

## はじめに

「仏教」を学ぶとはどういうことか。  
まず、このことを考えてみましょう。

### ① 仏教を学ぶということ

#### 本当の学び

最近、世の中に不安な要素が多いせいとか、仏教関係の書籍がよく売れているそうです。仏教に興味を持ち、仏教を学ぶ人が増えていることは、たいへん喜ばしいことですが、「仏教を学ぶ」ということは、いったいどういうことなのでしょう。

仏教を学問・知識として、客観的に学ぶということも悪いことはありませんし、必要な場合もあります。しかし、それだけでは、本当の意味で仏教を学んだことにはなりません。

例えば、「鏡を見る」と言った場合、「丸い綺麗な鏡だった」と、鏡の外見を見て満足する人はいないでしょう。「鏡を見る」ということは、「鏡に写った自分の姿を見る」ということのはずです。「仏教を学ぶ」ということもそれと同じで、仏教とはこういう教えだと客観的に学ぶだけでは、その外見を見ているだけに過ぎません。仏教の教えを学べば学ぶほど、自分の姿が明らかに

なる、自分の生きる意味と方向が定まってくる。そのような学び方でなければ、本当の意味で仏教を学んだことにはならないのです。

#### 自分自身を学ぶ

曹洞宗の開祖である道元禪師は、「仏道をならうというは 自己をならうなり」(『正法眼蔵』)という言葉を残しておられます。仏への道・さとりの道を学ぶということ、つまり、仏教を学ぶということは、自分自身を学ぶということなのです。仏教を学ぶ時、このことを常に心に留めておきましょう。

#### 補講—さらに深く学びたい人へ—

##### 〈私を見つめる〉

私たちが生きていく上で、「私を見つめる」ということは、とても大切なことですが、そこには、必ず法(真実の教え・仏教)が必要です。なぜなら、私が私を見つめるには限界があるからです。どういつ点かというところ、次の二つが挙げられます。

第一に、私の基準は絶対的なものではないということです。私を基準にして私を見つめても、私の基準が間違っていれば、正しく見つめることはできません。私たちの基準は常に自己中心的で、自分の都合によってすぐに変化します。だからこそ、変わらない基準(法)が必要なのです。

第二に、私が私を見つめようとしても、本当の私を見るのができないということです。私が私を見る時、「見ている私」と「見られている私」という二人の私が存在します。「見ている私」が本当の