

## 自他ともに

### 幸せになるために

「暑さ寒さも彼岸まで」・・・というごとで、お彼岸を経て徐々に温暖な気候に恵まれる季節となりました。日本の春の風物詩でもある「桜」も、全国各地で開花宣言が行われ、皆様のお気持ちも春爛漫の陽気に包まれておられるのではないのでしょうか？

さて、今年の春彼岸（3月18日～24日までの1週間）は、九州は佐賀県伊万里市にある妙頭寺（みょうけんじ）さまで御法話（ごほうわ）を勤めてまいりました。

佐賀の妙頭寺さまとは何かとご縁があり、今回で3度目となる春季彼岸会（しゅんぎひがんえ）の説教師（せつきようし）法話をする僧侶（そうりょ）としてお招き頂きました。実は2年前からご依頼を頂戴していたのですが、3月に入ってから、法話の内容や構成を整える準備を始めるものですから、出発前日ギリギリまで、お話しの内容作成に時間を費やすこととなりました。

この妙頭寺さまの彼岸会説教というのがまた過酷なのです。というのも、毎日午後一時から御法話が始まり、そのまま休憩を挟むことなく約3時間！座りっぱなし、話しっぱなし・・・（笑）。話すこちらもそうですが、何より聴聞されておられる檀信徒

の皆さま方もご修行です。正式には話す方は「解説の行（げせつのぎよう）」で、話を聞く方は「聞法の行（もんぼうのぎよう）」と言います。

それにしても、これだけ長時間の御法話を執り行われているお寺さまは、全国を見渡しても、そうそうあるものではないかもしれません。それだけに、非常に良い経験と勉強をさせて頂きました。来年は我が真成寺で、春季彼岸会の御法話を勤めさせて頂くかな？今年の秋でも良いかな？とも考えています。ご安心ください。一時間程度ですから（笑）。

#### 【いまさら聞けない 彼岸のいわれ】

仏様と、ご先祖様、私達の心を通わせるお彼岸という行事についてですが、これは仏教行事ではありません。仏教発祥のインドや中国朝鮮半島などでは見られない行事で、日本独特のものをご理解ください。

では日本でいつ生まれた行事なのか？ですが、お彼岸に関する最も古い記録は、平安時代に編纂された『日本後記』に見られます。桓武天皇（かんむてんのう）が、毎年春と秋の7日間、早良親王（さわらしんのう）の御霊を鎮める為、国分寺の僧侶に『金剛般若経（こんごうはんによきよう）』を誦（とく）誦（じゆ）お経を唱（な）え、法会（ほうえ）が行われたと記述されています。ちなみに、桓武天皇と早良親王は兄弟です。お彼岸という仏事が、仏教発祥のインドにも、伝来の中国朝鮮半島にも無いことから、この記録は重要な資料であると

言われております。一般的な「お彼岸が、亡き人への供養の日となったのも、おそろくこの時から始まったのだらうと考えられています。また、お彼岸は仏道修行の一週間ともいわれます。仏道修行の実践を心掛けましょうと、いわば仏道興隆キャンペーンの様相を呈していると言つては語弊があるかもしれませんが・・・いずれにしても良いことだと思えます。その具体的な実践法は六波羅蜜（ろくはらみつ）という仏道修行であると教えられています。

私達が、涅槃（ねはん）悟り（ごり）の境涯（きようが）に到るための修行方法を仏教では波羅蜜（はらみつ）と言います。

つまり、人生において私達自身が仏に成る（成仏）するために勧められる修行のことです。そもそも仏教というのは仏に成る、成仏する為の教えです。その6つと申しますのが：①布施（ふせ）、②持戒（ぢかい）、③忍辱（にんにく）、④精進（しようじん）、⑤禪定（ぜんじよう）、⑥智慧（ちえ）の6種の修行で、これらを六波羅蜜（ろくはらみつ）と言います。

仏教では、この6種の修行を通して、悟りに到る道を明かしています。ちよつと説明が難しいのですが、あくまでご参考までに簡単に説明します。

#### 【成仏とは？】

成仏するというのは、ある意味「悟る」という事になります。個人レベルの幸・不幸の視野を超越して、宇宙的な観念の世界観を持つことを「悟る」と言います。仏教では「真理に目覚めた人」のことを「仏さま」「悟った人」ということになります。真理

に目覚めた結果として、目先の迷いを断ち切り、自分と関わり合う他の人を支える（救う）働きができるようになると言います。

六波羅蜜の6つの修行をそれぞれ見えていきましょう。

①布施波羅蜜（ふせはらみつ）は、別名、檀那波羅蜜（だんなはらみつ）とも言います。さまざまの施（ほどこ）しをさせて頂く修行のことです。

ちなみに、お布施（おふせ）と聞いてまず想像するのが、お檀家（だんか）の皆さまが私達お坊さんに対して施す金品が一般的なイメージかと思えます。仏教寺院とすれば、これらのお布施によつて寺院が守られる事となり、僧侶が教えを広め流布（るふ）することができ、そんなお布施の行為が長い間続けられて法が絶えることなく今日に伝えられています。

真成寺では、皆さまのことを「お檀家（だんか）さん」と呼んでいますが、檀那波羅蜜の檀那（だんな）は元々布施の意味ですから、経済的な援助（布施）をする人を、世間一般に檀那とか檀那様といます。この檀那の人達の家を檀家と呼んでいるのです。

話を戻します。「布施」は大きく3つに大別されています。財施（さいせ）：財物を施す。法施（ほうせ）：恐怖や不安を取り除き安心を与える。無畏施（むいせ）：法を説き与える。つまり、貪り（むさぼり）の心を戒（いまし）めて、人に財を与え、法（真理）を教え、心の安らぎを与えることで、生活と心に恵みを施すことを目指します。

とは言え、財施ができる財力を持たず、法施や無畏施ができる知恵も備えていない人のために、仏様は**雑宝蔵經**（ぞうほうぞうきよう）というお経の中で、次に掲げる『無財の七施（むざいのしちせ）』をお説きになりました。

【無財の七施について】

見返りを求めないで喜んで捨てる、そんなことを無財の七施も教えています。「ありがと」や「おかげさま」の気持ちを行動で示す身近な実践のことを無財の七施と言います。お金が無くても、物が無くても、周りの人々に喜びを与えられ、少しでも喜んで頂ける方法があるというのが無財の七施の教えなのです。世間一般の損得勘定では与えた人よりも与えられた人の方が得をするようなイメージがあると思いますが、布施は施した人の方が幸せな気分になり、与えられた人よりも与えた人を幸せにするという魔法のような教えのことなのです。それでは早速、その七つの魔法を（紹介）します。

**眼施**（がんせ）：優しい眼差しで人に接する。**和顔施**（わがんせ）：和やかな明るい顔で人に接する。**言辞施**（ごんじせ）：優しい言葉をかける。**身施**（しんせ）：身をもって布施する。**心施**（しんせ）：心の底から人を思いやる慈悲心を施す。**牀座施**（しょうざせ）：例えば、先輩やお年寄りに自分の席を譲る行為。**房舎施**（ぼうじゃせ）：困っている旅人に一夜の宿を提供したり、休憩の場を提供したりする行為。

以上のように、布施ということが仏に成る（菩薩行いばさつぎよう）の第一条件とされているのは、大変意義深いことと言わなければなりません。

『無財の七施』について換言すれば、人のため誰かのため、心配りや思い遣りを持ち、自分の身体でできることを心を込めて行わせてもらうことと言えます。人のために行った些細な言動が、人の幸せに繋がり、幸せな人間関係が形成され、世の中が素敵な繋がりとなり、結果的に自分自身も幸せな人生が歩めるという事になります。無財の七施を行うのにお金も時間も必要ありません。今日から無財の七施を心掛ける生活が出来ると良いですね。

次に六波羅蜜の②番目、**持戒波羅蜜**（じかいほらみつ）、戒律を堅固に守る修行について：なのですが、今月号は紙幅の関係上ここまでにさせていただきます。

「お彼岸」という日本独特の行事は、御先祖様を偲び、仏道修行の実践を勧めるという私達にとっては欠かせない大切な行事ですので、ちよつと堅い内容になりますが、この機会に御理解して頂ければ幸いです。そして、この六波羅蜜の法門は全て自他を救うことが前提となっていますので、知ったならば実践して頂きたく存じます。

合掌 副住職 谷川寛敬

ご招待



音の華

ピアノ発表会

とき・4月28日（日）

11時30分開演

場所・北日本新聞社ホール

お誘い合わせのうえ、お越しく下さい。お待ちしております。

来月のご案内

◎祠堂大法要

五月二十六日（日）

ご法要（各家先祖のご回向）

・午前十一時

ご法話

・午後十二時半

大法要

（今年度永代供養加入者各霊位御回向）

・午後一時半



真ごころちゃん