

山首上人さまご講演

ほとけ  
はたら  
仏の働き

にちにち  
しゆぎよう  
日々の修行



ハバネロ

仏ほとけに成なる道みちは、日にち々にちの生せい活かつにありま

仏ほとけの働はたらき

仏ほとけに成なる修しゆ行ぎやうは苦くるしいものではありませ

ん。

親おやに孝こう行ぎやうすれば親おやも自じ分ぶんも愉ゆ快かいです。

夫ふう婦ふや兄きやう弟だいの間あい柄だでも互たがいに勞いたり慰なぐさめ合あ

う、それは愉ゆ快かいです。

お勤つとめに出でる人ひと々びとも、またお百ひゃく姓せいでも、

商しょう売ばいの人ひと々びとでも、みなその仕し事じは社しゃ会かい奉ほう仕し

の事じ業ぎやうです。

お客きゃくさまの喜よろこばれるように相あ手ての便べん宜ぎを

図はかれば、必かならず、あとは楽たのしく愉ゆ快かいです。

この理ことわりを覚さとつて、本ほん当とうに意い義ぎある働はたらきを

してゆく人ひとが仏ほとけです。その身みが仏ほとけです。こ

れを即そく身しん成じやう仏ぶつと申もうします。

あなたも仏ほとけに成なられる人ひとです。法ほ華け経きやうの

修しゆ行ぎやうをして仏ほとけに成なつて下ください。極ごく楽らくを作つく

て下ください。

|| 御ご開かい山さん上じやう人じん御ご法ぼう話わ資し料りやう ||

「仏ほとけに成なる修しゆ行ぎやうは苦くるしいものではない」

一ひと口くちに修しゆ行ぎやうと言いつてもいろいろですが、

修しゆ行ぎやうという以い上じやう、楽らくなことはないのではな

いでしょうか。

日蓮宗では毎年「大荒行」が行なわれて  
 います。私の時は身延山で行なわれました  
 が、副山首の正修上人の時は千葉県の中山  
 ・法華経寺でした。時や所は違つても、苦  
 しい行であることに変わりはありません。  
 十一月一日から翌年二月十日迄の百日間、  
 来る日も来る日も水をかぶり、お経を読み、  
 時に講義を聞き、写経をするという日課で  
 す。

水行は朝の三時に始まり一日七回、最後  
 は夜中の十一時です。水行場の大きな水桶  
 の回りのザラ板にはムシロが敷いてありま  
 すが、外気は零度以下です。溢れた水はす

ぐ凍つてつるつるすべり、危なくて立つて  
 歩けません。仕方なく這つて行くのですが、  
 かぶる水は、冷めたいを通過して刺  
 すように痛く感じます。

十一時の水行を終えると寝る時間ですが、  
 体が冷え切つていて、すぐには眠れません。  
 しばらくして体が温まり、ウトウトすると  
 すぐ起床時間です。

着る物は一枚の白衣に麻の衣に麻の袈裟  
 です。全くの夏衣装です。

食べる物は朝夕二回のおかゆですが、ゆ  
 つくり味わう時間などありませんから、ミ  
 ソ汁をかけてかき込むだけです。しかし私

は、食べたという記憶が殆どありません。

それだけ他の行の厳しさが身にこたえていたのだと思います。

〃おかゆ〃というのが、体調を考えるといいのかも知れません。栄養失調と睡眠不足で体力は衰えてゆく一方ですから、ビフテキなどを食べたならたちまちおなかをこわすでしょう。

水行と水行の間はお堂にこもってひたすらお経を読み続けます。板の間にムシロは敷かれています。ペラペラで、もちろん火鉢などはありません。お経を読むというより、大声で怒鳴っていると言った方がいい

かも知れません。そうでもしていないと寒くて震えが止まりません。

御前様が亡くなられた後、〃お寺を継ぐ以上、荒行に行かなければいけない〃と言われ、講習会に行くつもりで行きましたが、あんなとんでもない所とは思いませんでした。よくこんなことを警察は許すなど思いましたが、一度入ったら死んでも出られないと言われ、あきらめて水かぶりに専念していました。

百日たつて家に帰ったら、お庫裡さんが、〃ふつくらして健康になりましたね〃と言うので念のため近所のお医者さんに行っ

たところ、健康どころか衰弱し切つてむくんでいる。二度と行かない方がいいと言われてしまいました。とにかくすごい行です。

その時私は日本福祉大学の学長をしていきましたから、愛知県下の大学の学長会があった、髪も髭もボウボウのまま出席したのですが、南山大学の学長をしてみえた沼澤喜市という文化人類学の有名な先生に、荒行をしてみえたのですか」と聞かれ、ハ、水かぶりの行をしました」とお答えすると、それはご苦労さまでした。実はキリスト教にも荒行をする所があるので

すよ。そこでは寒中に時間を決めて水の中に入り、一時間くらいお祈りするのです。それに、断食などもするそうです」とおっしゃいました。冷水をかぶるのも辛いけれど、水の中でじっとお祈りしているのも辛いと思います。

仏教の荒行でもう一つ有名なのが、比叡山の千日回峰行です。何回かに分けて、合計千日修行するのです。

比叡山は登り下りのきついお山です。塔中寺院の他にお堂や祠もいっぱいあって、そこをワラジ履きで回るのであります。もちろん、ぶらぶら歩きの観光ではありません。お堂

の前でお経を読み、すむと次の所に行くわけですが、走って行かないと決められた日課がこなせません。食べ物も最初の頃はあると言いますが、終わりの頃は稗と粟だけで過ごし、最後には何も食べない中、行を続けます。無事成満すると「阿闍梨」と称えられ、ワラジ履きのまま宮中の紫宸殿に入る事が許されると言いますが、体力も気力も知力も充実していないと耐えられる行ではありません。

お釈迦さまも悟りを開かれる前の六年間、厳しい苦行をされたと伝えられています。インドのバラモンの教えには、体を痛めつ

ける行がいろいろあります。ヨーガという形で日本にも一部紹介されていますが、よくあんなに体が動くものだと思うほど、ひねったりねじったりします。それだけでなく、片足だけで何年も立ったままいたり、木の上にも何も食べずに居坐るといった苦行を今も続ける行者さんがいるそうです。いずれにしても楽な行はないと思います。が、御前様が「苦しいものではない」とおっしゃる修行は、こうした行とは少し趣きが異なります。

「親に孝行すれば、親も自分も愉快です」愉快というのを「気持ちがいい」と言い

か 換えるといいと思います。親孝行をすれば、  
 した方もされた方も気持ちのいいものです。  
 つまり、「親孝行」だけでなく日常生活の  
 あたりまえのことの中に、仏に成る修行は  
 ある、ということ です。

仏法で言う修行とは、仏道の理想を達成  
 するために体を鍛え、心を整える行と考え  
 られていますが、肉体に苦痛を与える厳し  
 い荒行は特殊な修行というべきもので、一  
 般的には日常生活の中で常実践できるこ  
 とが大切とされているのです。そこには必  
 然的に親子・兄弟といった家族関係が出て  
 来ます。

家族関係を良くすることは一番の基本で  
 す。家族の間がうまくゆかなくなるのには、  
 はつきりした原因があります。施し合いが  
 足りないのです。その施しには物の施しも  
 ありますが、言葉の施し、笑顔の施し、体  
 の施しといった、いろいろな形の施しがあ  
 ります。それが跡絶えると、家の中はギク  
 シヤクしてきます。普段陥り易いのは、家  
 族なんだから、これくらいわかってくれて  
 もいいだろう、という思いです。この思い  
 が強くなると少し心配になります。家族だ  
 からこそ思いやり、助け合わなければなら  
 ないことがあるのです。

次に「お勤めの人々も、お百姓も、商売をする人も……」とあります。

法華經の十九番目・法師功德品にある、『若し俗間の經書、治世の語言、資生の業等を説かんも、皆正法に順ぜん』がこのこととです。

〳〵日々の生活そのものが仏法である〳〵つまり、私の生きること自体が仏さまのみ教えの実行につながる、ということとです。自分が生きていて相手の人を少しでも樂にし、喜ばせてゆくことが仏に成るための修行の第一歩と考えるのです。むつかしいお経の言葉を理屈で理解しようとしなくて

も、私が生きていることによって他の人が少しでも便利をこうむれば、それが仏さまの教えを実行したことになるのであります。

仏に成るのは本当に大変なことと思いますが、日々の生活の中で、自分のためだけに生きているでなく少しでも人を助け、喜ばせてゆくことが大切です。

「即身成仏」ということが言われています。即身の即は、即席ラーメンとか即席カレーのように〳〵すぐできる〳〵即ではありません。この身を離れずに、ということとです。つまり、凡夫の私があるままの姿で仏に成る、ということとです。



この世界、凡夫の身には次から次に困ったこと、苦しいことが起きてきます。とても仏には縁遠いと思いますが、そんな身でありながら仏に成るといふことは、ありがたいという心を持つことです。この身このままに、ゝありがたいという心が持てれば、それが成仏した姿と言えるのです。そうして「法華経を修行して仏に成って下さい。極楽を作って下さい」と言われています。

極楽なんてそんなに簡単に出来るものではないと思いますが、よく字を見てみると、極く楽しい所とあります。決して、金欄で

特別に飾ったキラキラ御殿を言うのではありません。自分の出来ることで、仕事を通して立場を通して家の中を気持ちのいい、楽しい所にするのが、仏としての働きであります。

仏さまの教えの根本「中道」は、大荒行のような極端な行をして悟りを得ようとすることではありません。お釈迦さまご自身、大変な苦行をされた時期もありましたが、それを止めて安らかな心になられた時、本當の悟りを得られたのであります。

日々の、あたりまえの生活を大切にしてまいりましょう。