

大きなはからいの中に
生かされて
ここにある
自分に気づく

2008（平成20年）1月

新しい年を迎えて、希望の喜びにあふれている方、昨年の悲しみにまだ心が癒えていない方、さまざまであろうかと思えます。

「一年の計は元旦にあり」とよく言ったもので、やはり今年の見通しを立てることは大切です。しかしもっと大切なのは、この私がどんな人間なのか、しっかりと足元を見ることです。

二〇〇八年、今、このいのちをいただいて生きている私は、どんな存在でしょうか。まさに自分自身の力で生きてきたというようなことはおおよそなく、不思議なご縁に育まれて生かさせていただいてきた私たちです。

例えて言えば、大きな川の流れを流れていく水のしずくのようなものです。

仏さまの大きなはからいのなかに生かされて、ここに存在する自分です。

血気盛んに自分の力で人生を切り開く意気込みも素晴らしいものです。

しかし多くの経験をしてきた人は、もう少し肩の力を抜いて、仏さまのはからいのもと自然体に自分を生かしていくいき方に気付かれています。

今年も仏さまの言葉を伝えて生きたいと願っています。 合掌

みずからを
灯明とし
仏の教えを
灯明として
生きてゆこう

2008（平成20年）2月

実在の人物、お釈迦様は今から2500年ほど昔の2月15日、80歳で亡くなりました。仏教ではこの日を「涅槃会（ねはんえ）」と呼んで、大切なおまいりを行っています。

今月の言葉は、この涅槃会と深いつながりのある言葉です。漢訳経典には、「自灯明 法灯明」（自らを灯明とし、法を灯明とす）とありますが、少し平易な言葉に置き換えてみました。

臨終の近づいたお釈迦様の周りに、多くの弟子が集まりました。「あなたが死んでしまったら、これから私たちは、何を頼りに生きていったらいいのでしょうか？」と発せられた弟子の言葉に答えたのが、上の言葉です。お釈迦様は声を振り絞るようにして「誰を頼りにするのでもない、あなた自身を闇夜を照らす灯りにして生きていきなさい。私が教えた法こそ、生きるうえでの灯りにして生きていきなさい」と、言葉を残されたのです。

私たちは、自分という存在をしっかりと見つめることで、そこに自分を自分たらしめるさまざまな法（万物の真理）があることに気づかされます。何をたよりに生きていったらいいかこの不確かな時代に、まさに生きる支えとなるお釈迦様の言葉です。 合掌

浄土宗・浄心寺（東京都文京区）<http://www.jyoshinji.jp/>

Copyright © Jyoshinji. All Rights Reserved.

冬のあとに
春は訪れ
闇の向うに
光は見える

2008（平成20年）3月

「冬の後に春は訪れる」そんなことは、5歳の子どもでも知っている、
と思われるかもしれませんが。

しかし私たちは、あわただしい生活をしていると、そんな当たり前のことを大切なことだと感じられなくなっていることがあります。仏教では、こうした決して揺るぐことのない自然の道理を「自然法爾」（しぜんほうに）と呼んでいます。

水は、高いところから低いところに向かって流れますし、炎は、低いところから高いところに向かって燃えていきます。

そして冬の次には、必ず春が訪れ、決して春を飛び越えて夏や秋はやってきません。人間を取り巻く自然がそうであるように、人間自身の中にもこれらの道理は、あてはまります。

深い悲しみの中にいる人も、なかなか思ったように事が運ばず、暗闇の中にいるかのように感じられている人も、これから先も苦難の中だけにいるということはないはずです。

次第に春のつぼみがふくらんでいくように、闇は、光のある方向に向かって時間が流れているはずです。

光を見出すことのできるまでは、仏さまのお守りのなかに過ごさせていただいていることを信じて、日々を、そして出会うご縁を大切に、生きてまいりましょう。 合掌

浄土宗・浄心寺（東京都文京区）<http://www.jyoshinji.jp/>

Copyright © Jyoshinji. All Rights Reserved.

天上天下 唯我独尊」の心
私だからこそ
咲かせることのできる
いのちの花がある

2008（平成20年）4月

冒頭に掲げた「天上天下 唯我独尊」という言葉は、
お釈迦様が4月8日にお誕生された時に初めて話されたという言葉です。

「天上にも天下にも 我より尊いものはなし」といった具合に訳されています。
言葉尻だけ捉えると、「この世の中で、自分だけが尊いのだ」と自己中心的な捉え
方をする場合がありますが、本来は「誰もみな尊いのちを与えられている」と
いうように解釈されるべきでしょう。

翻って「私だからこそ 咲かせることのできる いのちの花がある」と、言い換
えることが可能だと私は考えています。「ナンバーワンにならなくていい、もとも
と大切なオンリーワン」というスマップの「世界でひとつだけの花」というヒッ
トソングがありますが、まさにお釈迦様は2500年前にそういったことを教えてく
れていたのです。

私たちは、自分が他人と比べて思わしくない立場があると、卑屈になったり
劣等感にさいなまれたりしますが、この世の中に生まれてきた以上、きっと私だ
けに、私だからこそできる、咲かせることのできる、言わば「いのちの花」があ
るのです。それが私が生まれてきた意味と言えましょう。

競うこと、比べることのみ多い社会の中に生きる私たち、
お釈迦様のいのちのとらえ方を忘れたくないものです。 合掌

浄土宗・浄心寺（東京都文京区）<http://www.jyoshinji.jp/>

Copyright © Jyoshinji. All Rights Reserved.

父母の恩をば
深く 思ふべし
弥陀たのむ身に
そだておきつる

2008（平成20年）5月

5月、6月は、母の日、父の日と親を思う仕組みが社会によって作られているかのような時期が続きます。また新年度から親元を離れて生活を始めた人にとっては、そろそろ親に会いたいと思う季節かもしれません。

冒頭に掲げた歌は、「父母にお育ていただいたご恩を深く思いなさい。阿弥陀仏の本願によってお守りいただくこの身に、育てていただきました」といった意味に受けとめることができます。浄土宗の宗祖・法然上人の心を、歌に表現された一首です。この世の中に生きる私たちは、「死」というものが生と死に隔たりをつくります。しかし「南無阿弥陀仏」と称える念仏の修行をする人々は、「本願」という阿弥陀仏の最も大切な願いによって、阿弥陀仏や観音菩薩らが迎えに来ていただき、極楽浄土に生まれることができるというのが、浄土宗、浄土真宗など一連の浄土教の教えのエッセンスです。

私たちは、先立った親が浄土に生まれて穏やかにいてほしいと祈らずにはいられません。またこの私たちもいずれ死を迎えていくであろう時には、父母の待つ浄土に生まれて往きたいと願わずにはおられません。いわば念仏という祈りによって、隔てられた世界に橋はかけられ、渡っていくことができるのです。日本人は、こういう考え方を「生死を越える」とよんでいます。亡き父母の恩を思うとき、いよいよ「会いたい」と願う心が生じてくるのは、人間として当たり前前心といえるでしょう。

この季節は、父母に先立たれた方々は、父母と再会することができるお釈迦様の教えを、どうぞ願ってお参りいただきたいと思うのです。そして私たちは、父母の喜んでくださるような生き方をしてまいりましょう。合掌

浄土宗・浄心寺（東京都文京区）<http://www.jyoshinji.jp/>

Copyright © Jyoshinji. All Rights Reserved.

道は
近きにある
迷える人は
それを遠きに求める

2008（平成20年）6月

人間は、逆境に遭遇したときにこそ、ほんとうの実力が発揮されるといいます。どんなに順風満帆な人生航路をすごしていても、ひとたび嵐に見舞われると、たちどころに沈んでしまうような船では、心もとないかぎりです。また泳げない人が海や水に入ると、水に身を任せることなく、バタバタともがき苦しんで、溺れていくともよく言われることです。自分の真の力と逆境の乗り切り方は、誰もみな、わかっているようでなかなか理解できていないのが、当たり前の人間の姿です。

さて冒頭に掲げました言葉は、幸せを求める私たちの道と受けとめることができます。どこに私たちが幸せになる道はあるのでしょうか？ 私たちは、誰かがこの私を幸せにしてくれると期待して、その誰かを探すことに明け暮れしたり、どこかにきっと幸せに至る道はあるのではないかと、遠くに道を求める人々のいかに多いことでしょうか。お釈迦様は、私たちにまず「自分を見詰める事」を強くすすめられました。すると幸せも不幸せもみな、自分の心が決めていることに気がつくだろうと教えられました。「喜びも悲しみもすべて自分の心が決めている（一切唯心造）」と呼ばれます。その心を整え、よくコントロール（調御）することによって、幸せは身近なもの実感することが可能だとしめすのが、仏教の基本的な立場です。

私たちが迷い、苦しんでいるこの道こそ、私たちが幸せを実感できる真実の道であると、自分を見つめなおしてみましよう。そうしたお釈迦様の生きる智慧を語ってまいりましよう。 合掌

浄土宗・浄心寺（東京都文京区）<http://www.jyoshinji.jp/>

Copyright © Jyoshinji. All Rights Reserved.

人間の 真実（ほんとう）の優しさに 哀しみの涙は不可欠だ

2008（平成20年）7月

7月と8月は、「お盆」の月です。皆さんの中には、今年初めてのお盆を迎えられる方もおられるでしょうし、お盆のお参りを恒例の仏事として、お待ちいただいている家庭もあるでしょう。わが国では、古来より嫁いだ娘がお里帰りをする習慣をもつことから、亡き人が、仏様の国から長年住みなれた私たちの家に帰ってきてくれると信じ、旧暦の中元の頃、お盆は、国民的な行事として行われてきました。八月のお盆は、自分の故郷に帰って、ご先祖さまのお参りをすることが、夏のお休みの目的であったわけです。

東京のお盆だけが七月に行われるのは、おそらく江戸時代以降、東京は地方から働きに出かけてくる人々の集まりの町であったため、八月には、地方出身の人々は帰郷してしまうので、一ヶ月早く七月にお盆を行うようになったのでしょう。

親や、大切な人を亡くしてみても初めて流す涙は、今まで流した涙とは、いささか異なる気がするものです。それは人間が、人間として生まれてきた以上、味あわなければならない不可欠な涙といえるのでしょうか。しかしその涙を流した後、同じように親族を亡くした人に出会うと、ほんとうにその悲しみの辛さが身に沁みてわかるものです。いわば悲しみの涙が、私たちが成長させてくれたかのようです。大切な人を亡くすことには、ちゃんと人間を真実（ほんとう）の優しさをもつ人間に成長させてくれる意味があるものなのではないでしょうか。

仏様方は、私たちの眼では、見ることはできません。

しかし見えないながらも心の目を開くことで、お陰さまに生きることのできることに感謝の心を込めて、お盆を迎えていただきたいと思います。大切なものほど、眼に見えないものは多いものです。

親の恩、家族への愛情など。

見えないお客様をお迎えするお盆をお勤めください。 合掌

浄土宗・浄心寺（東京都文京区） <http://www.jyoshinji.jp/>

Copyright © Jyoshinji. All Rights Reserved.

泥池の
泥に
染まらぬ
蓮の花

2008（平成20年）8月

7月下旬から8月にかけては、各地で「観蓮会」が行われます。字の通り「蓮の花を觀賞する会」のことです。ところで「蓮」が、仏様の世界を代表する花であることは、ご存知でしたでしょうか？すでに若い世代の方々には、こういった常識も伝えられていないことが多いのではないかと思います。「妙法蓮華經」というお経があったり、仏さまが座る場所は蓮華で表現されていたり、蓮にちなむ仏教の話は、数えきれないほどです。

蓮は、どんなに泥で汚れている池や沼であっても、その泥の中から茎を出し、蕾を出し、泥に染まることのない美しい花を咲かせます。これは人の世の中に譬えていうならば、悪事やずるいことなど汚れた人間の行為がうずまく社会の中で、清く正しく美しく生きることのできる人がきつといるはずです。まさに仏教は、そういった生き方を理想とするのです。誰にでも純粹無垢で、清らかな心はあるといわれ、その心こそ、平凡な我々が仏さまになりうる「種」のようなもので、仏教ではこれを「仏性」（ぶっしょう）と呼んでいます。

「要領よく生きること」や「人が見ていなければ、何をしたっていいじゃないか」と、いわれるような社会だからこそ、この私たちの心の中に、泥に染まることのない「蓮の花」があることを信じて、清らかに生きていきたいものです。 合掌

「中道（ちゅうどう）」
こだわりや
かたよりを 捨ててみると
見えてくるものがある

2008（平成20年）9月

四季のある日本では、春と秋の年に二回、昼と夜の時間が等しい春分、秋分があります。ご承知のとおり、その春分、秋分の前後三日間をそれぞれ「春の彼岸」「秋の彼岸」として、先祖供養の大切な一週間にしています。

しかし元来、彼岸はこちら側の岸「此岸」に対する岸で、私たちの生活する此岸が、迷いや苦しみの世界であるのに対し、彼岸の世界は、苦しみや迷いを離れた「安らぎの世界」を表します。そしてその苦しみの世界を離れた彼岸に至るための理想的な生活こそ、今月の言葉に掲げた「中道」の生活です。

「お釈迦様は、この中道の実践を説くために悟りを開かれたといっても過言ではないほど、仏教の中心的な教えです。

こだわり、かたよった心を離れると、そこには自ずと苦しみを離れた自由な、安らぎの世界が感じられてくるというものです。それは逆に言えば、私たちが苦しみを感じたり、何か生きるのに苦しきを感じることもあるのならば、その苦しみの原因は、執着の心、つまりは「こだわり、かたより」の心にあることを示しているのです。言わば、彼岸の一週間は、ただ漠然とお墓参りのためにあるのではなく、そういった苦しみから離れることを、目標にあると言えましょう。

今年の彼岸は、お墓参りの折に、私が苦しみに感じているこだわりの源は何か、しっかり見つめるお参りをされては、いかがでしょうか。 合掌

やってやるのではなく させていただくという 謙虚な 生き方

2008（平成20年）10月

人間が生きていく道は、順風な時ばかりではありません。どうしてこんな目にあわなければならないのだろう、思ったようにならない、と唇をかみしめるときも多々あるものです。しかしこうした辛い目にあっている時、この私が感じるのは「この私がこんなに一生懸命、やっているのに！」といった思いが報われないことに対する苛立ちや、憤慨が多いものです。

実は、この時の私の苛立ちを静に考えてみると「私の思い通り」「私の思いのまま」にならないことによって、それぞれのやりきれない気持ちが生じてきていることがわかります。そんなつもりはなくても、自分を中心としたものの見方、見識がこのような心のイライラを生じさせているのです。

お釈迦様は「一切唯心造」（すべての事柄は、ただ心が造らしめている）と表し、その心を整えて生きていくことを教えました。昔の人が「自分以外は、みな先生」とよく言ったものです。自分と比べて能力のない人にも、学べる点は、いくらでもあります。また自分の周辺に生じるさまざまな出来事は、みな自分を成長させてくれる肥料であり、先生なのです。そう心を整えてことに当たっていくと、今までなんと自分が「やってやってきたのだ」というおごりの心をもって生きてきたかが見えてきます。

このさまざまなご縁の中で、与えられた試練や修行を「させていただく」という謙虚な受け止め方ができるようになれば、ちょっとやそっとの出来事には、揺らぐことのない不動の心を体得することができるはずです。 合掌

深い川は 静かに 流れる

2008（平成20年）11月

気が付けば、今年も早いもので11月です。
静かに振り返ってみると、今年もさまざまな出来事があり、さまざまな人々や出来事と出会いのご縁をいただけてきました。
しかも振り返れば、これらのご縁は、あたかも当然、私たちに出合うためにあったが如く、私たちの人生にまるでからくり仕掛けのように、仕組まれた出会いのように思われる時があります。

今月掲げました言葉には、大きく分けて二通りの受けとめ方があるように思います。

一つは、私たちを運んでいるいのちの川です。さまざまなご縁を与えながら、次第に川の終わりに向かって運んで行きます。その様子は、音をたてずに静かに流れゆきます。

もう一つは、私たち自身の生活のありようです。川底も浅く、小さな川は、ちょっとした石や木にぶつかるというと大きな飛沫を上げ、ざわざわと音をたてて流れていきます。かたや深い雄大な川は、少々のことでは飛沫をあげることもなく、悠々として静かに流れていきます。

日常の細々としたことや、他人がああ言ったこう言ったという世間のことに心、躍らせて騒がしく過ごす人生は、小さな川のような営みです。

お釈迦様の求められた道は、何事にも動ぜず、よく心を調御（コントロール）された泰然自若としたまさに深き川のような生き方でした。
懐の大きな川のように生きたいものです。 合掌

浄土宗・浄心寺（東京都文京区）<http://www.jyoshinji.jp/>

Copyright © Jyoshinji. All Rights Reserved.

ガラス細工のような
このいのち
こうして 今日まで
生かされてきた

2008（平成20年）12月

今年も残すところ、わずかになってきました。
皆さんにとってどんな一年でしたでしょうか？ お寺の住職としての私は、当然ながら多くの方々のお葬式をお勤めさせていただきました。
90歳を過ぎての大往生のおばあちゃんもいれば、多くは、まだやりたい事を残してガンをわずらったり、惜しまれながら病気で亡くなる人もいます。闘病生活は、長いとは限らず、急に容態が変わって亡くなる人もいれば、朝、元気でいながら、夕方、帰らぬ人となった人もいます。そしてこれらの方々のいのちは、誰として「私がそうであっても不思議はない」という真理を表しています。

我々のいのちを譬えて「ガラス細工のようだ」と言った人がいます。堅いものがぶつかったり、転げて落ちれば、たちどころに割れてしまうガラスのように、いつどうなってもおかしくないいのちを、私たちは戴きものとして頂戴しているのです。いのちが明日も、明後日も、いつまでも丈夫だと思っているのは、大きな思い違いです。この人生をこの年齢までいろんな事はあったけれど、生きてくることができました。この一年を今日まで何とか無事に過ごすことができました。この一日を、この一瞬を仏さまに支えていただき、生かされているいのちと心得て、大切に、慈しんで生きていきましょう。

いのちを見つめて一年を締めくくり、
健やかに新しき年をお迎えいただきますようにお祈りしています。 合掌