死別の悲しみと生きる

―ビハーラの心を求めて―

鍋島直樹

◎目　次

一、はじめに――一番深い愛――……2
二、親鸞聖人における
愛別離苦への姿勢……6
涙の意味　7
悲しむ心を少し休めて　15
死を超えた依りどころ　22
三、結　び――せつなさと輝きと――……28

イラスト／Yui & Moe

※『註釈版聖典』の引用は「第二版」を用いています。

一、はじめに――一番深い愛――

大切な人との別れは、身を切られるようにつらいことです。悲しみは時間が癒してくれるともいわれますが、なかなか容易なことではありません。時を経ても悲しみはますます深まるばかりで、どうかあの時まで時間が戻ってほしいと心の中で叫ぶこともしばしばです。別れは悲しくつらいことですね。

それでは、死別による悲しみを私たちはどのように受けとめ、乗り超えていったらよいのでしょうか。

仏教では、人間は苦しみを抱えた存在であると説きます。愛するものと別れたときに感じる苦しみは愛別離苦といわれ、四苦八苦の一つです。『涅槃経』第十二には、

愛別離苦はあらゆる苦しみの根本である。愛が深ければ深いほど、より一層憂いや苦しみも深くなる。

と説かれています。

愛する者との生き別れもせつない愁いを伴いますが、死別による悲しみは愛別離苦の中でもっとも深い苦しみです。この愛別離苦は、恩愛別苦とも表現されます。英語で表される「ビリーヴメント"Bereavement"」には、「奪う」「奪い去ってつれていく」という意味があります。どれほど深く愛し合っていても、無常の風が吹くときには、生木を裂かれるように別れていかなければなりません。

愛はつねに別れの危機を含んで成立しています。愛別離苦は、そういう愛のはかなさと存在のさびしさを痛いほど感じさせるものです。

作家の亀井勝一郎さんは、一番深い愛について、次のように書かれています。

われわれは平生、友だちの間でも、夫婦の間でも、しばしば憎しみあったり争ったりして、必ずしも円満な生活を送ってはいない。愛はつねに嫉妬や憎しみを伴う。ところが、もし愛するものや友だちが死んだとしたならば、われわれはどういう感慨を抱くか。平生の憎しみや欠点などを忘れて、その面影の一つ一つが懐かしい思い出になる。争ったことさえ今は切実に回想されるであろう。つまり死に直面して、はじめてわれわれはその人のさまざまな願いや行いや仕事の意味をはっきり知る。死は人間の生命を完璧に語る。死んでみてなるほどああいう人間だったのかということがいよいよはっきりして愛情の涙を流す。ところでもしこの世で一番深い愛があるとすれば、死してはじめて語ることのできる願いを、生きている生身のまま感じる——それが一番深い愛というものではなかろうか。

（『愛と祈りについて』一四六頁［大和書房］）

亀井勝一郎さんの言葉が教えるように、私たちは別れを通して、深く愛を感じます。別れた後で、相手に対する申し訳なさや罪悪感を感じることもしばしばです。自分の友だちや恋人、家族がいつか一人で死んでいくということに気づいたなら、私たちはお互いにもっと深く理解し合えるかもしれません。