

## 信心と「いのち」

藤田徹文 光徳寺前住職

元NHKチーフディレクター  
聞き手 金光寿郎

### 法からの働きかけ

金光：今日は、「信心」ということについて、おつかがいしたいと思います。ふつうは「信心」と言いますと、自分がいて、その自分が何かを信じるということ、あの教えを信じている、あの人を信じている、という意味で使われているように見えます。ところが仏教の場合は、その対象になる何かを信じる、というのはちよつと違つところで、「信心」という言葉が使われているようです。藤田先生は、この「信心」についてどのようにお考えでしょうか。

藤田：お釈迦さまは、人間が生きていく拠り所である「法」をお説きになりました。法とは、生きている法則です。すべての「いのち」がつながることによって、すべての「いのち」を生かす法則がある、それが法、あるいは御法です。仏教では、その法に遇つということが一番の問題なのです。

本来ならば、お釈迦さまのように、何もかも投げ捨てて求めなければいけないのでしょうか。けれども、そんなことができる人は、よほど条件に恵まれた人だけです。そんな私たちに、法のほうから働きかけがあるのだと教えてくださったのが親鸞聖人です。そして聖人はそれを大行と言われました。私たちのやる行に対して、大きな行だというわけです。この働きかけに出会い、それを受けとめる。その働きかけは常に名前となり、形となって、私に働きかけてくださっている、その名前を「南無阿弥陀仏」といふのです。

南無阿弥陀仏は祈りでもなければ、呪文でも

なく、何かお願いすることでもありません。「ここに私がいる」となりのりでてくださいったことばなのです。その名のりの言葉を聞いて、確かな法に出遇う、法に疑いがとれたのが「信」だと、親鸞聖人は教えてくださったのです。私もそういつふうを受けとめてよろこんでいるわけです。金光：しかし、法というのは目に見えないし、つかまえることもできません。たとえばどこか目的地へ行くため飛行機の乗るとすれば、切符さえあれば必ず乗せてもらえるという保証みたいなものがあると思いますが、これが法の場合は、どうも捉えどころがないように思えるのですが……。

藤田：私はよく、話を聞きに来てくださった人たちに訊ねます、あなた方はどうしてそこに座っているのですか、と。すると誰もが、それは自分で座ろうと思つて座っているからだとおっしゃいます。しかし本当にそうでしょうか。自分で座っているのではなく、引力の法則が働いているから、座つていられるのではないですか。法則の上でいいますと、気づこうと気づくまいと、あなたを地球から離さぬようしっかりとつかまえている力があるんですね。その引力の法則と同じで、すべての人が気づこうと気づくまいと、色もなく形もないけれども、すべての「いのち」を支えている世界があるのだといふ。これを「いのち」の法則という形でお釈迦さまが見つけてくださった。この法則を名づけて「他力」と、中国の曇鸞大師は名づけてくださったわけですね。

### すべてはつながっている

藤田：他力といふのを縁起の立場から言えば、私を生かしてくださるものということなのです。何でも自分の都合で考える人は、自分に直接損得関係のないものに対して、「私には関係ない」

とよく言います。けれども、他と関係なしに自分の存在が成り立つものでしょうか。自分の都合だけですべてを考えるから、他力という他人の力を当てにすること、それにしがみつくとといった理解になってしまっわけですね。

金光：人任せみたいにとらえている解釈が多いようですね。

藤田：他力というのは、縁起というものの見方にたつて説かれていいるのです。縁起とはつながっていないものは何も無いということですから私という存在も他があつての私ですからね。

金光：他の人がいなければ「私が」ということも言えないわけですね。

藤田：その通りです。ところが、他がなくても自分だけで生きていけると思い違いをしている人がいて、とことん孤立してしまうと今度は逆に、自分は独りぼっちだと思ひ込んでしまつて、時に恐ろしい事件を起こしたりするわけです。

人は縁起の法則を知らなくても生きていけません。たとえば引力というものを理解していなくても何も困らない。同様に、縁起の法を知らなくても生きていけますけれども、知らないがために人生が結局どこかで行き詰つてしまつたり、やる気がなくなつたりしてしまつことがある。だから、いつも私を支えてくださるものがあつて、私はどんな時でも一人じゃないんだ、たとえ人間関係がこじれたつて、私の「いのち」を支えてくださるものがあるということを知つていたら、心強いものです。

私の「いのち」を支えてくださる、色もなく形もない、そういうもの（法）に出遇うこと、その法の呼びかけが聞こえたということ、「信」というわけです。だから信心の「心」は人間のころころではなく、私のことを支えてくださる仏

さまのころころと言つてもいいし、そういう大なる「いのち」のころころと言つてもいいのではないかと思つたのです。

金光：お話を伺つていますと、自分は一人で生きているんだと思う人は、現実に自分が一人だけで生きているという誤解の上に成り立つている、見えている視野が非常に狭い中で、こうだという思い込みの上で生きているような気がしますね。

藤田：それはもう、人間は昔からそういう自分というものにとらわれて、我にとらわれて自分の世界をこしらえている。これを我執と言いますが、その世界がすべてで、せつかく広いところを生んでもらい出てきても、結局は自分の世界をこしらえて戸締まりしてしまつて、都合の悪いときは人を排斥し、それでいて時々隙間から覗いたりして利用できるものがあつたら引っ張り込んで利用してやろうというぐらいの、そんな生き方になつていけるのじゃないでしょうか。自分の世界を開きつぱなしというのも恐ろしいかもしれませんが、すべてつながり、生かしてくださるものがある中で、できるだけ自分を開いて、できるだけ大きな「いのち」の世界で、自分にやれることをやつて生きさせてもらつたらいいのです。それが確かなものに出遇つたという「信心」の、もの見方だろうと思つたのです。

振り所にしっかり足を据えて

金光：人間には、いろいろとああしいこうしたいと思つた出来事や、逆に思つたようにならない出来事というのが、生きていける以上、たとえ広い世界に気がついている人にも、そうでない人にも、同じように訪れてくるのだと思ひますが、やはり広い「いのち」に目が開いていますと、思つたようにならない困つたことがあつても、そ

れに対する身の処し方が変わってくるでしょうね。

藤田：どれほど広い世界に通じていたとしても、災難に遭う時には遭います。そんな時に、それを自分一人の力で乗り越えようと思ってしまったら、どうしても乗り越えられなくなってしまう。人生行き詰ってしまったり、やけを起こして自爆自棄になったりするわけです。

つらいこともあります。苦しいこともあります。「そもそも人生というものは苦である」とお釈迦さまは言い切られたわけです。このような娑婆世界（堪忍の土）で堪え忍んでいかなければならない。いろいろなことがあるけれども、いつも大きな力に支えられて生きているのです。苦しいけれども、確かなものに支えられて生きていく中で、いろいろなことに気づかせてもらったり、あるいは出遇わせてもらったりで、やはり辛かったけれども、生きていてありがたいなあと思えたら、それでいいのではないのでしょうか。それを自分一人で生きていますと、行き詰ったらそれでおしまい、ということになります。そういう人が多いですね。

金光：大きな力というものを感じていないとやけくそになつて暴れたり、自分や他の人を傷つけたり殺してしまったりということが出てくるわけですね。

藤田：そうですね。まあそこまでいかににしても、なんとなく投げやりになつて、真面目にやるだけ損だとか、努力したって何も実らないから人生を半分投げたような生き方になつてしまつたわけです。

金光：そうしますと、自分が生かされている世界、その大きな「いのち」の働きといいますか、それに気づくと、自分自身の「いのち」にも弾力性が出てくるといいますか、すぐにポキッと折れるのではなく、竹が風に吹かれて

しなるように、少々の逆風がきても、なんとかふんばりどころの足場を持てるのでしょうかね。

藤田：上が多少揺れたつて、大地に根をはった下がちゃんとしていればよいのです。お釈迦さまがおっしゃられたのは、何が起るかかわらないこの世の中は無常の世であり、なにが起るかかわらないこの身は無常の身であるということ。何かあるたびに、どうなるものかわからないものにしがみついて安心しようとするものですが、なかなか思うようにしがみつかせてはくれません。いつでも自分の期待に最後まで添つてくれないから、やけお起こすようなことになるわけですね。

だからせめて拠り所とするものにだけは、しっかりと足を据えていたい。どこまでいっても危ないものは危ないのです。やっぱり身は揺れるし、世の中も揺れるし、あてたよりにしている人も、ものも揺れるのです。ですからどの人も同じように、人生には山も谷もあるのです。それをどう越えていくのか、そんな人を何が支えてくださるのかというのが、人生にとっては一番大事な問題なのです。

### 気づくこと・目覚めること

金光：こうしてお話を伺いますと、自分にはまだしっかりと足場がないみたいだけれども、なんとかその「いのち」に出遇いたい、という気持ちが出てくると思うのですが、なんとかできるものなのでしょうか。

藤田：私が見ついでいたところで、しがみつく私のほうの力がそのうちになくなってしまつてしまう。ですから宗教というのはこちらがしがみつく話ではなく、支えてくださっているものに目覚めるというはなしなのです。子どもは親にしがみついて育ててもらったのじゃないです。親が抱きかかえて育てたのです。

そういう私を支えてくださるものの中で生かされて生きているのです。何か危なっかしいものにしがみついて生きるのではなしに、危なっかしい世の中で、いただいたこの身の両手両足そして全身を使って、自分なりに精一杯生きる。何かしがみつこうという考え方について、お釈迦さまは「他人を抛り所にしてはいけない」と言われています。いわんや、よくわからないものを拜んでありがたいと思って、そこで安心しようと思っても、なかなか続かないでしょう。何かあったとたん「だまされた」とか、「裏切られた」とか、「神も仏もあるものか」となってしまうのじゃないかと思えます。

金光：あちらがだめならこちらで、ということになるわけですね。

藤田：信心のことを浄土真宗では、「一心」と言います。信心は一つの心であり、二心ではない、と親鸞聖人は言われたのです。

金光：二心とはいわゆる「ふたころ」ですね。

藤田：二心でなく一心だというのを読んで、私は最初、そんなこと言われなくても、一心は二心ではないことぐらい誰でも分かっている、と思ったものです。ところが二心というのは何かというと、我が身というものを省みることにしに、どちらを拜んでおいたほうが得か、どちらを信じているほうが楽かという自分なりの計算、つまり損得勘定のことです。たとえば買い物に行くのに、どの店に買いに行ったら安いとかいうようなことです。

一心というのは、自分というものに気づかせてもらい、私が生きていく場合は、こんな危なっかしい私をしつかり支えてくださる仏さまの世界しかないんだと決まることです。それが信心の世界です。どっちの店がいいかではないので

す。自分の身というものを本当に知らせてもらった時に、つかまっているだけの力も最後に残っておらず抜け落ちていく、そういう私であっても生きているというのは、つかまえてくださっている何かがある、その支えてくださっているものに気づくということが、信なのです。だから信心とはそういう確かなものに目覚めることだともいえます。

金光：仏教には、八正道という教えがありませんね。以前、スリランカのお坊さんから聞いたところでは、八正道のうちの「正念」というのは、ただ単に思うということではなくて、気づきという意味だということです。正念というのは、元々の意味では、正しい気づきである、と。そういわれると今のお話とぴったり合うように思えます。やはり自分で信ずるなどという自分があるのではなくて、自分が空っぽになると、ああそだったという気づきが生まれてくる、そこが大事なところなのでしょうね。

藤田：仏教は、拝みなさいとか祈りなさいなどと云っているわけではないのです。気づきなさい、目覚めなさいと言っているのです。念仏を申すことによって、わが「いのち」を支えている大きな「いのち」の世界に気づきなさい、仏さまに向かうことによって、私のことを支えてくださっているおおきな「いのち」に目覚めなさい、ということです。

それがいつの間にかやら、祈りの教えにしたり、何か一生懸命に拜んでいたから利益があるって話になると、これは迷信だと私は思うのですよ。

金光：そこまでいきますとそうですね。

藤田：せっかく浄土真宗のご縁をいただいているので、よく話を聞かずにただ朝晩仏壇を拜んでいるだけだという人もいます。どういう気持ちで拜んでいるのか訊ねてみると、「まあ子ども時から拜んでおったから、一日お参りせん

落ちつかんし気持ちが悪い」と言う。これではまるで中毒症状です。またある人は、「毎朝、家族が無事でありますように」と拝むわけですね。それなのに息子さんが事故でも起こすと、「うちの阿弥陀さんは頼みがいが無い」と言う。これではまったく話が違う。阿弥陀さまとお参りしている人の心が行き違っってしまうているのですね。

宗教とはこういうものではありません。何が起るかわからない今日一日だけでも、「私がしっかりあなたを支えているから、元気で一日大事に生きよ」といって阿弥陀さまはこちらを向いて立っていてくださるのです。私を拜んでおけば事故に遭わせないよなんて話ではないんです。そのへんが逆になってしまっているのです。

### 自分の「悪」に気づく

金光：宗教では、信じていれば立派な人間になりますと教えてくれているわけですが、その宗教的な気づき、あるいは目覚めという場合に、どうも気づく自分というのは、ろくでもない自分であったと気づく場合が多いような気がするのですが、それでもよろしいのでしょうか。

藤田：それが本当なのだと思います。自分は立派だなんてうぬぼれる私たちですが、教えを聞くどころもそうではないということがだんだん分かってくる。こういう自分に気づかないと困った人間になります。少なくとも何に気づくのかといったら、自分というのは善いことをしてきたつもりでも、まったく善いことなどしてきていないな、ということに気づくのです。『観無量寿経』に『一生造悪』という言葉があります。『正信偈』にも道綽禪師の教えをよるこばれるところに出てきますが、一生涯悪いことばかりしていた。私はこれに当初は抵抗があったのですが、今になってみたら、

自分は自分一人の力で生きていると思いながら、知らぬ間に人を悲しませたり、苦しめたり、泣かせたりしてきた。周りの人を悲しませ、苦しめるような行為が悪です。自分は自分一人の力で生きていると思っている人は、人生が順調にいったり、うまくいった時には、知らぬ間に私には力があると上にあがってしまいます。上にあがっているということは、他の人を下に見て踏んづけているのです。そういう形で周りの人を傷つけています。反対に人生が思うようにいかなくなると、あれが悪い、誰が悪いといって、責任を他の人のせいにしてなすりつけていくわけです。

金光：あの人がかう言ったからとか、あいつさえいなきゃとか、つい思いますものね。

藤田：ですからそうなってくると、人生いい時も悪い時も、結局は周りの人を困らせるしかないような生き方をしてきた私であつたと気づく。でも、そんな私をものごく心配して支えてくださっていた方がいる。その方のお心を昔は親心と言いました。親の大きなお慈悲が常に私のこの身にどいているのだと。

ですから、気づいたから偉いのではなくて、気づくことで、ああそうだったなあ、また人を困らせるようなことをしたなあ、人を悲しませるようなことをしたなあという自身に思い至るわけです。もし、気づくことがなかったら、改めようもないわけです。多くの人はそんな自身に気づいていないくて、他の人を下に見たり、悪者にするのが当然だと思っているから、世の中は変わりようがないわけです。

金光：ただその場合に、自分の過去を反省して、自分という人間はあの人になんて悪いことをしてしまったのかと思うと、落ち込んでしまえばかりではないかという気もします。自分が悪かった悪かったと思いつめていくと、よけいに落ち込んで元気がでないじゃないかというような受けとめ方

もあると思うのですが、どうでしょうか。

藤田：善導大師は、この世の私の姿が見えたらこの世に生まれてくる前の私の姿まで見えてくると言われていきます。今の自身のあり方を「自身は現にこれ罪悪生死の凡夫」といい、こんな私の過去は「曠劫よりこのかたつねに（罪悪）没し、つねに（生死）流転して」きましたと言われました。すなわち、私の今のあり方は非常に根の深いものを持つている、そういう私に今、気づく。気づいて、ああそうだった、善いことをしているつもりでいたけれど、これからはこういう点を気をつけたいかなといけないなあ、と。やはりもっと自分を高めていかなければいけないと思うわけです。

金光：そこまでいけば、この自分は今生かされていて、こういう状況にあるということはありません。たいなあ、というところへの一種の転換が起ってくるのでしょうか。

藤田：ただ単に反省したといつのと違います。知らされたということは、知らせてくださるものに支えられているわけですから、片面から言えば、放っておいたらどうしようもなく落ちていくしかない、そんな私を支えてもらっているということに気づくわけです。よく船に譬えて、荷物の中には石みたいに重くて沈むしかない性質のものがあ、そんなものでも船の上では沈まずに支えられている。私たちもそうやって支えられて生きています。私たちもそうやって支えられて生きています。沈む性質ではない私でも、何か生かせる場所があったら生かしていきたいし、お役に立つことがあるなら役立てて欲しいということ。ですから、いいことができる時も支えてくださるお方があるおかげであって、私の力じやない。つまらないことをしている時も支えてくださる人があって、なんとか生かされているのです。

## 助かるとは生死出離

金光：そうしますと、よく「お助けにあずかる」といった言葉を聞きますが、この助かるといのは、たとえばお金に苦労していたらポンとお金をもらったというような助かり方とは違うわけですね。

藤田：助かるといのは、本当の意味で、私の「いのち」を生きられるようになるということです。仏教の言葉でいうと生死出離という言い方をします。

金光：文字通り、生死にの世界を離れ出るといことですね。

藤田：生死は、生死流転とか、生死輪廻などと言われます。流転は流されて転ぶこと。輪廻は「マのように同じところを回って、周り終えて倒れること。私の人生はどうなっているのか」という口では偉そうなことを言っているわりには、世の中に流され、周りの人の言葉に流され、自分の持っている物に執着して流され、また自分の我がままな言葉に流されて転んでいる日暮らしです。それでも転びながら前へ行けばいいのですが、時が移り場は変わっても、同じような所でぐるぐる回っているのだというようば人生です。だからそういう「いのち」のあり方から出て離れ、一歩でも二歩でも前を向いてこの人生を歩んでゆく。それが助かるといことですね。

いきなり生死出離なんていうと難しいのですけれど、仏教で助かるといのはそういう意味なのです。自分では気づかないけれども、流されては転び、同じようなことばかり繰り返している人生が、ああこれは違ったなあと感じて、如來さまに支えられて一歩一歩前を向いて行く。前というのは、仏教でいえば浄土ということになります。

浄土とは、それぞれがそれぞれの「いのち」を輝かせて生きている世界です。『阿弥陀経』で言えば、青い色が黄色と比べて損だとか得だとか、赤と比べて勝った負けたとか、白に生まれたらよか

ったのにか、そういう話ではないのです。それぞれがかげがえのない自分の「いのち」を生きていく、人生を実現していく中で、助かるということがあるのです。ということは、お金がなくて困っている人が宝くじに当たって助かったというのとはまったく違います。だから人生にとって本当の意味で困った状態というのは、流転し輪廻している状態であつて、そこを出る・離れるというのが仏教でいう助かるということ、救われるということになるわけです。

金光：助かると聞きますと、どこか安らかな場所ので腰掛けてじつと休んでいられるような気がしますが、そういう一段高い所に行けるといふ話は違うわけですね。

藤田：全然違いますね。

## 二の矢を受けないために

金光：仏教では、すべてのものは移り変わる、諸行無常だといえます。助かるというのは決して移り変わらぬ世界へ行けるといふ話ではないとは思つのですが、ではこの身体を持ったままで、この移り変わりの世界の中にいるままで、その助かる世界に通じるわけでしょうか。

藤田：仏さまのお慈悲をいただいたからといって、世界がそれまでと変わってしまうわけではないのです。人それぞれの人生があるだけで、同じ場にいれば地震に遭う時は同じように遭います。事故に遭う時も同じように遭います。けれどもお釈迦さまは、一番目の矢はみな同じように受けても、第二の矢は受けずに済むことができるかと教えて下さいました。最初の矢を受け、精神的ショックを受けて、それぞれ潰れていくのが第二の矢です。その問題だと思つたのです。

誰での同じように、台風にも遭うし、事故にも遭うし、地震にも遭う。それで精神的ショックを受けて、立ち直れなくなってしまう人も相当いま

す。人生そのものがおかしくなってしまうて、自分ではどうしていいかわからなくなってしまう。でも、誰の人生にもこういう思いがけないことに遭うこともあると、お釈迦さまはお示しくくださったのです。しかし私にはどのような状況の中に身を置かれても支えてくださっている方がいるのだから、そのようなつらい状況の中からもう一度、人生のそのそとでもやってみようという元気が出てくるのです。前の生活に戻れるかどうかかわからないけれども、いただいた「いのち」を支えてくださる方の大きな力に支えられて、やれるだけのことはやって、この人生を歩ませてもらうおうということになるのです。

金光：つまり同じ困るにしても、条件を変えますと、ただ困った困っただけじゃなくて、支えられた「いのち」の上でもう一つの困り方ができるということになりましょうか。土台はしっかりしたところで困る、あるいは、言い方はおかしいかもしれませんが、平気で困るとてもいうような感じなのかもしれません。

藤田：良寛さんは「災難に逢う時節には災難に逢うがよく候。死ぬ時節には死ぬがよく候」と知人への手紙の中で書いています。まあ私たちはさすがにそこまでは言えませんが、災難に遭いたくはないけれども、遭わなければならないのがこの世です。死にたくはないけれども死ななければならないのがこの身です。その時に、本当に自分一人で事を処すだけのものを持っているかといつたら、ないですよ。その場にいたっては何か当てるものはないかと探し回るようになる。すぐには見つかりません。

だからこそ、普段からお話を聞かしていただき、み教えに遇っておかなければならないのです。人生というのは、いざそうなった時にはそれこそそろたえ回るだけで、自分の人生であっても、自分で始末がつかなくなってしまうものなのです。誰

でも同じように災難にも遭つし、いろんな出来事にも腹を立てるし、いろいろあるけれども、問題はその後の第二の矢ですね。

金光：冒頭でお話いただいた「法に遇う」というのも、姿形はみえないけれども、そういう「いのち」の働きに生かされているということかと思えます。その世界が仏さまの世界ということになりましょうか。

藤田：仏教の場合にはいろいろな表現があつて、法と言つたり、その働きを他力と言つたり、また本願力と言つたり、親鸞聖人は自然という言葉でいわれました。

金光：仏教では自然と書いて「しぜん」とは別の意味で使います。

藤田：また、それはすべての「いのち」を摂取して捨てることがない働きだから阿弥陀仏と言うということ、親鸞上人は「摂取して捨てたまわらず。ゆえに阿弥陀仏と名づけたてまつる」と教えてくださいました。どれも同じことを言つてくださっているのです。一つのことをいろいろな言葉でいうものですから、仏教をちょっと聞きかじつた人は混乱するのだと思います。何度も繰り返し繰り返し聞いてもらつ中で、あの言葉はこのことを言つてくださったお言葉だったんだなあと聞かえてくるのです。そのようにならないといけないのです。言葉というのは、説く側でもなるべく多くの言葉を使ってなんとかそれを受けとめて欲しいと思つて努力するわけです。

### どこまでも無上道

藤田：初めて聞くと、あまりにいろいろな言葉がでてくるもので、それは一緒のことか違うものかと思うかもしれません。蓮如上人は「一つことをはつことはつこととして聞け」とおっしゃっています。これはスポーツ選手でも、はつことはつこととして同じことを繰り返し練習するから一流

になれるのです。人生も一緒だと思つのです。

お釈迦さまは、仏教は無上道だと説かれていますが。上がない道です。人生も無上道ですよ。八十八歳まで生きたからもう人生のすべてがわかつたというわけではないでしょう。スポーツも、芸事も無上道です。道を極めて引退する人などはいません。体力が続かないから引退するわけです。芸事も本当に極めることなどできないと思います。

金光：そうすると人間にとっては定年はないわけですね。人間の「いのち」は常に上がない道である。

藤田：上が無いからいつでも途上です。寿命が尽きて終わつていなくなり、体力が尽きてやめるなりしかないのです。人間国宝といわれる人でも、傍から見たらあの人はもうすることがないだろうと思つても、本人はまだ修業の最中だということ。それが本当だろうと思つのです。

金光：それだけ味わいの深いものがある。目を開いているいろいろなものを見たり話を聞いたりしていると、人間の「いのち」の世界は本当に果てがありませんということでしょうか。

藤田：そうなんでしょうね。

金光：どうもありがとうございました。

この対談はNHKラジオ「宗教の時間」で放送されたものです。