

サトリの
ココロ

多くの人が孤立感、生きにくさを感じる今、
仏教に興味を持つ人が増えています。
僧侶に聞く、弱い自分と向き合う方法——

日蓮宗妙常寺住職
本良敬典さん

第103回

私は現在37歳。お寺に生まれ育ちましたが、「お坊さんになってね」と言われたことはありません。高校生くらいの頃は特にやりたいこともなく、モノも食べ物もあまり豊かに育った世代で不満も少なく、「これをしたい」「こうなりたい」という思いがありませんでした。将来を考えたときに思ったのは、何かになるということは誰かを蹴落とさなければいけないのだ、ということ。受験でも就職でも競争相手がいますからね。でも、私には誰かを蹴落としてまでなりたいものはない。それなら誰か一人く

らいは人のために生きる人がいてほしいだろう……そんな発想からお坊さんになりました。

「人には仏様の種がある」
ことを世界放浪の旅で体感

24歳で住職になりましたが、経験が少ないから中身が空っぽ。仏教のことを話すときも「絶対に大丈夫です、仏様がいますから」と自信を持つては言えませんでした。私には仏様は見えないし、神様と会ったことがないし、ご先祖様と話したこともありませんから。だからたくさん経験を積んで見聞を深めたいと思い、世界25か国以上を巡る放浪の旅に出ました。

南極に行く道中、船でドレーク海峡を渡りました。そこは昔、「暴風圏」と呼ばれていた大荒れする海域。当然、船も大きく揺れました。でも、どんなに激しく揺れている船にも、常に物理的な中心は存在します。揺れるたびに移動はしますが、バランスを取るための中心は絶対になくなりません。

そのとき私は身をもって知りました。「人には絶対に救われる仏様の種がある」という感覚と同じ

だ」と。ただ、船が揺れると中心が移動するように、仏様の種も心が揺れると移動します。だからよく見失います。でも、どこにあり、どうすれば見つけられるかわからないけれど、100%そこにあることはわかる。これが私の宗教観のベース。お坊さんとして人を信じるときの根っこになっています。

自分を縛りつけているのは
自分自身だと気づいて

誰かが幸せに生きたいと願います。ではどうすればいいのか。それは簡単、もつと自由に生きればいいのです。妻らしく、母らしくと自分を縛りつけていませんか？でも、それはあなたの思い込み。自分で自分を縛っていることに気づくことが幸せへの第一歩です。

お釈迦様は「祈れば薬になる」とはおっしゃっていません。どんなに祈っても大変なものは大変だし、辛いことは辛いまま。その中でどう選択するかが大事なのです。あなたを幸せにできるのはあなただけ。もつと自分の心の声に耳を傾けてみてください。きつと幸せが見つかりますよ。

自分を幸せにできるのは
自分だけ。
心の声にしっかりと耳を傾けて

ほんりよう・けいすけ 1982年生まれ、神奈川県出身。立正大学仏教学部卒業。日蓮宗宗立学寮で4年間修行。2006年、24歳で住職に。平日は妙常寺が経営する幼稚園・保育園で仕事。土日はお寺のお勤めをしながら、夜間学校に2年間通学し、モンテッソーリ幼児教育国際免許を取得。現在は園長も務める。ジャズライブなどのイベントを通して仏教の魅力を発信中。



上 / 10年以上開催している夏の子どもの寺子屋。
下 / 毎年行っているジャズライブ。お経とジャズのコラボ「南無ジャズ」でメジャーデビューも。