

おうちの
みんな
読んでね



聞こうとして 聞こえる救済ではなく、 己を投げ出すとき、 聞こえてくる救済である。

高光大船（二八七九〜一九五二）



5月前半、かねてから宗教・真宗にも関心を深めている友人から、「利他」というお題をもらった。下調べ中に出会った書籍「思いがけず利他」（中島武志著 2021年）では、上記の出典や前後の文脈は不詳ながら、著者はヒンディー語の与格構文を元にして、親鸞の他力思想を解説する。

与格とは「私」を主語にした主格・能動態や受動態とも違い、中動態とも呼ばれる。「私は寂しい」「私が風邪を引いた」のではなく、「寂しさが私にやって来て留まっている」「風邪が私にやって来て留まっている」というように自分の意思やコントロールを超えた行為や感情について使われる。

寂しさを味わうのも風邪を引くのも私の想定外、不可抗力であって、それはどこか

らかふとやってくる、あるいはその現象があたかも私の体を器のようにして宿る。その表現・感覚は、言わば自分の全てを他力に明け渡してしまう態度と通じるという。

浄土真宗では法座などでよく「お聴聞」と言われる。念仏を唱える回数も心境も身体作法も問わず、ただ自分に向けられた阿弥陀仏から救いの呼びかけを、疑いを挟まずそのままに聴き開けるかどうか。

しかしどこか作為や計らいが拭えず、自らの力を当てにし何かを掴もうとする。徹底してその限界、無力を味わい、もう好きにしてくれと己自身を投げ出す時、何かが訪れる。私の意思より先に私を支えんとする世界に包まれていた。それが阿弥陀仏としての仕事、他力の救済なのかもしれない。

人間とは

自分で自分の始末を

仕切れぬ者の別名である

この言葉は師の生活日記録における「自己を知るとは」からです。

「世移り時変わっても、人間は人間であって、自分で自分の始末をつけ得ないのが人間の悲しさである。その人間の中で力んでみても始末がつくものでもない。その証拠には、人間の逃げることできない死の一件にさえも、何の解決もついていない。(中略)生死の解決は直ちに自分の解決であり、そのまま人間の解決である」

私たちは知力体力財力などさまざまな力を得て人生を送りますが、それらの力も最期は私から離れていきます。また、いつでもどのように死ぬのかも分かりません。実際、何のためにこの世に生まれ生きているのか、自分のいのちの解決は何一つ成し得ず、本当に頼りにできるものも持ち得ないのではないのでしょうか。

そんな私を目当てに、仏道を歩む人生が用意され、今生を終えれば仏とならさせていたたくいのちが恵まれています。生死を通して私にはたらく本当の力は、阿弥陀仏の「本願力」であり、南無阿弥陀仏のお念仏といただきましょう。(引用「月々の言葉」)

◆金沢の富豪を生家とし、明治大正昭和を生きて「加賀の三羽烏」の一人と敬われた高光師は、雑誌の刊行や後進育成と共に、「自己とは何であるか」という人生の根本命題を仏法の中に身を置いて問い続けられました。

入門！ 仏教語 散策シリーズ③

因縁 [いんねん]

向日葵の花はその種から咲く。種が原因で花は結果。しかし種だけでは花は咲かず、土質、温度、水分、日光、栄養分などさまざまな条件(縁)が種に働いて花は咲く。

このように全ての現象は、必ずそれを生んだ因(直接的原因)と縁(間接的原因、助縁)の結果と見るのを因縁正起=縁起と言ひ、物事の普遍的法則である。

現実には、因と縁と果とが複雑に関係しあい影響しあって成立し(因縁所生、因縁和合)、一切が消滅変化している(諸行無常)。「阿含(あごん)経」に「これある故にかれあり、これ起こる故にかれ起こる、これ無故にかれ無く、これ滅する故にかれ滅す」と記されるように、全ては固定的実体でなく(諸法無我)、相互依存的に現象しているので、(縁起に)いい悪いを言うのは私のモノサシ。

俗に「因縁をつける」「因果を含める」などと使われるが、世間の価値判断を超えた道理であるので、ハナシの落とし所には注意しよう。(出典：「暮らしの仏教語豆辞典」)



▼今年も暑いらしいね。お寺はまだ涼しいでしょ？

もう 30°C 半ばになったら変わらんよ。クーラーつけたいけど、それがまた電気使うしな～。気候変動は元には戻らんどころかあと 5 年ほどで臨界点とも言われてる。対策が間に合わんらしい。

▼え？そんなマズイの？ただでさえ石油が回ってこんとどうなる？エライさんきちっと考えてな。

考えてると思うで。ただ、いつの時代も国民よりお国が優先やからな。いや、一番の同盟国しかみとらんか。今は史上二大転換期と言われるけど、TV 新聞もあまり言わんし、皆分からんよな。

▼二大転換期ってまた大袈裟な～。一体何？

ひとつは、殺傷武器輸出全面解禁。安倍首相から緩まった。そら、仲間同士共通の武器なら使い勝手もいいし、多少は防衛産業も GDP には貢献するやろ。しかし、これは日本が平和憲法・平和国家という、他の国と違う国際的ステータスを捨てることや。相手によっては敵対視されて、国内の米軍基地も狙われるリスクも出てくるで。

▼巻き込まれるのはごめんやわ。もう一つは？

まだ序の口かも知らんけど、いかに我々の社会全体が石油によって成り立っているかってこと。ロシア VS ウクライナからイラン情勢にいたって思い知らされてるのでは？エネルギー面では節電要請言わんのが疑問やし、日常多くの製品が石油・ナフサを原料としてる。食料自給のお粗末な日本では、肥料製造や燃料、個包装に及ぶまで化石燃料なしに物を食べられない。石油依存の経済構造から転換を京大・藤原辰史教授らが警告してる。

▼うーむ、お坊さんの的にはどうしたらいい？

正解はないが、何かは言うたり行動せな。そういう宗教者も少しはおる。いや、きっと頭いい人らが良く考えて、国だけは存続してくれるやろ。

*丹南 FM 79.1Mhz 第二第四木曜
PM1:30 「煩惱漫遊」にて放送中！



作：木村美枝子（越前町古屋在住）

■朗読と音楽の活動をしている知人が、妻の二年目を偲んで紹介してくれた絵本。かわいい絵もひらがなの言葉もシンプルながら温かく、喪失の悲嘆にあるときとても響く。その内容は、涅槃経でいう月愛三昧や、往相還相的なイメージも彷彿とさせ、驚きとともに感銘深い。

「わたしがからだをぬけだしたのは、あなたのことをまもるため」



「このほしのきまりから ときはなれたきみは すべてのもののいちぶとなり あらゆるばしょに そんざいしている」

「ぼくがきみをおもうとき ぼくもきみのそばへいく」



『つきがみえないよるでさえ』
じぎりん星人 '19.5
みらいパブリッシング

著者は長年の会社員生活を経て、コミックエッセイストとして各種連載を持つ。読み聞かせ動画もあり。見えない誰かとのつながりをじっくり噛み締めたいときにお勧め。(S)

お試し！カラダの知恵② 梅雨～夏への養生～汗の始末、呼吸と発散

■新緑の季節は気が上がりやすく、過敏な状態（かゆみ、痛み、せき、鼻水）や昔の異常・古傷が表面化しやすい。体のどこかに強張りやつかえがあると、体は季節の変わり目の風邪を引いて強張りを弛め、新しい適応状態をつくらうとする。症状が出ていることは治癒力が活性化している現れ。あわてて対処療法で抑えず、体質改善の好機として利用したい。

イライラや情緒不安定な場合はお腹で左右の肋骨の下辺りを指でじわっと抑えて緩める。脇の前の水かきの左右分厚い側（スジ）をつまんでひっぱり緩めると、頸椎の調整にもなり、吐く息が深くなって眠りが深くなる。

皮膚呼吸が閉ざされ、行動が億劫になりがちな梅雨。壁や椅子に脚をかけて高く上げたり（十分位）、大腿に二十～三十歩ほど歩くと呼吸器の急所である大腿裏筋が伸び、汗が出やすくなる。お腹を強く凹ませて鼻からフンフンと連続で吐く火の呼吸も代謝によい。

夏は脚、行動の季節で、汗の処理が肝要。一度出た汗が冷えて引っ込むと、頭や脚が重くなる。後頭部真ん中を熱めのシャワーか、蒸したタオルで六分ほど温める。熱中気味（頭痛、のぼせ）になったら、頭頂部を冷たいペットボトルや絞った手ぬぐいなどで冷やすと、気血が降りて卓効がある。虫にさされたり噛まれたときは、そちら側の化膿活点：上腕の真ん中辺り中央（図は右半身の場合）のしこりを指先で気を通すように押圧すると治りが早い。（出典「12のカラダ」岡島瑞徳）



坊守・芳蓮院釈慈穂 三回忌を終えて (住職 林 暁 R8.5.24)

●妻・千種が卵巣がんによって49歳で往生を遂げてから二年と少しが経ちました。

4月19日に40名以上の方々を迎えての法要、28日の祥月命日には友人らがお墓参りや食事会で集まり、彼女を追慕する良い時間を共にしていただきました。お参りの皆様には心から感謝申し上げます。

準備に明け暮れた日々がようやく終わり、2年目の区切りを無事済ませられた安堵感、達成感はひときわで、これは労力や時間をかけた分味わえるご褒美だな～と実感しました。

当日は、実家ご親族や友人の方々から生前のエピソードなど改めてお聞きしたり、法類のご住職方とは自坊の将来の件についても話し合い、とても有り難く思いました。そういう場には彼女とともに、先に往かれた方々が臨在してくれたと確信します。

●今年2月下旬、昨年来寺された橋本久仁彦先生率いるチームが、座敷本堂にて「円座」を開いてくださいました。

何のテーマも采配もなく、ただ丸く座ってその場の中で生まれた思いを投げ入れる。即興で予定調和もなく余分に飾るものも何も要らず、その感覚が実に心地よく没入しました。

やはり彼女にまつわることしか言葉として出てこず、思わず涙こぼれてしまいましたが、先生は「そういう語りこそ最も尊い、奥さんがあなたの中に『臨在』していることの確実さは、ここにいる皆が感じるしあなたの存在が証明している」というような

旨を伝えてくださいました。本当に、素のまま安心して身をおける場というのは何と有り難いことか身に染みます。



●今冬は葬儀がほぼ入らず、懸案だった遺品整理が捗りました。クローゼットや箆笥や押し入れやらを仕分け片付け、あ

あこれで彼女の持ち物は全部ひと通り見たな～と完了したとたん、一気に込み上げるものがありました。

もう他に何も見るものはない！もうこれら衣類も雑貨も今後永遠に増えることはない..！以前に、靴箱を整理して主を亡くしたかわいい靴が何足も取り残されてるのを見て涙して以来の、寂しいという感情。

遺品の片付け整理は言いようもなく切ないものの、何か彼女の片鱗に触れているような、幸せな時間でもありました。



●能登半島2年や東日本15年という節目の報道に接すると、ご遺族の方が今なお苦悩や悲嘆の中におられる言葉が痛いほど近く感じます。

自分の嫁に、家にさえ来なければ死なずに済んだ、なぜ生きているのか時々分からなくなる etc.

あるとき、久しぶりに再会した友人が共感を持っていろいろと話を聞いてくれました。とても安堵して礼を言うと、(再会して話せたのは)あなたが生きるためだよと言われ、思わず「生きていいいんかなあ～！」と嗚咽が込み上げてしまいました。

●この喪失に一体意味があるのか、実に様々な思いが今も時折頭をよぎります。



数ヶ月目の頃、もう最高に安楽な世界にいるんだね、そこから自分を支えてねと、内陣前で涙ながらに語りかけてふと湧き上がりました。それって自分のエゴではないのか？都合のいい願望とどう違うのか..？ 去年は、もう仏さんにならなくても、生まれ変わって次は思う存分の人生を生きてね！と思わず口をついて出てきたことすらも。

勿論、慈悲と悟りの教えは抛り所ですが、不在となった関係を何か安易に決着させるより、あちらからの声を必死に聴き、意味を探さずには生きられない気がします。

なぜ二人にこんなありえない出来事が用意されたのか、なぜ彼女のような純粋な魂がこんな自分と一緒にいるのか、この家に来たのか。いわゆる前世からの約束、課題？

ある人に問うと、それは（彼女が）純粋だからこそですよ、と言ってくれました。当方の浄化のためだと。そんなことがもしサムシンググレート（偉大な超越者）の采配なら、もはや責めようがありません。

●この間、気がつけば、普通に食事できる後ろめたさも知らぬ間に薄れ、一分も惜しんでその命をいかに永らえるかだけ考えた時期も、その後の看取りの衝撃にただただ茫然としていた一年目すら、ふと記憶になりかけて戸惑います。泥沼のような闇に沈んで、もう自分は全て終わったという世界も、やはり無常だったのでしょうか。

彼女の残した日記やノートには、癌発覚の一年以上も前、彼女が止むを得ず一人暮らしを始め、身体を自らの力で立て直そうとした日々の、辛いことや喜びなどが自然体な書きぶりで丁寧に綴られています。

「自分以外の誰かの幸せを少しでも祈ろう！」「生きるって毎日がワクワク楽しいこと」「やれることは何でもやろう！」「私ってコツコツが好きなんだな〜」など、些細な出来事にも感謝、幸せ、嬉しい、楽しいなどの言葉があちこちに散見され、当時の彼女が生き生きと現れて胸に迫ります。

根アカで裏表なく、楽しいこと美味しいものが大好き。聡明で責任感が強く素直で他者を大事にし、幼女のような無邪気さ純粋さは、多くの方々から好かれました。

その命・生き様を存分に悲しみ愛おしみ悼み、とことん迷いながらも希求していくことは多分まだ自分の仕事。いや、この身に宿る彼女との「協働作業」かもしれない。



です！
待機中



報恩寺

▼三回忌が済み、前坊守の世話もなお一層の中、後回しの前任職部屋の片付けや事務仕事、庭掃除ももれなく

お話し戴きました。
▼3月永代経法要にはお参りありがとうございました。ご法話は昨年同様、真宗出雲路派・泰圓澄師。最初にミニインタビュしながら

