真宗大谷派（浄土真宗）眞英寺寺報

慈現～じげん～

2号

新型コロナウイルスの対応について

この度の新型コロナウイルスの影響にお見舞い申し上げます。

さて、真英寺では皆様に安心してお参りいただけるように新型コロナウイルス対策として館内設備の消毒、マスクの着用、ソーシャルディスタンスの確保を徹底してまいります。

また、ご法事やお墓参りについてどうしてもご不安を感じる方は、リモートにてご参詣できるようなご準備をしております。ご相談いただけると大変うれしく存じます。くわしくは副住職までお尋ねください。

コロナと共存する生活様式は不便さも多々ありますが、お互い気をつけて過ごしましょう。

お盆のつどい ご法話（前編）

二〇二〇年七月五日（日）

お盆のつどいは新盆を迎える皆様と一緒に講師をお迎えし教えに聞く法要です。今年は新型コロナウイルス対策としてYouTubeで配信を行い瓜生崇先生にご法話いただきました。ここでは、当日のご法話のダイジェスト版前編を掲載いたします。後編は次号に掲載予定です。

滋賀県東近江市 玄照寺 住職 瓜生（うりう）崇（たかし） 先生

■孤独と不安の中で

今日は「孤独と不安の中で」というお話をさせていただきます。私たちは喜んだり悲しんだり苦しんだり、色々なことを思って生きていますけれど、最後まで無くならないものがあると言われています。それは不安と孤独だそうです。これはなかなかなくなりません。お話ししているとき皆さんに「いま幸せですか？」と聞くことがあります。すると三割から半分くらいは幸せだと言って手を挙げますね。ところが「不安はないですか？」と聞くとみんな手を下ろします。誰しも何かしら不安はあるわけです。

私たちは満たされたら幸せだけれど、満たされなかったら「不満」になるのではないかと思います。では、「不満」が無くなったらどうなると思いますか？不満がなくなったら満たされたわけだから「満足」だと思いますね。ところが仏教の考えでは「不満」の反対は「不安」です。満たされたら幸せだからいいと思いますが、今度はそれを失うのが怖くなる。病気をして治った人は今度またいつ

病気になるかという不安が出てきますね。そういうものを根底に抱えているのが私の姿です。だから不安は最後まで無くならないと言うのですね。

「不安」と「不満」の間を行ったり来たりしていると教えられます。恵まれたら恵まれたで怖い、昔、松田聖子さんが結婚したときに「怖いほど幸せ」と言いました。幸せはいつか崩れるから怖いのです。では失うものが何も無くなったら人間は落ち着けるかと言われると、それはやはり「不満」です。無いなら無いで苦しいし、有れば有るでこれもまた苦しい。これを「有無同然」と教えられます。これがまず「不安」ということです。

■孤独な私の姿

そしてもう一つは「孤独」。以前、私が会社で仕事をしていたときの話です。ある日会社に出社すると、とても親しくしていた同僚がその日の朝突然倒れてそのまま亡くなったと知らされました。前日まで隣の席で仕事をしていたその彼が突然いなくなったのです。彼がいるときのままのデスクを見るたびに亡くなったことが信じられないでいました。亡くなってからしばらくは同僚が集まれば彼の話ばかりしていました。ところが時間が経つと、彼のデスクは片づけられ、彼のことを話題にすることもほとんどなくなりました。その人の痕跡が消えていく、そういうことを目の当たりにしました。私たちは何となく気づいているんですよ。自分がいなくなっても何も変わらないということに。

つまり、「私とは一体何だ？」ということです。私はたった独りでこの世に生を受けた。これを仏教では「独生」と言います。私たちは独りぼっちで生まれてくる、独りで生まれて独りでは生きていけませんから私を必要としてくれるもの、私の存在を認めてくれるもの、私の役割、そういうものを一生懸命に探して生きますよね。社会や家庭でどのように役に立てるだろうか。ずっとそのように懸命に生きてきたのが私の姿です。

こうやって私たちは「独りじゃない」と言って生きていくのですが、最期は独りぼっちになって死んでいく。これを「独死」と言います。「独生独死　独去独来（独りで生まれて独りで死んでいく　独りで来て独りで去っていく）」とお経には書いてあります。

では生きている間はどうなのか。やはり独りであると。そんなことはないと思うかもしれません。けれども一番根本のところでは人間はわかり合えない、これが大きな問題です。私は独りではないと思って生きているけれども、一番深いところで私は独りです。いつも一緒にいる夫婦でも相手が何を考え、私のことを本当にどう思っているのか。なかなかわかり合えません。わからないだけではなく、もし知ることができても怖いのです。

なぜかと言えば自分の心の中を覗いたらこの人は自分にとって役に立つか立たないか。この人は私にとって善い人か悪い人か。自分の都合や利用価値によって人を分け隔てて差別して生きている、そのような「私」が確実に私の中にあるでしょう。だから相手が自分のことを本当にどう思っているのかを知ることが怖いのです。みんな本当のことを言わないで黙っているから生きていけるんですね。

『無量寿経』というお経にはこのことを「心口各異　言念無実（心と口（言葉）が各々異なる）」つまり嘘ばかりだと書いてあ

ります。なぜ嘘ばかりになるのか。それは心で思っていることが知られてしまったら、相手との関係が簡単に失われて本当に独りぼっちだということがわかってしまうからです。独りになるのが怖いから相手にどう思われるかと、相手に合わせて言葉を紡いで、そしてその関係を何とか保とうとします。だからありがたくないものをありがたいと言い、綺麗でないものを綺麗と言い、美味しくないものを美味しいと言いながら生きているわけでしょう。そうやって自分を懸命に取り繕って嫌われないように関係を保とうと生きていくのが私たちではないでしょうか。

ところがいくら気を遣っても会話の中で相手を傷つけたのではないかと不安になることがあります。これは相手を傷つけたのではないか、と反省しているように見えて実は「まずいことを言って嫌われたのではないだろうか、自分の信頼が失われていないだろうか」と一番に自分の心配をしているだけです。相手を傷つけたのではないかという心配は二番目になってきます。

しかし、そうやって空虚な自分を取り繕って生きることがますますあなたを独りにしている。これが先ほど出てきた「言念無実（ごんねんむじつ）」という言葉です。言っていることも思っていることも、まるで本当のことはない、これが私の姿であると言われているわけですね。だから独りぼっちの自分を懸命に取り繕って生きているけれど、そうやって取り繕えば取り繕うほど独りぼっちの「私」の中にどんどん閉じこもっていく、だから私という存在は宇宙の中で独りぼっちだと言います。

普段この「私」という者は家族や仕事など色々なものに囲まれ、必要とし必要とされて満たされて私の存在価値はあるんだと、「ただ独りで生まれて独りで死んでいく」者ではないと思って生きています。ところが、生きているとふと冷たいものが差すことがあるのです。「刹那（せつな）の自覚（本当は独りではないかという思い）」です。通じ合っているように見えて実は誰とも通じ合っていないのではないか、私の存在は意味がないのではないか、自分が死んでいったとしても社会は何も変わらないし、いずれは忘れ去られていくのではないかという思いです。七転八倒しながらこの人生を懸命に生きていくけれども、はたしてそのように生きていく私の人生の意味は何だろうか?そういう何とも言いようのない「孤独と不安」ですよね。

不安というのは、仕事がないとか病気の不安だけではないのです。存在というものの一番奥底にある「自分はいったい何だ?」という不安ですね。ただ独りで生まれて、ただ一生懸命に生きて、ただ独りで死んでいく。こういう「私」がここにいる。

私たちの生きている一番の底にはこれがあるとお釈迦様は気づかれたのです。お釈迦様という方は王子様でした。ヤショーダラという妻がいて、ラーフラという子供がいて、自分の将来も約束され頭がよくて才能に満ち溢れていた人でした。その人があるときに「自分はこのままでいいのだろうか」とふと気づきます。あらゆるものに恵まれて生きているけれども、独りぼっちで真っ暗闇な「私」に色々なものをくっ付けてごまかしているだけではないかということに気づいたのです。無我夢中で生きている間はこの「私」に気づかないのです。ところがそういう夢中になれる

ものがふとなくなってしまったときに何もない空っぽな私がスッと見える。このときにお釈迦様は「ただ独りで生まれて、ただ独りで死んでいくのだろうか。このことに解決がつかなかったら私は本当に救われたことにならない」と言って、家族も仕事も全部棄てて、ひとりで馬に乗って城を出て行ったと仏典に書いてあるのですね。

この真っ暗闇で孤独な私がたった独りという殻を破って生きていくことができるのだろうか。仏教が問題とし、解決しようとしているのはこの「私の姿」です。

■一切平等には絶対になれない「私」

仏教ではこの殻から一歩も出られないままに死んでしまったら、またこの「私」の殻の中に生まれ、独りぼっちの世界を何とかいいものにしようと思って同じように頑張るけれども、この中で悩んで苦しんでいくと言われます。こういうことをずっと生まれ変わり、死に変わりして繰り返してきた。つまり、ずっと「私」という中で迷って悩んで生きてきたと言うのです。

そういう私が本当の世界に目覚めていくということは何かということを突き止めていったのがお釈迦様という方です。お釈迦様は悟りを得たときに、私がずっと拘（こだわ）っていた「私」というもの、本当はそのようなものはなかったということに気づきます。そして、すべてのものはみんな平等な世界だったということに気づきます。これがお釈迦様の悟りの内容です。ところが私たちは絶対にそう思えないのですね。

うちのお寺では猫を飼っているのですが、境内でムカデやヘビを捕まえてくると、家族みんなでよくやったと喜びます。ところがこのまえスズメを捕まえてきたら「こんなかわいいスズメに何てことをするの！」とみんなに叱られていました。われわれは何もかも平等などと絶対に思えません。ムカデの命と私の命が一緒なんてことには到底なりえないですよ。結局は「私」中心の世界にやっぱり閉じ籠って誰とも通じ合えないものを抱えて死んでいくのですね。だからすべての命は平等だ、すべての者が繋がっている世界があると言われても、「私」という殻にずっと閉じ籠って、そういう世界にいても「私」の中から出て行こうとしないんですね。これが「私の姿」です。

■仏弟子阿難が初めて気づいたこと

このことにずっと悩み続けているお釈迦様のお弟子に「阿難（あなん）」という方がいました。この方はお釈迦様の教えを一番よく聞いていた人でした。「お釈迦様はこんなことを言っていただろうか？」と疑問に思ったらみんな阿難に聞きに行きました。阿難はお釈迦様の教えを一番よく聞き、一番よく理解し、一番よく覚え、誰よりもそういうことに秀でていた人でした。そういう優秀なお弟子なのにたった一人、悟りを開けなかった人だと言われています。周りの人がみんなお釈迦様の説いている真理に目覚めているのに、最後の最後まで目覚めることができなかったそれが阿難という人です。

これを聞いて何となく自分のことではないかと思いませんか？この現代においてインターネットで検索したらいくらでも情報が出てきますよね。コロナウイルスはこうなっている、人間が生きるというのはこういうこと。そういう情報が溢れていて、わからない

ものは何もない世の中になりました。

以前、大学でお話したときに人間がなぜ生きるのかを聞いたら、ある学生さんが手を挙げて「死ぬまでの暇つぶし」と答えました。どうしてそう思うのかを聞いたら、彼は「誰の言葉か知りませんがインターネットで知りました」と答えました。「あなたはその言葉にうなずいて人生を生きていけますか？」と聞いたら、じっと考えて「死ぬまでの暇つぶしでは生きていけません」と答えました。

私たちは「生きるのは尊いこと」とか「一日一日を大事に生きる」とか「人生は死ぬまでの暇つぶし」そういう言葉をたくさん知っています。たくさん知っているけれども、それが私の人生の救いになっているかといったら必ずしもなっていないのではないでしょうか。阿難も同じです。お釈迦様から浴びるようにお話を聞かせてもらっていたのに、それによってわが身が目覚めていなかった。だから阿難はそのことに悩み苦しんでいたと思います。

ところがあるとき、教えを説こうとしているお釈迦様の姿を見た阿難はとても驚きました。それはお釈迦様の姿が輝いているように見えたからです。阿難はお釈迦様に「お釈迦様がいつもよりずっと輝いています！そしてお釈迦様はいま過去と現在と未来の宇宙すべての仏様と念じ合い、繋がっていますね！一体どういうことですか？」と質問しました。これを聞いたお釈迦様は驚いて「今からあなたのために大事なことを話すから、よく聞きなさいよ」と言ってとても大事なお経が説かれます。このお経が『無量寿経』です。

阿難はこれまでずっと「私」という狭い殻の中に閉じ籠って誰とも通じ合うことができなかったので、お釈迦様の教えを聞き続けても、求め続けても目覚めることがありませんでした。その阿難が宇宙の仏と仏がお互いに念じあっている姿をお釈迦様の中に見るのです。そのことにまず驚き、そしてさらに阿難は教えを説いているお釈迦様と教えを聞いている人たちみんながお釈迦様と同じ徳になって通じ合っている姿を発見します。なぜこんなことが起きているのかと驚きます。

お釈迦様と仏様たちは元々互いに相念じ合う存在だったのに阿難が今までそのことに気づかなかっただけでした。そこに気づいたなら仏と仏が互いに相念じ合う世界とは何なのかということを今からあなたに話す、ずっと迷いの中で苦しんで生きている者が相通じ合う世界とはいったい何なのかということを今からあなたに話すから聞いてくれと。そう言ってお釈迦様は話を始めました。

（次号につづく）

真英寺法話チャンネルを開設しました！

当日の瓜生先生のご法話をお聞きなりたい方は左記の通りパソコン・スマートフォン・タブレットからノーカット版をご覧いただけます。

今後は法話を投稿していきますので、チャンネル登録をよろしくお願いいたします。

YouTube

真英寺法話チャンネル

パソコン・スマートフォン・タブレットからご覧いただけます。

真英寺　YouTube　検索

https://youtu.be/YBsPvrvp11A?t=615

お寺の掲示板

今号のことば

人見るもよし　見ざるもよし　我は咲くなり
武者小路実篤（むしゃのこうじさねあつ）

お参りのときに気づかれた方もいらっしゃるかもしれませんが、今年から本堂に向かって左手にあるアンズの木の下にスイレンを植えました。夏に花を咲かせてお参りに来た皆さんを喜ばせてくれよと願いながら、春先から少しずつ手を加え成長を見守ってきました。そのスイレンが八月になってようやく花を咲かせてくれました。

ところが咲いてくれたのは平日の月曜日の朝。スイレンの花は長くても三日ほどしか咲きません。これでは週末までには枯れてしまうと落胆している私に「今号のことば」が聞こえてきました。「人見るもよし　見ざるもよし　我は咲くなり」小説家・武者小路実篤の言葉です。「人が見ていても、見ていなくても構わない。私は私として咲きます。」という意味でしょうか。お参りのほとんどいらっしゃらない月曜日ではなくて、人の目に触れる週末に咲いてほしいという私の願いなどどこ吹く風。人に見られるか見られないかでスイレンは咲いておりません。人に見られていなくてもただただ咲いている。それだけで十分だったんですね。仏教ではこれを「自体満足」と言います。

社会生活を送りながら、私たちは他人からどう見られているか、どうしたら自分が認められるかに振り回されて生きています。人からの評価がそのまま自分の価値だと信じ込んで生きているのではないでしょうか。だから認められようと、役に立とうと懸命に生きるわけですね。ところが懸命に努力した先にいったい何があるのかがわかりません。私はそのことにどこかで息苦しさと空しさを感じている。この言葉から「あなたの本当の満足は何ですか？」という問いかけが聞こえ、ハッとさせられたのでありましょう。皆さんはこの問いかけにどう答えますか。

浄土真宗LIVE!

真宗の法話をオンラインで

浄土真宗LIVE!は、YouTubeなどのソーシャルメディアを利用して、浄土真宗の法話を世の中へ広く配信しています。

苦悩が多い今だからこそ浄土真宗の教えを聞いていきたい！その願いで活動しています。法話動画はスマートフォン・パソコン・タブレットでご視聴いただけます。副住職もスタッフとして登場していますのでぜひご覧ください。

YouTube

浄土真宗LIVE!　検索

眞英寺寺報「慈現」第二号

発行　眞英寺（真宗大谷派　京都東本願寺）

東京都新宿区若葉二丁目一番三

TEL　03-3351-5955

E-mail　m-miura@sieneiji.jp

URL　https://www.sineiji.jp/