

いのちの葉

自らを知らされる

内藤
昭文

目次

相手を認めていく	4
「今を大切に生きる」とは	8
仏教は平和を目指す教え	12
足ることを知る	16
自己の煩悩に支配される	20
間法こそが仏に見えること	24
相手も、自分も傷つける	28
いのちを粗末にする私の姿	32
聴聞は目的でなく慶びの源	36
自らを知らされる	40
「このち」をどう見るか	44
一日一日を大切に	48

相手を認めていく

諍あらしいは諍あらしいをもって止とめることはできない。ただ忍にんだけが
諍あらしいを終しゆう息そくさせることができる。

『長寿王経』

「忍」と我慢は違う

9・11同時多発テロ事件以来、報復の連鎖を断ち切ることができずに、世界は混沌としています。ネット・ニュースなどでは、怨うらみをすてる必要性がある

として、『ダンマパダ（法句経）』第一章第五偈のお釈迦さまの言葉がよく引用されています。

でも、怨みをすてることが非常に困難であることは、人類の歴史が物語っています。『長寿王経』では、報復の連鎖を終わらせるのは「忍だけ」だと明確に説明しています。この「忍」はサンスクリット語の「クシャーンティ」の訳語で、「忍にん苦く」や「忍にん辱にく」とも漢訳されます。

故長尾雅人先生はこの「忍」を大切にされ、「忍」と同じであり、慈悲と一体の智慧ちえだとよく言われていました。

一般的に「忍」は「しのぶ」と読んで、現代では「我慢」の意味に理解しがちです。しかし仏教では、我慢とは「我わがという慢心」でしかなく、自己中心の

身勝手な思いで自己正当化して他者を認めずに批判・否定している姿です。例えば、我慢に我慢を重ねていると最後には、堪忍袋の緒が切れて、暴力的行為が生じます。ですから、仏教では「我慢」は否定されています。

わが身を知らされ

さて、私たちの生活は、一見平穏に見えても、それは我慢しているだけではないでしょうか。この我という慢心こそ争いの原因なのです。真の平和には、自己中心的な我慢ではなくて「忍」が必要なのです。それは相手を認めて許す「寛恕」であって、智慧に裏付けられた慈悲なのです。

この「忍」の実践にはまず、一人ひとりが自らの身勝手さを知ることが大切です。私たちは自らの過ちや愚かさを認めるだけでも苦しみます。さらに、自分と異なる相手を認めることでも苦しみます。この苦しみの原因は「我執（自己中心性）」という煩惱であると信知することも「忍苦」「忍辱」の内実です。

親鸞聖人は、仏の智慧に触れて煩惱成就のわが身の愚かさを知らされているのですが、それはこんな身勝手なわが身を捨てず倦むことなく認め許してくださる慈悲の中にあるからなのです。そのことを、念仏申す身の上に慶ばれたのだと思います。

このような姿が、報復の連鎖を断ち切る営みの第一歩だと味わいたいと思います。