

1月号

VOL.114

とよ・たち・美肌通信



January



あけましておめでとうございます。

2020年1月号のとまたち美肌通信の
表紙は、たくさんの花が咲いている
新年にぴったりの元気がでる絵です！

ずかんを読む事や、お花を育てる事が
好きな男の子が描いてくださいました。

素敵な表紙をありがとうございます😊

院長はじめ、スタッフ一同

バリエ感謝いたします。

さて、今年もどうぞ

豊郷たちがあ皮ふ科を

よろしくお願ひいたします。



禪宗に^{“かんきゃっか”}看脚下という教えがある。これはよくお寺の玄関に掲げてあり、履物を揃えなさいという戒めとして受け取られている方もいるかと思います。しかしこれは単に履き物の話だけではなく、「^{きゃっか}脚下」つまり自分の足元がどうなっているかを見定めなさい（^み看よ）という事だと言われています。

自らの足元がどうなっているかを見ないで、新たな一步を踏み出す事は出来ない。人生を生き抜く中で大切な原則をこの三文字は余す所なく表現していると感じるのである。

11世紀後半の中国北宋の時代、^{ほうえん}法演禪師という人がいた。ある晩彼は三人の弟子を引き連れ松明を灯しながら歩いていた。ところがその時、一陣の風が吹いてその火灯が吹き消され周りは真の暗になってしまいました。すかさず法演は三人の弟子達に問いました。「さて、どうするか？」と。

仏鑑という僧はこう答えました。「全てが黒一色のこの暗闇は逆に言えば美しい赤い鳥が夕焼けの真っ赤な大空に舞っている様なものだ」と。

次に^{ぶつけん}仏眼という弟子は真っ暗の中でこの曲がりくねった道はまるで真っ黒な大蛇が横たわっている様であると答えました。しかしこれらの答えに法演が頷くことはありません。最後に^{えんごんきん}圓悟克勤が看脚下と答え法演は「そうだ。その通り」と絶賛しこの答えにくみしたといいます。

ここでいう暗闇とは、自分の行く先が真っ暗になったということです。例えば「思いもよらない災難に遭って前途暗たんたることを、どう切り開いていくか」という問いなのでしょう。暗い夜道で突然明かりが消えたならば、先が今ここで何を成すべきか。それは心を惑わされることなく、躓かない様に足元を見据えて前に進めということなので。

看脚下とは、今ここで自分は何をしなければならぬかを瞬時に考え実践することだと解けるのでしょう。

留まることをせず、前進開拓しようとする時、必ず困難に遭うでしょう。その時は冷静に己の足元を^み着、その後で確実に一步一步と前進しなければなりません。