

## お念仏とボディワーク

副住職の秋田光軌です。今年も大晦日が近づいてまいりましたが、どのような一年でしたでしょうか。嬉しいことも悲しいことも、すべて仏さまのもとで併せ呑みながら、次の一年に向けて共に歩みを進めていきたいと念じています。

さて、今回はある講座での体験から、お話させていただきたいと思います。先日、オーストラリア発祥のあるボディワークの直後に、全員でお念仏を称える機会に恵まれました。独得の仕方では身体を動かしていると、次第に宙に浮いているような感覚が生まれてきます。私の場合、1時間程のワークの後は、力が抜けて立ち上がれない状態になってしまうのですが、そんな朦朧とした余韻のなかで念仏を称えはじめると、きびしい仏道修行中に得た「宗教体験」と良く似た感覚に襲われました。場が完全に一体となり、私と他人との区別がなくなってしまった感じとでも言えるでしょうか。ここ最近は忘れかけていたその感覚が、オセアニア生まれのボディワークを経由することで何故かよみがえったのです。つまり、日本の仏教徒である私にとっての宗教体験は、全く異なる文化のボディワークを通じても成立するということです。

このように書くと、「阿弥陀仏への信心はどうした」と思われる方がいらっしゃるかもしれませんが、そうではありません。もともと、世界宗教と呼ばれるものの全ては、人間の身体や心に対する深い洞察から編み出された技法(art)と見ることができます。仏教の場合、その技法が、たとえば念仏であり、座禅や瞑想であったりするわけですが、そこに「仏教と関係のないボディワーク」と相通じるところがあったとしても、何らおかしくはありません。この明白な事実、信心の有無とは別の次元の問題なのです。この事実を認めたくて、それでもなお私たちは、阿弥陀さまに対する信心を「選択」することができるということです。

現代に生きる私たちは、世界に対する広い視座と、自らに対する深いまなざしを兼ね備える必要があります。「私たちをお救いくださる阿弥陀仏こそが絶対である」という考え方のみに拘泥されては、あちこちで殺戮の火種になっている宗教原理主義を止めることはできないでしょう。阿弥陀仏が誰にとっても絶対でないことを知りながら、阿弥陀仏に対して真摯にお念仏を称えることができる。それが私たち人間の持つべき強さではないでしょうか。南無阿弥陀仏。



——普段は、どんな毎日を過ごしていますか。

みどり「毎朝、先代が境内や外周りを掃除していました。それを引き継いで、今は住職と私、幼稚園の運転手さんと一緒に掃除しています。お寺でもまず中のお掃除、法事やその準備にあたり、幼稚園では先生方の労務や会計を担当しています。お寺の来客も多いので行ったり来たりしていますね。仕事が終わって、愛猫のみちゃんと遊ぶのが一番のたのしみです。」

——結婚してお寺に来て、はじめはどんな印象を持ちましたか。

みどり「お嫁に来て、コテコテの大阪に驚きつつ、だんだんお寺の仕事に馴染んでいきました。慣れるまで大変でしたけど。漠然とした憧れもありましたが、疑問や理解できないことも多々ありました。だ

んだん仏教の本などを読むようになり、心理学やカウンセリングも勉強して、いろいろなことが全部仏教に行き着くんだという気づきは大きかったです。」

——檀家さんとのお付き合いには、どんなことを心がけていますか。

みどり「檀家さんあってのお寺なので、電話対応からご法事、お葬式も、できるだけいいいとお話したいと思っています。住職はせっかちですから(笑)。ご法事が終わって、檀家さんが「よい法事ができました」と言ってくださるとうれいす。お寺離れと言われますが、比較的若い世代の方でもきちんとお参りされる方は、どこか違う。代々続くお付き合いって、すてきだなと思います。」

——住職はどんな人ですか。

みどり「お寺でも幼稚園でも、食卓でもずっとパソコンを叩いています(笑)。あれ、いないなと思ったら、映画館に通っています(笑)。」

——最後に、これまでを振り返った現在の心境を教えてください。

みどり「昔から、家の近くにお寺があったわけでもないし、お坊さんが周りにいたわけでもありません。幼稚園はカトリック系で、日曜の礼拝に教会まで通っていました。それがなぜかお寺に嫁ぐことになったのは、本当に仏縁でしかありません。ご縁に導かれ、お寺に住まわせていただくことに感謝しています。これからも励んでいきますので、よろしく願っています。」

お寺のひとびと  
談話室  
第1回  
大蓮寺で日々を営む人から、お檀家さんのこと、お寺のこと、聞きました。

## 仏縁に導かれ、みなに助けられ。

### 秋田みどり

第1回は、お寺の寺庭婦人、みどりさんの登場です。みどりさんは北海道生まれ、東京・練馬育ち、東京で若き住職と出会いました。在家からお寺に嫁いで32年、すっかり寺庭婦人となりましたが、どんな心境でしょうか。ふりかえっていただきました。(文責／編集部)。



basic information

# 仏女、法事の意味を知る



年回法要、いわゆるご法事は、亡くなった人の追善回向を目的にしています。回向とは『回し向ける』ことで、法要の中で読んだお経や念仏の功德を亡き人に差し向けることです。それによって、亡き人も残った人もともに阿弥陀さまの光明の中にお守りいただく、お導きいただくことになるのです。50回忌を迎えた故人になると、面影や姿は知る由もなく、名前を聞いたことがあるだけでしょう。ですが、その方がいらしたお蔭でいまの自分があるのだ、という先祖を敬う気持ちによって家が代々つながっていく。社会では、ともに生きている人同士の「よこの関係」ばかりが強調されますが、すでにこの世にいないご先祖さまを想う「たての関係」もまた、人間にとって重要ではないでしょうか。