立派に一人前になって巣立ってほしい」と、当たり前のようにでありながら、しかし、なかなか実現不可能な理想をお持ちかもしれません。

子供のことで悩んでいる方は、何とかその悩みを解決したい。夫婦の不協和音で悩んでいる方は、何とか関係を立て直したい。嫁姑問題で悩み苦しむ方は、その問題を解決したい。そのように望んでおられるかもしれません。

でも、そのノウハウをいくらレクチャーしたところで、それは根本的な解決

には決して結び付きません。また、もともとノウハウなどないのです。

肉を基盤にして、いくらあれこれ思考を巡らせ、努力を重ねても、決して本当の幸せを感じることはできないということを、私達は体験してきました。

それでは、どうしたらいいのだろうか……。

そこから、私達の本当の学びが始まりました。

《目次》

はじめに	6
家族の中の争い	19
私と姑	35
母と娘	77
夫婦Ⅰ	98
夫婦Ⅱ	121
家族の中の幸せ	155
あとかき	160

家族の風景

地獄の世界からの脱出

家族の中の争い

家族の中で争いさかいが始まるとき、そこには大きなエネルギーが働きます。

争いさかいの原因は何でしょうか。お金でしょうか、夫や妻の異性問題でしょうか、仕事に就つかない夫や子供達でしょうか、子供の結婚でしょうか、嫁姑、介護かいごの問題でしょうか。

相手と思う、よかれと思ってそうしているのに……。でも、その根本には、他の思いがあることに気付かれるでしょうか。結局は自分のためではなかったのでしょうか。

相手を自分の思い通りに動かしたい、支配したい、それに逆らう言葉や言動

に直面したとき、あなたからどんな言葉が投げ掛けられるのでしょうか。どんな思いを発するのでしょうか。

互いが互いを征服したい、自分の言うことを聞かないものは抹殺まつざつしたい、そんな思いが飛び交っているとは、「心を見る」ということを始めなければ到底とうてい気付くことができません。

そして、心を見ていく中で、自分という人間が見えてきます。「自分は正しい、間違っていない」と、生き続けてきた人生を振り返ることができる。そして、「自分は間違いだらけだった、正しいことなど一つもなかった」と気付く機会を得たことが、喜びに変わっていきます。

お金に執着する自分、社会的な通念、常識、規範きはんで、自分の価値観つちかを培って

きた結果、それによって苦しむ自分に出会います。

最初は誰しもが、そんな自分は認めたくありません。自分の中の真っ黒な思い、エネルギーを知り、認めることを拒否します。でも、認めざるを得ない状況に変わっていきます。

なぜなら、変わりたいと願っている本当の自分を心に感じていくからです。そして、そんな自分に、決して逆らうことはできない流れの中に存在している自分を感じていくからです。

それがどれほどの愛なのか、心に感じていくからです。

どんなに汚い自分も、すさまじい自分も、今このように肉があるから感じることができる。これほどの喜びはないと、自分の心からそんな思いが湧き上がってきます。

あれほど嫌っていた自分の闇やすさまじいエネルギーを、「苦しかったね、ごめんね」と、温かな思いで包む自分を感じていきます。

それは、たゆまず自分の心を見ること、「母親の反省」「他力の反省」「正しい瞑想^{めいそう}」を進める中で、すべての人が体験していく過程です。

でも、心を見るという作業を日常している人は、ほんのわずかです。それが現在の世の中です。

家族の中でも、ただただ争い、真つ黒なエネルギーを撒き散らし、さらに関係を悪化させていき、修復のできないところまで行き着いてしまう。また、自分の心の中で抹殺^{まつざつ}してしまうことが多いように思います。

何のために家族が存在するのか……。そこには心を見る教材、自分を知るた

めの教材が山のように溢あふれています。

しかし、その教材に押しつぶされて、自分を見失っていく人が多いのも事実です。

私は昨今、ニュースで事件が報道される度に、もし一人でも多くの方が、自分の心を見るところを知っていてくれたなら、また違う生き方、人生があったのではと、残念でなりません。

田池留吉氏が常日頃伝えている自分の心を見ることを、真摯しんじに実践し続けていくならば、あえて望まなくても、いつの間にか泥沼から脱け出している自分を感じていかれるのではないでしょうか。

それでは、そろそろ本題に入っていきたいと思います。

古今東西、時代を超えて多くの人々を悩ませている嫁姑の問題、永遠の課題とも言われていますが、あなたはどうかでしょうか。

きつと今まで、その渦中におられる方々は、様々な思いを出してこられたのではないのでしょうか。

「いえいえ、私の家庭は皆仲良く、嫁、姑も本当の母娘のようです」と答えられると、つい「本当ですか、信じられない」、そんな思いが出てしまいます。逆に、「あんなに憎らしい人はいない。目の前から消えてくれれば、どんなにスツとするか。姑は丈夫なんですよ、まだまだ長生きしそう、ゾツとする」、そんな言葉を聞くと、ふっと自分が通ってきた道を想います。

私が、田池留吉氏によつて開かれていた「心を見る学び」に出会うきっかけは、たまたま勤務先の友人に、姑の愚痴ぐちをこぼし、その友人から「あなたはかわいそうな人だ」という言葉を浴びせられたときから始まります。

その友人の言葉が腑ふに落ちませんでした。親身に心配してくれるわけでもなく、同情ありませんでした。かえつて不平不満を口にし、自分を省みることなく、姑を非難し、裁き続け、荒く厳しく暗い波動をバンバン撒き散らしている私そのものを「かわいそう」と言つたのです。こんな友人と話をしても埒らちが明かないと、その友人まで憎らしく思えたのです。

でも、苦しいのは私です。私も毎日毎日、鬼のような、夜叉やしやのような顔で暮らすのはいやだという思いがありました。でも、夫の両親と同居してから、時折鏡で見る自分の顔は、どんどん暗く険しいものになっていきました。

これでいいのだろうか。こんな思いをするために結婚したのでも、同居したのでもない。私には私の人生がある。何とかならないものだろうか。そんな思いも大きく膨ら^{ふく}ってきました。

この学びに入った動機の一つは嫁姑の問題ですが、それは、寝ても覚めても、私の心に大きく圧^おし掛かっていたからです。この学びに入る以前、とある北陸の町で、道徳的な社会教育団体に所属しました。そこでは家庭の調和、夫婦のあり方、嫁姑のあり方などの話を聞き、多くの体験談なども聞きました。見るからに仲のよさそうな嫁姑にも出会いました。

でも、心の底からの朗^{ほが}らかさ、心の軽さを感じることはできませんでした。私には、無理やり形にはめ、こうあらねばという形に自分を追い込んでいく苦しさを感じました。実際、嫁の立場の人から苦しい心のうちを明かされたこと

もあります。嫁の愚痴^{ぐち}を耳にしながらも、「そう思わせる私に問題がある、私が至らなかった」と語る姑を見ると、口には出せないものの「嘘だ、欺瞞^{ぎまん}だ」と、何とも言えない虚しい腹立たしい思いを感じました。

なぜ、そのように感じたのか、当時は知る由もありませんでした。でも今、なぜ違和感を覚えたのか、誤魔化^{ごまか}しているだけだと思ったのか、はつきりと自分の心の中から伝わってくるものがあります。

結論を先に語るようなものですが、肉の世界を変えるのか、意識の世界を変えるのか、それは「似て非なるもの」、それがはつきりと伝わってくるのです。

嫁と姑、それは嫁にとっては夫、姑にとっては息子という一人の男性を仲立

ちに成立している関係です。結婚さえしなかったなら全くの赤の他人です。

赤の他人のときには、互いの間に憎悪も競争も諍いさかいもないのですが、一度結

婚すれば一人の男性を巡り、たとえ意識しなくても様々な感情が湧いてきます。

例えば、同じ言葉を娘から聞くのと、嫁から聞くのでは受け止め方に大きな違いがあることは、その立場にある方は経験済みではないでしょうか。同じ喧嘩けんかをしても、親子の場合はスツと忘れる。でも嫁、姑ではなかなか忘れることができない、それどころか、自分の中で増幅し、憎しみを増していく。そんな状態ではないでしょうか。

まず初めに、それぞれが相手に求めているものは何なのか、思いを巡らせても、そこにも大きなギャップがあるように感じます。

まず姑は、自分の大事な息子を託すに相応ふさわしいか、嫁をしつかりと値踏みし

ます。それ以前に、大事な息子を取られたような喪失感を味わい、その苦しみを嫁にぶつけるかもしれません。特に、自分が夫婦仲が悪い場合、一人息子である、長男であるということが、それに拍車をかけるかもしれません。

嫁は嫁で、もう夫と自分という二人の世界、関係しか眼中にありません。姑が何か一言言つても、余計な干渉、小言としか受け止められないようになっていきます。

ドンパチと争いを続けるほうも、言いたいことをグツと飲み込み我慢^{がまん}を重ねるほうも、本当はそのようなことは望んでいないでしょう。幸せになりたい、幸せになれるはずだったのにと、自分の人生は間違いだっただのかと苦しみの世界を増大させていくかもしれません。

世間では、嫁姑の問題を扱った小説、そして、コミックまであります。それ

を読んで、「ああ、うちと一緒だ。それにしても、何という姑、嫁、小姑か」と、自分の心の中にある憎しみを膨ふくらませていく方もいるでしょう。

逆に宗教的、道徳的に嫁姑の正しいあり方などを読んで、「そんなものか、そう対処したらいいのか、よし、心を入れ替えて頑張ろう」と分かったように錯覚しますが、心、思いはそう簡単には変えることができず、表面的に無理をしてかえって苦しくなっていくのです。

グツと無理をして、逆に「私がこんなに頑張つて努力しているのに」と、怒りを爆発させてしまうかもしれません。

お互いに苦しむだけ苦しんだらいい。でも、そこから本当は学んでいくことがたくさんあることを知ってほしい。そう思って筆を走らせています。

私も御多分に漏れず、嫁姑では本当に苦しみました。そこに、舅と小姑二人が加わり、様々な思いを出し続けました。何度、離婚を考えたか分かりません。「もう、やつてられない。夫には悪いけど限界だ」と、何度思ったか分かりません。でも、離婚しなかったのは、学びの中で自分の心を見続けることができたからだと思っています。

私が離婚するしかないと思っていたとき、私の心は「私は間違っていない。できるだけのことを精一杯やっている。間違っているのは理不尽なことばかり言う姑達だ。こんな良い嫁がどこにいる。今時、親と同居する嫁なぞ希少価値だぞ」という思いで充滿していました。今思えば、恥ずかしい限りですが、本当に最低の嫁でした。

姑から見れば、「偉そうに屁理屈ばかりこね、可愛げのない嫁」としか映らなかったでしょう。

互いに火花を散らし、自分のほうが優位に立って、相手に言うことを聞かそう、支配しようという思いで向かい合ったなら、そこに生じるのは不毛な争いだけです。過激な争い、陰湿な争い、様々でしょう。そして、苦しい日々を重ねていくのです。

そこから脱却^{だつきゃく}するのは、容易ではないのです。でも、確かな道がある。それを知ったことが、私には救いでした。

自分自身を知るために、自分のエネルギーを知る上で、最も重要な役を演じてくれた姑に、今はただ、「申し訳ありませんでした。ありがとうございました」と感謝の思いが湧いてきます。

かつて私は、実母から無償^{むしょう}の愛を、姑からは人を憎む、憎悪する思いを植え

付けられたと、友人に語ったことがあります。でも、それは大きな間違いでした。姑の存在があつたからこそ、私は自分自身の中に潜む膨大な闇ぼうだいに気付くことができました。そして、そこから本当の人生が始まりました。

「苦しみは愛」という言葉を実感しています。

真実の道、本当の幸せへ通じる道を、私に示してくれた姑でした。

私と姑

私は今から三十年ほど前、兄の紹介で今の夫と出会いました。私は初めての見合い、夫は両手では足りないくらい見合いを重ねていました。夫の見合いには必ず姑が付き添いました。姑が相手を気に入らず断つたものもあれば、相手から断られたこともあったようですが、私は「あの母親付きではなあ、そりゃ、断られても当然」と思っていました。

でも、夫と私の見合い当日、姑の入れ歯が真つ二つに割れ、見合いに出てこれられなくなりました。姑抜きの見合いは意気投合し、会って一週間で結婚を決めました。

縁というか、約束だったのでしょうか。もし、姑に会っていれば、互いに即座

に破談になつていたことは確かです。三十を半ばも過ぎた息子をチャン付けで呼ぶ姑に、「二人の関係は濃密そう」と、私は後に拒否反応を起こしてしまいました。

見合い後の初めての家族の顔合わせで、姑の豪傑ごうけつぶりはすぐに表れました。

口を開きかけた自分の夫に向かつて、「父ちゃんは黙つていなさい、あんたは次元が低いんだから」と一喝いっかつしたときには、私達家族は皆一様に不安を感じました。父は「この結婚をやめるなら今だぞ」と言い、兄は「本人はいい人なんだけどなあ」と紹介したことを後悔しているようにも見えました。母は自分が嫁姑で苦しみ、胃潰瘍いはいようにまでなった経験があり、娘も自分と同じような道を歩むのかと不安を感じたようです。

私は心の中で、結婚はもう決めていました。ビビッと来たわけではありませんが、この人なら気を遣わず、気楽にやっていけそう、真面目そうだし、ちゃ

んと養つてくれるだろうと打算まじりもありました。私が掲げていた条件も満点ではなくても、及第点でした。

すぐに同居するわけでもないし、もしかしたら、同居しなくても済むかもしれないという計算もありました。

美人でもなく、財産があるわけでもない、おまけに二十六歳という田舎ではやや遅めの年齢でした。

知り合ってから五カ月後に結婚しました。新婚旅行からの帰り、夫の実家に立ち寄ったときから、徐々に鉛を飲み込んだような状態になっていきました。

前の晩、姑に付き合つて夜遅くまで話したため、翌朝、寝坊してしまい、それがすぐ小姑の耳に入り、「嫁として心得がなつてない」と小言を言われました。「誰のため、寝坊したのか」と言いたいところをグツと我慢しましたが、腸が煮えくり返りそうでした。実家での滞在の四、五日は大変長く感じました。ま

た正月には帰省するということで、やっと、夫の赴任地^{ふにんち}へ帰ることができたときは、ほっとしました。

結婚して一週間もたつと、もう十年近くも一緒に暮らしていたかのような錯覚を覚えるほど、気楽な生活を楽しみました。風呂場は物置状態と化していたため、風呂を沸かせず、銭湯に車で行く状態でしたが、雪深い北陸地方のこと、まず、道路へ出るために雪かきを小一時間しなければいけない状態でした。それもまた楽しい思い出です。

夫の実家とは電車で四時間かかり、そう簡単に行き来できる距離ではなかったので、気楽は気楽でしたが、でも、電話がかかってくる度、どんどん重くなつていく自分の心を感じました。初めから、もう拒否反応を起こしていた。言わば姑を敵として見なしていた自分がありました。心にしっかりと壁を作り、「何も言わせないぞ。言われてたまるものか」、そう構えている自分がありました。

た。心はカチカチでした。

でも、長男です。いずれは夫の実家の近くに帰らなければいけないという思いがありました。それがいつも心の隅にへばり付き、気は晴れませんでした。

正月や夏季休暇などで実家に行き来する度に、どんどん、「こんな人達やっついていけるだろうか」という局面に出会いました。

小姑からは「いったいどういふつもり、親と将来は同居してくれるんでしょうね」と、念を押される始末でした。

「自分も親と同居し切れないで別居したのに、何を言うか」という言葉を飲み込んで、笑いで誤魔化していました。

北陸での気楽な生活も四年で終止符を打ち、結局は関西での暮らしが始まり

ました。

すぐにでも同居をと迫る姑達でした。しかし、同居するには家が手狭なため、家の改築をするまではと別居しましたが、姑には「あんたが同居したくないと○○ちゃんに言ってるんでしょ」と責められる始末でした。

現状の認識もせず、物理的に同居の不可能な住宅事情なのに「何を言ってるか」と、「くそー、くそー」の連続でした。でも、同居したくないのは事実です。あんまり近づきたくない、できるならずっと離れて暮らしたい、関西などに帰ってくるんじゃないかった、それが本音です。でも、私自身良い嫁を装っていたい、優しい人間でいたい、そんな矛盾だらけの本音と建前の間で苦しみ、すさまじいエネルギーを出し続けました。

今まで言われたことなどを思い出しては、「いやな姑だ」という思いを心の中で膨らませていったのです。

帰省のとき、舅の好物だと思つて豆煎餅まめせんべいを持つていくと、「土産は量より質でしょ。あれはほかしました」と言われ、味りん干しを持つていくと「今時、PCBが問題になっているのに常識がない。お向かいに来ていた職人さんにあげました」と言われ、何とも言えない悔しい思いをしました。でも、口答えは一切しませんでした。ショックで言葉が出なかったと言つたほうがいいかもしれません。

でも、何も言えない分、心の中に溜め込んでいったエネルギーはすさまじく、「この姑さえいなかったら、私は幸せになれるのに、くそ、はよ、死ね」という思いを強くしていきました。

いよいよ、家の改築に取りかかりましたが、その過程でも様々なことがあります。

ました。勝手に大工さんに交渉して、設計を変更したり、予算を超過する注文をしたり、文句を言うと、「どうせ、若い者の家になるんだから、あんた方のためにしてるんでしょ」と得手勝手なことを言います。

実際、設計の段階で、たまらない思いが募^つつて、「もうやめます」と住宅会社の人にも言ったのですが、丸め込まれ、改築が完成しました。

私としては、実家の親や友人の反対を押し切って「清水の舞台から飛び降りる」、そんな心境での同居が始まりました。

案の定、それはさらなる苦しみの始まりでした。一緒に住むということは、逃げ場がないということでした。別居しているときは、いやなことがあっても、いやなことを言われても、ある程度心の隅に追いやって一時忘^{いっとき}れることができました。気持ちを他のことで紛らわせていればよかったからです。

当時、自分の心を見るということも、まだいい加減なものでした。この学びに入ったもう一つの動機（チャネラーになる）のほうに心を奪われ、マイナスのエネルギーをさらに心に膨らませていたのです。自分の心を見るよりも、姑の心、思いを覗き、うまく対処しよう、上に立とうという思いでした。そんなエネルギーに支配されていた私は、すぐカツとなる、怒りやすい、プーツと膨れると、良いとこなしだったのですが、自分だけは正しい、間違っていない、優しいと錯覚していたのです。

様々なことでぶつかる度に、「この姑だけには負けたくない、屈服したくない」という思いを強くしていきました。今振り返れば、本当にどうでもいいことに掘われ、互いに意地を張っていたのです。

姑は、年寄りには珍しく、夜は遅く、深夜二時、三時まで起きていて、昼頃

まで寝ている、そんな生活パターンでした。だから、どうしても生活のリズムが合いません。お風呂も姑が入るのを待っていると深夜になるため、遠慮しながら先に入るようになりましたが、何となく入浴した心地がしませんでした。

食事も一家団欒いつかだんらんの雰囲気とは程遠く、さつさと済ませ、後片付けを終えると、そそくさと二階の部屋に引っ込んで、自分の時間を過ごしました。同居はしているけれど、家族というより、同居人という感じでした。

義父母は仲が悪く、食事中でも舅が何か話そうとすれば、姑は「テレビが聞こえない」と叱責しつせきし、ただ黙々と食べるという結果になってしまいます。私が話題を提供するという雰囲気でもなく、その知恵ありませんでした。

夫の顔を見ても、慣れているのか平然としています。でも、姑は普段は陽気な人なので、舅に対しては特別のようでした。初めのうちはその雰囲気にならず、食べた気がしない、食べても消化しない状態で、お腹をしょっちゅう壊し

ていました。

少しでも明るい雰囲気にと最初は努力しましたが、諦める気持ちが強くなりました。

こんな現状の中で、ますます心は頑かたくなに、そして、責め裁く気持ちが強くな
っていきました。間違っているのは相手、変わっているのは相手、常識がない
のも相手……。

私は少しも間違っていないと見下げ、軽蔑けいべつする。そんな思いを膨ふくらませて
いきました。

ほんの些細ささいなことでも、過敏に反応し、相手を受け付けない、受け入れない、
拒否する。そんな姿勢を強くしていきました。

家族の中で冷たい風が吹きすさぶ。でも、それを私は義父母の不仲のせいに

することで、責任転嫁をしていました。どちらか片方と二人でいるとき、姑からは舅の悪口を、舅からは姑の悪口を聞かされる状態でした。どちらも私を味方に付けようと思っていたのかもしれませんが、愚痴ぐちを聞かされる度に、その内容のすさまじさに、だんだん気持ちは暗く沈んでいきました。

義父母に対する私の思いも「何という人達か」と、尊敬、敬慕けいぼ、親しみなど、ますます消え失せてしまう状態でした。

しかし反面、その仲の悪さは、私にとって不都合ばかりではなく、私の心の中に溜うまった鬱憤うつげんを、「そうだ、そうだ」と収める役目もしていたのです。

義父母の不仲の原因の大部分は、お金が絡んでいました。昔から、浪費家の姑と、それを恐れてなかなか生活費を渡さない舅、二人の攻防は、周りをも暗くさせるものでした。

実際、姑は買い物をする事で、自分の心の寂しさを、虚しさを、やるせなさを埋めようとしていました。毎月、請求されるクレジットカードの額は相当なものでした。「自分のお金を使うのはいいけど、借金だけは残すなよ」と時々、「もつと舅がお金をくれたら」と愚痴ぐちる姑を見ながら、やはり姑を責める思いを膨ふくらませていきました。

今から、十五年以上も前のことです。学びも浅く、私は自分の心を見るということを真剣にしていませんでした。貝のように口を閉ざし、心を閉ざし、嵐が過ぎ去るのを待っていたのです。

どんどんすすまじいエネルギーを溜め込み、自分の中から、思いがけないエネルギーが噴き出してくる。そんな状況にも直面しました。

ある時、些細ささいなことで言い合いになり、姑が「出掛けてくる」と言ってドア

を閉じた途端、私はそのドアに向かつて、渾身こんしんの怒りを込めてスリッパを投げつけました。自分でもびっくりし、しばらく動悸どうきが治まりませんでした。こんな激しいものが自分にあるのかと初めて認識した出来事でした。その後も、姑の後姿、頭を見た途端、「この分からずや」と急に怒りが込み上げてきて、心の中ではフライパンを握り、頭めがけて打ち下ろしていました。

夢の中でも、自分の心を見せられました。階段から転げ落ち、玄関でのびている姑を階段の上から覗のぞき込み、「やれやれ、やっと死んだか」とほっとし、ピクツと動き始めた姑を見て、慌てて「お姑かあさん、大丈夫ですか」と取り繕つくろい、駆け寄り助け起こす、そんな心の状態を見せられました。

何一つ、本音では姑に向き合っていない。体裁ばかりを整え、良い嫁を演じ、周りにもそのように語る。「自分とはいったい何なんだろう」と、自分がいや

になりかけました。それでも、「こんな状況では致し方ない」と自己弁護する始末でした。

相手がこうだから、私はこう思う。こんなに苦しい、だんだん人が悪くなる、そんな勝手な受け止め方をし、自分の心の闇やエネルギーに真正面から向き合うことをしませんでした。

何とか現状を打開したい、けれど……。

私は表面的には、舅や姑に合わせ始めました。できる範囲のことは何でも言うことを聞くようにしました。でも、心の中は地獄谷のようにマグマがグツグツと煮えたぎっていたのです。

表と裏、見せかけの優しさと冷酷さを自分の心に感じていました。

学びでは自分が変われば相手が変わると教えられていましたが、長いこと、私はそれを肉の次元で捉とらえていました。逆らわず、できるだけ優しく、できる範囲で精一杯……。でも、肉の頑張りや努力は苦しくなる元でした。相手の感触が良ければ「私が努力しているからだ」と己を高くし、感触が悪ければ「こんなに努力しているのに、何という人達だ」という蔑みや、見下げる思い、責める思いが強くなりました。

自分が変わればという意味を全く理解せず、ただ表面的な変化を求めている私でした。

姑の生活は相変わらず気まま、わがままでした。舅とはほとんど口を利かず、世話もしない。食事の世話もせず、洗濯も自分のことはしても、舅の物はいつまでも洗濯かごに残っている状態でした。

全部、私がすることになるのですが、私がすれば、「そんなことする必要がない、ほつときなさい」と不機嫌になります。

舅の入った風呂は「汚い」と絶対入らないので、舅が入浴すると、風呂掃除をした後、また、姑のためにお湯を張り直す状態でした。決して納得できることではありませんでしたが、波風を立てたくないのです、姑の言う通りにする私でした。

姑は言いたいことは斟酌しんしゃくせず言いたい放題、町内の人ともよくぶつかっていました。「無理が通れば道理が引つ込む」、私は姑をそのような目で見つめ、この人が変わるなんてことは、絶対期待できないと思うようになりました。

当時、開かれていたセミナーに出席したいと、私はどうしても言いにくく、仕事に必要なセミナーだと偽いつわって出席していました。

姑は一度だけ、初期に山中温泉で開かれたセミナーに出席しました。だから、姑には言いやすくて、舅は信仰心が厚く、神社仏閣が好きで、全く信仰心なかった姑を、ぼろくそに言っていたので、本当のことは言いにくく、当時出版されていた本だけ渡すに留めていました。

日頃、窮屈きゆうくつで苦しい生活をしていても、セミナーだけは楽しみで、毎回、毎回、待ち遠しくてなりませんでした。

セミナーに出掛けるときは喜び勇んで出掛け、帰るときは「ああ、またあの暗いところに帰るのか」と、とぼとぼと帰る始末でした。

セミナーは私にとって息抜きの場だったのでは……、今考えると、本当にお粗末です。

遅々として進まない学びでしたが、自分の持っているエネルギー、すさまじい波動だけは感じざるを得ない、そんな環境に自分を置いていました。

「腹が立つ」と言葉で言えば一言ですが、でも、髪の毛が逆立つ思い、目の血管が破れるほどの怒りを、実際私はこの身体で体験し、心と肉体の関係を思い知らされました。でも、それは私の肉体細胞が、私に伝えてくれた愛でした。

姑はああ言えばこう、こう言えばああ、と頭の回転が速く、口では到底とうていかありませんでした。

喧嘩けんかする度に、姑の口癖は「あんたの世話にはならない、娘がいるから」でした。

それを聞く度に、「本当にそうだな、覚えておれ」という思いを出しました。何か気に入らないことがあれば、必ず「あんたの世話にはならない」を連発しました。また、「私はもうすぐ死ぬんだから、そしたら、あんたの好きなようにしなさい」も口癖でした。

「死ぬ、死ぬと言う人に限って死なない。きっと長生きする。私が楽になるのはいつたいいつだろう」と暗澹^{あんたん}たる気持ちにもなりました。

だから後に、長期間の介護^{かいご}は、やり切れない思いでいっぱいになりました。「あんな大きな口を叩いておきながら、何てさまだ」、それが偽らざる私の思いでした。

姑も私も身体の不調を感じていました。姑は同居してから、四、五年たった頃、不整脈を訴え、ペースメーカーを装着しました。その数年後、今度は脳梗塞^{のうこうそく}で倒れました。

口が利けなくなったとき、「あれほど言いたい放題言っていたから、罰が当たったんだ」そんなことを平気で思う嫁でした。「ざまあみろ」という復讐^{ふくしゅう}の

思いが私にあることを知りました。そして、情けない姿で横たわっている姑に向かつて、そんな思いを出す私は鬼だと、はつきりと自覚しました。

理由はともかく、「私が姑を追いつ込んだ」そんな思いでした。言いたいことを言いたい放題だった姑よりも、グツと我慢^{がまん}し、心の中で怒りの炎を燃やし、「今に見ておれ」という思いを出し続けていた私のほうが、よっぽど、たちが悪い。私の持つエネルギーはすさまじいと自覚した出来事でした。

しかしながら、自分の中の闇の意識、すさまじいエネルギーを確認しても、それを自己供養に結び付ける、自己供養を進めることは、まだまだ難しい状態でした。

反省はしても、頭の反省、反省のしつぱなし、放置状態、そのような状態でした。

姑の介護は実際、大変でした。心臓の発作を起こしたときは一週間、病院に泊り込みでした。近くに小姑がいるのに、「自分達は子供がいるから」と看病に来ることはありませんでした。「子供といつても、もう高校生、中学生にもなっているのに」と不満でした。そして、いざというとき、実の娘の手厚い看護も受けられない姑を何か哀れにも感じました。下着を汚しても「娘に洗濯させるのはかわいそう、嫁がやるものだ」、そんなことを平気で言う姑を憎みました。

姑の看病のあと家に帰れば、舅が「私はこの一週間肉氣にくけの物は何も食つたらん」と不満に言うのを聞き、「何を言うか、私は遊んでいたわけではない」と怒りが噴き出ましかずくらい娘達に持つてきてもらえばいいじゃないか」と怒りが噴き出まし

た。

身体が疲れ切っていたため、心に余裕がありませんでした。

舅の言葉を、全く肉で聞き、腹を立てる自分がありました。舅はやっと、一週間ぶりに嫁が帰ってきたので、ほっとした思いを感じたのでしょう。小さな子供が母親に甘える感じだったのでしょうか。「やつとおいしいご飯が食べられる」、それを伝えたかったのかもしれませんが、でも、そんな思いを受け止められる状態ではありませんでした。

今でも思い出す、私が舅に投げつけた言葉があります。仕事と介護かいごと日常の家事でクタクタになっていた当時、舅が「嫁とはこうあるべき……」と話したとき、「私はお義父とさんの世話をするために結婚したのではない、〇〇さんと結婚したんです」と言い放ちました。あの時の舅の何とも言えない今にも泣き

そんな寂しそうな顔を、今でも忘れることができません。

それを思い出す度に、ささくれ立っていた自分の心を思います。肉的にも、ちつとも優しくもなければ、自分のことばかりを考える愚か者だったと……。

振り返れば、私はあまり多言ではありませんが、時に積もり積もった思いを言葉に乗せるとき、痛烈にグサツと相手の心を突き刺す、言葉に人を殺すほどの波動を乗せていたことを思います。

「私は正しい、間違っているのはあなたです。その間違いを気付かせて、正してあげましょう」、一事が万事、そのような姿勢で、周りの者に対峙^{たいじ}していたのです。教祖的、高圧的、他力の世界に存在する私でした。

自分が作り上げた常識、知識、社会通念で、人を判断し、責め裁きました。

自分の決めた枠からはみ出る者は許せない、そんな思いでした。

すべてこの肉を基盤にした私の生き方は、自分自身を苦しめ、周りの者を苦しめていきました。

姑が脳梗塞のうこうそくの後遺症で言葉を話さなくなってから、私は初めて姑に真正面から向き合うことができました。そして、姑の思いに心を傾けるようになりました。

私は姑の言葉や行動ばかりを見て、それをがっちり掴みつか、自分の心を汚し続けてきたこと、自分の心の目が曇っているが故、姑の心に存在する温もりに気付くことができなかったこと、間違っていたのは誰でもない自分自身だったことに、少しずつ気付かされました。

そして、私自身が肉を振りかざし、自分の中の温もりに気付くことができない

かったのだと気付きました。

何を守ろうとしていたのか、自分の何を表そうとしていたのか……。

守るものも、誇るものもない。姑と競い合っていたことは、すべて些細な肉のことだった。いったい、どうしてそんなに固執していたのかと思えることばかりでした。自分の何を認めてもらいたかったのか、何を評価してほしかったのか、まさしく、それは肉を基盤とした、愚かとしか言いようがないものでした。

義父母間の不調和も、あとから聞けば、すべてに理由があることでした。そして、それは二人の間の問題であり、それぞれの教材だったのです。

私が何とかしてあげられないか、何とかできないかと思ひ煩うことは必要ありませんでした。そして、肉的な表面上の不仲を心に掴み、それで自分の心を

右往左往うおうさおうさせる必要はありませんでした。

自分が家族の中に溶け込めない、私の心が姑や舅を拒否していることを知っていたから、自分を正当化する理由を探していただけだったのです。

そのような環境の中で、それぞれがすべて自分の心を見るだけでよかったのです。

姑は十年近く、入退院を繰り返しながら闘病生活を送り、九十歳で亡くなりました。姑の今世を思うとき、ただ残念だったという思いが残りました。真実の道を少しでも知って、自分の心を見えるということを学んでほしかったと思いました。

死後、荷物を整理したとき、たった一度セミナーに参加したときに書き記した「母親の反省」が出てきました。優しかった自分の母親のことが書いてあり

ました。「お母さんが好きだったんだね」、そう感じました。

セミナーに参加したとき、素直に母親の反省を書いてくれた姑の優しい思いが伝わってきました。

何度か生前、姑とは学びのことを話す機会がありました。「心を見る」ということを伝えても、今思えば自分自身が何も分かってはいなかったのですから、伝わるはずがありませんでした。

姑には「あんたは苦勞知らずのお嬢さん、甘ちゃんだから」と、よく言われました。姑が自分の苦勞話をして、「戦時中、戦後は皆そうじゃないのか」と適当に聞き流していました。

この学びで人を判断し、裁いていた。同じ土台の上に立ちながら、「あなたと私は違う」と思っていた自分の愚かさが浮上してきます。

舅は姑より六年早く、肺炎で三カ月入院した後、やはり九十歳で他界しました。

残された日記には、私の悪口がいっぱい書いてありました。

長男で一人息子なのに子供がいなし、「墓は誰が守る」という思いもあったのでしょう。「家の家風に合わないから、早く実家に帰したほうがいい」とか、「息子が甘過ぎるから、嫁がのさばる」とか、「セミナー、セミナーと言って外泊するが、あれは怪しい」とか……、読んだときには、怒りで心臓がドキドキして、予約していた歯医者のことすらすっかり忘れてしまうほどでした。

「あれほど、姑に代わって世話をし、入院したときには日に何度も病院に通い、看病したのに」とか、「こうもしてあげた、ああもしてあげたのに恩知らず」という思いが上がつてきました。情けない思いもしました。

でも私は、するべきことはしなければという義務感で何でもしていた。周りから何も言わせないぞ、文句など付けさせてなるものかという、そんな自分を守る思いしかなかったことを、改めて感じました。舅を思う優しい思いなど、ありませんでした。心の中は、「あんたのせいで家がぎくしゃくしている。自分だけ正しいと思って、この頑固者」と責める思いでいっぱいでした。常日頃、「わっしは元気だから、百まで生きる」という言葉を、「うへー、それは勘弁してくれ」という思いで聞いていたのです。

でも、その舅の残した日記があったが故に、偽物にせものの優しさなど通用しないこと、冷たい頑かたく々な心で、いやいや義務感でこなしていた様々な世話が、舅にはバレバレだったことを、「さもありなん」と納得することができたのです。

そして、舅の心の寂しさ、孤独感が突き刺さるように感じられました。

「優しい気持ちで接することができなくてごめん。偽り続けてごめん。苦しい一生だったね」、今でもその思いが残ります。

当時、私は何も伝えることができませんでした。私から流れるのは冷たい氷のような波動でした。

姑の世話と、舅の世話を掛け持ちでしていたとき、疲れ切り、体重も減り、よろよろとしながら姑の入院している病院へ通う私の姿を、義弟がたまたま見かけ、「あれでは共倒れだ」と姑の世話を手伝ってくれる人が必要なことを、夫や義妹達に言ってくれました。そして、手伝ってくれる人も見つかりました。だから、その後は無理を何とか、義務感で介護かいごすることはなく、「姑に会いたい」と思うときに病院に行き、そして、そこで私なりの反省を進めていきました。

葛藤^{かつとう}がなかったわけではありません。やはり、親は自宅^{かいてこ}で介護^{かいご}し、看取^{みと}るべきという社会通念^{しやかいつうねん}が、いつも心の片隅^{かたぐも}にありました。それができない、「とても無理だ」という思いが、「私は姑を見捨てている」という思いに繋が^{つな}がり、苦しんだこともありました。

自分を正当化する理由を何かと見つけては、心の負担を軽減^{けいげん}し……、でも、やはり自分を誤魔化^{ごまか}している、そんな思いを抱えながら、これまで姑に出し続けた思い、当時の思いを一つ一つ紐解^{ひもと}いていきました。

不思議なことに、姑の顔は日に日に優しく見えました。笑った顔が特に可愛らしく映りました。

何も喋^{しゃべ}りはしないのですが、温かな思いが伝わってきました。顔を見ている

だけで、ただ涙が溢あふれてきました。

脳梗塞のうこうそくの後、あれほど賢かった姑も痴呆状態ちほうが進み、何を考えているのか分からないう状態でした。

肉がいかに限りあるものか、頭脳を誇つても悠久ゆうきゆうのものではないことを教えてくれました。でも、頭脳が衰えてきても、意識は逆に冴さえてくるということも、姑の姿から学びました。

私の出す波動を見事にキャッチし、的確に波動が返ってきました。決して誤魔化ごまかすことのできない世界が存在することを、姑は伝えてくれました。

実際、姑を引き受けてくれる病院を探すのも一苦勞だったことがあります。そんな時、「いったいこの人はいつまで生きるつもりだろう。いい加減この人の世話も疲れた」、そんな思いを出すときに限って、姑は不機嫌になり、怒りつぽくなり、思いがけない行動をしました。

姑と私の間には言葉は介在しない、そんな世界があることを知りました。日常、いかに言葉で人を騙し、自分をも騙しているか、言葉の虚しさを知りました。

ただ、ベッドの横に座り、姑の側にいる。それだけで申し訳ない思いが噴き出してきて、懺悔ざんげがあったり、私の心の奥深くに潜んでいる闇が突然噴き出してきたりと、自分の心に真正面から向き合う時間を持つことができました。

姑の肉があり、私の肉があるからできたこと、今はそんな時間が持てたことを本当に嬉しく思っています。

介護かいごで疲れたときには「早く死ね」と思ったり、喧嘩けんかしたときには「ぶつ殺してやる」と思ったり、でも、そんなことで捕まるのも愚かだと理性は勝っていました。が、「発覚しない殺人の仕方があればなあ」と密かに思ったことは、

嘘偽りのない事実です。

それほどのすさまじい思いを持ちながら、「私は素晴らしい、立派」と、すべてを欺^{あざむ}いていた自分を思うとき、真っ黒な自分を知るための存在、まさしく姑がその役目を果たしてくれたと感謝しかありません。

過去、転生を重ねながら、積み重ねてきた闇のエネルギーを気付かせてくれる最高のパートナーでした。

姑が亡くなってから、初めて夢に出てきたとき、少しギョツとし、「あれ、死んだはずなのに、生きていたのかな、何か言いたいのかな」と、ふと思いました。

でも、そうではなく、自分の心がまだ姑の肉を掴^{つか}んでいただけだと思いました。まだまだ心の奥深くにしまい込んでいる闇の存在を感じました。

少しずつ自己供養が進むに連れて、自分の心の中に存在する温もりを少し感じ、その思いで姑を思うとき、「間違いに気付かせてくれてありがとう」という思いが湧いてきました。そして、それがとても嬉しくなりました。

あれほど煙たい存在で、憎らしく、いやな存在だった姑が、どれほど大きな心で私を見守り続けていてくれたか、許し続けていてくれたか、その存在の大きさ、懐の深さを感じ、正直「かなわない」と思いました。そして、姑がどんな愛しく感じられるようになっていきました。

私に、その愛を充分受け止める心の準備ができていなかった。それほど、私は愚かで怠慢^{たいまん}でした。

「目に映る姿や、耳に聞く言葉に左右されることなく、人間の本質に目覚め

ること、そんなあなたに成長してください」というメッセージが込められていました。

姑と共に過ごした二十五年間、本当にいろいろなことがありました。あんなこともこんなこともと、かつてはその当時のエネルギーを心に思い起こし、感じることもありました。忘れていた怒りが蘇よみがえることもありました。

ふと思えば、今はほとんど忘れているわけではないのに思い出さない、そんなことはどうでもいいことだったのだと思うのです。ただ心を見るために、自分を知るために存在してくれていた肉でした。

今、私が感じているのは、姑の温かな思い、優しい温もりです。

今現在、夫との生活を楽しみながら、時に肉を掴つかみ、心は多少揺れますが、

また、それも楽しんでいます。

夫は訓示が好きです。時にクドクドとしつこいほど蒔蓄（うんちく）を語ります。

私は思わず、「分かった、分かった。うるさい、しつこい。もうそれ以上喋るな、聞きたくない」という思いが出て、言葉よりも先に夫の頭に袋をかぶせてしまい、やはり自分の荒いエネルギーを知ります。

日々、心を見ながら暮らす、そんな道があることを知ったことが、何よりも嬉しいと思っています。

嫁と姑の葛藤（かつとう）の最中には、一切口を出してこない夫でした。何かの折に、愚痴（ぐち）をこぼしつつ、「かばってくれない」と夫を責めたことがあります。「僕が口を出しても解決しない、かえって火に油を注ぐようなものだろ。親は老い先

が短いだから、もう少しの辛抱しんぼうだ」と言われても、「古い先が短いとは限らない。こつちが先にぼつくり逝つたらどうする」と詰め寄つたこともあります。それでも陰になり日向になりながら、いろいろと氣遣つてくれていたのだなあと、今になって感じるが多々あります。

私の実家の母は、長男の所に嫁ぎ、三十年以上姑に仕えてきました。大正生まれの女性はそれが当たり前でした。姑、小姑との軋轢あつれきで胃潰瘍いはいようにまでなり、実家から、もう戻つてきてもいいと言われるくらいでしたが、ただ子供のために思つて、自分さえ我慢がまんすればと、齒を食いしばつて耐えたと言います。

娘時代は、それを聞き、「頑張がんつたんだなあ、苦労したんだなあ」と思い、そんな母を誇らしくもありました。でも、この学びをするようになって、「ああ、苦しい日々を送つてきたのだな。どれほど自分の心を痛め汚してきたの

か」と思うようになりました。兄が結婚し、そのお嫁さんに対しても、最初は物分りの良い姑でいたようですが、父が亡くなり、兄の家に同居し、共に生活するようになって、様々な思いが湧いてきたのです。嫁が言葉厳しく理路整然と姑に向かって物を言うことを、とても受け入れられない、そんな母でした。

私に、よく愚痴をこぼしました。「優しさが足りない、何かあると凄い剣幕で物を言う」。私は自分も嫁の立場でしたから、母の気持ちも分かるけれど、嫁の鬱陶しい気持ちも分かる、そんな状態でした。母は、この学びで「心を見る」ということを知ってはいましたが、高齢で自分の価値観でコチコチの状態でしたので、なかなか反省の真髄を掴むことは難しい様子でした。

母が愚痴る度に、「お母さんの気持ちも理解できるけれど、お母さんのときとは時代が違うのだから、ただひたすら、自分から出る思いを見ていくしかない、責めても裁いても事態は変わらないのだから」と言うしかありませんでし

た。娘に味方してもらえない母はがっかりし、不満もあったかもしれません。母に同調し、母親の肩を持つことは簡単です。でも、それは母のためにはならない、そんな思いでした。

母の心の奥には、自分はあれほど姑に尽した、今度は自分が尽してもらって当然、大事にしてもらって当然という思いがありました。

尽したという行為よりも、その時に出した思いが大事で、尽した自分を誇ったり、「よくやってきた」と自画自賛する思いを見ていかねばと伝えました。

母の中には、他力で培^{つちか}ってきたギブアンドテイクの世界がありました。すべて自分の心を見るために、自分が設定してきた環境であるということを、心で理解することはとても難しかったようです。

それでも、いろいろ腹が立つ度に、悲しい、情けない思いをする度に、少しずつ心を見るということを始めました。

自分の物差しで人を推し測つてはいけないということ、年長者だから自分は正しい、言うことを聞きなさいという思いが間違っているということ、相手を許せないという思いの根本を見ていくこと、それを少しずつ始めていきました。長い年月の間には、紆余曲折うよきよくせつがありました。居たたまれず、私の家に何カ月か息抜きに来たことも数回ありました。

また、「父と暮らした家に戻つて、一人で気楽に暮らしたい」と言つたこともあります。足腰が弱つて一人では何もできない状況であつても、そのように望む母の思いを聞くと、「現状を理解できないほど、年を取つたのか」と暗澹あんたんたる思いになったり、そのような状況でも、あえてそう言わねばならない母の心情を思うと、何とも言えない思いになりました。

でも、少しずつ心を見るうちに、だんだん母の愚痴ぐちは少なくなつていきました。時に、兄や兄嫁に対する感謝の言葉が出ることもありました。

私に、自分の死後、兄や兄嫁に心から感謝していたことを伝えてくれとも言いました。私は母の死後、自分の言葉も添えて、「長い間、母の世話をありがとう」と伝えました。

私の目から見ても、兄嫁は感じが変わり、随分と柔らかい温かな表情で、母の病床に付き添ってくれました。

私は母を想うとき、たとえ短い間でも、共に学び、心を見えるということを知ってもらったことを本当によかったと思っています。

他力の道を私に伝えた母でしたが、約束通り、私は母にこの学びを伝えることができました。でも、他力の道を伝えられたことも、私には必要なことでした。

私を取り巻くすべてのものが愛であった。母、夫、姑、舅、友、すべてにありがとう、その思いが広がります。

母と娘

さて、次に紹介するAさんは、苦しみの日々の中から少しずつ、自分を見つめ、必死になって泥沼から這い出してこうとしている方です。

この学びに出会わなかったなら、心の中に堆積たいせきされた闇、すさまじいエネルギーに気付くことなく、一生を終えていったのではと思います。

Aさんは何不自由なく娘時代を送りました。身体が弱かったということもあり、かなりの過保護の中で育ちました。

母親は彼女のためになることならと、様々な形で尽力じんりよくしました。でも、それが彼女には少々鬱陶うつとうしかった。いつも母親の目が彼女に注いでいるような重圧を感じていました。

母親は「自分の尽力じんりょくで娘は一人前になった」「私がいなかったら……、私がいたから、今のあなたがある」、そんな思いでAさんを見つめていました。

Aさんは、表面的には母親に素直に従い、また、頼り切っていました。母親の言うことには、すべて「はい」でした。でも、心の奥底には様々な思いを溜め込んでいました。しかし、そのことに気付くことがありませんでした。

その溜め込んだ思い、エネルギーを知る方向にすべてが動いていきました。自分自身が自分のために計画したことでした。

Aさんは、結婚してからも身体の不調を時々訴え、母親もそれをとて心配していました。ある時、今まで体験したことのないような背中の激痛を覚え、病院に担ぎ込まれましたが、様々な検査をしても原因が分かりませんでした。そんな時、藁わらにもすがる思いで母親の信じていたある団体に参加しました。

初参加のとき、突然指名があり、お世話係なるものに任命されました。それはその団体に所属しているすべての人の羨望せんぼうを集めるお役だったそうです。

Aさんも何が何やら分からないまま、それでも、「自分は選ばれた者、特別だ」という思いを膨ふくらませていきました。母親も、彼女がその役目を果たせるよう、不安ながらも協力していました。

でも、Aさんは心の底では、何か疑問や不安も感じていました。良いとされる色調で精一杯着飾り、宝石を身に付け、形を整えるその集団は、傍目はためにもすぐ〇〇会だと分かるような存在でした。その時その時で状況が変わる。昨日まで素晴らしいと持ち上げられていた人が、突然、今日は除名になる。今まで人が集まっていたのが、蜘蛛くもの子を散らすように、その人を避けて通る。いつ自分が必要な立場になるか、不安と恐怖の心も湧いたそうです。

その頃、その団体に所属している人から、田池留吉氏が当時小規模で開いて

いた勉強会に誘われました。

初めて参加したとき、所属していた団体は、「悲しくても苦しくても、笑いなさい、嬉しそうにいなさい」と教えていたため、その勉強会は皆メソメソと下を向き、泣いてばかりいる人が目立ったため、何と地味で暗い学びかと思っただそうです。

田池留吉氏はその会が終わったあと、「どうでしたか」とAさんに問い掛けました。Aさんは「はい、この学びもいいところがありますが、今所属しているところもいいところがあります。両方のいいところを取り入れて生活していきたいと思います」と、答えたそうです。二足のわらじどころか「何を言っていたのか」と、今は顔から火が出る思いだと語っています。

この学びには、すんなりとは入ってこれませんでした。でも、所属していた団体への興味も急速に失われていきました。

二、三回目くらいのときに、母親は「あんたが騙されたらいけない」と学びに付いてきました。何回か近くで開かれていた勉強会に参加するうちに、まだ掛け持ちをしていたものの、だんだんとこの学びに惹かれるものを感じていきました。

ある時、母親と共に勉強会に参加していたとき、母親が「老後が心配だから、娘の近くに小さな家を買って転居しようかと思っている」と話しました。田池留吉氏は「いいえ、娘さんが今あるお母さんの家に入ったらいい。そしたら、すべてのことがうまくいく」と答え、母親はその気になりました。母親は、八卦見^{はっけみ}、墓相、手相、滝行、護摩焚き、改名、ありとあらゆるものに首を突っ込んでいました。それが、家族の幸せに繋がると信じ切っていました。しかし、母親の望みを満たしてくれるものは、ありませんでした。

だから、「すべてがうまくいく」という田池留吉氏の言葉を掴^{つか}みました。す

べてがうまくいくならばと、乗り気になりました。

Aさんの夫は、「自分にも母親がいる。婿でもないのに、家に入るのは……。それに簡単には決められない、本当の息子もいるのだから、その意見も聞かねば……。少し考える時間が欲しい」と言いました。もったもたことなのですが、母親はそこで少し機嫌を損ねました。

しかし、結局その一年後には同居が決まり、家の改築をした後、同居に踏み切りました。母親は初めから、何となく不機嫌だったそうです。

Aさんは住宅を買い、ローンも払っている状態でしたが、その家を処分し、手に入れたお金で改築費用も捻出ねんしゅつしました。しかし、その改築は母親の気に入るものではありませんでした。後に母親は、周りの人に「庇ひさしを貸して母屋を取られた」と、その不満を表現しています。家賃も取らず家に住まわせてやっているという思いもあったようですが、Aさんに見れば、「それはないだろ

う」と不信感を募らせました。

同居してからは、母親にとつても、Aさんにとつても、また夫にとつても、苦しい日々が始まりました。

セミナーに参加し始めた頃、「母親の反省」の時間は退屈でした。Aさんは母親に反抗したこともない。すべてに「はい」で母親を大好きでもあり、不平不満などこれっぽちも思ったことがない。そう思っていたため、田池留吉氏にその旨伝えましたが、「それでも書いていくんです」という答えでした。

それが、同居しだしてから、「そうではなかった」ということが、はつきりと自分の心で分かってきました。

Aさんは「同居したら、ローンも払わなくてもよくなり、経済的にも楽にな

るかも」という思いもあったそうです。でも、そんな欲を出したから、こんなに苦しい思いをしている、田池留吉氏が同居するよう勧めたから、こんな目に遭っている、どんな恨む思いを膨らませていきました。自分の中のお金への執着の心も見せられたようです。

母親もAさん同様、苦しさが増す度に、田池留吉氏を「何事もうまくいくなんで嘘だ。いいことなど一つもない」と、恨む気持ちが膨らんできました。

Aさんの母親は気が若く、しっかりといてなかなか娘夫婦の言うことを聞くような人ではなさそうです。「自分は正しい、間違っていない、自分がすべてを取り仕切らねば」という思いで、また、それが一番ベストなのだと信じていました。だから、様々なことで、些細なことで衝突しました。Aさんは頭をギョツと抑え付けられているような感覚、ことごとく突っ掛かってくるよう

な波動を感じ、「殺してやりたい、死んでしまえばいい」と思うこともありました。「いったい、いつまで生きるつもりか」、そんな思いも湧いてきました。

田池留吉氏を恨む気持ちだが、ますます募^つりました。

「あんたは、私を突こうと槍を隠し持っている」と田池留吉氏に言われたこともありました。もう一つピンとは来ませんでした。

母親は事あるごとに、「私はいつ死んでもいい、早く迎えが来ないかなと思っている」と言っていたようですが、それもAさんの神経を逆なでする言葉でした。そんなことを言う割には、身体を大事にし、よく医者にも通う、そう思うこともありました。「くそー、くそー」の連続でヘトヘトになることもあったようです。

家を出ていきたいという思いもあったでしょう。でも帰る家も、もうありま

せん。新しく家を購入する余裕などありませんでした。

それなのに、諍いさかいがあると、母親に「家を出ていきなさい」という言葉を浴びせられ、その度に、母親を恨む、憎む思いが湧いてきました。「なぜ、そんな意地悪なことを言うのか、それが母親の言う言葉か」と、心は大きく乱れました。

でも、「ここで頑張るしかない、自分の思いを変えていこう」、その思いで学びに積極的に打ち込むようになりました。そして、この学び一本に賭けていました。

しかし、互いに肉を持っているということは、なかなか大変なことです。

結婚してから、実の母娘が同居して、互いに以前とは違った感覚を感じたのではないのでしょうか。子供を持てば親よりも子供、そして配偶者も共にいる、

その関係は自分の娘でありながら、以前感じていた娘とは違うAさんを感じていたのではないだろうか。自分を信頼し、何でも頼っていた娘が、いっばしの口を利く、偉そうなことを言う、「このまま家を牛耳ぎゅうじられてなるものか」という思いがあつたのかもしれない。

そのため、ことごとく前面に出てきて、何やかやと差配さはいする母親を、Aさんは、「もう少し静かに、控えめに、年寄りらしくしてくれたらいいのに」と思つたことも多々ありました。

また、互いに気を使う、相手に良かれと思つても通じない、かえって逆効果ということも多々あつたようです。

ぎくしゃくした関係の中で、ある日、母親が庭の水撒きをして足を滑らせ、ホースを持ったまま石段から転げ落ち、蛙のように引っくり返っていました。その時、呆然と眺め、心配するより先に、母親が怪我をしたら、世話をし、面

倒を見るのは自分、それは大変だ、いやだという思いが出て、自分ながらびつくりしたそうです。

でも、何も分からぬまま、「私が突き落とした」という思いが、ふっと浮かんだとも語っています。

また、諍いいさかのとき、瞬時に出るすさまじいエネルギーを感じ、自分の中にある闇、エネルギーに否応いやおうな無く対面していくようになります。母親の言葉、態度に逆上したこともありましたが、でもその後、怒りが治まってみれば、あとに残るのは、自分の心をさらに汚したという虚しい思いでした。

母親の反省を重ねながらも、時に母親の温もりを感じながらも、実際、姿を見て言葉を聞けば、相手を責め、腹の立つことも多く、何度も自分はダメだ、埒らちが明かないと落ち込むこともありましたが。

しかし、ただひたすら自分の心を見るだけ、相手の闇を相手の闇とは思わず、自分自身と捉^{とら}えて心を見ていくように努めました。

いろいろと世話をしても、素直に「ありがとう」と言えない母親、初めはそのことにこだわりました。「何て素直じゃない人か」と……。でも、だんだん、それを責めるのではなく、自分もそのような状態ではないのか、夫との関係を振り返りつつ反省を進めていきました。そして、「ありがとう」の言葉を期待している自分、世話をしている、こんなにやってあげているのと思う自分を見つめていきました。

Aさんの根底には他力そのもの、ギブアンドテイクの世界がありました。

そして、自分がどれほど母親に愛されていたか、一人で大きくなったように錯覚していた自分を感じていきました。自分のほうこそ、母親に対して心から

の「ありがとう」の思いが欠けていたことに気付きました。

Aさんは夫に対しても遠慮えんりょがありました。なかなか扱いが大変な母親と一緒に暮らしてくれている夫に、それこそ「ありがとう」の思いが欠けていたこと、夫の欠点ばかりに目を向け、「こうあってくれたらいいのに、ああであってくれたらいいのに」という思いを膨ふくらませていたことに気付きました。夫に対しても、すさまじい思いを出し続けていたことに気付きました。

退職後の夫が、家でゴロゴロしていると「嵩高かさたかい、男は働いてなんぼだ」、そんな思いが噴き出すこともありました。

夫はいくら学びに誘っても、ずっと拒否し続けていました。「あんたら二人を見ていたら、どんな勉強をしているのかと疑問に思う」、その言葉には反論のしようのない自分を感じていました。「変わる、変わると言って、ちつとも

変わっていない。家には己が偉い、聳え立っているエベレスト、チヨモランマが二人いる」、そのように二人を評していました。

誘えば誘うほど頑かたくになりました。

でも、Aさんの夫は普段からホームページを読み、本のCDなども聞いていました。意識では相当学びが進んでいたはずです。まさに時期が来ていたのでしよう。

最後のセミナーに初参加したとき、田池留吉氏に「妻から聞いていたのと、実際参加したセミナーの場は大きな違いがある、凄く感動した」と伝えたそうです。

本当によかったと思います。これから自分の心を見る学びをどんどん進めていかれるでしょう。

不幸の始まりだと感じていた母親との同居ですが、それは不幸ではなく、本当の自分を知るために自ら設定したことでした。

初めは田池留吉氏を恨みました。同居をするよう勧められたばかりに、こんなに苦勞し、苦しんだ、あとには引き帰せないと……。

なぜ、Aさんが母親の家に入るよう勧められたのか。なぜ、母親が家の近くに転居してくるのではいけなかったのか。そこには大きな意味があったように思います。

背水の陣を敷いて、Aさんが母親の家に入ったからこそ、様々な出来事があったても、逃げ場所がない故に、真剣に心を見るところという実践が進められた。そうでなければ、逃げていたでしょう。逃げたら人生は失敗です。とことん心を見ていくことで、初めて体験する喜びを感じていつてほしいという、田池留吉氏

の思いがあつたのではないでしようか。

苦しみを転じて喜びへ、生きていく基盤を変えていく、そのことに努めなさいという思いではなかったでしようか。

今現在、Aさんはたとえ周囲がどうであろうが、自分の心を見ていくことに、一瞬心が揺れて、大きく振り子が揺れても、そこからまた心を見ていくことを実践しています。

どんなにすさまじいエネルギーが噴き出しても、闇が出ても、それを認めることを躊躇ちゅうちよしてはいません。あるがままの自分を受け止めていくことが楽であり、嬉しいと感じています。

勉強会やセミナーでは、心を見ていく教材もたくさん与えられました。

「顔は菩薩ぼさつで内面夜叉やしや」と言われたことも、同居して心を見ていく過程で何

度もその言葉を思い出し、納得もしました。まさしくその通りだと気付くこと、そしてまた、気付くことができたことが嬉しいと思うAさんです。

Aさんの意識は、以前は「お母さんなんて大嫌い、苦しい」と語っていました。でも、今は次のように語っています。

「自分が苦しいということも分かりませんでした。なぜ、母親の顔を見たら様々な思いが噴き出してくるのか、噴き出してくることが、それが苦しいと感じていたのです。そんな自分を認めることができませんでした。でも、様々な思いが噴き出してくる自分を受け止める勇氣と素直な思いがあったなら、私は本当は幸せな存在なのだという事に気付き始めました。

母の姿を見た瞬間に出る思い、言葉を聞いた途端に出るすさまじいエネルギー

し、それこそ自分が培^{つちか}つてきたものでした。母がどうこうではなく、そんなエネルギーを知り、そこから本当の自分に帰っていきたい、その思いが強くなったから、私は自分で心を見る場を設定してきました。『お母さん、協力してください』と願ったのは私でした。

年老いた母は必死で演じてくれます。『娘よ、氣付きなさい』、その思いに応えることをしてきませんでした。いかに責任転嫁をしてきたか、私の心は常に外を向いていました。間違っていたのは私でした。

肉をいただいた喜びも、姿を見ることが消し飛んでいた。それを母のせいにしていた私は愚か者でした。母の肉など、どうでもよかったのです。私は自身を信じて、この心にある温もりを信じて歩んでいけばよかったのです。

お母さん、申し訳ありません。わがままな母と思っていました。でも、私かわがままでした。夫に対しても、子供に対しても、そして自分自身にも、わが

ままいっぱいでした。母と暮らす残された時間を大切に、しっかりと心を見つめていきます。」

Aさんは、まだまだ「他力の反省」も進めていかねばと思っています。日常生活の中でも、他力の思いが見え隠れするからです。

他力の根底にあるのは、戦いのエネルギーそのもの、家族の中での争いも互いに負けてなるものか、相手を踏みつぶしてやりたいという思いの上に成り立っている。しっかりと「他力の反省」をすることが自分にとってどれほど大事なことか、ひしひしと感じ始めています。

そして、瞑想を進める中で、自分の闇と対面しながら、また、温かな自分をも感じている状態です。

きつと、これからも夫と共に、本当の自分に出会う道を歩んでいかれること
でしよう。

夫婦 I

次に紹介するBさんは、今から十年ほど前に、この学びに出会いました。

社会教育団体A会に、共に入会していた方からの誘いでした。

子供のことで心配事があり、「それだったら、この学びがとてもいいよ」ということで誘いに乗りました。

Bさんは九人兄弟の末っ子で、母親にはとても可愛がられていましたが、小学校三年の時には、もう小姑の立場になりました。今まで親子兄弟だけの家庭に他人が入ってくることに、違和感を覚えたことは確かです。兄嫁の存在を鬱陶^{うっとう}しい、いなければいいと思ったこともあったようです。兄嫁が実家に帰

ったとき、ほっとした気持ちを母親に伝えましたが、「そんなことを言ったら、お兄ちゃんがかawaiiそうでしょ」と母親にたしなめられる始末で、一瞬、意外でがっかりしたのを覚えています。

Bさんは幼い時より、神社のお参りなども自然に行き、日曜教会などにも興味があつたようです。

二十四歳の時、見合いで夫と知り合い、結婚しました。夫は中学、高校と親の入信していた宗教を熱心にやり、青年部でも活躍していました。社会人になったときにやめました。かなり熱心に使っていたので、今でも何かあつたときなどには咄嗟に、その当時のお題目が浮かんでくると苦笑しておられました。

試験などを受け、自分より成績の良い人が落ちる試験に合格すると、やはり信仰していたからうまくいった、信仰のお陰だと思うほど、しっかりと心を寄

せていました。

Bさんは、夫が昔その宗教に熱心だったことには、あまり気付かない状態でした。

Bさんは、息子のこと、自分の身体のこと、姑や舅のことで、たくさんの悩みを抱えていました。楽になりたい、幸せになりたいという思いから、何か自分を救うものを探していました。たまたま同じ社宅に住む人から、A会を勧められました。

ちよつとだけ覗^{のぞ}いてみよう^とと集会に参加し、お茶^{のちや}だけ飲んで帰ろうとしたとき、責任者の立場の人から「子供さんがよくなりますよ」と声を掛けられ、グツと引き寄せられた状態になりました。

夫は「宗教は絶対ダメだ」と反対し、A会は宗教ではないからと、入会する

ことを許してもらった状態でした。九年間、熱心に通いましたが、家の中はバラバラの状態でした。A会は家庭愛和、夫婦の調和などを説き、夫にすべて「はい」で仕えることを説いていました。心では反発しつつ、でも、無償の奉仕や御本頒布をすれば幸せになると信じていた、と言うより信じようとしていました。

Bさんは家庭というものの、夫婦のあり方などに、特に思い入れが強かったようです。

でも、何か虚しい思いや、思うように事が運ばないジレンマもあり、他の何かを貪欲に探していたのです。自分の中で何となく、「A会は子供の義務教育が終わるまで」という思いも漠然と感じていました。

写経や新興宗教にも、興味をそそられました。

Bさんにとって、子育ては大変でした。よく育っていたときには夫に、「よく育ててくれた」とお褒^ほめの言葉ももらっていましたが、少しずつ子供の状態が変わり、「野球部に入って、活発な子供がだんだん元気がなくなる様子に、夫に怒られたらどうしよう」と、相談もできませんでした。

子供の善導を説くA会に夫婦で参加しながら、子供の様子がおかしくなるなんて考えられない、認めたくないことでした。

夫は転勤族で、家には義理の両親、娘と息子の五人暮らしでした。積もり積もったものが爆発するように、姑の死をきっかけに、単身赴^ふ任^{にん}中の夫の下に、娘、息子は置いて、舅を連れて暮らす算段をしました。

A会の「子供より夫を大切に」という言葉を利用して、頭を悩ませていた様々な問題から逃避しました。

「私はその時、自分を守るために、子供を捨てた」と語っています。

そんな時、家を回って歩いていた布教者から数珠を買ったのが、ある団体への入信のきっかけでした。

宗教ではないと無理やり自分を納得させ、冷静ならば分かるであろうキリスト教系のある団体に誘われ、入信しました。

それが家族戦争の始まりでした。

以前より、様々な問題を抱え、いくらA会で頑張ってみても、家庭が調和することはなく、体調も不良で、寄付的な出費ばかりがかさむ状態でした。

新しく入会したキリスト教系の団体は、原理講論というものをしっかりと教えてくれ、今まで感じていた疑問が解け、スッキリとしました。洗脳されたように信じ込んでいきました。お金の徴収ちようしゆうもだんだんかさむようになりましたが、世界の平和のために素晴らしいことをしているのだから、是非、献金したいと

思い込むようになりました。

冷静になれば分かることですが、Bさんにとっては、それがすべてだったのです。

日常の苦しさ、夫への不満、家族への不満が鬱積^{うつせき}し、自分を救いたい、自分が素晴らしくなって、夫に認めてもらいたいという思いも強かったようです。献金したい旨を夫に訴えても相手にしてもらえず、お金、お金とお金の工面のために、遺産の生前贈与をしてほしいとまで言い出す始末でした。

残高ゼロになった預金通帳を見た夫は、信じられない思い、怒りで血の気が引き、頭が真っ白になったと言います。A会からトータルしたら一千万円以上の金額になります。

妻を、子供の前で「自分のお金を取った泥棒^{のし}」と罵り、妻はそれがショックだったと言います。

以前、子供達の就学前に少しでもお金を貯めたいと、パートで働きかけたとき、「未亡人になってから働いてくれ」と言われたことが、心に残っていました。お金を得たくてもできなかったという思いがあつたようです。

現在は淡々と語っておられますが、その時の状況が目には浮かぶようです。妻はケロッとして「自分の金と言うけれど、夫が働いたお金の半分は妻のものよね」と、今はアツケラカンと語っていますが、当時の家の中は、互いに責める思いと不信の思いが交錯していたのではないでしょうか。

夫が反対するのも意に介さず、夫の写真を持って、韓国まで合同結婚式に出席したりと、何回も韓国に行ったそうです。「行くなら離婚だ」と言われても、「さらさら離婚するつもりはありません」と言いながら、また帰ってくる。夫からすれば、手の付けられない状態でした。

世界平和女性連合出席のためニューヨークまで出掛けたり、夫が反対しても

言うことを聞くような状態ではありませんでした。

「霊界が変わる」と言われたことを信じて、内緒で宝石をローンで買ったことがバレたら殺されると思ったこともあったようです。

何がそこまでBさんを駆り立てたのか……、家族の幸せのためなどは決して言えない状態だったのではないでしょうか。

何かに憑き動かされているような状態、夫は怒りと同時に不安も高まっていたと思います。

自分のしていることが絶対正しいと疑わない妻、献金するのは世界平和のためにも役立つ素晴らしいことだと、「献金したい、献金したい」という思いが募り、お金の工面ができないことで、だんだんうつ状態になったこともありました。

病院にかかり、薬をもらい、医者「できる範囲でやったらいいじゃないで

すか」という言葉で、やっと自分を取り戻す状態でした。

しかし家庭でも、ますます夫との不協和音に苦しみます。当然といえば当然の結果です。

そんなある日、ニューヨーク行きの中で、新聞に載りそうな事件を起こします。

なぜ、そのようなことが起こったのか、夫婦の記憶は曖昧あいまいですが、姑の死後、「お姑さんのようにはなりたくない」、「死んでから花に埋まるよりも、一本の花でもいいから生きているときにもらうほうがいい」、そんな意味の言葉を夫はどう捉とらえたのか、玄関まで逃げるBさんを殴ろうとしましたが、指が痛くて殴れないので、バットで殴ろうとしました。

夫はその時、壁に手をぶつけ骨折し、今でも真っ直ぐにならないと、その指を見せて、その時を振り返っているように見えました。

まさに地獄の世界を生きている夫婦でした。

新婚早々、夫の両親のしてくれたことに文句を言い、「お前と親とどちらか選べと言われたら、親を取る」と宣告され、生まれて初めて一度だけその時殴られました。その後は一度も手を上げることはなかったのですが、その時以来の出来事でした。

Bさんの「お姑さんのようにはなりたくない」という思いの底には、夫に対しての様々な不満が隠されていたのではないのでしょうか。

子育ても、親の世話も自分に任せて、暢気のんきなものだ。自分はこんなに苦しんでいるのに、ちつとも思いやつてもくれない。もっと自分を見つめてほしい、認めてほしい、褒めてほしい。「欲しい、欲しい」というやるせない気持ちや他力のエネルギーが、言葉は単純でも深く込められていたから、夫はその言葉にカッとしたのでしょう。

夫としても、妻に裏切られた、自分の言うことは少しも聞かず勝手なことをされたという恨み、憎しみなど、日頃、溜め込んだ様々な不満や憤りが爆発した状態だったのではないでしょうか。

どちらも「自分が正しい、間違っていない」という、それぞれの宗教を基盤にした意識下での宗教戦争が、盛んな時期だったのだと思います。

その後、お金も自由には使えず、うつうつとすっかりと落ち込み、元氣のないBさんを見かねて、夫が三千円の入会金を渡して、またA会に再入会します。その時、そのA会で知り合った人から誘われて、平成九年に静岡で開かれていたセミナーの二日目に、様子を見にいきました。

しかし、田池留吉氏の「夫や家族に嘘をついたり、内緒でセミナーに参加している人はすぐ帰りなさい」と言う言葉にびっくりし、どっと疲れが出てしまい、一眠りして急いで帰りました。

一応、しぶしぶながら夫の許可を得て、二泊三日のセミナーに参加できたのは、それから数カ月後でした。現象の場で指導されても、田池留吉氏に対し、「そんなにしてくれても、私は変わらないよ」と不遜な思^{ふそん}いも出ました。

それ以前にも、大阪の当時開設されていた「心の相談室」の相談員から、「Bさんの意識」というのを受け取りましたが、全く何のことか分からず、なかなか認めることができませんでした。

学ぶうちに、どうしても夫にも参加してほしくなりましたが、「死んでも行かない」と絶対動こうとしない夫でした。また、変なものにうつつを抜かしていると思ったのでしょう。でもBさんは、この学びは決して一人でやり切れる学びではないと思ったそうです。世間の常識とは反対のことが多く、冠婚葬祭に関しても、一人で学んでも思う通りにはできないという思いがありました。

「どうしたら、夫がセミナーに来てくれるか、どう誘ったらいいのか」、いろいろな人に聞いて回るBさんでした。

田池留吉氏の「私が女なら、夫のためなら何でもします。奴隷になります」という言葉をBさんなりに受け止めて、「屈辱的で、いやだ」と思っていた思いがスーッとふっ切れたように思いました。

BさんはA会での教えに捉^{とら}われて、逆に自分を縛っていました。

だんだん、無理に誘おうという思いが薄れてきたときに、夫のほうから行くと言い出しました。

夫は、平成十五年、下呂で開かれていたセミナーに初めて参加しましたが、「温泉だけでも入りにきたらいい」、という言葉そのままに、温泉に入って、前泊だけして、一度も講話を聴かないまま帰宅しました。妻としては、立場がな

く腹が立ったそうです。

セミナーに出ようと思ったきつかけを聞くと、「何か妻の物言いが優しくなった、柔らかくなった」と感じたそうです。

しつこいくらい「セミナーに行こう、出てください」と言われたときは、「うるさい」と答えていたそうです。でも、あれほど言っていたのに、何も言わなくなると、それはそれで気になって、つい「行こうか」と言ってしまう、「男ってそんなものですよ」と笑っておられました。

それでも、なかなかこの学びには素直に入ってこられない夫でしたが、平成十六年に初めて二泊三日のセミナーに参加し、平成十七年の退職後はずっとセミナーに参加されています。

平成十七年に『意識の流れ』の本を手にし、「この本を今年中に百回読もう」と決心したそうです。読む度に新しい発見があり、同じ文章でも、その日によ

り受け止め方が違つたりと、楽しいウキウキするような発見があつたそうです。「読むと力が湧く」と感じていたそうです。一年間で百三回読みましたと嬉しそうに語っています。

夫は、本は読めるが瞑想^{めいそう}は苦手、Bさんは、瞑想^{めいそう}は好きだけれど本はすぐ眠くなり、読むのは苦手という状態だそうです。日々、二人で語り合いながら学ぶことは楽しいと感じています。

子供に対する思いも変わってきたのでしよう。子供自ら仕事に就くなど大きな変化もあり、それも嬉しいと感じているご夫婦です。「学びの目的は違っているとは思ふけれど、一年学んでいるうちに、子供も仕事に就いてくれたらいいなと思つていた。でも、一年もたたないうちに仕事にも就き、随分と変わってきました。今では夫婦が喧嘩^{けんか}すると、『仲良くしなよ』と言ってくれる息子です」。

「ごく最近では、セミナーに行くと言うと駅まで送ってくれるようになりました」と、嬉しそうに語っておられました。

Bさんが「息子がおかしかったとき……」と語ると、すかさず「息子じゃなくて、あんたがおかしかったんだよ」と側で夫が笑いながら言うのを聞くと、ああ夫婦で学ぶというのは本当に楽しいなと思いました。

結婚三十五周年を記念し、田池留吉氏の勧めで、二人で旧婚旅行をしたとき、Bさんは今までの思いを包み隠さず、洗いざらい語ったそうです。話し始めたとき、一瞬夫の顔色が変わりましたが、恨みつらみ、不平不満の思いを、今までなら聞いてくれそうにないことを、最後までじつと聞いてくれたことが、Bさんはとても嬉しかったと語っています。言いたいことを今まで中途半端で止めていたけれど、その時は言い尽くせた喜びを感じたようです。

それ以来、言いたいことを、本音で語れることの幸せを感じているようです。長い間、妻はこうあらねばと自分を縛り、形を整えていた苦しさから、やっと開放されたのではないのでしょうか。

夫を恐れ、何とか気に入られようと、あれこれ気を使い続けてきたBさんでしたが、本当の夫婦になるということ、風通しの良い夫婦になるといことは、そんな見せかけの肉の配慮でなれるものではないということに、気付き始めたのではないのでしょうか。

以前の地獄のような家庭を振り返れば、今は穏やかな居心地の良い家庭へと変わりつつある状態です。

セミナーの現象の場で「仲の良い夫婦」と紹介されていました。夫は「いや、今も仲が悪いんですよ、喧嘩ばかりですよ」と言いながらも、嬉しそうでした。

「これからも、夫婦二人、心を合わせてこの道を歩んでいきなさいよ」という田池留吉氏の温かな優しい思いを感じ、「これからが発端だ」と、新たな一歩を進めていく決心をしたと語っています。

この夫婦の歴史を聞くと、一つのドラマができそうです。喧嘩^{けんか}も相当してきただ。そして、今もしていますが、その喧嘩^{けんか}の質が全く変わってきているのです。よう。

同じ方向へ向いて、夫婦が互いに心を寄せ、「もつと真剣にやらなきゃダメだよ」と、互いに励まし合って進んでいかれる様子が伝わってきて、「いい夫婦だな」と思いました。

Bさんから思いを聞く中で、是非、お伝えしたいメッセージが伝わってきました。

「今、幸せですか。それはとても嬉しいことです。でも、そこで立ち止まらないでください。そう、そこからが本当の出発です。他力の反省をしっかりとなさってください。『ああ、間違っていた』という頭の反省ではなく、心の底からの懺悔ざんげの思いを聞いてください。

看板を変えただけの学びでは、行き着く先が見えています。学びの動機を今一度見直してください。宗教はまさしく他力です。でも、他力とはそれだけを意味しているわけではないのです。

A会は宗教ではない、確かにそうです。でも、そこで伝えられていることは、肉の幸せなのではないでしょうか。肉の幸せを求めて入会した、その時の思いをしっかりと見ていくのです。そして、今あなたが求めている幸せを照らし合わせて、自分の思いをしっかりと見つめていってください。

同じ思いを使っていますか。この学びをしていると良いことがある、では、悪いと思われることが起こったら、あなたはどのような思いを出されるでしょうか。『やっぱり、これもダメだった』、そのような思いが出ないでしょうか。

まず立っている場を見直して、すべてご破算にして、一から始めてください。あれもよかった、あの点ではよかった、そうではないのです。一つでも間違いがあつたなら、そこで言われ、行われていることは、すべて真つ黒だということとを心で気付いていく、その学びをしてください。

この学びは肉の幸せを求めてするものではありません。『すべてが整ってくる』という言葉は肉では理解できない、肉の範疇はんちゆうには収まりようがない、誤解を生みやすい言葉だと思います。だから、間違つて捉とらえる方が多いのも現実です。

母親の温もりをその心に感じられるまで、しっかりと母親の反省を進めてく

ださい。母親の反省、他力の反省、そして、正しい瞑想めいそうです。どれ一つ欠けても、前に一步、足を進めることはできません。

夫婦の間で、互いに相手の中に闇を見、エネルギーを感じるのではなく、ただ自分の心、思いを見つめ、自分の中のエネルギーを感じていく、それだけいいのです。この学びで互いを責め合い、評価する必要はありません。自分の中の闇を愛し、温もりを見出していく、そこに喜びを感じるはずです。

自分の中に眠る闇のエネルギーに、どんな対面していつてください。あなたの心の中から訴えている無数の意識達に思いを向けていつてください。温かな思いで迎えてください。包んでください。きっと、喜びの自分を見出していけるでしょう。

たくさん間違いがあつたからこそ、この道に出会つた、それが喜びです。この出会いを生かし、これからの残された人生を、自分のために精一杯、誠

を尽して真摯^{しんし}に学び続けてください。本当の幸せに出会うことを、私は待ち望んでいます。ただ一つの真実の道を歩み続けてください。」

夫婦Ⅱ

Cさんがこの学びに出会ったのは、今から十八年前でした。

あまりにも身边にいろいろなことが起り過ぎて、「なぜ、周りは皆幸せそうなのに、自分のところだけ、苦勞や問題ばかりが起るのだろうか」と苦惱していたときでした。

嫁姑の葛藤は、^{かつとちう}「あんたなんかいいんだよ。結婚したから仕方なく置いてやっているだけ」という言葉から始まります。嫁入りの仕度が少なかつた、誰それは山を一つ持つてきたなどの不足を言われたり、風習に馴染んでいなかったことで常識がないとバカにされたり、箸の上げ下ろしのこと、Cさんが嫁に来てから電気代が上がったとか、歩き方がうるさくて階下がきしんでう

るさいとか、細部に渡って意地悪としか取れない小言を言われました。日蓮宗の祈禱師きとうしから「寅年の嫁は家を悪くする」と言われ、追い出す算段を向かいの年寄りとも相談したり、腹の立つことばかりが耳に入ってきました。

耐え切れず、こんな人達の世話をするのはもうたくさんだという思いから、家出をしたことも数回あり、十月とつきほど家を空けたこともあります。子供達を連れて行こうと思いましたが、男の子達は、母親に付いてくるとは言いませんでした。「僕達はここで生まれた、生まれた所にいたい。だからお母さん、一人で行って」、それを聞いたCさんはショックだったと言います。夫は「まあ、友達もいたからだろう」と言っていました。Cさんは「母親より、友達を取った」と、かなり愕然がくぜんとしたようです。

それでも、家出を敢行したCさんの思いの底には、たくさんの苦しみが蓄積され、深く前途を考える余裕もなかったものでしょう。

夫に対して、どうのこうのではなく、姑、舅の言葉の暴力、態度に我慢がな
らなかった。一日中、顔を突き合わせ暮らしていく重圧に耐えられなかったの
でしょう。

姑や周りの人達を責め裁き、憎み、憎悪し、自分は一生懸命やっているのに
という思いも出したでしょう。

Cさんのその時の思いが伝わってきます。

「私がこんなに頑張っているのに、なぜ、周りの人はそれを認めてくれない
のですか。私のあらばかりを探して、重箱の隅をつつくようなことばかり、私
には文句の言葉しか掛けてもらえないんですか。私は道具ではありません。物
ではありません。あなた方は鬼です。人間の顔をした鬼、もう苦しくてなりま

せん。顔を見るのもいや、同じ息を吸うのもいや、側に来ただけで鳥肌が立ちます。虫唾が走ります。消えて、私の前から消えて、ぶっ殺してやりたい……、だったら私が消えます、あなたの方の前から消えます。思い知ったらいい、私の存在の重みを思い知ったらいい。」

そんな思いが充満していたのでしよう。

でも、息子の「お婆ちゃん、お爺ちゃんも本当は帰ってきてほしいと思っている。僕達も、学校でうわさになっている、帰ってきて」という言葉で、家に帰ることになりました。

家に帰ってきてても、それからやはり状況は変わらず、苦しい日々を送るCさんでした。

Cさんはもともと敏感な人で、身体に様々な現象を起こしていきます。心の

状態が身体に出る、身体に出すことで思いを表現していたのでしょう。

Cさんの母親は宗教には否定的な人でした。なぜかと言えば、母親の父は神社の宮司でしたが、戦争中、戦地へ赴く人の祈祷などで多忙を極め、過労死してしまいます。四人の子供は皆バラバラにされ、大層苦勞をしました。子供心に、皆「神様を信じるのはやめよう」と誓い合ったそうです。その影響もあり、「神を信じてもいいことなど一つもない」とよく聞かされていたため、Cさんはあまり宗教、精神世界などに興味を持つことはありませんでした。

しかし、姉の自殺や、嫁姑、舅の家族内での様々な葛藤に耐え切れない状態が続き、宗教書、精神世界の本を読んでもみましたが、イマイチ納得しないものを感じていました。いくら祈ろうとも事態は変わらないということを、小さい時から感じていたからです。

たまたま入った本屋さんで、一冊だけあった、当時出版されていた「光の中へ」という本を手にししました。三月の間、買ったものの読もうという思いが湧きませんでした。でも、三月みつきたつてから読み進めていくうちに、「これだ」という思いで納得しました。今まで読んだものとは違う、新鮮な印象を受けました。「光の中へ」という題名にも惹かれたそうです。

東京センターにすぐ電話をしたところ、「とにかく一度セミナーに参加してください」と言われ、湯の山で開かれたセミナーに初めて参加しましたが、その時の印象は「みんな、話もしてくれないし、冷たいな」と感じたそうです。現象の申込書とは知らず、内緒にしたいことまで書いて出した書類によって、前に呼ばれました。その時は「何で分かるんだろう。何でもよく分かるんだなあ」という印象を受けたそうです。

でも、意味もないのに、なぜか涙が出てくる。それが不思議でした。

その後、何度かセミナーに参加しました。ちょうど、その頃は学びの転換期だったでしょう。田池留吉氏が「私が間違っていました」と述べられ、それがとても印象に残りました。

それは、たまたま資料として配布されていたものが、適当ではないと判明したからです。

Cさんの嫁ぎ先は熱心に宗教をしていました。土地柄もあるのでしょう。神の住む桃源郷のような場所柄、祭事の行事も多く、家族一同熱心に勤めていました。その土地でも有名な宗教好きでした。

だから、Cさんがこの学びに集うことに夫は大反対で、それからは宿泊してのセミナーは参加できず、住居から日帰りできるセミナーへ通っていました。

「得体の知れない新興宗教に、どうせはまっているんだろう」と絶対反対で

した。当時は耳を貸してくれるような夫ではありませんでした。

姑もその頃から体調を崩し、看病もしなければならず、とても宿泊してセミナーに参加できるような状況ではありませんでした。日帰りで参加したセミナーで、田池留吉氏から「反省文などを書いて私のところへ送りなさい」と言われ、それからは毎日、毎日、書いて送りました。日頃、出る思いを、どんな思いでも躊躇せず書いて送りました。三百六十五日、それが三年以上続きました。楽になりたい一心でした。実際、反省文を書き、送る度に楽になる自分を感じました。少しずつ、姑に対する思いが変わっていく自分を感じます。書き進めていくうちに、初めは楽になりたい一心で進めていた反省でしたが、自分のすさまじさが見えてきました。姑ばかりを悪いと決め付け、悪者にしてきたけれど、そうではなかった、自分がすさまじかったのだと感じ始めます。自分こそ凄いい、その思いがますます強くなっていきました。

あれほど忌み嫌い、側に寄るのもいやだと思っていた姑の看病が苦になりませんでした。それでも長引く看病の最中にはいろいろな思いが出ましたが、それもすべて書き記し、送りました。

姑は末期の癌でしたが、痛みが激しく、自宅療養を選んだため、モルヒネの管理も家族に任されている状態でした。「モルヒネの量を間違えて量を多く打ったなら、死ぬかも……」、そんな思いも出る始末でした。「食べさせなきゃ衰弱して死ぬだろう」と、二、三日、食事を減らしたこともありました。でも、人は誤魔化^{ごまか}せても自分は誤魔化^{ごまか}せない、後々、ずっとそれを抱えて生きるのもいやだという思いから、できなくなります。

痛みで苦しんでいた姑が静かになると、姑の息の状態を確かめ「死んだか、ああ、まだ生きている」と、がっかりしたこともあったようです。でも、そん

な自分の本当の思いをすべて書いていた、そして、自分の思いを見つめていたから、実際に行動を起こす危険から自分を遠ざけたとも感じていました。もし、自分の思いを書いて、毎日送ることがなかったら、自分は実際に手を下していたかもしれないとも語っています。

そこまで追い詰められていたCさんですが、自分のエネルギーを存分に感じるときでもありました。

しかし、超えられないものはないという言葉を中心に刻みながら頑張っていました。

その最中、姑は一時とても厳しくなりました。些細なことで文句を言われ、カッとすることもありましたが、そのカッとする心を見ていくことで、自分の中のエネルギーもまた見える、そんな日々を送っていきました。

姑もいろいろな話をしてくれるようになりました。戦後、満州から引き上げ

てくるとき、他の人は当時、子供が引き上げの障害になると、逆さまにぶら下げたりして殺してしまう状態でしたが、やっと九年目にできたCさんの夫を、「この子を殺すくらいなら、自分達を先に殺してからにしてくれ」と必死に守って、日本に帰り着いたそうです。姑は女であることがバレないように、頭を坊主にして、子供を麻袋に入れ、懷ふとこころの中に隠し、やっとの思いで帰ってきたそうです。

そんな話を聞くうちに、なぜ、姑が夫をあそこまで大事に思うのか、溺愛できあいするのか、結び付きが強いのか、以前は聞こうとも、理解しようとしなかった姑の思いが伝わってきて、だんだん優しい思いで、愛しい思いで、姑を受け止められるようになっていきました。

突然現れ、息子が「お袋さん」と呼ぶ嫁の存在を受け入れることができなくても、それは仕方がなかったのだと、寂しさや悔しさがいろいろな形で現れて

いたのだと、受け止め方が変わっていきました。

看護という肉体的な厳しさはあっても、以前に比べ、ずっと楽になっている自分が不思議でもありました。

また姑は、自分はこんな苦しい思いをしないために日蓮宗をやっていたのに、そうならなかったと、信仰に対する恨みつらみも、Cさんに語るようになりました。どんなことでも普通に聞けるということはCさんにとって、とても嬉しいことでした。Cさんは「普通になりたい」と、長い間思い続けていました。それほど、すさまじい状態だったのでしょうか。

姑や舅、周りの話を普通に聞けない以前の自分を振り返り、とても嬉しく思いました。

姑の意識は最後まで、はつきりしていました。亡くなる前日、「あんたも疲れただろうから、早く寝なさい」という、今までにない優しい言葉を掛けても

らい、自分のことしか考えない姑だったのにと、優しい思いに触れたことを嬉しく思いました。

姑が亡くなったときは、ほっとしました。もう、痛みで苦しまなくていいという思いもあつたのでしょう。また、思い残すことがないくらい、姑に向き合いい、自分の心の修正をしてきたという思いもあつたのかもしれませんが。悲しさなどは感じませんでした。

周りの人にニコニコしているとと言われるくらいでしたが、自然に頬がほころんだそうです。確かに開放されたという思いがあつたかもしれませんが、そればかりではない、「やり遂げた」という充実感があつたのではないのでしょうか。そして、その時はまだ気付かない、姑に対する「ありがとう」の思いがあつたのではないのでしょうか。

Cさんの夫は、Cさんが過労で倒れ、姑と同じ病院に入院しているときに、Cさんに頼まれ、田池留吉氏に電話しました。電話から流れてくる若々しい声に何かを感じたようです。「どんな人なんだろう」そう興味を持ったそうです。テープはずっと聞いていました。自分なりに反省もしていました。

姑が亡くなってから、二人でセミナーに参加する機会に恵まれました。

それも不思議だと言います。医者のお話だと、高齢だから細胞に癌が回るのも遅いから、寿命まで生きるでしょうと言われていたのが、あつという間に死んでしまった。それも、「時間がないから、早く学び始めなさい」という母親の思いだったのではないだろうかと思ひ止めています。

「自分の両親が生きていたら、家の宗教的な環境やら、介護かいごなどで、セミナーに参加する機会はなかっただろう」とも言われるCさんの夫です。

不思議なことは数々ありました。Cさんの夫は原因が分からない様々な身体

の現象に苦しみます。肩の激痛で病院に行き、注射を打った途端、血圧が下がり、大騒動になりましたが、その時「これは病氣じゃない、意識だ」と咄嗟に逃げ帰ってきたそうです。身体への現象は様々でした。敏感になり、些細なことで影響を受け、イライラしたり、怒りっぽくなったりもしました。

初めてセミナーに出たときは、一般で言われていることとは全く反対のことばかり言うけれど、本当のことだなと思い、それからは一度も休むことなく出席を続けました。

自分の闇に向き合うことで精一杯でした。あんなに仕事第一と仕事にかまけて、家族のことも家庭のことも顧みなかった自分、子供達のことほったらかしであつたと振り返っています。

敏感になりつつある状態で、ある時、次男の現状に我慢ができず、包丁を持ち出して、刺し殺そうとしたそうです。Cさんは「これはヤバイ」と思い、次

男も「これは殺される」と一瞬思ったそうですが、夫の顔から突然怒りがスーッと消えて、部屋に籠もってしまったそうです。きっと、自分の思いを必死で見ていたのでしょう。短気で怒りっぽいCさんの夫でしたが、その時を境に、二度と手を振り上げることはなくなったそうです。

セミナーは時間を作って必ず出席しました。自分でも驚くくらい、あんなに仕事人間で、お金を儲けることばかり考えていたのに、五日間の高原でのセミナーにも参加する気持ちになれたことが、不思議でした。セミナーで自分の闇のエネルギーに向き合えることが嬉しく、積極的に参加していきます。でもセミナーで、そのエネルギーを出し切らないと、あとでくすぶって大変だったそうです。イライラし、そこら中に当り散らし、高速道路も訳が分からず逆走する有様でした。

ますます敏感になり、村での生活の宗教的な儀式も大変苦痛になっていきま

した。

ある時、セミナーで「冠婚葬祭など、間違っていると思ったら自分の思いをはっきりと周囲に伝えることも大事だ」と言われ、自分達も苦しい状況だったので、勇気を出して思い切って行動に出ました。

たまたま町長選挙があり、皆忙しく作業をしている中で、自分はもう冠婚葬祭や祭事などの行事には一切出ないことを伝えました。小さな村はそれですとまっていたし、付き合いもあったし、交流も図れていたもので、そんなことを言い出すCさんの夫の思いは、怒りをもって受け止められ、侃々諤々かんかんがくがくの状態になり、紛糾しました。ただ、長老がその場を収めてくれました。

その後、村八分状態になりました。いえ、村八分以上の状態でした。今まで親しく交際していた人は遠ざかり、無視し、口も利いてくれなくなり、仕事

も一切入ってこなくなりました。子供達にも事前に相談して、「もしかしたら、村を出ていく状況になるかもしれないが、それでもいいか」と聞いたそうです。子供達も「いい」と言ってくれたので、気が楽になったそうです。

でも、夫婦で心一つにして、その状況を乗り越えることができたことは大きな喜びでした。

今では、その当時、一番激怒し、責めていた人が、また家にも来て親しく話し込んでいくこともあり、周りの状況も変わってきている、それも不思議だと語っています。十年という長い年月を要しました。今では、もうCさん夫婦の思いは受け入れられ、村の他の役は引き受けても、冠婚葬祭、祭事などの役からは、お役御免が当然のように受け止められています。

普通の都市ならいざ知らず、秘境のような閉ざされた社会で勇氣のある行動を取れたことが、それからの生き方に大きな影響をもたらしました。Cさんの

家庭の様子が周りの人々の思いをも変えていきました。

もう、仕事はしなくてもいいと思ってもボチボチ仕事もあり、お役に立てるならと、無償^{むじよう}に近い料金でこなしていることも喜ばれています。

村で好きな農業をやり、山の緑、青い空、おいしい空気を楽しみながら、動物達と共に自然の中で暮らす。稼がなくても夫婦二人何とか食べていける。何の不足もない、穏やかな明るい生活を楽しんでいることが伝わってきました。夫婦がそろって存在し、本音で何でも語れることがとても嬉しい様子です。

何でも二人で心を合わせることができたから、乗り越えることができた。「妻の力は大きいですよ。もし、学びがなかったら離婚して、半身不随になって野垂れ死にしていたかも」と、二人で歩んできた過程を振り返っておられます。妻の頑固とも言える一途さが、この道を歩み続ける原動力となっていました。

共に学んで同じ方向を目指しているからこそ今の安らぎと喜び、本当に嬉しいことでしょう。

もう、ほとんど喧嘩けんかはしない。「喧嘩けんかしないね」と話している様子は幸せそうでした。自分達がこんなに幸せになったのだから、少しでも周りの人達に伝えたいと語っていました、そのような方向に向かっている様子が感じられました。

あれほど忌み嫌ひ、殺したいほど憎んでいた姑でしたが、今思えば、本当によくぞ存在してくれた。その存在があったからこそ、自分の中のこのすさまじい思いを見ることができた。そのことが嬉しいとCさんは語っています。今は憎しみも何もなく、ただただ、お姑さんありがとうの思いがあります。そして、その思いは自分が姑の立場になった今、長男の嫁に対して、何の思いもわだかまりもない、安らかな思いへと、繋がっているとも言えます。

数人の方の家族の様々な情景を、お読みなつていかが感じられたでしょうか。この本で紹介した以外の家族でも、すさまじい状況の中から、幸せへの道を歩み始めた方がたくさんおられます。

夫へ向かつて包丁を振りかざし、投げ付けた包丁が壁に刺さつて、いまだに跡が残る状態ですが、今は穏やかな生活を楽しんでいる人、夫の暴力で苦しんだ人、また、心に様々な思いを溜め込んでうつ状態になった人、心の寂しさ、虚しさをアルコールで紛らわせてキッチンドラインカーになった人、子供の不登校、ひきこもり、発達障害で悩んだ人、お金で夫婦喧嘩の絶えなかった人、親や姑の介護で心身とも疲れ果て絶望の中にあつた人、様々な状況の中で、苦しみながらも、心を見えるということを通して、自分の道を切り開いていきました。

私達は、家族が仲良くなるために、この学びをしているわけではありませんが、この学びへ入った大きな動機の一つではあるかもしれません。でも、家族がバラバラで、波風を立てている状態では、なかなか私達が目指す学びには程遠いということを感じています。

いろいろな出来事の中から、それぞれが自分の心を見て、修正していく、そこからすべてが始まっています。

そして、この学びを進めていくうちに、最も大事なことを、それぞれが心に感じていきます。

人は家族という環境の中で、そして学校、職場で様々な人間関係を持ち、そ

ここで心を見るための多くの教材に出会います。自分の心癖、真つ黒な闇、すさまじいエネルギーに出会うために、最も適した環境を設定してきます。

そして、そこから本当の自分に出会う旅を始めます。

最初にオギヤーと生まれて出会うのが母親です。どの方にも産んでくださった母親がいます。その母親との関係を紐解ひもときながら、母親に出してきた思いを見つめていきます。「私の母親は優しい人だった、とても良い母親だった」そう思う方も、また逆に「母なんて私を産んだだけで、あとは放りっぱなしだった」と思う方も、反省を進めていくうちに、徐々に自分の出してきた思いを思い出していきます。「優しい母親だった、良い母親だった」と思う反面、母親を恐れていたかもしれません。母親に気に入ってもらいたい、愛されたいと、母親の顔色を伺っていたかもしれません。本当の自分を素直に出せなくて、心を小さくし、自分を閉じ込めていたかもしれません。

でも、母親の反省を進めるうちに、そんな表面とは裏腹に、どれほど母親を見下げ、バカにし、侮っていた自分があったか、自分の思い通りになって当然、自分のために生きて当然と、母親を見ていたことに気がきます。

私自身、母親にしてあげたことを思い出しても、本当にお粗末で、肉的な世話やプレゼントをしたことしか思い出せませんでした。

逆に、母親にしてもらったことは数限りなく、母親は自分のことよりも、まず子供のことを優先して考える母親でした。胃潰瘍いはいようで血反吐ちへどを吐きながらも、私を産んでくれました。そんな母でも、それでも私が出した思いはすさまじく、母親が年老いて世話をしていたとき、はずみで首をひねり、激痛が走ったときには、「老いは老害だ」と、「長生きは考え物だ」という思いが瞬時に出ました。老いた母を一瞬でも、そのように思ったことは、私にとっても寂しく悲しく、申し訳ない思いでいっぱいになりました。

でも、それどころではなく、辿^{たど}つていくと、母親を殺さんばかりの思いを出し続けていたこと、肉の自分を生かすために、周りを蹴散らす波動を出していたことに気付きました。母親に出した思いは、姑にも、舅にも、そして、すべての人に共通に出した思いでした。

「我一番、自分にとって不都合なものは、すべて消滅せよ」、その思いが根底にありました。

いろいろな人との人間関係の中で、今世出している思いは、ずっと心の奥底に溜め込んでいた闇のエネルギーが噴き出しているということに気が始めます。尽きることなく、それでもかこれでもかと形を変え、相手を変え、出てくる思い、それに真正面から向き合い、認めていくことから始まりました。

肉で考えれば、あまり嬉しいことはありません。でも、自分の中のたくさ

んの意識が、「嬉しい、嬉しい」と伝えてきます。グツと押し込め、蓋ふたをするよりも、出てくるものを進んで受け止めていく、そこに喜びが生じてきます。その時、初めて肉はこんなに愚かだった、肉に執着するほど愚かなことはいと感じ始めました。

私には、大事な学びの友が数人います。その中の一人とは、もう二十年近い付き合いです。長い間の付き合いの中で、感情的な行き違いも多々ありました。表面的な印象は違いますが、でも、心の奥にあるエネルギーは一緒なのです。私が「くそー」 pensando、この人のこんなところがいやだと思うことは、自分の心癖でもあるのです。初めはそれを認めるのがいやでした。「私はこれほどじゃない」、互いにそう思っていたと思います。ふとしたときに、互いにすさまじいエネルギーを出します。最初はそのエネルギーとエネルギーの戦いでし

た。表面は取り繕いながら、相手をギューと言わせ、倒すほどのエネルギーを、知らず知らずのうちに放出していました。「何でこんな人と友達なんだろう」と思ったこともあります。相手もそう思ったでしょう。でも、やはり友達になるべくしてなつたと、今はその存在に、ただただ「ありがとう」です。

私の中の闇を引き出し、遠慮なく存分に出させてくれた、そして、それを受け止めてくれた、ただ、ひたすら受け止めてくれた、そんな存在です。

そしてまた、友の姿から、自分の姿を感じることができました。自分の心の闇を、エネルギーを存分に感じさせてくれた、この上ない友です。

互いに助け合い、補い合いながら、この学びの道を歩み続けてこられたことが嬉しいのです。

何度か、もう、この学びはやめようかと思ったこともありましたが、そんな時は引っ張ってくれました。相手が落ち込んでいるときは引っ張ることもありま

した。「互いの波が一緒じゃなくて、交互に落ち込みが来たからよかったね」、今はそんな笑い話です。

このように、人は自分の周りにたくさん教材を整えています。それはすべて、真実への道へ歩んでいくために用意してきたものです。

友と肉で仲良くなることが目的ではなく、本当の自分が微かにでも感じられれば、相手もまた素晴らしい存在であると感じられてくる、そのような感覚でした。

また、私には可愛いうさぎや、母猫が置いていった死にそうな子猫も与えられました。子供のいない私には、ただただ可愛い存在でした。すべてのものに命がある。でも、その命に執着し、悲しんだ時期もありました。一羽のうさぎを残し、うさぎも猫も三歳になる前に死んでしまいましたが、精一杯生き、皆

一様に、何の恨みも悲しみもなく、「ありがとう」の思いを残してくれました。そして私も、「ありがとう、出会えて嬉しかったよ」という気持ちに変わっていきました。

死というものの受け止め方が、私の中で少しずつ変わっていきました。

どんなに愛する対象でも、肉では、いつかは別れが来る。その時に「ありがとう」の思いを持てたなら、自分の肉への思いも変わってくるのではないでしょうか。

私は長いこと、この肉こそ自分と、学びも肉の範疇はんちゆうで捉とらえていました。肉の向上を求めています。

だから、姑や舅、夫、友達にも肉を基準に様々な思いを出してきました。肉を基盤に、自分自身も日常の生活に埋没し、その基盤で周囲の人を判断し、責

め裁き、見下げ、侮ってきました。

肉を基盤にした様々な関係に埋没するのではなく、そこから学び、母親の反省を通し、母親の温もりに触れ、さらに自分の心を広げていく、そして、自分の立っている場を変えていく、それが一番、大事なことでした。

意識の転回は簡単ではありません。でも、自分が掴み、捉われていたことを、一つ一つ外していく中で、だんだん軽くなる自分の心を感じていきます。

肉を持つているから、瞬時に出る欲の心があります。でも、それもだんだん薄れていくのだろうなと思っています。

姑を敵と見なししていた自分、「敵は存在しない、すべては自分が作り出した敵だ」と言われた田池留吉氏の言葉が、本当にそうであったと納得しています。

周りにいっぱいいた苦手な人、嫌いな人、その影が薄れていきます。

自分にとって都合の悪い人、自分を認めてくれない人、自分に敵意を持っている人、でも、それもすべて自分の心を見るために存在してくれていると感じたときから、その人は敵ではなくなりました。

敵だと思っていた自分の心に問題があったのだと知りました。

家族や周囲のどの人を見ても、すべて自分の影だと捉えたなら、自分を根本から変えていく。ただ、それだけに集中していくことに、喜びを感じていけるのではないだろうか。

「ああ、私は本当は幸せだった。それに気付けないだけだった」、多くの人がそのような思いを持つことでしょう。

家族を何とかしよう、誰かを変えようと思わなくても、自然に変わっている、そのことに気付いていくでしょう。

人を変えいくのは言葉でも、行動でもなく、流れている波動なのだと、だんだんと確信を持つていかれるのではないでしょうか。

私が学び始めた頃に、「自分が幸せになることです」という言葉を何度も聞きました。それは、自分が本当の自分を知ることから始まります。偽物にせものの自分に溺おぼれることなく、本当の自分に目覚めていけば、「家族を変えて自分も幸せになつていこう」という思いが、いかにお粗末かが自然に分かってきます。

何を差し置いても自分を変えていく、そこに、生まれてきた意味があることに気付いていかれるでしょう。

自分はこの肉ではなく、永遠に存在する意識、エネルギーだと気付くチャン

すが、すべての人に平等に与えられている。そう感じたとき、ただただ自分自身を粗末にしてきたことを、実感します。誰に詫^わびるのでもない、自分の中に存在してきた多くの意識達に、そして、本当の自分自身に、懺悔^{ざんげ}の思いが湧いてきます。

「今、こうして肉を持ち、心を見る機会を持てる私達は幸せだ」と、思わない人は一人もいない。そして、これからも、そのような人が多く出てくるでしょう。

過去を振り返っても、未来に思いを馳せても、常に自分と共にある意識、それを確認するために今世があった。そのために、田池留吉氏との出会いがあった。そう思うとき、心から感謝と喜びが噴き上がってきます。

愚かな肉を持ったことも嬉しい、すべてが嬉しい。

自分には喜びしかなかったのだと気付いたならば、もう、何も求めるものも、望みもありません。

ただただ、ありがたいの世界があるだけです。

私は、これからも一步一步、自分自身と共に歩み続けます、悠久ゆうきゆうの未来へ向けて……。

自分の心の中の温もりをさらに広げながら、心の故郷へ帰ります。

そして、共に学んできた仲間が、その道を歩んでいることを感じています。

家族の中の幸せ

幸せって何だろう。

「何もかもが整って、不自由しない。お金があって、健康で、家族が皆優しくて、良い仕事にも恵まれて、何の不安も悩みもない。だから、私は現状に満足しています。本当に幸せです……。」

そう思っておられる方もいるでしょう。少々、事が起こっても、適当に処理して、また、元の生活に戻っていくでしょう。そのような方は、あえて心を見ていこうという気持ちは湧いてこないかもしれません。人生とはそんなものだと、死を迎えていくでしょう。

果たして、それが本当に幸せでしょうか。自分の中の数知れない闇をそのま

まに、自分の心から訴えてくる無数の叫びにも気付かず、日々を過ごし、一生を終えていく、本当にそれでいいのでしょうか。

たとえば、家族の中がバラバラで争いが絶えない、夫婦は喧嘩ばかり、親子は断絶、嫁姑で罵倒し合っても、そこから何かに気付き、自分の心を見ていく、そんな時間が持てたなら、人はそこから出発することができます。それは自分が自分に与えた大きなチャンスです。

「悪いのはお前だ」と、いくら相手を責めても、かえって苦しくなるばかりだと自分自身が感じたなら、自分が変わっていくだけです。

自分に苦しみを感じさせてくれる相手が存在するということは、本当は喜ばしいことではないでしょうか。

それをどう生かしていくかは、自分自身、すべての責任は自分自身にある、

そう思いませんか。

家族の誰かに何か問題があったにしても、それを掴むか掴まないかは自分にかかっています。

世間の常識、世間体に縛られて、さらに苦しい心を使い続けるのか、自分をそんな苦しみの連鎖れんさから解放していくのか、すべて自分自身にかかる問題です。

家族の中で、夫がこうだから……、子供がこうだから……、嫁が姑がこうだから……、「私はこんなに苦しいんだ」、そんな責任転嫁は、もうやめていきませんか。それではいつまでも幸せになることはできません。

たとえば、周囲がどうであろうと、自分の心を見ていくだけです。とことん見ていくだけです。

「ああ、私はこの肉ではなかった、意識こそ自分自身であった」と感じたときから、肉にまつわるあれこれに、心を揺らされ、悩み、苦しむことの愚かさが、徐々に自分の心に伝わってきます。

そして、その時から少しずつ、一つの家庭の中に暮らす家族が、共に一つの真実へ向かって歩む掛け替えのない存在だということに、気付いていかれるでしょう。

自分の中に温かな優しい波動を感じたなら、必ず、優しい思いで家族を受け止め、また、家族すべてが同じく温かな優しい存在だと気付いていかれるでしょう。

それこそが幸せではないでしょうか。

思いやりを持つてとか、愛していこうと、ことさら努めなくても、そこに存在してくれることが嬉しい、そんな自分になれたなら、あなたはもう幸せの中

に存在する意識です。

親子として、夫婦として、嫁姑として、互いに存在してくれてありがとう、ただ、その世界が広がるだけです。

そして、淡々と、自分の道を歩んでいくだけです、本当の自分に出会うまで……。

そこからさらなる世界が、本当の幸せへの道が開けてくる。そう、感じませんか。

あとがき

セミナーが終わり、自分の歩んできた道を振り返ってみたときに、共に学んできた人々の顔が浮かんできました。皆喜びで、感謝の思いで、顔が輝いて感じられました。

私自身、本当に幸せな時間をいただけてきたことを、つくづくと実感します。その喜びを少しでもお伝えしたい、そんな思いで筆を取り、「家族の風景」と題して、いろいろな人間模様、様々な問題に焦点を当てて筆を走らせてきました。

苦しみの中で喘^{あえ}いでいた人々が、心を見えるということを知り、実践して、自

らの道を自分で感じ、開いていく。そこには大きな喜びが生まれることを体験してきました。

家族の様々な出来事、軋轢あつれきの中から、自分の心をただひたすら見つめ、自分を知り、真実への道を歩んでいくことこそ、今、私達が求められていることだと感じています。

人はややもすれば、日常の生活に心を奪われ、そこでの幸せを幸せと実感します。幸せと感じている人はそれを失いたくない、そうでない人は幸せになりたいと躍起やつきになるでしょう。

今一度、幸せについて一人一人が真摯しんしに受け止め、自分の中でしっかりと見つめていかなければならない、そんな時期が来ているように思います。

現代の世相を見ても、考えさせられるものばかりが目、耳に入ってきます。人間が作り上げてきた価値観に踊らされ、人間の本质を見失っている、そし

て、そのことにも気付かない、そんな状態ではないでしょうか。

家族もそんな価値観の輪の中に存在し、悲鳴を上げています。そして、ところどころから綻^{ほころ}びが生じてきます。

何とか修復しようとして八方手を尽しても、肉の努力では、もうどうにもならないところまで来ている、かえって傷口を広げているだけ、そんな状況もよく目にし、耳にします。

究極は意識の転回しかない。そこに行き着くのですが、なかなか今の時点では、心で理解する人は少ないでしょう。心を見えるということを経験したことのない方は、特にそうではないでしょうか。

まず最初に、少しずつでもいい、一步一步、心を見えるということを進めてほしいと思っています。

もし、この本を手に取りられて、「自分も心を見てみよう、学びに触れてみたい」そう思われたなら、是非、巻末で紹介されている『意識の流れ』『続意識の流れ』『意識の転回』を読んでくださるようお勧めします。

あなたの心に伝わってくる波動を、どうぞ、心で受け止めてください。あなたの中から、本当のあなた自身が訴えかけている思いに、心を傾けてください。この宇宙には意識だけが存在する、実在するのは意識だけ、その世界が、もう、まもなく明らかになってくる、そう感じています。

この本を書かせていただく機会が与えられたことを、心から感謝します。そして、読んでくださった方々に、心から感謝します。

ありがとう、すべてにありがとう。その思いをあなたに伝えます。

本田せつ子（ほんだせつこ）

昭和 25 年 函館市に生まれる。

大学、大学修士課程にて発達心理学、児童心理学を学ぶ。

昭和 50 年より平成 8 年まで約 20 年あまり保育専門学院講師、家庭児童相談員、保健所発達クリニック心理相談などに携わる。

著書／「母親のぬくもり」― 子供の問題 ―

「幸せへの道が開かれて」― 精神障害から喜びの世界へ ―

「家族の風景」― 地獄の世界からの脱出 ―

初版発行 2008 年 3 月 15 日

著 者 本田せつ子

発 行 者 桐生敏明

発 行 U T A ブック

装 丁 仁井谷伴子

発 売 元 株式会社かんぼう

大阪市西区江戸堀 1 丁目 2 番 14 号

TEL 06-6443-2171 / FAX 06-6443-2175

印刷・製本 モリモト印刷株式会社

© Kayo Shiokawa, Printed in Japan 2008