

# Compassion

## 助けようとする深い思いやりについて

—CL News: Vol. 18, No. 7 (July, 2016)から

Patricia Ryan Madson (madsons@comcast.net):  
CL News, Vol. 13, No. 6 (June, 2011) の同氏の記事  
に Thich Nhat Hanh 著の詩を加えてありますが、一部  
を掲載。



公案 人はたった一人ではないが一人

ある朝、趙州は深く降り積もった雪を踏みながら禅堂の前を歩いていました。突然、趙州は足元を失い雪の深みに落ちました。彼は大声で「たすけてー」と叫びました。弟子の僧は叫びを聞き、走ってきて雪をかきわけ、師匠を雪の中から助けるかわりに、自分自身を雪の中に投げ入れたのです。つまり、弟子の僧は、師匠と同じように自分を雪の中に横たえたのです。趙州は弟子に杖の一撃を与えることもできましたが、静かに自分の室に戻りました。弟子の僧は師匠を助けたことになるのでしょうか。

「さて、弟子の僧は年老いた師匠を助けたのか、そうでなかったのか？」(柴山全慶、1970年)と問うています。

深い思いやりの行動とは何か。どうやって助けられるか。1985年 Ram Dass 本の題名で尋ねています。この公案はいろいろな助けを思いつく知恵です。柴山全慶の質問への答えはイエスとノーです。

[NO] 僧は助けず、趙州は自力で雪から這い出なければならなかった。言うなれば、私たちは本質的にこの世においてただ一人です。生活し、動き、進むのは個人の努力によってです。他のだれもあなたのために生き、仕事をして、苦勞を背負い、借りを返すことはできません。だれかに自分の問題から助け上げてくれるよう叫んでもだめです。

しかし、僧が雪の中にとびこんで師匠を助けようとしたことはもっともなことです。時に人が直面している現実を変える方法や治療、薬もない場合があります。それでも人はだれもが、基本的なレベルで「助けてあげられたら」と心に願いますが、本人が一人で絶えるしかない辛さがあります。けれどもこの公案は慈悲の心がある場に残らないとは言っていません。

ただ部屋にいっしょに居て、聞き、そっとそばに寄り添うのは安心を与えます。人間はたった一人ではありません。が、それでも一人なのです。人は皆一人で死に直面します。それでいて、身近に温かい存在があるのである種の慰めがあります。

誰かが問題や苦痛にあって私に強い助けを呼ぶときは、専門家をつかまえるために急いで走ります。苦しみ悩んでいる人の隣りに寄り添うのは居心地悪いですが、時にはそうするのが確かに必要です。それができるかぎりの手助けなのです。

友人が雪の中に

数週間前にカナダに住む親友が悪性の癌と診断されたことを知りました。ある日、友人は、とても元気で、健康的で、活動的、なすべきことを行動する優雅な機関車でした。家庭をきりもりし、カナダのウェルスプリングで新しい癌カウンセラーの仕事をうまくこなしているさ中に、翌日皮肉な運命のいたずらで、手術の予定を立てることになったのです。(中略)

そこで私は急ぎ飛んで冷たい雪の中の友人に合流しました。私は今回のことをどうするのかと自問しました。私は彼女の苦しみに顔をそむけないようにできるだけのことをしようと決めました。彼女が治療や不安、気持ちについて話すときは、熱心に集中し続けて聞きたい。彼女の辛さが厳しくなるときはいっしょにそばにいたいし、うまくいったときや特別にうれしい幸せなときにはいっしょにお祝いしたいです。

毎週月曜日の朝に週に1度の電話「マンデイモーニング・デート」を始めています。カリフォルニア時間午前8時00分とカナダ時間午前9時00分に、お互いに電話しておしゃべりします。

毎週彼女に手作りの絵葉書や小さな贈り物をします。気をそらし、気分転換になるような元気づける文章を探して彼女に読み聞かせます。本や音楽を、インターネットサイトを薦めたり送ったりします。

この公案の中で、若い僧は彼の師匠と共に雪中にいることに決めます。これは、そばに立って温かく、安心させ、ひよっとすると励しの言葉をかける立場とは明らかに違います。雪の中に飛び込むことで、僧は友人の苦しみに冷たく、極まった状況を体験する一を選んだのです。時に私たちができることは窮地にある人と共に苦しむことです。

※慈悲…仏が衆生に樂を与えることを慈、苦を除くことを悲

(カリフォルニア州サンフランシスコ市CLインストラクター)

 [目次へ戻る](#)