

# みおしえ



ゆとりある忙しさ

# 心のブレーキ

勝願寺 藤田俊彦

昨年、JR成田線においてダンプカーが踏切に突っ込み、電車と衝突するという事故がありました。荷物の積み過ぎによりブレーキが効かなくなつたためだと報道されました。

考えてみれば、私たち自身もまた「欲望」という荷物を積んで走るダンプカーであると言えます。一步間違えれば、同じような事故を起こすこともあり得るのです。それを防ぐためには、当然ながら荷物（欲望）を積み過ぎないことが大切ですが、同時に、いざという時に必ず止まれるブレーキを持ち、それを毎日点検することが必要ではないでしょうか。私にとって、そのブレーキとは「南無阿弥陀仏」と称えるお念仏であるはずでした。

ところが最近、会社勤めを始めてからは、お念仏を称える機会がほとんど無くなっていました。朝起きて、会社へ行って、夜帰ってきて寝るという繰り返しの中で、時間は慌ただしく過ぎ去り、一日の感想は「疲れた」の一言だけ。

たまの休日も、とにかく遊ぶことだけを考えて過ごし、お念仏を称えることは全く忘れていました。唯一、物事に失敗してどうしたものかと考えていた時に称えたことがありましたが、それも長続きはしませんでした。「お念仏の道に励まなければならぬ」と思えば思うほど、私の中でお念仏は何か特別な事柄として重く押し掛かっていたのです。

そんなある日、本誌『みおしえ』の原稿依頼をきっかけに、自分自身を省みながらも、あらためてお念仏について考えてみました。そのうち、学生時代に暗記したことのある次の一文を思い出したのです。

一心専念弥陀名号、行住坐臥不問時節久近  
念念不捨者、是名正定業、順彼佛願故

これは、宗祖法念上人が浄土宗を開宗される時に典拠とされた重要な文章で、要するにお念仏とは、何時でも何処でも、その日時や長短に関係なく称えるものであり、逆に言えば、何

時でも何処でも簡単に称えることができるものなのです。たとえば出勤・帰宅、毎日の食事、就寝・起床の前や後などです。そして、たとえ一回に称えるお念仏の数は少なくても、毎日欠かさず、一生懸命に称え続けていくことに意義があつたのです。

振り返ってみれば、忙しくてお念仏を称える暇などありはしなかつたと思つていたのは口実で、実際は次々と変わる目先の欲望を満たすことだけに振り回されていたのでしよう。今の私こそ、まさに「欲望」という荷物を積み過ぎて止まらないダンプカーであつたと、気がつきました。

お念仏を称えれば、何時でも何処でも阿弥陀様は私を守っていて下さるのです。そうすれば自然と気持ちに余裕が生じて、自分を冷静に判断することができるようになります。

阿弥陀仏と、十声唱えてまじろまむ  
永き眠りになりもこそ可れ

# 塔 婆

お葬式の後の七日ごとや法事のたびにお塔婆を立てますが、これはいったい何を意味するものなのか。またお塔婆のいわれとはどういったことなのでしょう。

お塔婆は、元来仏舎利を蔵め、あるいは靈域の表示として、金石、土木などで土饅頭の形を造ったもので、これをストウーパといい、漢字で音を写して「卒塔婆」と書くようになりました。塔婆はこの卒塔婆を略した言い方です。

塔婆を立てるのは、亡くなった方に対して真心を捧げるためです。塔婆には「第〇回忌追善」などの文字が書いてあり、いわば「こんにちは、そちらのご様子はいかがですか」というお浄土への手紙です。手紙には切手が必要です。浄土宗の郵便切手は「南無阿弥陀仏」のお念仏でいいよ、とは元祖法然上人の仰せです。

お塔婆は亡き人への手紙であると共に、浄土宗の郵便切手である、「南無阿弥陀仏」のお念仏を称えることによって、自分自身の生き方をよく考えるための返事でもあるような気がします。

## 【編集後記】

▼今回も二人の若手僧侶より熱のこもった原稿をいただいた。紙面の都合上、泣く／＼一部を割愛させていただいた。平身低頭。

▼日々の生活を支える職業・仕事を外側の自分とすれば、仏教・念仏は内側の自分を支えてくれる。

そのどちらかが欠けても、人間は生きてゆけないのかもしれない。

仏教・念仏と、職業・仕事をバランスよく両立させることは大変難しい。僧侶にとっても同じであろう。専業僧侶よりも、家族を養うために他の仕事を持ち、普段は一般社会人の姿をしている兼業僧侶の方が圧倒的多数なのだから。その意味で、信徒と僧侶をつなぐ心の糸は決して細くないのである。

▼本誌に関する御意見・御感想をお待ちしております。左記の住所へ御連絡下さい。

〒335

埼玉県戸田市中町2-4-11

『みおしえ』編集室代表 渡辺昭彦