

常國寺だより

2025 年秋号

テーマ 生まれ変わる

同じ蓮華の上に

衆徒 浅尾博之

今年も、暑い夏がやっと終わりました。東京では、連続猛暑日、猛暑日数ともに更新されたと発表もありました。あまりの暑さの中、煩悩に満ちあふれている私は、「極楽は涼しいのかな」などと不謹慎なことを考えてしまうこともありました。

今年は、暑さだけではありません。山火事、線上降水帯の発生やゲリラ豪雨による洪水など、様々な場所でも多くの災害がありました。その中で被災された方々の生活と心を支えたのがボランティアの方々の活躍でした。その中には、以前ご自身が被災され、その際ボランティアの方に助けられた経験から、自ら進んでボランティアに参加された方も多かったと聞きました。これこそが常國寺だより春

号で触れた人と人、心と心の繋がりの一つと言えます。

さて、秋号のお話に入りますよう。皆さんは、「一蓮托生」(いちれんたくしょう)という言葉について、どのような印象をお持ちですか。悪者同士が捕まりそうになったとき「こうなりや、一蓮托生だ。」などあまりいいことで使われない表現だと思われてはいないでしょうか。実は、一蓮托生とは、死後、極楽浄土で同じ蓮華(れんげ)の上に生まれることを指しています。同じ信心で結ばれている人たちが、来世に極楽浄土で一緒に暮らそうと願うときの言葉なのです。

混沌とした現世で、やむを得ない理由で別れ離れになったとしても来世は極楽浄土に生まれ

変わり、また一緒に暮らそうと願う言葉です。

親鸞聖人は、教行信証の中で、阿弥陀様の慈悲は、広大な海と同じ、その懷で全てのものを受け入れてくださる。と説いています。現世でどんなことがあるうとも、不幸にして別れを迎えたとしても、本願を信じていれば、ともに極楽に生まれ変わることができのです。

今、世の中は不確実で物事が複雑化している時代を迎えています。災害だけではなく、争いや経済、人権問題など様々な困難が待ち受ける時代の中で、人を敬い、互いに助け合い、繋がりを大切に生きていくための心の支えは、阿弥陀様の本願、「南無阿弥陀仏」ではないでしょうか。



『往生要集』の地獄

衆徒妙綾

今号のテーマ「生まれ変わる」といえば迷いの世界をめぐる「六道輪廻（ろくどうりんね）」が思い起こされます。六道は、地獄、餓鬼（がき）、畜生、阿修羅（あしゅら）、人（にん）、天となつています。

そのなかでも様々な昔話や落語、お寺の法話で有名なのは地獄ではないでしょうか。地獄を私たちに分かりやすく説明したのが、七高僧の一人、源信和尚（げんじんかしょう）の『往生要集（おうじょうようしゅう）』です。この書物によれば、地獄を八つに分かれています。

等活（とうかつ） 地獄に落ちた罪人同士が危害を加えあい、苦しんだのち再び蘇る
黒縄（こくじょう） 燃鉄の縄や斧で苦しむ
衆合（しゅうごう） 鉄の山や火の河で苦しむ、美女が樹の上にいると思ひ、登ろうとすると樹が刃になり、登っても会えない
叫喚（きょうかん） 地獄の火に炙られ、窯で煮られて苦しむ
大叫喚 叫喚の十倍重く苦しむ

焦熱（しょうねつ） 地獄の火で焼かれ、串刺しにされて苦しむ

大焦熱 焦熱の十倍重く苦しむ

無間（むけん） 地獄の最下層であり、ありとあらゆる地獄の仕掛けにより苦しみ続ける

『往生要集』の記載を簡素にまとめてみました。これだけでも地獄の恐ろしさが伝わってきます。地獄の風景を絵にした地獄草紙では、かなり生々しい世界が描かれています。

遠い世界に思える地獄ですが、中村元博士の『往生要集をよむ』（講談社学術文庫）によれば、「源信の属していた天台宗の教義によると、地獄は人間を離れてあるものではなくて、人間の一つの側面なのである。地獄の描写のうちに人間の諸相を見出したのも、極めて当然のことであつた。」とされています。

特に『往生要集』が著された平安時代には、庶民の間でこの地獄の概念が広まって

いきました。中村博士は庶民の間で地獄絵図が盛んに流布されたことについて「人間のはかなさ、無常を感じるとともに、人間のあさましさ、罪業に対する反省と呵責（かしゃく）の念が人々の心をとらえたからではなからうか」と考察されています。

「この世の地獄」と思うようなニュースが流れる昨今です。世界各地の紛争に何をすることもできず、憂うだけで行動もできない自分も地獄を作っている1人なのかもしれない。

親鸞聖人は、阿弥陀様のお力により、地獄も含まれる六道輪廻ではなく、極楽浄土に往生することを約束され、迷いに戻ることのない位（不退転の位）に定まると説かれています。「南無阿弥陀仏」の有難さがさらに身に染みます。



大豆から考える変化（へんげ）

衆徒 浅尾理昌

精進料理でよく使われる大豆は、いろいろな食材に変化します。代表的なものは豆腐、油揚げ、納豆、厚揚げ、湯葉。みそ、しょうゆは和食の基本の調味料です。

その歴史は古く四千年以上前から東アジアで栽培され、縄文時代に大豆を栽培されていた遺跡があります。長い年月をかけて日本人の体を作ってきた食材といえます。

日々の食材としてだけではなく節分の豆まきやおせち料理の時にも昔から使われてきました。「畑の肉」と呼ばれるほど、その栄養価は高く、良質なたんぱく源としてだけではなく、その他の機能も含めて完全栄養食として海外から熱い視線が送られています。また、大豆は油や家畜の飼料、インクなどにも使われています。

まさに変化自在の大豆が活躍する精進料理ですが、その料理は仏教におけるむやみな殺生（生きものを殺してはいけない）を禁じる戒めが核となっています。

食事を通してその教えを学ぶ料理が、精進料理です。肉や魚にも命があります。しかし、野菜や果物にも、もちろん大豆にも命があります。肉や魚だけ避けるのは精進料理の教義ではありません。野菜や果物であつても口にするからには大切にすることを心がけ、私たちの健康につながり、心にゆとりが生まれます。

精進料理教室では、生徒さんから「ゆつくりと作り、そのご飯をいただくことで、気持ちが落ち着きます。」と感想をいただきます。料理は心にも変化をもたらします。

辞書を紐解くと「変化」にいくつかの意味があることがわかります。

【変化（へんか）】 変わること。或る状態から他の状態に変化すること

【変化（へんげ）】 形が変わって違ったものがあらわれる。神や仏が仮に人の姿となって現れるもの

精進料理を作る心得の本、『典座教訓』には、どんな食材ともしっかり向き合うことで、余すことなく使い切ること大切さが書かれています。食材が仏に変化し、その命を十分に活かす解釈を、曹洞宗八屋山普門寺住職の吉村昇洋尊師が『精進料理考』の中で書かれています。

季節が変わる毎に食材も変わります。お店で並ぶ野菜を見て、季節に合った料理を作りたい、食べたいと心は動きます。そんな時に、無駄をしないようにできる限り使うことを心がけることが大切です。食材の命を大切にすることは、様々な変化を通して、自分の命を大切にすることにつながるのではないのでしょうか。

