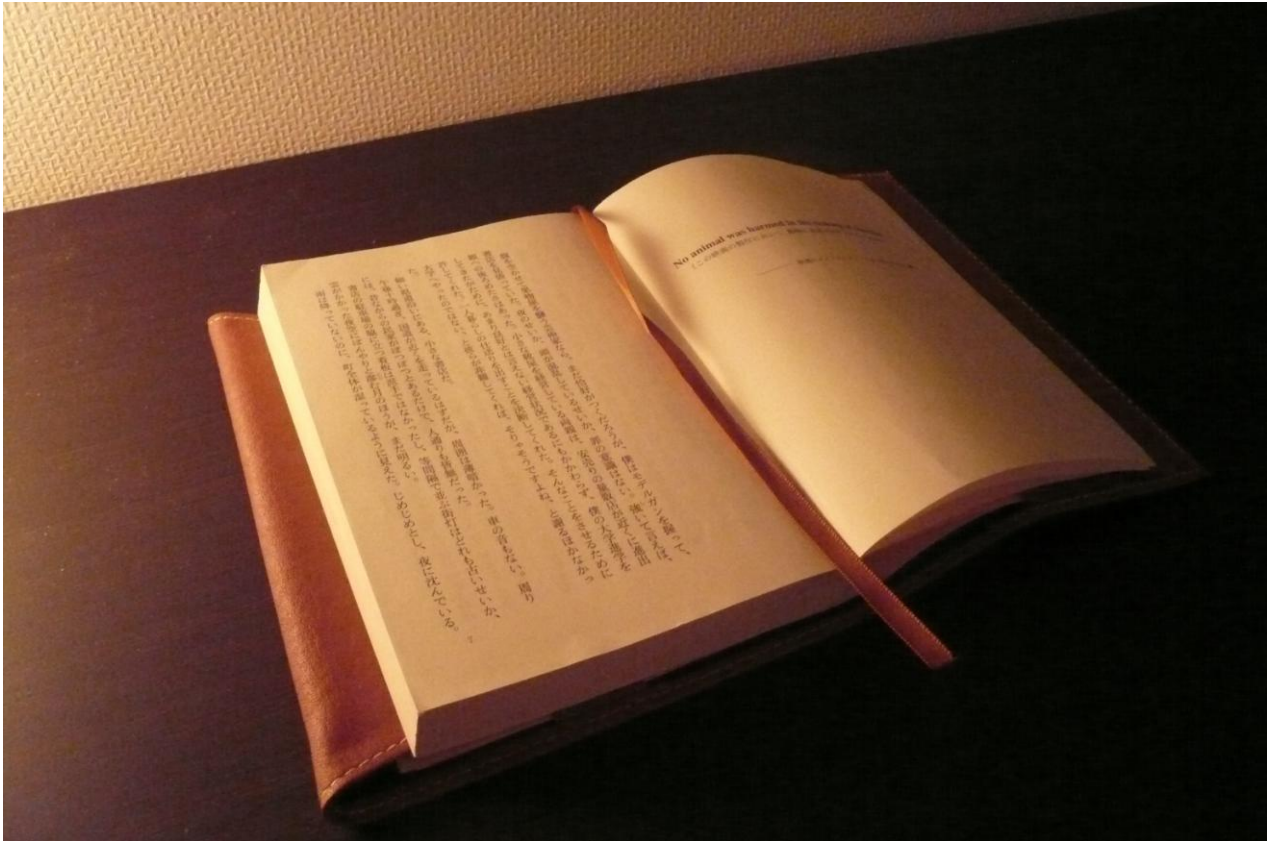


ともしび

2012



十月末から十一月にかけて「読書週間」があるのをご存知でしょうか。「読書の秋」にちなみ、様々な催し物が全国の図書館で行われるそうです。昨今は若者の活字離れが指摘されていますが、私の場合は大人になつてからよく本を読むようになりました。

本は私の想像力を刺激してくれます。例えば、訪れたことのない外国の素晴らしい風景を旅行記から想像してみたり、歴史小説に登場する主人公の姿や声を思い浮かべてみたり。目の前にあるのは文章だけですが、そこからは自分だけの様々な情景や映像を思い浮かべることができるとは思います。

日常生活から少し離れ、本が与えてくれる想像の世界にどっぷり浸る。これも秋の夜長ならではの過ごし方ではないでしょうか。

〈澤城 邦生〉
さわき ほうしょう

「ブツダと私」



賢者は欲樂よくぎやうをすてて、

一物もなく、

心の汚れを去って、

おのれを浄めよ。



今月は、お釈迦さまの言葉を集めた『法句経』ほっくきやうという經典にある言葉をご紹介します。この言葉は、お釈迦さまの教えを聞き、実践しようとする修行者に向けて説かれたものですが、私達がより良く生活していくための指針となるものが多くあります。

まず「欲樂よくぎやう」とは欲し望むこと、欲望のことです。

欲望は、放っておくと際限がなく、私達は次々と執着心を起こしてしまいます。この「執着」が自分をコントロール不能にしてしまうこともあるのです。飽くなき「執着」から離れ、物質的にも精神的にもとらわれることがないようにください。そうすると心の汚れが去って、自分自身を浄めていく生き方ができるのだとお釈迦さまはおっしゃっているのです。

しかし、私達は欲望をすべて捨ててしまうことなどできません。実は、この欲望を捨てるとは「執着」しないということであり、「抑制」することなのです。

「抑制」することなく放っておくと、欲望はますます増大し「執着」も強くなってしまう。「執着」は

私達の心を縛り付け、不自由にします。逆に、「抑制」しコントロールすることができれば「執着」せずに自由になれるのです。ここにより良く生きるための手がかりがあります。

「自由」とはただ好き勝手、思いのままに振る舞うことではありません。「自らに由る」ということなのです。「抑制」された「自ら」をこそ、たよりにすべきなのです。「抑制」は私達を縛り付けるのではなく、「執着」から解放し、たよるべき自分へと導いてくれます。この執着からの解放こそが本当の自由なのです。

たとえば旅行に出かけるとき、これは必要ない、これも使わないと、荷物を必要最低限の物だけに減らします。また滞在先のホテルや旅館の部屋は普段生活している家よりも手狭で自分の趣味の物で飾られているわけではありません。それなのに、私は適度な解放感と充足感、そして居心地の良さを感じるがあります。もちろん旅行中に感じられる心地

良さは非日常から感じられる解放感と大きく関係しているでしょう。しかし、普段縛られている執着から離れることによって、旅そのもの、あるいは歴史や文化、そして人との新たな出会いに対して純粋に感動できるのではないのでしょうか。

お釈迦さまは「心の汚れを去って、おのれを浄めよ」と説かれています。おのれの心を自ら浄めるといふのは仏教の特徴でもあります。自らを抑制し、浄めていくのは自分自身なのです。

私達は何かを成し遂げようとするとき「欲楽をすて、一物もなく」ただ一途にその目的のために力を尽くします。本当の自由を得ることで、一心に努力し精進する力が芽生えるのです。まずは執着からの解放こそが本当の自由であることを知り、そう心に留めることが大切です。

自制を続けると心は徐々に整い、浄らかな自分になります。すると思わす煩わづらうことが少なくなっていく、より良い生活へと繋がっていくのです。

私の

ふるさと



第六回

福島県

飯坂温泉
いざかおんせん

さばこゆ
暖かな湯気が立ち上る鯖湖湯

今月は、福島県を代表する温泉地、飯坂温泉をご紹介します。古くから「いで湯と果物の里」と呼ばれるこの場所には、今でも昔ながらの温泉宿や公衆浴場がいくつも立ち並び、どなたでもゆったりと温泉を楽しむことができます。

その中でも、今回私がご紹介したいのが鯖湖湯です。飯坂温泉を代表するこの浴場の一番の特徴は、何と言ってもそのお湯の温度でしょう。通常より熱い四十五度のお湯は、浸かれば浸かるほど病み付きになってしまう、地元の方はもちろん、遠方からも連日たくさんの方が訪れます。

生まれてから中学校を卒業するまでの十五年間、私はこの街で育ちました。子供の頃から慣れ親しんだ街並みも、今では随分変わってしまいましたが、この熱いお湯だけはいつまでたっても変わることはありません。私にとってこの場所は、たくさんの思い出と温もりにあふれた自慢の温泉街なのです。

なかの
中野 孝海

〒105-8544 東京都 港区 芝 2-5-2 曹洞宗宗務庁内
曹洞宗総合研究センター 教化研修部門 一般教化課程
ともしび法話会

TEL 03-3454-6844 FAX 03-3454-7180

2012(平成24)年 11月1日発行 第369号