

南無阿弥陀仏は  
私のいのち



〒110-0012 東京都台東区竜泉 1-20-19  
発行所 真宗 佛光寺派 西徳寺  
TEL 03-3875-3351 FAX 03-3875-6796  
<http://saitokuji.tobihiro.jp/>  
発行人 脇阪 義幸  
印刷 日生印刷(株) 03-6863-3263



(撮影 国分尚三氏)

## 殻を破れ

『プライド』という邦画の中で「プライド？捨てました。そんな役にも立たないものなんか！」という主人公のセリフがある。プライドとは自尊心や誇りを意味し、自分の思想や言動、才能や仕事に自信を持ち、他からの干渉を排除する心とある。それは自分で勝手に思い込む心であり、実体はなく個人的な妄想ともいわれる。

よく世間では「プライドを持て！」と当然の如くいわれ、向上心や意欲を持つためにはプライドが必要とされる。ところが、自分に高い理想を設定することで、相手の意見を聞くことができず、プライドを鼻にかけた態度から周囲との距離が生まれることで、いつの間にか孤独に陥り不安に苛さいなまれてしまう。自分で自分を閉じ込めてしまう、見えない殻をプライドと呼ぶのではないだろうか。

不安を解消するために持ち続けてしまうプライドは、決して自分の力で捨てることはできない。しかし、虚飾に満ちた我が身を突きつけられ、他人からの批判がきっかけとなって、実際の我が身に向き合わざるを得なくなると、自分でつくりあげたイメージ(理想)に振り回されていることに気づかされる。痛い目に遇うというかたちで、頑なな殻(自我)に亀裂が入る。

(木村 専正 記)

彼岸のお中日を縁として迎える仏教週間は、此岸から彼岸への道が説かれています。都合の悪いことは全て他人のせいにするような日暮らしでしかない、此岸に悩みうごめいている私が、本当の世界に帰らせてもらう。仏法の最も大切な教えであります。

「衆生を浄土に迎えずんば、私は仏にはならない」という願いをおこされた阿弥陀仏がおられる彼岸に寄せてもらうには、どんな生活態度が大事なのか。それが中道の精神であります。

お中日は昼と夜の長さが同じであるということから中道精神が説かれています、「八正道」という到彼岸の道として釈尊が明らかにされています。八つの正しい道とは、かたよらない、とらわれないということが正しいという意味であります。正誤という解釈ではありません。

かつて奈良・薬師寺の管主を務められた高田好胤師は、「かたよらない心 こだわらない心 とらわれない心 ひろく ひろく もっとひろく これが般若心経 空の心なり」と『般若心経』の心をいただきました。私のような者が彼の岸へ、お浄土という仏の世界、真の落ち着く場処に迎え取られる方法を、分かりやすい表現で我々に教えてください。

ところが、私たちはこのような心を持ち合わせておりません。こだわりの強さを売りにしてみたり、あらゆることに執着して暮らしているのが私であります。もしこの三つの道しかなければ、損得や好嫌ばかりで生きて



いる私が彼岸に渡らせていただく道はありません。

このような我が身に気づかれ、ご自分を「愚禿」と名告られた親鸞聖人は、「地獄は一定すみかぞかし」と、私の行き先は地獄しかないと告白しておられます。地獄以外に行き先のない私を、救わんがための誓願を建立されたのが阿弥陀様であります。中道の精神とは、己の正体を知らされ、八正道を歩めない者を無条件に救うという阿弥陀仏の本願があらわされているのです。

(聞き手 木村 專正)

## 秋季永代経法要 9月22日(金)

「中道の精神」  
法話 住職 脇阪義幸

### 日誌

- 9月16日 定例聞法会、混声合唱団「エコー」練習
- 9月20日～26日 秋季彼岸会
- 9月22日 秋季永代経法要 法話 脇阪住職 大橋伊知郎
- 9月27日・28日 宗祖忌
- 10月1日 城東ブロック会聞法会(金町地区センター 参加者21名)
- 10月3日 責任役員会・総代会
- 10月7日 混声合唱団「エコー」練習
- 10月7日・8日 中興忌
- 10月8日 城西ブロック会聞法会(中野商工会館 参加者8名)

### えこお志お礼

- 板橋区 木下 好江 様
- 世田谷区 山瀬 一枝 様
- 練馬区 山本 雅彦 様
- 草加市 柳澤 幸雄 様

ご浄財を頂戴いたしましてありがとうございます。  
ご芳名の掲載をもってお礼とさせていただきます。

# 親鸞さんのことば

若し也此の回、  
疑網に覆蔽せられれば、  
更りて復曠劫を径歴せん。

「総序」

松井憲一

親鸞聖人は、お念仏に遇えたよくよくのご縁を、阿弥陀仏の因位の法蔵菩薩のご修行にまでさかのぼって「遠く宿縁を慶べ」といわれました(前回)。そこから、一転して、いわれたのが冒頭のお言葉です。「若し也(もしも)の「也」は、「またもや」ということで、「此の回(このたび)」は、「たまたま今の人生において」という意味です。お念仏の信心を獲得するというまたとないご縁に恵まれることは、そこから新たな人生を出発することであって、獲た信心を握りしめて止まることではありません。それで聖人は、「もし、このたびの人生において、疑いの網に覆われて、そのご縁を

活かさずに終われば、再び復未来永劫に迷いの世界を経めぐることになるだろう」と言われるのです。

私たちは、聞法のおかげで「盆栽に少し虐待 感じます」と自我の恐ろしさに気づき、無我が大切とわかつて、その理解でひよつとしたらと「福引きに 無心の孫の手を借りる」という自我の欲がまた出てきます。長年連れ添っている間柄でも「検診後 妻の優しさ 気にかかり」という疑いがなくなりません。私たちは、聞法する前も、聞法した後も、自我の心で、疑い深い煩惱の生活を繰り返してきます。

そうした疑いのありようを聖人は、「疑網」、一度引つかかると逃げられない「網のような疑い」であると言われます。網は、編み目の間から外が見えますから、鳥や魚は網目に気づかず、網に引つかかると逃げようとしませんが、逃げることでますます網にからまってしまいます。だから「覆蔽せられれば」と、「覆」蔽は「おおう」という字ですから、私たちも自分の疑いに気づかず、疑いの網の中に覆われてしまおうと、すべてを平等に救うという阿弥陀仏のお慈悲の心を見失っ

ていきます。

それは、「遠く宿縁を慶」んだ感動を、いつの間にか私の心がけで得たものと思う、その思いの網に引つかかつて自分自身を縛っているからです。その自分の姿に気づけば、阿弥陀仏の広大なお心は、私の小さな腹に落ちないことがよくわかります。がんじがらめの疑いの網を、自分の力で切り開こうとする傲慢な心は、阿弥陀仏に出遇ってはじめて破られるので、そこにしか阿弥陀仏はおられないのです。

だから、疑えば「更りて復曠劫を径歴せん」と、もとのあり方「遠く宿縁を慶」ぶ以前の姿に再びかえってしまうといわれます。疑いは、私たちが本願に出遇えた「遇(たま)たま」のご縁を空しくするだけでなく、再び復未来永劫にわたって長い間迷いの世界を経めぐることになるのです。

親鸞聖人は、「ただ念仏」しておられる法然上人に出遇い、「生死の家には疑をもつて所止とす(生死という迷いの家には疑いによつてとどまることになる)」と、疑いの深さを教えられ、それをご縁にして、より深く阿弥陀仏の本願に領

く道を歩まれました。だから、聖人は、「真の知識(法然上人)にあうことは、かたきがなかになをかたし流転輪廻のきわなきは、疑情のさわりにしくぞなき(「高僧和讃」)」と、疑いの気づきにめぐりあうことのできたかたじけなきを和讃にされました。そして、「真の知識」の左仮名には「ミダノホンガンヲ、オシウルチシキ」と、確かめられました。煩惱生活を覆う疑いは、自分の力で、絶やすことはできません。絶やすことのできない疑い深い私を聞思して、本願のお心を頂くほか流転を超える道はありません。



# 山門の言葉

こんなことを考えてしまうのは

〇〇のせいだ

(とある小説より)

平成二十九年十月、また雨だ。気温も低い。行楽の秋と呼ばれるが、正直外へ出るのも億劫になる。

そんな中、先の言葉を読んで大きくうなずいてしまった。何となく気が沈む、こんなことを考えてしまうのは雨のせいだと思っていたからだ。

これは小説の一コマであり、もちろんフィクションなのだが「分かる分かる」と納得してしまった。言っても仕方がないのは分かっている。それでも、何かのせいにしたくなるのだ。

私たちはこうしたい、ああしたい、こうしなければ、ああしなければという思いの中で生きている。思い通りになれば幸せを感じるが、そんなことはごく稀で、たいてい思い通りにならないことばかり。「あの人が悪い、あのせいでこんな目に遭ったんだ」と誰かのせいに行ったり、周りの環境に対して怒りをぶつけたくなる。

小説を読むように、出来事を外から眺めるだけなら「何と自分勝手なんだろう」と呆れてしまうだろう。しかし実際に同じような状況になったら、私たちはもっ

と変な行動をしてしまうのかもしれない。冷静に考えてみれば、嫌なことが起きるからこそ感じることもある。嫌な人がいるから考えられることがある。そのときは文句ばかりだが、後になって新たな視点だと気づいていく。新しい見方は誰かと何かとの関係からでしか受け取れない。

私たちは様々な関係を結んでいる。それは嫌な事や嫌な人を通して気づかされる場合が多い。お経ではいくら気づかされてもすぐに忘れてしまうと説かれている。しかし自分の姿が少しでも感じ取れたら、「〇〇のせい」から「〇〇のおかげ」と見方は変わり、それからの行動は何か変わるのではないだろうか。いや、変わって欲しいと私は願うことである。それにしてはよく降る雨である。

(高橋 淳記)



## 第337号

婦人会専用口座：  
名義 西徳寺婦人会  
番号 10030 239 82431

### ～法語カレンダーに聞く～ (2017年9月)

#### 「願力無窮にましますば 罪業深重もおもからず」

妊娠中の妻は、日々めまぐるしく変わる体調を管理することに悪戦苦闘している。体調がよくない日が続くと、「いつもの調子が出ない、すぐ疲れる、元気な頃が懐かしい」と嘆いている。

私たちは病気をしたり、年を取ったり、うまくいかないことがあると、決まって「あの時はよかった」と比べ、愚痴が出る。どれだけ苦しく辛い時であっても、一瞬一瞬が他と比べることのできない、誰とも代わることのできない、かけがえのない「今」を生きているはずである。しかし過去の栄光にすぎり、願掛けをして未来を少しでも自分にとって都合よくしようと必死になったり、結局、「今」を見失って生きているのが、我々の在り方ではないだろうか。

親鸞聖人は、そういう「今」がない私の生き様を罪業深重という言葉で明らかにしてください。「あの人は好きだからいい人だ、この人は嫌いだから悪い人だ」という偏った考えしか持ち合わせていない私。それはどこまでも人生を暗く、重く、狭くしていくような生き方ではないか。阿弥陀仏の願力は、私の願いをかなえてくれる都合のいいものではなく、人生を重くしているのは、どこまでも私の自分勝手な思いであったと気づかせる如来のはたらきである。そのよびかけに応じる時、愚痴をいう必要のない生活が開かれるのではないだろうか。

(蓮井 邦宗)

### 次回聞法会のご案内

日時 平成29年12月13日(水) 午後1時～3時  
場所 西徳寺 星月の間  
法話 法語カレンダーに聞く(真宗教団連合カレンダー)  
「弥陀の回向の御名なれば 功德は十方にみちたまう」  
最高顧問 大谷 義博  
蓮井 邦宗

### ひとこと

朝夕冷風が吹き、虫の鳴き声が心なごませてくれる季節になりました。

ご近所に住む一人暮らしのお年寄りが、急に家に閉じこもるようになりました。別のお友達と声をかけあってランチに誘ってあげたところ、元気に話をされるようになりました。「人間一人では生きていけないな」とつくづく思いました。

これからも皆様と一緒に聞法していきたいと思っていますので、よろしくお願いします。

(児山 治子)

# 掲示板

平成29年11月

- 4日(土)・5日(日) 報恩講  
(両日布教使 最勝寺住職 中井賢隆師)
- 11日(土) 午後3時15分 混声合唱団「エコー」練習  
午後6時 同行会 「現代の聖典」に聞く  
法話 山崎 哲
- 12日(日) 午後2時 中央ブロック会間法会(西徳寺)
- 14日(火) 午後7時 仏教青年会報恩講  
(曹洞宗 千光寺住職 細川哲心師)
- 15日(水) 正午 婦人会食事会
- 18日(土) 午後1時半 定例間法会
- 19日(日) 午後2時 城北ブロック会間法会  
(池袋 くいもの屋 わん)
- 21日(火) 午後1時半 『歎異抄』に聞く 講師 宗正元師

## 合唱団エコー 奏楽堂で歌いました

10月15日、小雨が降りしきる中「第62回台東区合唱祭」が開催され、全26団体の中に我が西徳寺混声合唱団「エコー」も出演しました。

古澤先生からは「うまいとかへたをいちいち気にせず、滅多に味わえないホールの響きを楽しみましょう」と挨拶があり、緊張気味だった団員も徐々に落ち着きを取り戻しました。

今回、初の試みで木村主任を導師に迎え、「三帰依」を歌っていただきました。通常、奏楽堂など合唱曲ではキリスト教出身の賛美歌が歌われます。それならば、「仏教歌も歌おうじゃないか」というのが今回の目的でした。お客さんは驚かれていたそうですが、大勢の前で披露できて本当に感激しています。演奏を終えて団員さんからも満面の笑みがあふれていました。

今回は**11月5日の報恩講にてご披露**します。ぜひ大勢のご来場をお待ちしています。(高橋 淳 記)



## 聞法会だより 城東ブロック会

10月1日に葛飾区・金町地区センターにおいて城東ブロック会間法会が開かれ21名の方々が集まり、そのうち初参加の方は3名も来られました。

加藤廣会長からは「お経の言葉は難しいが、みんなで集まることに意味がある」とご挨拶をいただき、竹内乾一郎評議員会会長からは「お寺は死んでからの場所ではなく、今ここで聞く教えを学ぶ場所だ」と語られました。

聞法会では脇阪住職より「煩惱とは我々が持っているものではなく、我々そのもの。煩惱を捨てようにも捨てられない」ことをお話になりました。

また、「お墓にしきみを供えるのはなぜか」と質問がありました。それに対して「水を腐らせないはたらきがあるからだ」と大谷最高顧問より返答があり、参加者の皆さんは興味深く聞かれていました。

今回は**来年2月4日、市川を予定**しています。皆様のご参加をお待ちしています。(高橋 淳 記)



## 聞法会だより 城西ブロック会

去る10月8日(日)、中野区商工会館にて聞法会を開催し、初参加の方1名を含めた8名の方にご参加頂きました。

質疑の時間では、お仏壇に関する事や、「法名軸」とは何か?というような質問がありました。

聞法会では素朴な質問にもお答えしますので、お気軽にご参加下さい。(大橋 伊知郎 記)



## 編集後記

会社の上司が部下を誘い、焼き肉店で食事。翌日、感想を尋ねたところ「大丈夫でした」という返答が返ってきたそうです。「美味しかったです」や「ご馳走様でした」という返事を予想していたために、その方はとても違和感を覚えたそうです。

「大丈夫」という言葉は危なげなく安心できるさまや、間違いなくて確かなさまを表しますが、現代の若者は「必要」か「不要」という、自分にとって「YES」か「NO」という意味で受け止めていることに、私自身も驚かされました。(主任 木村 記)

西徳寺ホームページアドレス:

**HP** <http://saitokuji.tobihiro.jp/>

ゆうちょ銀行お振り込み口座 00120-0-80670 名義 西徳寺

※「えこお」に対してのご意見・ご感想をお寄せ下さい。  
(メールでも結構です)

✉ [saitokuji@ce.wakwak.com](mailto:saitokuji@ce.wakwak.com)