

まれる

きる

かされる

—「^{もん}聞・^{もん}問・^{かい}開」という学び—

三歸依文 (和文)

人身受け難し、いますでに受く。仏法聞き難し、いますでに聞く。この身今生において度せずんば、さらにいづれの生においてかこの身を度せん。大衆もろともに、至心に三宝に歸依し奉るべし。

自ら仏に歸依したてまつる。まさに願わくは衆生とともに、大道を体解して、無上意を發さん。

自ら法に歸依したてまつる。まさに願わくは衆生とともに、深く經藏に入りて、智慧海のごとくならん。

自ら僧に歸依したてまつる。まさに願わくは衆生とともに、大衆を統理して、一切無碍ならん。

無上甚深微妙の法は、百千万劫にも遭遇うこと難し。我いま見聞し受持することを得たり。願わくは如来の眞實義を解したてまつらん。

【現代語訳】

人間として生まれることは、とてもむずかしい。私は今ここに、当たり前ではない、人間としての生を受けた。仏（ブツダ）の真実の教えに会い、聞くことはとてもむずかしい。私は今ここに、その真実の教えを聞く機会を得た。

今、この人生において、迷いからめざめることができなければ、たとえ、どれだけ生まれ変わることがあったとしても、迷いの暗闇から解放されることはない。多くの人々とともに、心の底から、仏・法・僧の三宝を信じ、敬い、生活の中心として生きることを誓います。

私は、仏（ブツダ）を信じ、敬い、生活の中心として生きていきます。あらゆる人々とともに、仏の示された迷うことのない、心の底から安心して歩める大道を、私の歩むべき道と定め、人間を成就する大いなる心をおこします。

私は、法（ほう）を信じ、敬い、生活の中心として生きていきます。あらゆる人々とともに、仏の説かれた教えを深く尋ね、海水にたとえられる無限の智慧を求めていきます。

私は、僧（そう）を信じ、敬い、生活の中心として生きていきます。あらゆる人々とともに、仏の教え（道理）によって、自由で平等な人生を、尊く生きる日々を歩みます。

この上なく奥深く、すぐれた真実の教えは、どれほどの長い年月を経ても、めぐりあうことはむずかしい。その教えに私は今、めぐりあうことができた。私はみ仏（ほとけ によらい）の教えの、真実の願いがほんとうにいただけるよう、聞き、問い続けていきます。

三帰依 (パーリ語) ※古代インドから伝わる言語

Buddhaṃ
ブッダṃ

saraṇaṃ
サラṇṃ

gacchāmi
ガッチャーミ

Dhammaṃ
ダンマṃ

saraṇaṃ
サラṇṃ

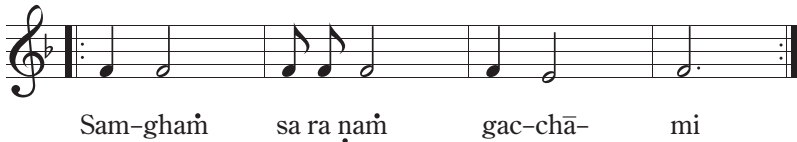
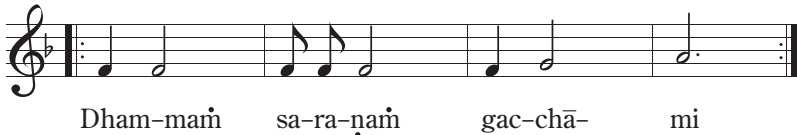
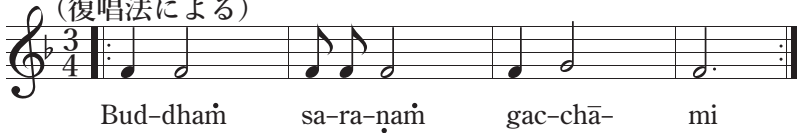
gacchāmi
ガッチャーミ

Saṅghaṃ
サンガṃ

saraṇaṃ
サラṇṃ

gacchāmi
ガッチャーミ

敬虔に
(復唱法による)



【現代語訳】

私はブッダを信じ、敬い、生活の中心として生きていきます。
私はダルマを信じ、敬い、生活の中心として生きていきます。
私はサンガを信じ、敬い、生活の中心として生きていきます。

目次

はじめに	7
願い ～このテキストを使うにあたって～	12
第1部 「生まれる」	15
第1章 生まれる	16
第1節 生まれた意味	18
第2節 生きる喜び	21
第3節 私として生きることが始まる	23
第2章 受け入れる	26
第1節 与えられて始まった	28
第2節 受け入れることは難しい	30
第3節 受け入れることで始まる	32
第3章 聞いていく	34
第1節 話を聞くことの大切さ	36
第2節 話を聞くことは難しい	39
第3節 話を聞くことで始まる	42
第2部 「生きる」	45
第1章 生きる	46
第1節 限りあるいのちを生きる	49
第2節 花びらは散っても花は散らない	52
第3節 ほんとうにしたいことを求めて生きる	55
第2章 問う	58
第1節 夢がかなうとしあわせなのか	60
第2節 不自由は不幸か	63
第3節 あきらめる ～しあわせって何～	66

第3章 共に歩む	69
第1節 いのちを共に生きる	72
第2節 再び生まれる	75
第3節 照らされて生きる	80
第3部 「生かされる」	85
第1章 信じる	86
第1節 見えないものを見る	90
第2節 罪と向き合う	94
第3節 いのちと向き合う	98
第2章 悲しみから開かれる	102
第1節 愛する	105
第2節 認め合う	109
第3節 開かれる	114
第3章 生かされる	118
第1節 出会う	122
第2節 いのちがあなたを生きている	126
第3節 生かされて生きる	131
おわりに	137

はじめに



はじめに

私たちの学校にある「宗教」の授業は、「宗教を学ぶ」時間ではありません。「宗教に学ぶ」時間です。では、いったい何を学ぶのでしょうか。

長年にわたり、真宗大谷派関係学校で人間教育に取り組んだある校長先生は、教育を「付加価値教育」と「本体価値教育」の二つに分けて考えることを大事にされました。「付加価値教育」とは「今の私に付け足す学び」です。「本体価値教育」は、何かを付け足そうとしている「私そのものに関する学び」です。どちらも大事な学びです。

皆さんが学んでこられた歩みを振り返った時、勉強といえはその時々私に付け足すことに重きをおいてきたとするなら、一度この辺で立ち止まりませんか。そして、新しい知識や技術や考え方を付け足す前の「今の私」に目を向けてみましょう。

自分について学ぶということは、家にたとえると基礎工事にあたります。地中深く、目に見えないところにある基礎が不十分では、いくらきれいな建物をその上に建てても、安心して住むことはできません。

また、樹木にたとえると、根っこにあたりません。大きな樹木に育つには、やはり目に見えないところでしっかりと張^はられた根が必要なのです。根がしっかりしていないと、幹も葉も花も果実も、満足に育たないのです。

フランスの哲学者シモーヌ・ヴェイユさんはこう言います。

根をもつこと、それはおそらく人間のもっとも重要な欲求であると同時にもっとも無視されている欲求である。

シモーヌ・ヴェイユ『根をもつこと』(岩波文庫)

問・問・開 1

あなたの人生を一本の樹木にたとえた時、「幹・枝・葉・花・果実」は、それぞれどんなことを意味するのでしょうか。

問・問・開 2

「問・問・開 1」で考えた一本の樹木を支える「根」は、どんなことを意味するのでしょうか。

付け足す学びは重要です。人生に「広がり」や「高まり」を与えてくれます。今までわからなかったことがわかった時の喜び、できなかったことができるようになった時の達成感、さらなる学びに向かう原動力となり得ます。

しかし、「成人=人と成^なる」ということが私の課題となった時、付け足す前の自分について一緒

シモーヌ・ヴェイユ

(1909-1943)

フランスの哲学者。生前は無名だったが、残されたノートが編集・出版されると、宗教・哲学・歴史など多岐^{たき}にわたる深い思索^{しきく}が注目され、高く評価された。



れんによ
蓮如 (1415-1499)
 本願寺第八代。「御文」(手紙)や、「正信偈」・「三帖和讃」のお勤めの普及により、衰退の極みにあった本願寺を再興、発展させた。その語録がまとめられたのが「蓮如上人御一代記聞書」である。



ぜんどう
善導 (613-681)
 中国浄土教の僧。「称名念仏」を中心とする浄土思想を確立。『観無量寿経疏(観経疏)』を著す。浄土真宗では、七高僧の第五祖。

に学ぶことを大切にしたいのです。その学びは、楽しいばかりとは言えません。時には、見たくもなかった自分、認めたくない本性といったものが見えてくるかもしれません。でも、そうすることで、ようやく私の人生に「深まり」と「確かさ」がいただけ、「他の誰でもないこの私」であることを喜んで生きることが始まるのでしょうか。

ただ、ここに一つの大きな問題があります。私たちの眼は外を向いています。そのためか、私たちは自分の外を見るのは得意ですが、自分の内を見ることができません。つまり、隣にいる人のことはよくわかっても、自分のことには意外と気づかないことが多いのです。

本願寺第八代の蓮如という方は次のようにおっしゃっています。

人のわろき事は、能く能くみゆるなり。

わがみのわろき事は、おぼえざるものなり。

『蓮如上人御一代記聞書』(『真宗聖典』p.1064)

他人のよくないところはすぐ気になるのに、自分のダメなところはなかなか気がつかないということです。なにも悪いところだけではありません。自分のいいところも、自分では気づくことができているのかもしれませんが。

自分の姿を確かめるときに鏡が必要なように、内面も含めて私をそのまま映し出し教えてくれる何かが必要になります。中国の善導という方は、それが仏教であるとおっしゃいました。

きょうぎょう たと かがみ
経教はこれを喩うるに鏡のごとし
善導『観無量寿経疏』
かん むりょうじゆきやうしよ

宗教の時間は「宗教に私を学ぶ時間」であると受けとめ、仏教を「私を映し出す鏡」としていただき、「ほんとうの自分に出会う」学びをしていきましょう。

問・問・開 3

なぜ、「ほんとうの自分に出会うこと」が大事なのでしょうか。

【現代語訳】

きょうてん
経典に示されている教えは、私自身を明らかにしてくれる「鏡」のようなものである。



願い

～このテキストを使うにあたって～

本書を用いて学びを進めるにあたって、「聞・^{もん}問・^{かい}開」という過程を大事にしていきます。

最初の「聞」は話を聞くということです。学びは聞くことから始まるのです。ほんとうに大切な教えについて聞き、また、その教えに出会った人の話を聞いていきます。さまざまな人のさまざまな話を聞くことを通して、自分が思い込みや決めつけで生きていたことに、驚きと共に気づいてほしいのです。深く学ぶためには驚きが必要です。

そして、聞き得たことをもとに自分を問うのです。それが次の「問」です。学びの対象はあくまでも自分です。ですから、誤解を恐れずというと、この宗教の時間では「世間の事・他人の事」からは少し距離を置いて、「自分はどんなんだ」という視点を忘れないようにしてください。

最後は「開」です。学んだこと、気づいたことを仲間に向けて開いていきます。そうすることで出会い得た「自分」を仲間と共に確認していくのです。

また、「わからない」ということを大事にしてください。「わからない」という自覚は、「わ

かった」ということよりも、時に大事だからです。ですから、「大丈夫です。私はわかっていますから」と、周囲との間に壁を作って閉じこめるのではなく、もう一度問い直すことから始めませんか。そばにいる仲間を信頼し、自分をオープンにするチャンスを大切にしてください。そうすることで、^{どくぜん}独善と^{こどく}孤独から開放され、お互いをわかり合える、真の仲間が生まれていきます。

古くから伝わる「花開きて ^{ちょうおの}蝶 ^{きた}自ずから来る」という言葉は、そうした「関係の開き方」に対する基本を示しています。

「開」の次は、また「聞」に戻ります。「聞・問・開」という流れの中に、「気づく・考える・出会う」があることを忘れることなく、皆さんと一緒に「宗教に私を学ぶ時間」を共有していきたいと願っています。

聞・問・開 4

「花開きて 蝶自ずから来る」とはどういうことでしょうか。自由に話し合みましょう。

【出典】

「花開きて…」
ぜん禅語。江戸時代の禅僧、
りょうかん良寛の漢詩「はなむしん花無心」の
 言葉に由来するといわれている。

