

ホ ッ プ ス テ ッ プ

# 浄土真宗

浄土真宗の「終活」

第一章

● 浄土真宗の「終活」

浄土真宗の「終活」を考える —ある女性の姿を通して— …………… 森田真円

本当の「終活」をしましょう…………… 釈 徹宗

めざせ！終活の達人—本当の終活を成功させるコツのコツ—

Q & A 釈徹宗さんが現代の難問に答えます

第二章

● お寺に親しむ お寺を楽しむ

対談 仏教の真髓が落語でわかる！かも？ 落語家・桂文我さん×釈徹宗さん

田舎のお寺がおいしい楽しい

お寺で味わう「精進イタリアン」 広島県・浄謙寺

手づくりジャムで島おこし 山口県・瀬戸内ジャムズガーデン

都会のお寺でほっとする

離郷門信徒の集い

築地本願寺ランチタイムコンサート

神谷町オープンテラス

西本願寺 御堂に響く仏教讃歌

お寺と仲良く

生まれた時からお寺へお参り

お寺の活動組織（仏教青年会・仏教壮年会・仏教婦人会）

お寺の法座・講演会・勉強会

仏教を学ぶ

私も中央仏教学院で学びました 弁護士 大平光代さん

本願寺発 行動する人びと

NPO法人JI PPO 中村尚司さん

西本願寺医師の会 田畑正久さん

あそかびハーラ病院 常駐僧侶 花岡尚樹さん

東日本大震災の被災地で訪問活動 金沢豊さん

NPO法人京都自死・自殺相談センター 竹本了悟さん

## はじめに

この本（ホップステップ浄土真宗）は、2012年に発刊した『浄土真宗 はじめの一步』の続編として企画しました。「一步」歩みを始められた方が「次の一步」、つまり「ステップ（二歩目）」していただくことを目指しました。続編といっても、この本では「終活」がメインテーマですので「はじめの一步」をまだ読まれていない方も「ステップ」できます。できれば「はじめの一步」も手にしてください。



第1章は「浄土真宗の『終活』」

です。「終活」という言葉は、「就活（就職するための活動）」をもじったもので、インターネットには、「人生の終わりのための活動」の略で「例えば、自分のお葬式やお墓について考えておいたり、財産や相続についての計画を立て、身辺整理をしておくといった内容」（@nifty）とあります。2009年に「週刊朝日（現代終活事情）」に登場した

造語で、2010年の「新語・流行語大賞」に「無縁社会」「イクメン」などとともにもネットされ、その後一般的に使われる言葉になりました。

江戸時代初期に始まり1950年代まで続いた「大家族制」の時代では、終活しなければならぬ内容は家庭の中で日常的に行われており、人生の終わりにあらためて「終活」することはありませんでした。近年の「高齢化社会」が、第2次世界大戦後の団塊の世代の誕生や高度経済成長に伴う「核家族化」などからまって「終活」をもたらしたいえましょう。「終活」の具体的な表現方法として「エンディングノート」ができました。

浄土真宗のみ教えを依りどころにして歩む者が「終活」とどう向き合ったらいいのか、を綴ったのが本書です。執筆は、「はじめの一步」に続いて、ともに浄土真宗本願寺派の住職であり、京都女子大学教授の森田真円さんと相愛大学教授の釈徹宗さんです。森田さんは「はじめの一步」を執筆したことが「（人生は）縁によって成り立つ（縁起）」という仏教の根本の教えを「地で行く」経験をされました。「浄土真宗の『終活』」のドキュメントといえるもので、そのことを執筆いただきました。釈さんには「浄土真宗の『終活』」を語っていただき「はじめの一步」の読者が持たれる疑問にも答えていただきました。

第2章は「お寺に親しむ お寺を楽しむ」です。これは「はじめの一步」をお読みいただいた方がたから「お寺は葬儀・法事をするところかと思っていたのですが、そのほかいろんな活動もしているんですね」という声を受けて企画しました。同時に第1章を読んで気づいていただけたと思いますが、「終活」で大切なのは、「今」を大切に感謝することであり、そのためには、お寺と仲良くしてもらうことが早道だと思うからです。浄土真宗のお寺は、葬儀・法事を含めて親鸞聖人のみ教えを弘めるために法座を開き、各種の教化活動を行っています。全国の寺院で行われているそのいくつかを取材しました。また、西本願寺（本山）や浄土真宗本願寺派（宗派）の活動もとりあげました。そして、お寺という垣根を超えて社会に飛び出し、さまざまな活動をしている人にも登場いただきました。

ホップ・ステップの次はジャンプです。み教えを聴くためのジャンプをこの本を読まれた後には目指してください。ただ、人生そのものは「（ジャンプを）してもよし、しなくてもよし」であることをこの本（浄土真宗）は教えていることを付言します。

それでは、森田さんのドキュメントにお進みください。

## 第一章 浄土真宗の「終活」

「終活」という言葉が脚光を集めて数年。

最近はブームを超えて、

すっかり定着してしまっただけではありません。

はたして終活というものが本当に必要なのか、

また、終活するとすればどんな終活が理想的なのか、

浄土真宗の立場から考えていただきました。

たちまち8刷

『ホップステップ浄土真宗』をより深く味わっていただくために、『浄土真宗 はじめの一步』をおすすめいたします。

浄土真宗はじめの一步  
森田真円／釈徹宗（共著）  
B5判／76ページ／本体1,200円＋税

本願寺出版社の本のご注文は  
（平日9時～17時）  
フリーダイヤル：0120-464-583



## プロローグ

# 浄土真宗の「終活」を考える

—ある女性の姿を通して—



もりた しんねん  
**森田 真円**  
京都女子大学教授  
奈良県・教善寺住職  
本願寺派勸学

現状です」

と指摘しています。

この本を手にとってくださいましたことをきっかけにして、自分の死や大切な人の葬儀について思いを致していただき、それによって、避けることのできない自らの死や大切な人の死と、どのように向き合えばよいかお考えいただけるとのことになればと思います。

ある方との出会いのお話を通して、「浄土真宗の終活」を考えてみたいと思います。

## 『はじめの一步』がはじめの一步

Nさんにお出会いはしたのは、全くの偶然でありました。数年前の初夏の頃に、学会で東京のある大学を訪れた際、夕ご飯のためにホテル近くのお店に出向いた時のことでした。

そのお店には、東京では珍しく奈良のお酒が置いてあったので、奈良出身の私は何気なく「どうして奈良のお酒が置いてあるのですか」と訊ねたところ、従業員に代わってお店の女将<sup>おかみ</sup>さんがお答えくださったのでした。それがNさん（女将さん）との最初の出会いでした。

女将さんは、娘さんが奈良に嫁いでおられ、そのご縁で奈良の銘酒を置いてあるとおっしゃり、さらに、この秋には高校球児である孫の試合を応援するために、奈良まで出かけると話してくださいました。テンポがあって語り口が素晴らしい女将さんのお話に引き込まれ、野球が大好きな私は、ピッチャーとして奈良の強豪チームと対戦するお孫さんを応援したくなり、「時間が取れば、私も応援に行きましょう



！」と約束してお店を出たのでした。

9月の秋季大会が奈良の橿原球場<sup>かしはら</sup>で行われていました。ピッチャーであるお孫さんは、1回は押さえたものの、2回には相手の強力打線につかまってしまいました。大勢の観客のなかから、女将さんの姿を見つけたことができました。「本当に来てくださいましたね！」と喜んでくださったその時に、始めてお互いの名前を知り、そして求めに応じて私の名刺をお渡ししたものの、それっきりで、もう二度とお出会いはするとはないとお互いに思っていました。

ところが、それから何カ月も経ったある日のこと、突然、私の大学にNさんから電話がかかってきました。東京で一人暮らしをされていたNさんは、前々から自分の葬儀やその後のことについてどうしたものかと悩んでおられたようです。

そんな時、西本願寺の大谷本廟おたにほんぎょう（京都市東山区）の納骨堂のことを知り、自分のお墓をこの納骨堂にしてみたらどうかと、手続きのために京都にお出でになったのです。そして、大谷本廟の方に勧められて西本願寺にも参拝されたのです。さらに、これから浄土真宗の納骨堂にお世話になるのだから、何か浄土真宗のことを知っておかねばと思って、西本願寺の方に尋ねたところ、『浄土真宗 はじめの一步』という本を紹介されたのだそうです。

東京へ帰る新幹線の中で、『はじめの一步』を読み始めたNさんは、本に記してある私の名前を見て、「あれ？ どこかで見た名前だ」と思われたのでした。早速、自宅に帰って名刺を探し出され、ずいぶん驚かれたようでした。と

ーバックを転がしておられたので、想像もしなかったのですが、Nさんは末期のガンで、すでに何度も手術をしておられるとのことでした。余命は1〜2年と覚悟しておられるようで、それもあるって、ご自分のお墓やその後のことを考えておられたのでした。

夕暮れの本堂の中で、私はNさんに短いご法話をいたしました。浄土真宗の信者の方がたが昔から味わってこられた、ある諭えのお話です。



親指と小指を立てて、真ん中の3本の指を折り曲げます。この親指が仏さま、阿弥陀さまです。そして小指が私です。仏さまと私の間には、3本の折れ曲がった指があります。この3本が仏さまと私の間を裂いている煩惱ぼんごうなのです。

一つ目の人差し指は「むさぼりの心」です。得たものに満足できず、さらに新たなものを貪ねむる心です。二つ目の中指は「いかりの心」です。自分が正しいと相手を責める怒り腹立ちの心です。三つ目の薬指は「おろかな心」です。先が

いうのも、名刺には「教授」としか書かれていませんから、まさか私が僧侶であるとは思っていませんでした。今まで宗教的なものに触れて来られなかったNさんが、初めて手にした『はじめの一步』に出ているお坊さんが自分を知っている名前だったのです。ですから、Nさんは不思議なご縁にびっくりして、名刺に載っていた私の研究室に電話をかけてこられたのです。

## 夕暮れの本堂で

久しぶりにお話をしたところ、Nさんは「いろいろ相談したいことがあるから、奈良のお寺を訪ねていいですか」とおっしゃいますので、その年の秋に私のお寺で再会することになったのです。

11月の夕暮れ時に、東京からNさんがお出でになりましたが、本堂の阿弥陀さまにお参りされたその後に、初めてNさんのご病気のことをお聞きしました。ご年齢の割には颯爽さつそうとキャリ



見えないで、自分勝手なおろかな思いをもつ心です。この三つは煩惱ぼんごうの中でも特に「三毒さんどくの煩惱」とよばれる代表的な煩惱で、この三つが仏さまと私の間にあつて、仏さまと私の間を裂いているのです。

ところが、仏さまの親指はどちらを向いているかと言えば、三毒の煩惱があつても、じーっと小指である私の方を見続けておられます。それに対して、小指の私はどちらを向いているかと言えば、仏さまのほうを見向きもしないで、