Living the Lotus

Buddhism in Everyday Life

8
2023
VOL. 215

Living the Lotus
Vol. 215 (August 2023)

【発行】立正佼成会 国際伝道部
〒166-8537
東京都杉並区和田2-7-1 普門メディアセンター3F
Tel: 03-5341-1124　Fax: 03-5341-1224
E-mail: iiving.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp
編集責任者: 赤川惠一
編集チーフ: 三川紗知
校閲者: 小坂和正、菊池克之
編集スタッフ: 国際伝道部スタッフ

立正佼成会は1938年に庭野日敬開祖、長沼妙佼脇祖によって創立された、法華三部経を所依の経典とする在家仏教教団です。家庭や職場、地域社会の中で釈尊の教えを生かし、平和な世界を築いていきたいと願う人々の集まりです。現在は庭野日鑛会長とともに、私たち会員は仏教徒として布教伝道に励みながら、宗教界をはじめ各界の人々と手をたずさえ、国内外でさまざまな平和活動に取り組んでいます。

Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life（法華経を生きる～生活の中の仏教）というタイトルには、日々の生活のなかに法華経の教えを活かして、泥水に咲く美しい蓮の花のように、人生を豊かに、そしてより価値あるものにしていきたいとの願いが込められています。本誌を通じて、世界中の人々に日々の生活のなかで活かす仏教の教えをお伝えします。

安心して生きるために

立正佼成会会長　庭野日鑛

すべての国が滅びない手だてを

健康とは何かについて、世界保健機関では「病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも精神的にも社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」と示しています。これは、幸福の定義とも重なるものです。

しかし、ロシアによるウクライナへの侵攻、シリアやスーダン、ミャンマーなどでつづく内戦、各地に存在する難民と人権の問題、日本においては周辺諸国との諸問題など、世界の現状を見るかぎり、ほんとうの意味で健康で幸福な暮らしをしている人はいないに等しいといわざるを得ません。世界政治の現実は軍事力に支配されていて、各国が軍備を充実させることで牽制しあい、それによって武力衝突を抑えている状態ですから、たとえ一見、平和な国や地域でも、つねに軍事的緊張にさらされているといえるのです。

ただ、それはいまにはじまったことではないのです。開祖さまは、一九八二年に「現在の世界は、いつ第三次大戦が起こるかもしれないという切迫した情勢にあります」と警鐘を鳴らし、「すべての軍備は恐怖心にもとづくものです。他国に侵略されはしないかという疑惑と恐怖が軍備を強化させるのです」といって、当時行なった核兵器廃絶と軍縮に向けた署名運動の意義を訴えています。

とはいえ、自分の国が他国から攻められ、滅ぼされてしまう――と、そのように考えるだけでも不安です。しかも、国を守ることは、自分の命を守り、家族を守ろうとする心情の延長線上にありますから、抵抗する武力をたのみとするのは人間の本能ともいえま

しょう。ただし、他国からの侵略に怯え、敵視や非難する心は、決して健全とはいえません。その意味で、私たちが真に健康で元気に暮らすには、軍備の拡張などによらないかたちで自分の国を守るようにすることが必要で、それはつまり、すべての国が滅びることのない手だてをさぐり、実現に努めるということです。

自分を愛するように

「八月や六日九日十五日」という句があります。非道な原爆投下とその惨禍、そして日本の敗戦を詠みこんだこの句ににじむ戦争に対する悔恨や憂愁、亡くなった方々への鎮魂の思いは、戦後七十八年たってなお強く胸に迫ります。それゆえ、地球に住むすべての人がほんとうの意味で安心して暮らせる世界をと、心の底から願わずにいられません。

開祖さまは、「戦争や紛争は、つまり利己心から起こるものであります。差別心から起こるものであります。憎悪と嫉妬から起こるものであります。このような醜い心をおさえるか、あるいは薄れさせるかしないかぎり、人間世界から争いというものが消え去ることはない」と述べて、「宗教によって人間の心を改めることこそが平和への大直道」と明言しています。仏教では慈悲、キリスト教では愛をもっとも大切にしますが、他の宗教にも同様の教えがあるはずです。調和につながるそうした教えに基づいて、一人ひとりがかけがえのない自らの命を愛し、同じように他を愛し、尊ぶ。そういう世界を築くことが、宗教者の使命であると思います。そのための連帯と協働をめざして、世界宗教者平和会議が生まれたのです。

私たちのような平凡な人間が、戦争をくい止めるのは現実的には困難なことです。しかし、信仰による心の向上を、社会・国家がよりよい方向に進むよう役立てることはできます。慈悲の心で自他を見ること、その心を押し広げて、さらに地域社会も国も、みな自分と一体の大事な存在であるということを人さまに伝えること。信仰のあるなしにかかわらず、そうして自国はもちろん世界の国ぐにや人びとを愛し、思いやる仲間が多くなることが、だれもが安心して生きられる世界の実現につながるのです。

（『佼成』2023年8月号）

Spiritual Journey

大けがで学んだ苦の受け止め方

森下 悦道
浜北教会

この体験説法は、『佼成』2023年3月号に掲載された「信仰体験　いのち新生」の内容を一部編集したものです。

気がつくと、森下悦道さんは病院のベッドで横になっていた。入院から一週間後のこと。次兄の隆幸さんから入院の経緯と後遺症について伝えられた。

事故が起きたのは、2016年8月中旬の夜半。元来、酒好きだった森下さんはこの日、地元の祭りの会場で飲み過ぎてしまい、泥酔状態で浜松市内の実家に帰った。2階の自室に上がり、夜風で酔いをさまそうと窓枠に腰かけたのだが、酔っていたことから、森下さんはバランスを崩して窓から転落し、コンクリートの地面に後頭部を強打。道端に倒れていたところを通行人に発見されたのは、転落から約2時間後のことだ。両親がすぐさま救急車を呼び、救急搬送されたのだった。

次兄は、森下さんの右目が見えていないこと、左半身に軽度の麻痺があること、そして注意力の低下や記憶障害を引き起こす高次脳機能障害が残ることを話した。

その後、入院中に眼科で診察を受けた際、医師はきっぱりと告げた。「森下さんが生きている間に、右目が見えるようになることはありません」。淡々と告知する医師の口調に冷たさを感じて怒りが湧いたが、次の瞬間、将来への不安に襲われ、ひどく動揺した。それはやりがいのある仕事に就き、愛する家族と暮らす――そんな当たり前の人生が壊れることへの恐怖だった。

長年、介護福祉士として働いてきた森下さんは、事故の2年前に福祉用具を販売・レンタルする営業部へ異動。努力の成果が数字で表れる営業職に大きな手応えを感じていた。また、その仕事ぶりから担当エリアの管理者に任命され、責任感を持って業務に取り組んでいた矢先でもあったのだ。

案の定、退院する際に、リハビリ科の主治医から「後遺症があるので、今後は車を運転しないでください」と忠告されてしまう。運転は営業の仕事に必須だ。その後も、後遺症が残るとの診断を受けるたび、自由を奪われていく気がして心が沈んだ。「なんであのとき、酒を飲み過ぎてしまったんだ……」と後悔の念に駆られるばかりだった。

半年間の入院生活を終え、自宅へ戻った森下さんに会社の上司から連絡が届く。休職期間が1年のため、残り半年は仕事復帰の準備として週に2日ほど職場に来ないか、という知らせだった。

それからすぐ、専業主婦で6歳年下の妻に送迎してもらって職場に通いはじめた。だが、仕事は営業ではなく、パソコンを使った簡単な事務作業。いざ

浜北教会ご命日の式典で説法をする森下さん

仕事に取りかかると、左手のしびれで思うようにタイピングできず、左目だけでは画面がぼやけて見える。かつて当たり前にできていたことができない自分に苛立ち、懸命に働く営業部の同僚と比べては、惨めな気持ちになった。結局、そうした思いに耐え切れなくなった森下さんは、復帰から1か月後に会社へ行くのをやめてしまった。

何もできない無力感と自己嫌悪を抱えた森下さんは、自宅に引きこもるようになる。妻には依然として亭主関白な態度で、買ってきてもらった酒を飲み、布団の中で一日の大半を過ごす日が続いた。当初は心配していた妻だったが、当時6歳と2歳の娘たちの育児と家事に追われる中で、しびれを切らし、「子どものために働いてもらわないと困る」とこぼすようになる。すると、森下さんは「こんな体だから無理に決まっている。お前が働けばいいだろ！」と怒鳴り返した。本心では、つらい心情を理解してほしかったのだが、性格上、弱みを素直に見せられない。妻の意見に耳を傾けようともせず、八つ当たりする森下さんと妻の間には、次第に気持ちのすれ違いが生じていった。

「俺はダメな人間だ。けれど、娘たちを養わないといけない……。ただ、今の俺には何もできない。あのとき、あんなことさえなければ……」

楽になりたい一心で、自ら命を断つことさえも考えた。妻子が外出した日、部屋の欄間にロープをかけた。首を通そうとした瞬間、娘たちの泣く姿が浮かんだ。わが子に会えなくなると思うと涙がどっと溢れ、床にへたり込んだ。だが、その後も妻と話し合えず、冷え切った関係は変わらなかった。ついに我慢の限界に達した妻が娘2人を連れて家を出て行ってしまう。森下さんは、さらに気力を失い、人生を悲観して何もできない日が続いた。

「心配した両親に実家へ連れ戻されました。後遺症を患い、好きだった仕事も辞め、家族も失って、人生のどん底でした」

そんな心境のとき、救いの手を差し伸べてくれた人がいた。職場の先輩で立正佼成会浜北教会に所属する一瀬浩庸さんだ。

森下さんが営業部へ異動した際、仕事を教えてくれたのが一瀬さんだった。誰に対しても優しく、細かな気配りができて、取引先から指名されるほど人望が厚い。そんな人柄を森下さんは心から尊敬していた。また、退院後に会社に通いだしたものの、途中で行かなくなった森下さんに、一瀬さんは励ましの手紙を何度も送ってくれた。手紙には、自身のつらい過去の出来事や佼成会の信仰を支えに立ち直れた体験についても書かれてあった。その行間から、自分を心配してくれている温かい思いが伝わってきた。

さらに、実家に引きこもる森下さんの元へ、一瀬さんは妻の桂子さんと一緒に何度も訪れては、森下さんの心の声に耳を傾けてくれた。そんなふれあいを積み重ねる中で、一瀬さんから教会道場への参拝を勧められた森下さんは「まずは見学してみます」と返した。尊敬している一瀬さんならダメな自分を変えてくれるかもしれないという微かな希望があったからだ。

2018年11月、初めて浜北教会を訪れると、多くの会員たちが笑顔で迎えてくれた。それから月に1回、一瀬さんに誘われて教会に足を運ぶようになる。そのたび、「森下さん久しぶり、元気？」と自分を覚えてくれたサンガ（同信の仲間）が声をかけてくる。森下さんは、気にかけてもらっていることがうれしかった。

会員同士が車座になって自身の悩みや苦しみを語り、仏教の教えに照らして共に解決の道を探る「法座」に参加したときのこと。サンガからさまざまな

体験を聞くうちに、森下さんは「つらいのは自分だけではない」と感じた。そして、この場でなら自分も本音を吐き出せるかもしれないと思った。

そこで初めて、自らの失態で事故に遭い、仕事ばかりか大切な家族までも失ったことを赤裸々に話した。加えて、後遺症のせいで人生に希望が見いだせず、後悔ばかりが先に立って一人苦しんでいた心境を吐露した。「つらかったですね」と共感してくれるサンガたち。誰にも分かってもらえないと思い続けてきた森下さんだったが、苦しかった思いを打ち明け、それを受け止めてもらえたことで心が軽くなった。

通いはじめて3か月が過ぎた頃、いつも明るく接してくれる鈴木佐知子さんの勧めで、森下さんは入会した。「入会することが、自分を変えるチャンスになるのかもしれないと感じました。落ちるところまで落ちたので、あとは上がっていくだけだとの思いでした」と言う。その2か月後には、一瀬さんから「釈迦牟尼仏の夜間ご命日式典で、これまでの体験を説法してほしい」と依頼された。恩人である一瀬さんの頼みとあって二つ返事で引き受けた。

2019年3月15日の説法の日、うれしい出来事が重なる。運転の許可が下りたのだ。実は1か月ほど前、担当医から「運転が可能か診断するため、一度ドライブシミュレーターをやってみましょうか」と勧められて検査を受けていた。この日の朝、病院へ行くと「問題ないので、今後は運転しても大丈夫です」と診断書を医師から手渡された。すぐに警察署で最終的な手続きをして、正式に運転が許された。夜間の式典の直前、森下さんは「本日、おかげさまでまた運転できるようになりました」と、その喜びを説法原稿に付け加えた。どん底にいた自分を支えたくれたサンガにいち早く伝えたかったのだ。

運転ができるようになり、森下さんは自由を取り戻したような心地になり、「こんな自分にもまだできることがある」と、失っていた自尊心を回復することもできた。さらに、うれしい出来事は続く。それは離婚した妻と暮らす娘たちと月1回、面会できるようになったことだ。愛するわが子と数か月ぶりに対面したとき、喜びのあまり二人を強く抱きしめた。うれしくて仕方なかったが、同時に森下さんの胸中には、自分が家庭を壊してしまい、妻と娘たちに申し訳ないことをしたという懺悔の思いが込み上げていた。

サンガとのふれあいの中で、胸に刺さった言葉がある。それは、2019年7月1日の「朔日参り（布薩の日）」式典で庭野日鑛会長が述べた法話の一節だと、後で知った。

「私たちは、本来ニュートラル（中立）なことを、『ああでもない、こうでもない』と勝手に決めて、悩んでいることが本当に多くあります。また、私たちは普

教会道場にて導きの親、一瀬さんと

段、『自分の人生は自分でつくっている』と思いがちです。ところが、自分の人生は、自分以外の神さま、仏さま、友人、知人、家族が成り立たせてくださっているというのが、どうも事実のようです。だとしたら、いろいろなことに文句を言う前に、人生を成り立たせてくださっている神さま、仏さま、また友人、知人、家族に対して、ひたすら感謝するしかありません」

この法話を『佼成新聞』で読んで、森下さんは「まさに自分のことだ」と受け止めた。後遺症を患ったことで自分は何もできない人間だと決めつけて悩んでいた。さらに、その思いにとらわれて、支えてくれていた妻や娘、両親や兄弟に感謝するどころか、自分の気持ちを理解してくれないと不満ばかりを募らせていた。けれど、実はどの現象もニュートラルで、自分の捉え方次第で人生をプラスにできるはずなんだ――。そう考えると、今、後遺症があっても周りの人に支えられ、こうして生きていることに感謝の気持ちが湧き、家族への償いと、周囲の人への恩返しとして、今後は何事も前向きに受け取っていこうと決心することができた。

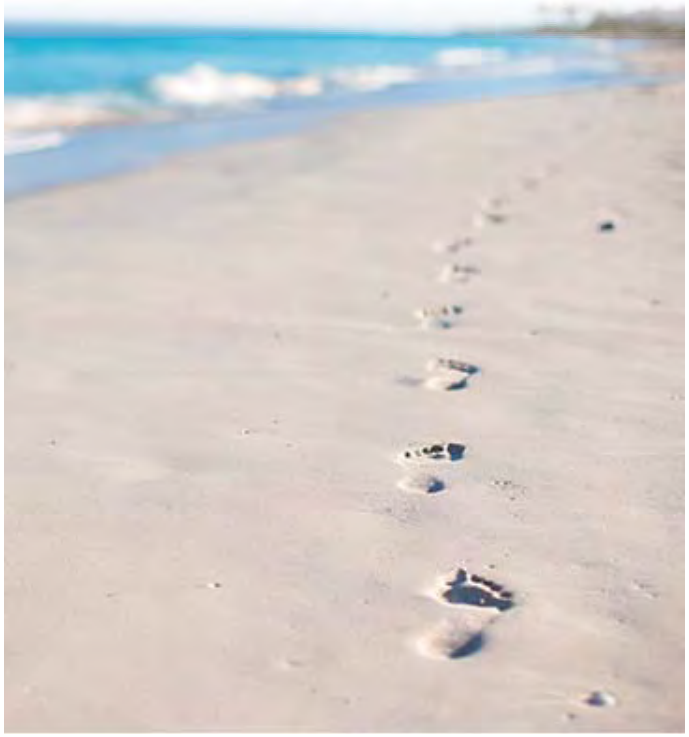
2020年1月、新たに仕事を探していた森下さんに、一瀬さんが職場復帰の意志があるかを尋ねた。「以前、つらい思いをして仕事を投げ出してしまったから、心配もありました。けれど、前向きな姿に変わってきた森下さんを見て、大丈夫だろうと思って声をかけたのです」と、一瀬さんはこのときの気持ちを振り返る。その思いに応えるように、森下さんは「過去は吹っ切れました。昔の僕とは違いますから」と話し、復帰への固い決意を伝えた。

その後、一瀬さんの協力もあってパートとして再就職を果たす。事務仕事からのスタートだったが、以前とは違い、森下さんは仕事ができる喜びと感謝をかみしめていた。

人生のどん底を経験し、自分の弱さを知った今、「できないことよりもできることに目を向けたい」と森下さんは語る。そう思えるようになれたのも、一瀬さんに導かれて佼成会と出合い、サンガとふれあう中で苦の受け止め方を見つめ直したからだ。後遺症に対する考えも変わりつつある。

「正直、今も、泥酔し大けがを負ったことへの後悔はあります。けれどいつか、けがをせずにあのまま何不自由のない人生を送っていた自分を、人として超えられる日が来たらうれしいです」

次に何がやってくるのか。人生で起こるどんな変化も楽しめる人間になる。それが、森下さんの新たな目標だ。



まんが 立正佼成会入門

お釈迦さまの生涯と仏教の教え

五つの戒め――五戒

お釈迦さまは、仏教徒として自発的に保つべき生活態度についても教えています。なかでも大切なのが「五戒」（不殺生・不偸盗・不邪淫・不妄語・不飲酒）です。

不殺生は、みだりに生きものを殺さないこと。大切な資源をムダにしないこともふくまれます。不偸盗は、盗みをしないこと。不邪淫は、異性との交際を清らかにしようということ。不妄語は、嘘やでまかせを言わないこと。不飲酒はお酒を飲みすぎないこと。飲みすぎ食べすぎに気をつけましょう。

豆知識

「戒律」とは、戒と律の二つの言葉からなる仏教語である。「戒」とは「仏教徒が自発的に誓って守ろうとする決まり」であり、「律」とは「教団内で決められている、守らねばならない規則」のことをさす。

※私的使用を除き、無断で複製・転載をしないでください。

まんが 立正佼成会入門

お釈迦さまの生涯と仏教の教え

みんな仏の子――法華経の教え

仏教の教えは「八万四千の法門」といわれるくらいたくさんあり、それを書き記した経典は何千にもおよびます。

その中でも、もっともすぐれた経典として信仰されてきたのが法華経（詳しくは妙法蓮華経といいます）で、「諸経の王」と称えられてきました。

その理由の一つは、法華経が「この世界の人びとはみな仏の子であり、必ず仏になることが出来る」と説いているところにあります。

昔から仏教では、仏になれるのは、社会的身分を捨てて出家して、厳しい修行を積んだ僧侶だけとされていました。それを、出家の僧侶であれ在家の仏教者であれ、だれでも仏になれると説いたのは法華経だけなのです。

たとえば、困っている人を見ると助けたくなったり、よいことをしてすがすがしい気分になったりしたことはありませんか。逆に、両親や友達に嘘をついたあとはいやな気分が残るでしょう。

それは、みんなが「仏の子」である証拠です。そして、仏さまのようになりたいと願っている証なのです

豆知識

『法華経』「譬諭品第三」には、お釈迦さまの言葉として、「是諸衆生、皆是我子」と言われている。これは「この世のすべての人はみなわが子なのだから、わけへだてなく平等に教えを説いて聞かせよう」という意味である。

※私的使用を除き、無断で複製・転載をしないでください。

すべてが仏という世界

私が見守ってあげるから

立正佼成会開祖　庭野日敬

先ほどの「譬諭品」の経文は、こう続きます。

「而も今此の処は　諸の患難多し　唯我一人のみ　能く救護を為す」

これは、「この世にはさまざまな苦難があるけれども、私が見守ってあげるから、心配しないでいいよ」と、仏さまがおっしゃってくださっているのです。

仏さまの智慧と慈悲をいただくきっかけが、「苦」であることもあります。仏さまに生かされていることを知らないうちは、人間は欲望や利己心にふりまわされて、「苦」が絶えないものです。ですから、苦しむ人と出会ったときでも、「まだ仏さまの教えに会える機会が熟していないだけだ」という気持ちで、柔らかな態度で接することが、仏道を歩く人のお役です。

仏さまに生かされていることを知っている人は、苦悩にあえぐ人と出会ったとき、その問題をとおして仏さまのお慈悲に気づけるように、働きかけることが大切です。一度でも仏さまの教えのありがたさを体験すると、ことあるごとに、心のあり方を教えに照らし合わせていけます。そして、その体験を、人さまの苦悩を解決する慈悲の行ないに生かしていくことができるのです。

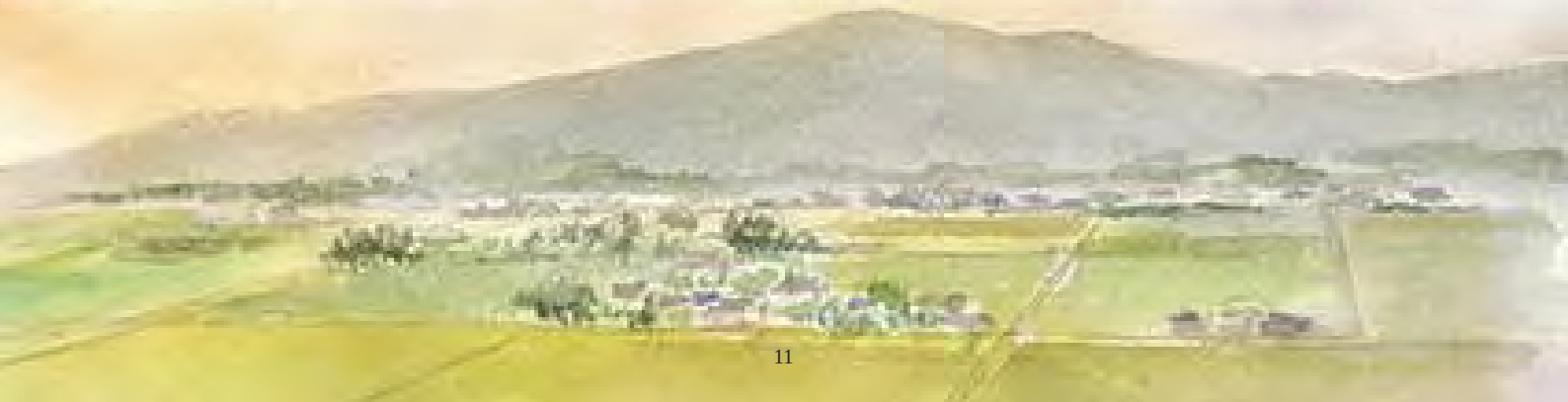
自分が苦しんで、救われた体験がある人ほど、人さまに対して仏さまのお慈悲に気づいてもらう働きかけができて、それによって自分の「仏性」もますます開かれていきます。出会うすべての「縁」を、自分の「仏性」を引き出してくれるものだと受けとめていくと、まっすぐに菩薩の道を歩くことができるのです。

相手の「仏性」を開いていくことは、いつでも、どんなふれあいのなかででもできます。大切なことは、仕事であれ地域のことであれ、お役を果たす人に対して、「人さまのために」という気持ちをもってもらうように働きかけることです。

私が朝、大聖堂に着くと、その日のお当番の会員さんが迎えてくださいます。なかには、幼稚園ほどの小さな子もいます。頭をなでて「きょうはお当番に来てくれたの。しっかりやってね」と声をかけると、「うん」と大きくうなずいて、お手伝いをするぞという顔つきに変わります。それだけのふれあいでも、その子の心のなかに「大事な役なのだ」という自覚が芽ばえると思うのです。

「万善成仏（ばんぜんじょうぶつ）」という教えもありますが、小さなときから仏さまのお役を果たす体験が、大人になったときに「人さまのために」という行ないに通じていくに違いありません。

庭野日敬平成法話集1『菩提の萌を発さしむ』, P.32-33



Director's Column

「身口意」の平和貢献

国際伝道部長
赤川惠一

盛夏の８月を迎えました。被爆国である日本では、毎年８月になると慰霊行事や平和祈願の行事が開催されます。

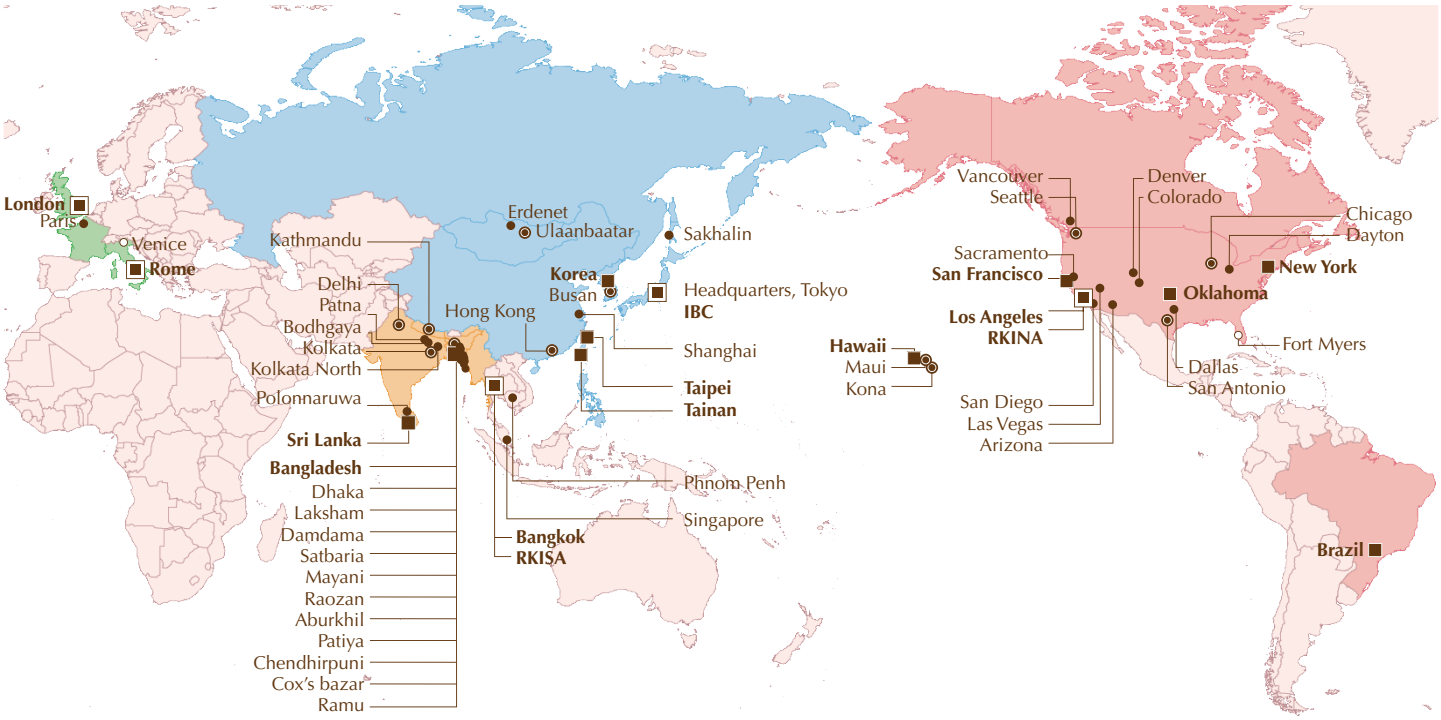
戦争に対する悔恨や憂愁、亡くなられた方々への鎮魂の思いは、戦後７８年経過した今日でも、そして、これからも未来永劫にわたり、語り継がれていくものと思います。

特に今年は５月に日本で「Ｇ７広島サミット」が開催され、Ｇ７首脳をはじめ、招待国首脳や国際機関の長、さらにはゲストのゼレンスキー・ウクライナ大統領が広島平和記念公園内にある原爆死没者慰霊碑の前で首を垂れる姿や、平和記念資料館を訪れる様子が報道されたこともあり、日本では平和を希求する思いがいっそう高まっています。

人間世界から紛争、戦争を無くしていくためにも、政治指導者のみならず、我々宗教者の「鎮魂と平和への誓い、そして行動」が今ほど求められている時代はないのではないかと感じます。

今月は、「身口意」の行ないを通して、毎日のご縁の触れ合いの中に調和の世界を創り上げていけるよう、同信の仲間にも努力を呼びかけながら、意識的に取り組んでみたいと思います。

A Global Buddhist Movement



Information about local Dharma centers

facebook

twitter

Living the Lotus では、 皆さんのご意見・ご感想を募集しています。
お問い合わせは、 以下の E メールアドレスにお願い致します。
E メール : living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp