

仏教で人生を変える

—現代とすくい—

西原祐治

[015]

本願寺出版社

はじめに

二〇二一年（令和三年）、世相は新型コロナウイルスに翻弄ほんろうされるなかにあります。

東京の小石川植物園に「ケントの花」という木があります。植物学上はセイヨウリンドゴに分類され、そのなかの品種名にあたります。物理学者ニュートンは、一六六五年、リングが落下するのを見て万有引力を発見したと言われていますが、この木はその逸話のもとになった原木から接ぎ木栽培したものです。ニュートンがリングの落下から万有引力を着想した頃、ロンドンではペストが大流行していました。勤務していたケンブリッジ大学が閉鎖されたことから、ニュートンは十八か月にわたり雑事から解放され、自由に思考する時間を得ました。その期間に、万有引力の法則をはじめ「ニュートンの三大業績」は成し遂げられたとされています。

本願寺第八代宗主蓮如上れんにじょう人が、ご門徒に出されたご消息（お手紙）を『御文章』と言います。最初のお手紙は、一四六一（寛正二）年三月、上人四十七歳の時のものです。この年、北陸・近畿・山陽・山陰を中心に中世最大と言われる「寛正の飢饉」に見舞われます。前年の長雨、異常低温、台風などにより、窮乏した避難民が京都に集まり、餓死者は八万人以上、加茂川かものがわは一面死者で覆われました。蓮如上人は、その混乱と苦しみの渦中で、民衆が救われていく道をお手紙に認め、御同行おんどうぎょうに与えられたのです。

人は、人智を超えた災害を前にして沈黙せざるを得ません。しかしその沈黙のなかから時代を超えた営みが生まれることがあります。本書では、このコロナ蔓延まんえんによる不安のなかでも色あせることなく響き渡り、生きる支えとなってくれる言葉を選びました。生老病死しょうらうびやしという人間の事実と濁世じよせという社会状況を見据えるなかで、生きるための糧として本書がその一助となれば、著者としてこれほどうれしいことはありません。

仏教で人生を変える
—現代とすくい—
目次

第一章 人生の拠りどころ

わたしがわたしのままで 10

“あつて当たり前”という意識を変える 16

わたしの驕りが問われるとき 22

現実を判断する基準 26

いつでも、どこでも、どのような場合でも 30

第二章 文明に溺れる人間の愚かさ

濁りを知る智慧と浄化する慈悲 36

人のやさしさに潜む暴力 41

無条件を条件にして——汚れの自覚 45

気づかない時代の濁り——劫濁 49

自己正当化からの解放——見濁 53

いまに満足して生きる——煩惱濁 58

「助けて」と言えない文化と社会——衆生濁 62

命の数量化——命濁 67

第三章 見直すべき人生の意味

悪を貫く無上の善 72

「四門出遊」の背景にあるもの 78

欲望の投影——ブロッケン現象 83

与えられた肯定感 88

第四章 救いの根底にあるもの

往生の意味を知る	96
ナマコの救いとわたしの救い	100
真なるものからの問いかけ	105
今生の出会いと浄土の出会い	110
人生の意味を与える慈しみの大地	117
仏法に出遇うための手立て	123
I will stay in your mind — ついに いるよ —	128

おわりに

134

* 聖教の引用部の『浄土真宗聖典(註釈版)第二版』は『註釈版聖典』『浄土真宗聖典(七祖篇)註釈版』は『註釈版聖典(七祖篇)』と略記しております。

第一章 人生の拠りどころ

わたしがわたしのままで

よく一念喜愛の心を発すれば、煩惱を断ぜずして涅槃を得るなり。
凡聖・逆誘齊しく回入すれば、衆水海に入りて一味なるがごとし。

（親鸞聖人「正信偈」、『註釈版聖典』二〇三頁）

一念喜愛の心——阿弥陀さまの救済を喜び愛でるところ。

凡聖——凡夫と聖者。迷っている人と覚った人。

逆誘——“逆”は五つの罪、“誘”は仏の正法をそしめること。

衆水——さまざまな川の水。

わたしは島根県の生まれです。島根県は、銅鐸の出土などで知られるように歴史のロマンを感じさせる郷です。島根県のどこまでも続く山々の風景は、有史以前のパノラマ

を見ているようで、古代の息吹、悠久の時の流れに引き込まれます。

通常、わたしたちは人工構造物のなかに暮らしています。この人工構造物は外と内とを分けてくれます。しかし同時に、時の流れから自分を遮断してしまいます。人工構造物の谷間で暮らす現代人からは、悠久、永遠、無量といった自分を超えた大いなる存在を感じながら生きる感覚が失われつつあります。

仏教では、迷いの根本は分別にあると説きます。分別とは“分”も“別”も“わけ”という意味ですが、ともに対象となるものやことを比較して“優劣をつける”“思考パターン”のことを言います。わたしたちは、悲しみよりも喜びを、苦しみよりも楽しみを求めています。じつは、その求めるところが自分のなかに不自由さをつくっていくのです。

ある親睦会でのことです。五十代の女性との会話で、彼女はがんを患っているというお話でした。

わたしが、「がんを体験されたことで人生観は変わりましたか」と尋ねますと、「はい、性格が悪くなりました」と答えられましたので、「と、言いますと?」と重ねて尋ねますと、「はい、わがままになりました。前は遠慮したり控えめでしたが、いまは、何でも我慢せずに口に出したり、好きなことをしています。お蔭でかひ生きることがすごく楽になりました」と言われました。

病気の体験は、ときに自分の生き方を変える好機ともなります。
知人のAさんからいただいたお手紙を紹介しましょう。

四十代後半で傷だらけの人生になってしまいました。私ががんになったことで、家族の絆がいままで以上に強くなりました。家族はもとより、私を励まし勇気づけてくれた友人のお蔭で、いまのわたしがあると思います。そして何よりも、毎日す

べてのことに感謝して、くよくよせず、あるがままに生きるということを覚ったと言えば大げさですが、こんな気持ちになれたのも病気のお蔭だと思っています。

あるがままの自分を肯定できる。とてもシンプルですが、大事なことです。自尊心にもいろいろあります。Aさんのような自分が自分であることへの自尊心もあれば、他人と比較して生まれる自尊心もあります。

他人と比べて自分を評価する視点も大切でしょうが、やはり据わりは、わたしはわたしのままで尊い」という自尊心です。

この自尊心をどう育むのか。このことは、リハビリテーションでも言えることです。リハビリテーションは、身体的な機能回復を目的としています。機能回復とは、他者と比べて、過去の自分と比べて、少しでも身体の機能を回復していくことだと考えがちです。しかし、終末期医療におけるリハビリテーションの考え方は、身体的な機能回復

よりも、患者の尊厳と自尊心を取り戻すための訓練とうかがったことがあります。身体機能は、回復することもあれば回復しないこともあります。しかし、末期の状態にあつて機能の回復は期待できない人についても、リハビリテーションの可能性が示されています。

一般のリハビリテーションにおいても、身体的な機能の回復にとどまらず、もつと自分が自分であることの尊厳を重視したりリハビリテーションの導入が望まれます。そのためには、ありのままの自分を認めていける、より大きな存在に出遇つていくことが大切です。

さまざまな川が大海に流れ入るとき、海のはたらきによってすべての川の水は海の潮となります。人は苦しみの濁流にあつても、どのようなわたしであっても、そのわたしを肯定してくれる大きな存在との出遇いが不可欠です。

さまざまな川が大海に流れ入ると、ひとつの潮うしおとなる。
人は苦しみの濁流に揉もまれていても阿弥陀さまの光に出遇うと、
怒りや欲望・愚痴といった濁りにごりから解放される。
