

## 「道に迷ったら、良寛に帰ろう」

(NHK Eテレ (100分 de 名著 2015/12月) 龍宝寺住職 中野東禅 より抜粋)

1/30/2016

北村社会福祉士事務所

代表 北村弘之

良寛(1758~1831)は、乞食に徹して清貧に生きる自分の姿を民衆にさらけ出すことで、どん底から世の中を照らした。同時に、死ぬ直前まで歌や詩を詠み続け、こころの言語化という精神活動を深めた。その役割は、人々に「人間として生きるための座標軸」を示し、そこに立ち戻らせることにあった。

### ---たくほどは風がもてくる落ち葉かな---

(わずかな煮炊きに必要な燃料は、風に散る落ち葉で足りるのです) 良寛 60歳代

### 「対象喪失」

長年勤めた会社を定年退職した人の多くは、肩書や地位を失ったことに対する喪失感をしばらくは味わうことになります。しかし、時間が経つにつれて喪失感は薄らいでいき、やがてはすべてを取り払った後に残る「本当の自分とは何か」を深く考えるようになっていきます。

このように、人間は誰しも大切なものを失うと、無力感や哀しみを強く感じるようになります。しかし、わたしたち仏教者は、それを越えた先には「喪失によって見えてくる真実」があると考えます。何かを失うことによって、今までは見えなかった何かが見えてくるのです。

### 「戒語」 自分の行動を戒める言葉 (現代語に翻訳)

こころ浅くおもはるるは

- ・子どもをからかって楽しむ
- ・視覚障がい者をバカにする
- ・わざとおだてて、裏で馬鹿にする
- ・使用人に口汚くものをいう人
- ・今度あれをあげると勿体をつける



### 「世俗と付かず離れずの距離に生きる」

私たちは、世俗の世界に生きていますが、この世界は生き甲斐や喜びを与えてくれる一方で、悲しみや苦しみの元となっています。普段意識せずとも、私たちは誰かと自分を比べながら生きています。それは決して悪いわけではありません。上を目指すことや高い地位を望むことは、人間の生きる力にもなっています。

良寛はどうかと言えば、そうした世間のしがらみからは完全に離れています。誰とも比べないし、自分自身をよりどころとして生きている。だからこそ、心穏やかに暮らせているのです。

**「請求書のような念仏はしてはいけない。領収書のような念仏を心がけよ」**

百歳まで生きる方法を教えてください。というのは請求書的な祈りです。一方、それに対し「今が百歳だと思って感謝しなさい」というのは領収書的な祈りです。このような気持ちでお参りしたらどうでしょうか。

**「良寛の死生観」**

老いや病、死、災害から人間は逃げようがありません。だったら、逃げようのない現実から眼をそらさずに、そこに胆を据えて、とにかく今を精一杯大切に生きていくしかない

NHK Eテレ (100分 de 名著 2015/12月) 龍宝寺住職 中野東禅

以上