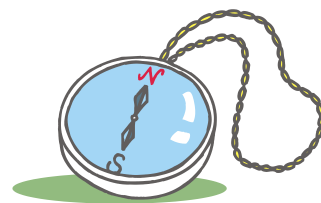


羅 針 盤

第 **23** 号

令和7年11月17日（月）



◆ 「脚下照顧（きゃっかしょうこ）」

「仏教」は世界三大宗教（世界的に信者数が多く、多くの国や民族を超えて信仰されている宗教）の一つで、日本への伝来は6世紀の半ばとされており、仏教を世界に広めたのは仏陀（お釈迦様）であり、その教えは彼の弟子たちによって広められました。仏陀が生まれたのは、おおよそ紀元前7～5世紀ごろと考えられていて、29歳のときに修行者となって、35歳のときに悟りを開いたと言われています。つまり、仏教という宗教は2500年以上の長きにわたって続く、今どきの言葉で言えば、とてもサステナブルな教えということになります。昨今、ビジネスの世界でもサステナブルな経営、つまり、長期的な視点に立った経営の重要性が再認識されてきているようです。けれども、たとえ視点が長期的であったとしても、目標を達成することだけにとらわれていれば、本末転倒と言わざるを得ないでしょう。未来のことなど誰にも分かりません。分からないのであれば、目標のために焦って無理を重ねたりする必要はないはずで、先のことが分からないこそ「いま、ここ」を大切にしなければいけないのではないのでしょうか。禅では、過去・現在・未来は一本の線のようにつながっているわけではなく、「現在」という点の連続であると考えます。「過去に執着することなく、未来に期待や不安を持たず、今できることを全力で行いなさい」というのが、禅の教えです。仏陀も、自らが悟った心の平安を得る方法を人々に教え伝え始めた当初から、2500年以上も先の目標を持っていたわけではないはずです。ただ、「今この目の前にいる人々を苦しみから救いたい」と懸命に教えを説いてきたのではないのでしょうか。そのことが一つ一つの点となって連なってきた結果、今日の世界宗教たる仏教へとなってきたはずです。

「いま、ここ」というあり方に関わる禅語として「脚下照顧（きゃっかしょうこ）」という言葉があります。「自分の足元をよく見つめ、顧みなさい」という意味ですが、単に履物を揃えるといった実践的な意味合いだけでなく、自分の置かれている現状や内面をしっかりと見つめ直して、今やるべきことを大切にする、といった深い教えを含んでいます。先の目標だけを見ていると、自分の現在地が分からなくなることがよくあります。自分はどこまで進んだのか、目標に到達するためにはどの道を行けばよいのか。いったん立ち止まり、足元を見て確認すれば、次に何をすべきかが見えてくるはずです。また、そもそも「脚下」とは足元のことを意味していますが、転じて、本来の自分自身の姿（本性）を表していることとなります。そして、「照顧」は、反省し、よく考えること、確かめることです。つまり、「脚下照顧」とは、周囲に向かって屁理屈を言うのではなく、自分

の足元を見て反省することの重要性を説いている言葉となります。

他に対して悟りを追求する前に、まずは自分の本性を見つめなさいという戒めの意味合いを持っています。自己を見つめ一步一步大切に生きていくことが大事なことです。遠くの方ばかり見て歩いているとつまずいてしまいます。慌てることなく、周りの意見ばかりを気にするのではなく、しっかりと自分を見つめ直し、前へ前へと進み行く気持ちを忘れることなく、どんなに忙しいときでも、落ち着いて取り組む「心のゆとり」を持っていてもらいたいものです。

