

みめぐみの

第5部



みめぐみの

第5部



大谷光道著

目次

どうしたら 極楽に行けるのか	2
西に向かって	3
やはり念佛?	6
人力飛行機は捨てる	8
行く先は?	10
どうすればいいか	14
仏凡一体	16
読者の頁	21
〔質疑応答〕	22
〔感想・意見〕	29

どうしたら 極楽に行けるのか

今日は「どうしたら極楽に行けるのか」ということについて考えてみましょう。

私たちがその教えに沿している浄土門は、阿弥陀仏の極楽に往生することを中心に説く教えです。極楽の「樂」はもちろん楽しいということですが、樂の中身は覚りであり、つまり成仏することです。

そこで、往生するための修行の方法などの書いたものはないか、というあたりから見ていきましょう。



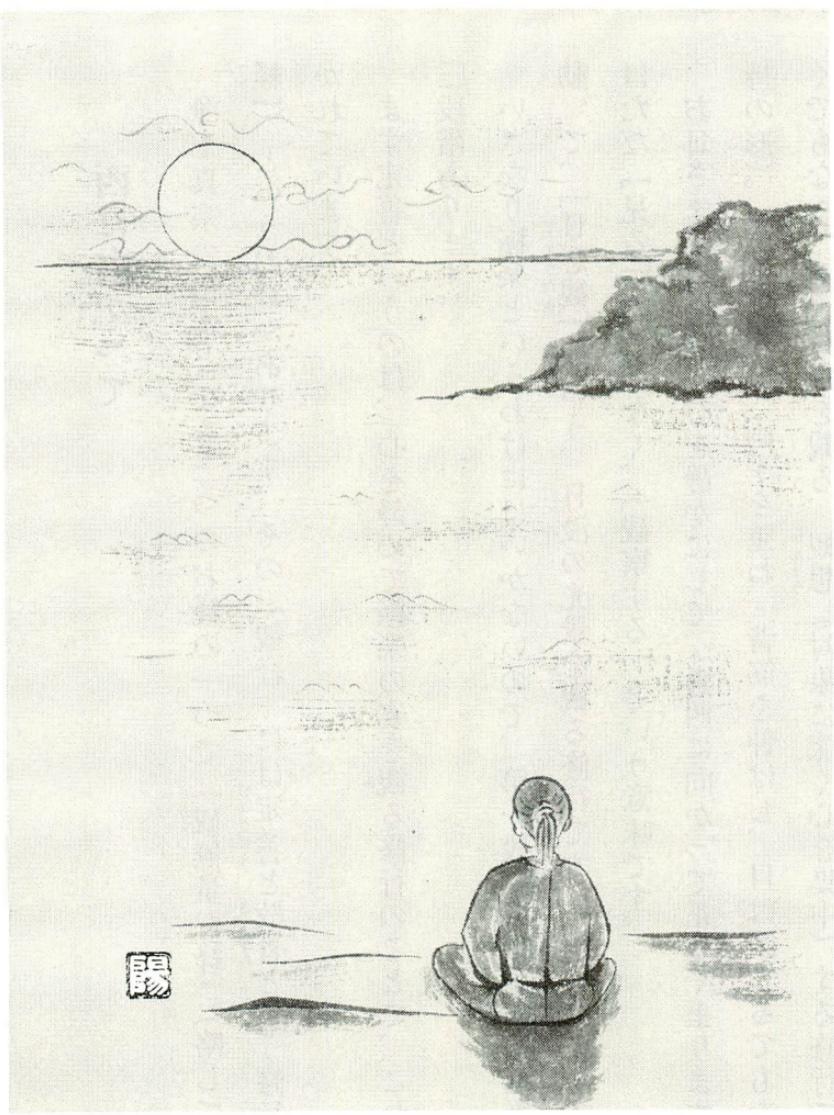
西に向かつて

浄土真宗の根本となる三つのお経の一つで『觀無量壽經』（略して『觀經』）というお経があります。その『觀經』には定善と散善という修行が説かれています。

まず定善というのは、心を静めて極楽の姿を観る修行のことです、これに十三段階あります。

いきなり極楽というわけにはいかないので、第一段階目はいわば“準備運動”で、「日想觀」という、日没の光景を観る修行です。「觀」の字を書くのはただ「見る」ではなく、「觀察する」という意味です。

お日さまが沈む時、心を静かにして、真西に向かつて正しく坐ります（座禅の形）。両足を組み、両手を重ね、背筋を伸ばし、目は閉じるでもなく開くでもなく、その光景を観る、觀想（対象に深く心を集中）する修行です。



日 想 觀

そして、目を閉じても目を開いても同じ光景が浮かぶように訓練します。

そういう修行から始まって、極楽の水、大地、木、池、楼閣などを順次観想していきます。さらに、阿弥陀仏、觀音菩薩、勢至菩薩、そして実際に心を極楽に移してその全体を觀想できるように修行を進めていくのです。これは称える念佛ではなくて觀る方の念佛で、この定善のことを觀想の念佛ともいいます。

次に散善というのは、定善のように心を集中するのではなくて、日常の生活の中で悪い行いをしないようにして、良い行いだけをしていくという修行です。大乗の經典を讀誦(どくじゅ)（讀經）したり、小乗の戒律を守つたり、これにも三種類、細かくは九種類あります。

定善も散善も、「良いことをすれば良い報いを得られると信じて、自分の行つた修行の功徳によつて往生しよう」というのですから、まことに納得しやすいことで、これが自力の行といわれるものです。

ところが、いま私が述べたのはごくうわつたらにすぎず、それぞれの行は実際には途中でいろいろな障害が出てきて（善導大師の御著作『觀經疏』）そんな簡単に成就するものではなく、「言うは易く行うは難し」とはこのことです。

やはり念佛？

それで、いろいろやつてみてもこれらの修行がうまくいかないことに気付き、「これはやはり阿弥陀様の極楽に行くには、一切の善の根本である阿弥陀仏の名号を称える念佛一本に絞らなければならない」ということになり、これが二段階目です。そして念佛ばかりを称えることになります。

その称え方が、自分の力で、自分の思いで、今称えようとか、こんなふうに称えようとか、十回、いや百回称えようとか、さらに何日間とか……に力を入れるわけです。

どうしたら極楽に行けるのか

『阿弥陀経』を称え慣れたり、聞き慣れたりされている方は、「執持名号、若一日、若二日、若三日……、「一心不乱」と言えば、「ああ、あれか」と思われるでしょう。

『阿弥陀経』の文字だけを読むと、「執持」といえば「しつかりとたもつ」ことだから「念佛を称えることそのものが良いことなんだ」と思われてきます。「称えるといいう良い行いを私がしているんですよ」という思いで、称えることを積み重ねて、「これだけ良いことをしているんだから必ずお淨土へ行けるんだ」と信じて称える念佛、これが自力の念佛です。



人力飛行機は捨てる

そもそも阿弥陀様が凡夫のためにとご苦労になつて作り上げられたお名号なのに、あたかも自分で作り上げたかのような錯覚に陥つていたことに気付くのが三段階目です。自分で作り上げたのなら、出来上がつた南無阿弥陀仏も自分の大きさ以上にはならないわけで、「私ごとき凡夫のちっぽけな善などではとても往生はかなわない」と分かるのです。本来、阿弥陀様の方から回向された名号なのに、私の方から自分のものとして逆に回向しようとしていたという愚かしさに気付くのです。

大体、十万億の仏の世界を過ぎたところにある極楽世界に行くには、阿弥陀様立ての宇宙船でもないと行けないのに、自転車を漕ぐようにして飛ぶ人力飛行機で極楽まで飛ぼうとしていたようなものだと言えばわかりやすいでしょうか。（笑）

南無阿弥陀仏とは「心配するな、迎え取つてやる」と阿弥陀様がおっしゃつてのことそのものなんですね。

そこで、「称える心」が問題である、ということになるんですね。

他力の念佛というのは、阿弥陀様から信心、つまり阿弥陀様のお心をいただいて「往生できることが間違いない」ということが分かつて、そしてありがたいという心で自然に出てくる南無阿弥陀仏が他力の念佛なんですね。

だから念佛によつて往生するんじやなくて、信心によつて往生するんですね。これ、他力ですね。念佛を称えることによつて——心はどうでも良い——「念佛を称えさえすれば行けるんや」というのが自力の念佛。ここ、難しいところですがそこが大きく違います。

自力の色々な修行、はじめは念佛以外の修行をしようというところから、今度は自力の念佛のところへ行く。自力の念佛から他力の念佛へ行く。この三つの段階を踏む。このことを二願転入さんがんてんにゅうといつて、一、二、三と、どんな

人でもいきなり他力の念仏をいただくことはまず無理だから、そういう順番を踏んでいけば良いということです。これは親鸞聖人ご自身の信仰の深まりの経緯として、『教行信証（化身土巻）』にお述べになつていることです。

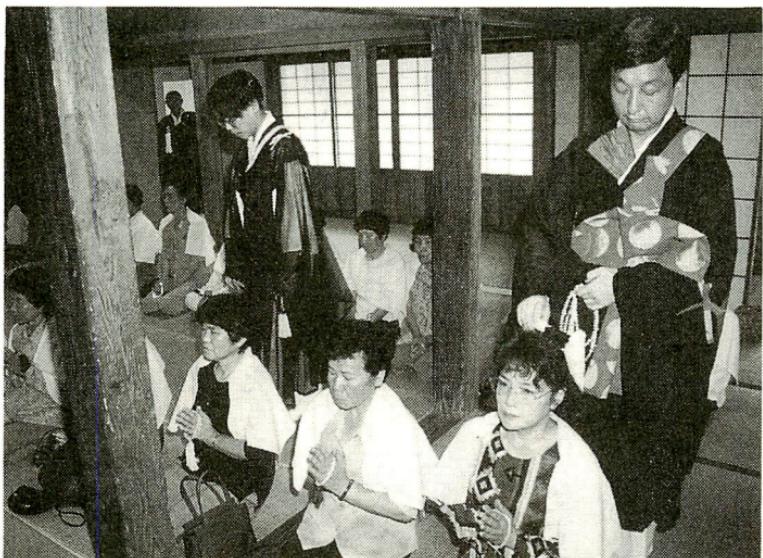
ちなみに、私自身を聖人と比べるのはまことにおそれ多いことですが、わたしは定善や散善は全くやつてみたこともありません。

これは、「やつてみるべきだ」という考え方と、「宗祖ご自身が私たちの分も含めてご苦労くださつて、やつても無意味だとおつしやつているのだから、それに素直に従えばいい」（笑）という考え方があります。私はこの後者によつています。（笑）

行く先は？

他力の信心によつて阿弥陀様は極楽に迎え取つてくださるということまで、話は進みました。

どうしたら極楽に行けるのか



それでは、定善や散善、自力の念佛では往生はできないのでしょうか。定善、散善、自力の念佛に共通して言えるのは、これらはいずれも因果の道理（「良いことをすれば良いことが返って来る、悪いことをすれば悪いことが返って来る」ことで、「自業自得」「因果応報」など日常よく使う）にこだわりすぎているため、自分で良い行いもしないのに往生という良い結果が得られるなどということがどうしても信じられないということです。だからなんとかし

て自分で善を積もうとするのです。これは取りも直さず阿弥陀様のお力、お智慧を疑つているということです。

これを疑心といつて、ちょうど信心の反対です。疑いが心を包んでいて、心に蓋ふたがされているようだから、疑蓋ぎがいともいいます。サザエのように蓋を閉めていてなかなか開こうとしない、疑いの心の頑固さをうまく表現した言葉だと思います。

ここで、いつもお勤めになつているご和讃の中でももつともなじみ深い『恩徳讃（如來大悲の恩徳は）』のすぐ次から二十三首がこの「疑い」についてのご和讃で、疑惑和讃といいます。疑惑和讃には、定善、散善、自力の念佛の人たちへの誠めや、往生したとしても行く先がどのようなところであるか、詳しく説かれています。その最初のご和讃を拝読してみましょう。

不^{ふりょう}了^{ぶつち}仏智のしるしには 如來の諸智を疑惑して
罪福信^{ざいふく}じ善^{ぜん}本^{ほん}を たのめば辺地^{へんじ}にとまるなり

「阿弥陀様のお智慧を納得しない印には、如来の諸智を疑つて、因果にこだわつていて、それで自力の念佛を当てにするから、辺地にとどまるのである。」

諸智＝諸々の智慧、これには五智、五種類ある（省略）。

罪福＝悪いことをしたら罪^{つみ}を受ける、良いことをしたら幸福を受ける。

因果と同じ。

善本＝すべての善の根本、つまり念佛のこと。

これによつてわかるように、本願疑惑の行者は、それでも念佛を称えたり、いくらかでも良い行いをしているので、「辺地」つまり端っこではあつても極楽へは迎えてもらえる、というわけです。

「辺地」については、その様子から別のいくつかの呼び方があります。

まず、自力で修行をしようとする人はついどうしてもサボってしまう、あいだ間が空いてしまうので、そのような人のいるところという意味で、「懈慢界」^{けまんがい}

(おこたりなまける者のいる世界) という名があります。

あるいは、疑惑の心のままこれでいいんだと思い込み、閉鎖的なところから出ようとしないので、お母さんの胎内で胎児が袋をかぶついて外へ出て光を見ようとしないのにたとえて、「ぎじょう疑城(疑いの城)」とか「胎宮」と言い、仏に遇おうとしない、そして五百年間外へ出られない、などと説かれております。

このように阿弥陀様が辺地を設けられたのも、「いつか必ず真実に目覚める時が来る」とのお慈悲によるものです。

どうすればいいか

そこで、「じゃあどうしたらいいのか」というところなんですが、自力の念仏であつてもいいから、とにかく称える生活をまずしましよう。お念仏をする、南無阿弥陀仏を称える生活をしましよう。そうしているうちに自然に

どうしたら極楽に行けるのか

中身が他力の念佛に変わつてくる、
と思ひます。これは阿弥陀様のお育
てによるものであつて——自分で育
つたつもりでいても——自然に阿弥
陀様に育てられて、自然に本物のお
念佛が出てくるようになるんです。

最近、私が力を入れて申し上げて
いるのは、いろんな理屈を言つてい
るよりも、「阿弥陀様の本願に惚れ
る」ということです。

惚れるという言葉はあまり使われ
たことがない、お説教では使われた
ことのない言葉かもしれませんが、



惚れるというのは相手の魅力にひかれていくことです。物に惚れたり人に惚れたり、色々惚れることがあります。阿弥陀様の、あるいは阿弥陀様のご本願の魅力にひかれる、これが私はご信心の姿だと思います。

自分で一生懸命、力んでナンマンダブツを言わなくとも、素晴らしい人にお会つたら、その人が忘れられないし、会おう、近づこう、呼ばうとするでしょう。それと同じように、阿弥陀様を呼ぶのがそのまま南無阿弥陀仏ですからね。そういう気持ちが起こってくるのがご信心だと思いますね。ですから「私が阿弥陀さんに惚れてるかな」と考えていただければ、ちゃんとお念佛ができるかなあということも、わかってくるんじやないかと、アドバイスをしたいと思います。

仏凡一体

そのようにして阿弥陀様のご信心をいただいた形を**仏凡一体**と言います。
ぶつぼんいつたい

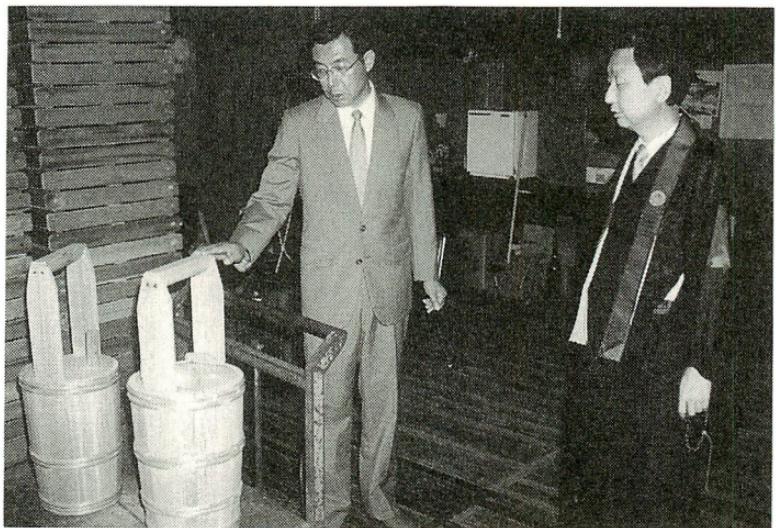
仏心（仏の心）と凡心（凡夫の心）が一体になる。さつきも言いましたように信心というのはそのまま仏の心ですから、信心をいただくというのは仏心が凡心にひつつくわけですね。これが仏凡一体。

凡心というのは特別の説明はいらぬんで、ふだんからのわれわれの凡夫の心。欲も起ころ、いろんな雑念も起ころ、そういうのが凡心で、そういう凡心に仏心がひつつくこと、これが信心をいたいた姿ですね。

信心をいたいたら私たちは死ぬまでそういう形で、ずっと阿弥陀様に見守られて、励まされて生活をさせていただく。命が終わると、亡くなるところの凡心がなくなつて、そのまま仏になるのです。いかがですか。

このことは蓮如上人の『聞書』にわかりやすくお示して、

衆生の心をそのままおきて、よき心をお加へ候ひて、よく召されなし候。衆生の心を皆取り替へて仏智ばかりにて別に御仕立て候ことにてはなく候。



ご門徒の造り酒屋を訪ねて

つまり、

「私たちの心を仏の心に取り換えてしまうということではない。私たちの心はそのままで、そこへ仏の心がひつつくんだよ。」

こういうことです。この状態が仏凡一体、つまり信心をいただいた状態。これで、真宗の心のあり方というのが、よくお分かりいただけると思いますね。

教義全体の組み立てが違うので一部分だけを比べることはできませんが、禅宗などでは即心是仏そくしんぜふつといつて、

「我々の心がそのまま仏心である。だから、凡夫であつたものがそのまま仏になつてしまふ。生きているまま成仏する」と教えるわけですね。

私たちのところは、ご信心をいただいたからといって凡夫の心はなにもなくならない。そんなにすつきりとうまい具合にはいかない。毎日のいろんな雑念やとか、腹が立つことやとか、いろんなことはそのままあるけれども、あるけれども仏様がそこに信心という形でひつづいてくださるから、昨日までの私は違う。そのようになるということです。

今日は、「どうしたら極楽に行けるのか」ということを一緒に考えてまいりました。

わが宗祖・親鸞聖人は「極楽に往生することは大事だが、往生できることが決まつたという安心感を持つことが同じだけ大事である」と教えられました。この安心感こそ朗らかな力強い私たちの毎日の生命力なのです。

往生するときのお迎えはどうなるのか、安心感というけれどただそれだけでおしまいなのか、などについて浄土真宗ではどうなっているのか、改めてお話をしたいと思います。

本当に惚れてるかなあと。あんまり無理して仏さまを拝まんでも、惚れたら自然にナンマンダブツは出るわけですね。
お付き合いありがとうございました。

読者の頁

第三部の発刊時から皆様にご感想、ご意見、ご質問を募り、第四部では「読者の頁」として、ご感想を掲載することができました。第五部ではいよいよ「質疑応答」のコーナーを設けお答えいただきました。これまで御門跡光道台下のお話を二話づつ掲載してきましたが、今号は一話とし、皆様から寄せられたお便りの中からいくつかを掲載いたしました。

今後も皆様からのご感想、ご意見、ご質問を掲載し、より身近な親しみやすいみ教えとなりますよう願うところであります。別紙（折込ハガキ・切手不要）に思いつかれるままにご記入の上、投函またはファックス（〇七五—三五一—三一二〇）にてお送り下さい。

なお、掲載分につきましては、粗品を贈呈させていただきます。

みめぐみの刊行委員会

質疑応答

質問一

「お御堂」とは何ですか？

京都市 木下明子さん

答

御堂（みどう）だけでいいのですが、さらに丁寧に「お」をつけたので、却つてわかりにくくなつたでしようか。おどう、みどう、おみどう、いずれも同じことで、仏様を安置した建物のことです。

質問二

「聖人」と「上人」はどう違いますか？

また、「親鸞聖人」と「親鸞上人」どちらが正しいのですか？

大阪市 茶野忠雄さん

答

「上人」より「聖人」を重く考へる習わしになつております。親鸞聖人は開祖なので「親鸞聖人」。歴代は「上人」、従つて例えば、「蓮如上人」「せん闡如上人」です。

しかし、「親鸞上人」では間違いか、といえばそんなことはありません。呼称、尊称なので、呼ぶ人の自由です。事実、「親鸞さま」「親鸞さん」とか、中には「親鸞」と呼び捨てにする人もいます。

私自身の感覚でいうと、テレビや映画のタレントとか小説などの作家、歴史上の人物などは呼び捨てにしても、一般にそうなつているからか違和感は持ちませんが、「親鸞」とか「蓮如」という呼び方に出会うとどうも引っかかります。歴史上の人物としては考えられないし、親しみの故だと言われても、親しみを通り越してなれなれしすぎると思えてしまいます。

どのようにお呼びするのが「正しかい」というより、自分の気持ちに抵抗のない呼び方が一番いいと思います。例えば○○さんという人がいるとすると、他人

からは「〇〇さん」でも、息子からは「お父さん」だし、なにかを教えている人なら生徒からは「〇〇先生」なのですから。

質問三 極楽と淨土はどう違いますか？

答　　極楽は固有名詞、淨土は普通名詞です。

諸仏にはそれぞれ国土があり、淨土といいます。清淨国土を短くして淨土。

極楽は阿弥陀仏の淨土で、極楽があまりにも有名になつたので、淨土といえば極楽を指す場合が多く、特に淨土教の私たちの場合には、淨土といつても極楽といつても同じです。極楽以外の淨土として、淨瑠璃世界（薬師如來の淨土）、妙喜世界（阿闍^{あしゃく}佛の淨土）などがあります。

質問四

死に直面した時どうすればよろしいのでしょうか。奔放な生活をしている

愛知県　沢田なほさん

人が仕合せであつて一生懸命な生活をしている者に却つてそれが裏目に出で不仕合せが多いということがあります。それが納得できません。お念仏を称えて居ればそれで救われるということでしょうか？

答

「正直者がばかを見る」というのとよく似ているように思います。

「一生懸命な生活をしているのだから、奔放な生活の人よりもっと幸せになつてもいいはずなのに……」という意味になると思います。それは、今あなたがおつしやつてある次元で、つまり「奔放な生活の人の幸福」と同じような質の幸せがなぜ得られないのか、ということだと思います。

でも、それは得られないのではないかという気がします。ただし、「同じ次元に身を置いて、心も置いていては」ということです。

念仏はその次元から抜け出すエネルギーになり、新しい、より上位の幸福が得られるもので、念仏の信心によつて必ず幸せになります。

だいぶん以前になんの気なしにラジオを聞いていたときのことを思い出しまし

た。名前は覚えていませんが、ある占いの得意な若いの方がインタビューを受けていて、その人の話に、「最近はあまり占いはやらないんですが、占いは“どうなるか”であって、“どうするか”的方が大事だと思うようになりました。」と。私は、この話にすいぶん感銘を受けました。我田引水になりますが、念佛の信心というのはまさにこういうことだと思います。今から自分が“どうするか”を教えてくださるのが、いつもいう阿弥陀様の本願力。決めたことを後押しするのも本願力です。

質問五

「ブッダ(Buddha)」の意味は?

大阪市 北川高行さん

答

サンスクリット語（古代インドの言語）で「覚った人」という意味で、もともと聖者に対する呼称でした。仏教でよく使われ釈尊の尊称になり、質問三と同じように、一般名詞だった「佛陀」が固有名詞のようになつたのです。

「仏陀」はBuddhaの音写。

愛知県 都築千寿さんつづき

質問六

私はこれもじゆう一人でお寺参りをして（とても幼い時から）念佛を申せば極楽へ行けぬむ信ある一念で極楽浄土へ参る」とがであると聞いてきましたが、本当は誰にも解つていいのではないでしょうか。

答 今回のお話をお読みいただきたいと思います。

このお葉書は質問のおつもりではなかつたのかもしませんが、「本当はだれにも解つていないので……」という最後の部分が気になりました。

確かに、あなたのおっしゃるように「極楽浄土へ参ること」を“解つている”人はたぶんいないと思います。頭で解ることのできるのは、浄土真宗の教えを教義として“理解”することだけでしょう。

しかし、極楽浄土へ参ることができると“感じる”こと“はできると思います。感じることで十分なのじやないです。

今回のお話の中で「不^了仏智」のご和讃を引き、そこで「諸智」には五種類あるとだけしか述べませんでした。その五種類は次の通りです（『大無量寿經（下巻）』）。

- ①全体を表す仏智。
 - ②凡夫の思議、考えの及ばない智慧のことを不思議智。
 - ③褒めつくせない智慧のことを不可称智。
 - ④一切の衆生を救う広大な智慧、大乗広智。
 - ⑤何物にも比べることのできない最も優れた智慧、無等無倫最上勝智。これは他の諸仏、如来よりも優れた智慧。
- この②に明らかのように、仏智というのはそもそも凡夫の思議の及ばないものだということで――聖者しょうじやならいざ知らず――凡夫には「解らなくて当たり前」ということです。解ろうとして努力することが自力の修行だと思います。「不可思議の仏智を疑うから自力の念仏をする」というのが「不^了仏智」のご和讃の趣旨です。

感想意見

愛知県 中山春義さん

いろいろと仏の教えを手を取る様に、わかり易く説いて下さり、仏の世界が少しずつ見えてまいりました。ありがとうございます。

以下、私なりに受け止めさせて戴きました。

阿弥陀様＝仏になられる前は法藏菩薩であられた。十劫の大昔に阿弥陀様が成仏なされた。其の時に仏様になられた。修行しても実らないもの、つまり「凡夫」を成仏させてくださるのが阿弥陀さま。

南無阿弥陀仏＝計ることのできない覺られた方に帰命すること。帰命とは、自分この命を顧みることなく信ずること。信するは惚れること。

阿弥陀様は機関車である॥前から引っ張り後から押して下さる。汽車ポッポの
お話は、私も軍隊で文章そのままの経験をして昔を偲び拝読させて戴きました。
正信偈についてわかり易く教えてくだされば有難いことだと思います。

金沢市 竹内八千代さん

智慧と慈悲に育てられ

死んでる私に酸素が入り

ナンマンダ仏と息が出た

平成七年の日記の中から書きました。

東京都 都留崎恵美子さん

六十八才にして初めて「みめぐみの」に出会いました。二十七年前に夫と死別
しましたが、三人の娘に恵まれて四人で生きるために夢中で働き、二十七年の間、

数え切れない問題にぶつかるたびに、ただひたすら、夫に「助けて」と、たのむばかりでした。時々、こんなに何もかもすがっていたんでは、夫も大変だろうなあと、反省するのですが、又、困ったことになると、ついお願ひばかりしてしまいます。いつも自分の力では出来ないことが（私一人で信じているのですが）すごい大きな力で守ってくださっている事がしばしばありました。今では、三人の娘達もいいお母さんになつて私を大切してくれます。この幸せを感謝しています。



みめぐみの 第5部

1998年11月5日 印刷
1998年11月10日 発行

定価 200円

著 者 大谷光道

発 行 みめぐみの刊行委員会

〒600 京都市下京区烏丸通七条上ル常葉町754
-8167 本願寺寺務所内

TEL. 075(351)3555 FAX. 075(351)3120
振替口座 01060-5-56990

印 刷 (株)中外日報社



みめぐみの刊行委員会刊