

安楽寺寺報

開光

第95号  
涅槃会号  
2020/5/21

発行所  
〒737-0054  
呉市上山田町2-28  
安楽寺  
Tel.0823-21-7561

不自由からの出発

信楽晃仁

今年に入って新型コロナウイルスが世界中に広がり、大変な事態になりました。日本全国に緊急事態宣言が発出され、様々な企業や学校関係にも休業要請が出され、私たちは自粛生活を余儀なくされました。国民に感染防止の生活を要請し、私たちは外出自粛に、密閉、密集、密接の三密の回避、マスク着用、手洗い、うがい、アルコール消毒と、毎日続けるうちに新しい生活習慣が身についてきました。おかげで爆発的な感染拡大は防ぐことができました。この新型コロナウイルスの一番厄介なところは、感染の自覚がなくても、感染を上げてしまうという点です。感染者が皆自覚や症状があれば、対処のしようがありますが、自分が

感染したかどうかわからないというのでは対策のとりようがありません。とにかく外出を自粛し、人に会わない生活をするしかありませんでした。それは大変不自由な生活となりました。人に会わないと言うことがどれ程不自由で、しんどいかが身にし



みたことです。それほど他人様にお世話になつて日々生活してきたと、言うことです。さて、私

ちはその不自由を今回初めて経験したと思つていますが、もっと早くから私たちは不自由を経験しています。ただそれを意識していません。ただそれを意識していません。広辞苑には「心のままであること。思う

通り。自在。」と出てきます。今回のように行きたいところへ行けない、したいことができない、思うようにならないことが不自由です。しかし仏教は昔から、私たちは不自由な存在だ、この世は不自由な世界だと言っています。娑婆(しゃば)という言葉も「思うようにならない世界」と言う、この世を表した言葉です。そしてその不自由から脱出する方法を教えたのも仏教です。元々人生そのものが不自由だと気づくところから仏教は始まります。

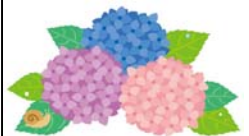
一枚の写真

信楽慧



この写真は先年、梅雨の箱根登山鉄道で紫陽花を撮った写真です。これから梅雨の季節で紫陽花が見頃かと思いますが、新型コロナウイルスの影響でなかなか観光や旅行に行けないかと思つています。テレビでは毎日、新型コロナウイルスのニュースがあります。緊急事態宣言後、自粛を守る人、パーベキューをする人、旅行をする人、様々な行動をとる人がいます。ここでふと自分を含めて、誰もが自分本位になつていいるなと感じ

ました。自粛警察も、差別も自分の価値観のみに従い、行動してしまつています。正論に見えても、人間のものの見方には限界があるように思つています。そのことにみんなが気づき、こんな時だからこそ、仏さまのものの見方が必要ではないかと思つています。そうすることで有事(新型コロナウイルス)の中でも、いつも通りの心の持ち方で生活を送ることができるのではないかと思つています。



安楽寺マンガ通信

その45

信楽めくみ作

ちょっと脳トレ

正しいスタンプ  
この右のスタンプを押したのは下の1~5のどれでしょうか。



1



2



3



4



5

編集後記  
どこを見ても新型コロナウイルス関連の話ばかりで、嫌になつてしまつた。そんな中、ニュートンの時代を思い出して、自粛生活を送る時間があった。その最善の時をどう過ごすか、そのから方々等々大発見が実現してきた。自粛生活が終わり、私たちがこのご縁を無駄にせず、何か気づくことのできる期間にしたいものです。

「コロナウイルスが蔓延してきて、不要不急の外出を控えて手洗いうがいをきちんとする」とも聞こえても言っていますね！  
私は不要不急の外出を控えることは、『命の存続に関わらない外出しない』だと思つています。  
ただ、外出を禁止されて家に籠りっぱなしでは、ストレスが溜まり自律神経が乱れてしまつてもいけません。



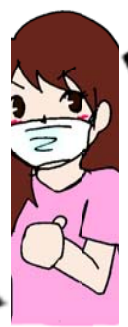
自律神経とは、心臓を動かしたり消化をしたり、自分が意識しなくても様々な生命活動を補助してくれている、生きるために欠かせないものです。  
そのため自律神経が乱れてしまつると生命維持に大きな影響を及ぼしてしまいます。



では、外出できない今どうすればいいの？  
規則正しい生活を心がけ、食事、睡眠、休養、運動をバランスよく行うことや、家の中でできるストレッチや散歩を見つけてみる。この機会に新しいことを挑戦するチャンスです！



現状、緊急事態宣言が解除されたりはいつまでか分かりません。今後は、一人一人の行動が大変重要になってきます。  
自分自身は力にならなくても、軽率な行動が誰かの命を脅かしてしまつてもいけません。誰か知らない人の軽率な行動が自分の大切な人を死に至らしめるかもしれません。人が亡くなる病気です。まだまだ油断できる状態ではありません。乗り越えていけたらと思います。



「四門出遊」というお釈迦様の物語があります。若き日のお釈迦様が釈迦国の四つの門から外に出ようとした時、人間は生まれながらには老病死を免れることはできないということを目の当たりにし、「なんと人生は不自由なものか」とお釈迦様は気づかれたのでした。そしてそれを克服し、自由に変えていく道を求め出家し、そしてついに「解脱」という真の自由を手に入れられたのです。「解脱」という言葉は「束縛から離脱して自由になること。現世の苦悩から解放されて絶対自由の境地に達すること。また、到達されるべき究極の境地。涅槃」と出てきます。そうです仏教が教えるのは自由であり、私達が今一番求めているものでした。



過去世のいのちがわかる神通力。第六願は「天眼智通の願」何でも見通せる眼をもつ神通力。第七願は「天耳智通の願」何でも思いのままに聞くことができる神通力。第八願は「他心智通の願」人の心がわかる神通力。第九願は「神足智通の願」どこへでもあつという間に行ける神通力。そして第十願が「漏尽智通の願」煩惱を滅することのできる神通力です。

です。（安楽寺生活聖典参照）六神通とは浄土に生まれる者は皆この六つの人間の力を越えた能力を身につけると誓われる願文です。その力で迷える衆生を救うのですが、第五願は「宿命智通の願」

場面、私たちが求める力です。東日本大震災でも我が子がどうなったか、家族がどうなったか、私たちは知るべきがありません。未だに見つからない人もいます。そんな時にどんなに歯がゆい思いをしたことでしょうか。私たちは人の心が知りたい時があります。目の前にいても、その心がわからず、どんなに愛おしい家族であっても、力になれないと言うこともあります。仮に我が子の心が知れてすぐにも行つてやりたいと思つても、色々な制約の中ですぐに飛んで行けないのが私たちの不自由さです。そして最後の漏尽通は、仏教が一番大切にされる力です。私たちががんばりがらめに縛り不自由にしているのは他人ではなく私自身の煩惱が私の不自由の元だと言うのです。今回の自粛生活中も、色々な欲と怒りが噴出し、人の心に地獄の世界が現れました。正義を振りかざした暴力もありました。また新たな差別もおこりました。私たちの世界に地獄を作るのは、ほかの誰でもない、この私の貪欲（欲望）瞋恚（怒り）愚痴（無智）の三毒の煩惱が、不自由

私たちがこの世に生きるということ、それは、それぞれの社会の体制に身をよせて、独りして、また親を呼び、また夫を呼び、妻を呼びつつ、日々の営みが続けてゆくことでもあります。そこには実際には、何ひとつとして不変なるもの、真実なるものはありません。その全てが、いつかは空しくくずれてゆくものばかりであります。それがこの現実の人生と世界の真実の姿です。そのことを、自分の眼をもって、しっかりと見させること、全てのことを、それごとく、たわごとく、思いとつてゆくということ、そういう厳しい心の姿勢こそが大切であります。そのことはとてもしんどいことでもあります。しかし、そういう自己放棄においてこそ、それとまったくひとつになつて、「ただ念仏のみぞ、まことにておわします」といわ

です。この仏の誓いを見ていると、まさに私たちの不自由さを越える六つの力が誓われています。私たちは様々な過去に引きずられて生きています。それによつて受ける制約が多々あります。何でも見える目、何でも聞こえる耳は、様々な

の最たる地獄の世界を作ることを既にお見通しの上で、誓つて下さるのです。仏法により私たちの眼が自らに向く時、私の不自由さと、それを自由に導きたいという仏さまのお心が見えてきます。「自由」「解脱」「涅槃」と使う言葉は変わつても、いずれも同じく、何事にも束縛されない自由にとどろつくことであり、それが仏教のめざすところ。前住職はそれを「まことの自己によつて生きる、まことの自立を果たした人となること」と言いました。仏のこの不自由な中身を持っています。この不自由を縁として、仏は私たちにまことの自由へと導いて下さいます。私達の求めるものはここにあり、結びたいものです。

か、空也上人の創始した念仏踊りは、出雲阿国によつて始められた歌舞伎に大成し、室町時代に始まった能楽も、その詞章のほとんどが仏教に取材され、武家や一般市民の娯楽になったわけです。いづれにしても、娯楽とはもともと精神的なものだったことを再確認するのは意義あることでしょう。新型コロナウイルスによつて、娯楽のない生活を送られたことと思いますが、仏法の中に、そして我が精神の中に真の娯楽があつたことを心得たいと思います。



# お念佛のしずこ

「増いのぎびくわい」 その二



私たちがこの世に生きるということ、それは、それぞれの社会の体制に身をよせて、独りして、また親を呼び、また夫を呼び、妻を呼びつつ、日々の営みが続けてゆくことでもあります。そこには実際には、何ひとつとして不変なるもの、真実なるものはありません。その全てが、いつかは空しくくずれてゆくものばかりであります。それがこの現実の人生と世界の真実の姿です。そのことを、自分の眼をもって、しっかりと見させること、全てのことを、それごとく、たわごとく、思いとつてゆくということ、そういう厳しい心の姿勢こそが大切であります。そのことはとてもしんどいことでもあります。しかし、そういう自己放棄においてこそ、それとまったくひとつになつて、「ただ念仏のみぞ、まことにておわします」といわ

れる言葉が、素直にうなずかれ、またそこにこそ、仏さまとの出会いが生まれてくるわけであり、ここに浄土真宗の教えが持っている「きびしさ」の意味があります。

『この道をゆく』

## 安楽寺法要案内

八月	歡喜会	日時 8月13日(木) 14日(金) 15日(土) どの日も10:00~11:00 講師 自勤 講題 先祖を訪ねる 密集密接を避けるため、今年は、3日間にしてできるだけ分散したいと思ひます。また近づきましたら、改めて詳細をご案内させていただきます。
	前任職七回忌	日時 9月26日(土) 朝席・昼席 朝席10:00~ 昼席13:00~ 朝席 講師 相愛大学教授 釋 徹 宗 先生 講題 『佛慧』を味わう 昼席 講師 落語家 林家染雀 師匠 講題 仏縁を楽しむ

## 『増いのぎびくわい』

『増一阿含経』に「有漏(迷い)有り、娯楽もて断ずることを得」とあり、『法華経』にも「無漏の根・力・覚・道・禅定・解脱・二昧等を以て自ら娯楽して、便 無量の安穩快樂を得べし」とあります。

これらに見られるのは「娯楽」とはもと精神の安らぎと楽しさを覚えることでした。それがしだいに変化して、音楽・歌舞・演劇を見たり聞いたり、自らも行ったりする楽しみになったのです。

その経過は『仏教語大辞典』に詳しく述べられています。それによりまず、原始仏教教団では、現代の意味の娯乐的なことは一切許されていませんでしたが、ただ教えの文句に節をつけて歌うように唱えることだけは例外でした。後に大乘仏教が興起すると、その教団は都市の新興資産階級を基盤としていただけに、仏塔礼拝供養には音楽・合唱・演劇などが用いられるようになりました。

仏教が中国に渡つてからは、寺院は一種の民衆文化の中心であり、娯楽場・慰安場の役割も持つていました。また、説教を講談化した「語りもの」が娯楽場に

かけられ、民衆娯楽にもなりました。わが国でも、空也上人の創始した念仏踊りは、出雲阿国によつて始められた歌舞伎に大成し、室町時代に始まった能楽も、その詞章のほとんどが仏教に取材され、武家や一般市民の娯楽になったわけです。いづれにしても、娯楽とはもともと精神的なものだったことを再確認するのは意義あることでしょう。

新型コロナウイルスによつて、娯楽のない生活を送られたことと思いますが、仏法の中に、そして我が精神の中に真の娯楽があつたことを心得たいと思います。