

## 幸せすぎた大切なことが

## 解りづらくなつた現代

主題を見ると、何ひとつとして幸せではないと思う人もおられるかも知れません。人が求める最大の願いは「幸せ」です。それは人々にとっての幸福度はおかれていた環境や時代などで異なることが一般的に見受けることでしょう。

現代は、ありとあらゆるものが手にできる時代です。食材や日用品など世界からの輸入、地方からの入手など空輸・船便・陸路より近くのスーパーマーケットなどに並び、またインターネット等を利用することで手にできる便利になつた社会です。

ひと昔前までは、簡単に手にすることのできない食材や日用品など貴重なものがたくさんありました。

しかし現在では、「当然」、「当たり前」という人の認識が時代の流れによって自然に意識の基準が変化しています。

便利なものは便利なのです。だからといって何でも便利なものを利用していきまの思考は、はたらくことを忘れていきます。それは「工夫」することを忘れがちになり「知恵」が衰退していくのです。

**便利が実現していくことで、  
楽を覚え、当たり前となる。  
便利が、努力を麻痺させる。**

この世になぜ生まれたのかと問われると答えは千差万別です。しかし、個々が感じる感性というものは誰にも備わっています。生まれてきたからには、誰もが幸せになる権利があり、幸せを実感できる人生にしなければなりません。

主題では、「幸せすぎた大切なことが、解りづらくなつた時代」としました。

それは、「当然・当たり前」になつてしまつていく基準値が高まることで、ひとの意識は少しでも何か不足になることで、心は満たされていないことに、「不安やストレス」を覚えるのです。

現代はストレスがとて高い時代です。それは令和四年「労働安全衛生調査」では、八十二、二%の働く人が、強い不安や、悩み、極度のストレスを感じている結果がでています。

便利になつた社会と引き換えに、人間の心に不安を与える結果を招く時代となつていくのです。しかし現実には現実であり、その今を私たちは生きており、生きていかなければならないのです。

では、わたしたちは、どのように心がけをしていけば良いのかと問題が生じます。

### 反応しない心をつくる

便利になつたことは、すべての事柄において便利なものに頼れることに反応する心が自分を疎か(いい加減・都合よく)に、自分自身を誘導しているのです。

いけない例をひとつ挙げますと、「やっているつもりだけど…」そんな人に限つて、暴飲暴食や運動不足による肥満で糖尿病の

リスクを指摘されても、階段を使わずに平気でエスカレーターに乗っています。そして「痩せる薬はないか？」と、運動を回避して薬やサプリメントなど便利な方法を考えってしまうのです。

至るところは、お金を消費し、お金が足りないと思痴をこぼし、自分自身が面倒なことを避けた結果（便利を利用）がストレスを自ら生み出す悪循環の渦中にあることに気づいていないのです。

壮大な岩が風にまったく揺るがないように、賢者は非難と称賛に動じない

釈迦

反応しない心をつくることは、反応しない練習をすることであり、結果ストレスを作らないことにつながります。

釈迦は“非難と称賛に動じてはならない”と真理を説きます。わたしたちの認識するすべてに反応しては駄目だと言ってくれているのです。

それは非難という「嫌味や嫉妬」など、ついつい反応する心や、またその真逆である称賛という「褒められたり」することにも反応してはならないのです。

なぜなら、昨今では頻繁に起こっている振り込め詐欺など、特殊な詐欺方法より還付金などが戻ると言って、人の利欲を引き出して騙すことに歯止めが効かない時代となっています。これも心理作用を利用して「相手を称賛」させることと同じ原理なのです。「タダほど恐いものはない」とはこのことです。

健康な人は病院に用事がない

健康な人は病院に用事がないように、わたしたちは自分自身の心と体を守るにも、自己管理が大切であり、心にも風邪を引かせてはならないのです。

非難にも賞賛にも微動だにしない人は、いちいち反応してはいけけないであることを知っている人たちなのです。それは他人と比較しない心、時代に流されない心、

自分は自分であるのだと割り切る心をもっている人たちです。

現代の医学は、何でも病名を付ける傾向がありますが、それは良いことでも、悪いことでもあると思っています。

それは「知らぬが仏、知るが煩惱」ということわざがあるように、知らなければ治っている風邪などもあり、また知ることでは神経が過敏に反応してしまうことで病を悪化させてしまうこともあるからです。

一水四見 一境四心 一処四見

同じ物事となる現象も、それぞれの立場や心もちにより、同じ出来事も違うように見えたり、感じたりするものです。

これを仏教では「一水四見（一境四心、一処四見とも）」といいます。『注大乘入楞伽經』『大日経疏妙印鈔』『成唯識論略疏』『撰大乘論积略疏』など、經典に登場する言葉です。

わたしたちの見えている世界観はその人

の目で見たり、耳で聞いたりすることで世界観が映るのではなく、感受する認識した心が世界観を作りだすと仏教では説きます。心というものは留まることなく常々動き回っています。その心の動きを静め、ときに冷静さや本来の在り方などに戻る（還源）ために坐禅や瞑想を行います。

わたしたちは因縁生起（原因↓縁起→結果）の連続（心相續）より今が在ります。仏教では因果の法則を絶対とし、善悪とも心に感じることは随縁という縁に随つて心に結果がともないます。そのため苦悩となる執着の種（種子）を心につくつてはならないのです。

### 地雷を踏んではならない

思い悩まず不安などには、必ず始めとなる原因があるのです。

その原因の正体はやがて善の結果になるのか？悪の結果になるのか？を自分で判断していかなければなりません。

そのため経験を積むことで理解していることもあるのですが、ひとは欲に負けてしまふことで悪（苦悩）の結果を招くこともしばしばあるものです。

しかしながら「覆水盆に返らず」とありますように、起きたことは元に戻すことができない過去となるのです。「あく、またやってしまった」というやつです。

その原因となる悪の地雷を踏まないよう過去の苦い思いを自分への薬と思つて、思い返すことが自分を正しい道へと導いていき、「これで良かったんだ」と、やがて安堵（安心）を得ることができるようなのです。

ときに過去を振り返ることで前に進めるのも “ にんげん ”

この世で一度たりとも失敗をしたことのない人はいません。四字熟語で「温故知新」とあります。経典でも登場する言葉です。現代語では「故きを温ねて新しきを知る」ことであり、古いこと、昔のことを研究して、そこから新しい知識や道理を見つけ出せる

ことはたくさんあります。それこそが本当の「知恵」ではなく仏の「智慧」という“気づき”になるのです。人生に同じ失敗が多い人は反省を追究していない、もしくは反省の仕方に誤りがあるのです。

「反省」という字は、見ての通り“省く”ということ。「反」は心に戻す意義です。

何を省くのか？自分にとつて失敗や後悔した思いを起こさないように、自分に必要のないものを心の中から捨て去る（省く）という事です。

山陰や路のぬかりのほど遠し  
手馴れぬ駒にこころゆるすな



「説戒半身像」山本義照筆 慈雲贊 享和二年（一八〇二）  
二百年遠忌『心の書 慈雲尊者』より図像引用

[1718（享保3年）-1805（文化元年）]

図像は江戸時代後期、日本の小釈迦と呼ばれた「慈雲」（一七一八—一八〇五）という僧の『慈雲尊者和歌拾遺』の言葉です。

慈雲尊者は宗派を超えて、釈迦本来の正しい教えを再興させる「正法律」を打ち立てられ、「十善戒」という諸戒律を護持し、仏行の実践として禅定を修めることを提唱された尊い僧侶です。

※「禅定」・・・心を一点に集中し、雑念を退け、絶対の境地に達するための瞑想。

このたび特別講演としてご奉職させていただきます  
ただきます「卍長寶寺」様には、慈雲尊者が  
一七五八（宝暦8年）から隠棲された雙龍庵の本尊「**釈尊始成正覚像**」（釈迦如来像）と御位牌が所蔵されていることは有名です。  
その慈雲尊者のことばを現代語訳しますと、人生行路は遥か山陰のぬかるんだ路を歩くようなもの。それは、**調教**されていない荒くれた心を本当の自分の心と思つてそれに従つてはならぬ。ということ。心「**手馴れぬ駒**」というのは自分の心です。心

の“からくり”を知らず、心の性質も知らず、修め方も知らない心に任せて、それが自分だと思つて一生を終えるのは何とも残念だと慈雲尊者は言っているのです。

ただ自分の思いのまま生きて、それが自由だと思つているならば一生本来の自分には出逢えないと言葉を伝えてくれます。

仏教でも潜在的な意識に真髓を説く密教では、心の底に自分でも意識できない静寂で清らかな心が存在していると説きます。

その心を知るには、自分自身を知ることなのです。それを弘法大師（空海）は、空海著『秘蔵宝鑰』で、このように述べます。

云何が菩提とならば、曰く、  
実の如く自心を知るなり

と『大日経（大毘盧遮那成仏神変加持経）』のことばを引用され、悟りとは著します。悟りとは何かというならば、本来の自分の心を知ることであり、仏教用語でいうならば「**如実知自心**」といいます。

如実とは“ありのまま”のことであり、自分の心を正しく知ることが心の底にある**仏心と出逢**えることを伝えているのです。



弘法大師 空海 [774 (宝亀4年) - 835 (承和2年)]  
図像：無憂山 法観寺 所蔵 (鹿児島県 真言寺 山口恵弘 僧正 筆)

また空海著『**卍字義**』でもこのように述べています。

もし本不生際を見る者は、  
実の如く自心を知る。  
実の如く自心を知るは、  
則ちこれ一切智智なり。

「本不生際」とは、あらゆるものごとが生じる根本を意味します。

空海は、ものごとの根本を見ることができ人は、すなわち仏智という仏の智慧を得ることができるとを伝えていきます。

仏教では一切の物事について完全に知る智慧を一切智といい、真言宗では大日如来（宇宙万物を現象するすべての根源）の智慧を感得できる一切智を超越した一切智智であり、大日如来と一体不二（仏と一体に成る）の境地なのです。

### 人は失う瞬間に

### 大事なものに気づく

自分の心を知ることが悟りといえども、「自分のことは自分がよく知っている」とよくなりますが、現実には難しいものです。それは「性質」とか「性格」などを言っているのではなく、命の本質を知ることが大切なのです。

現代人は何でも知っている。ただ自分ことは、よくわかっていない。

人が豊かになることは良いことですが、大事な心を置き忘れ、豊かになってはいけず、人には必ず死が訪れるということ。「私はまだ大丈夫」などと思う心が、大切なことを遠ざけている現在でもあります。

### 身の丈に合った生き方を 心がけは出来ているのか

「便利な時代の中を生きていること」、

「幸せ過ぎて大切なことが見えなくなった時代」を重複してお伝えしていますが、国民的アニメ『ドラえもん』でのワンシーンでもこのように伝えていきます。

「科学が全てじゃない。科学は人間の生活を豊かにしたが、同時に心を貧しくしたのではあるまいか？」

この台詞はアニメを通じて、原作者である藤子F不二雄氏（一九三三ー一九九六）の現代での進化の加速、人間の在り方を感慨深い考察より、未来ある子どもにもメッセージとして発信されたことのように感じます。

今もなお世界では戦争（紛争）が続いています。パレスチナ、ウクライナ、シリア、リビア、イエメン、ミャンマー、クルド、トルコ、アフガニスタンなど世界では死を目前としながら今日を生きている人びとは数多く存在しています。

かつて七十九年前、日本でも第二次世界大戦では約三〇万人もの死者、世界では約五千万人が戦争で命を落としています。

参照『戦後史大事典』

令和六年一月一日現在、米国情勢調査では世界の人口は約八十億人です。その内、戦争や迫害などより故郷を出国されている避難民は過去最多となる一億一千万人と国連難民高等弁務官事務所より発表されました。

故郷にいたくても、戦争という世の事情により逃避を余儀なくされた状況の人々たちの現実には、過酷な環境の中で日々を過ごしています。「食べるもの」「安全な水」「住む家」「家族や友人」「病院」「トイレ」などといった山積みとなる問題。そして

毎年十万人の赤ん坊が命を落としています。また、子どもは学校に行けず、勉強が出来なくなることは未来の可能性を奪うという点で大きな問題です。

戦争はいけないことは誰もが分かります。歴史を振り返ると、人権・宗教・政治・領土などの原因より戦争（紛争）が勃発しており、終戦することは厳しい情勢です。

戦争以外でも、強姦や臓器売買など数多と起こっており、また生活の困窮で我が子を一人あたり約二万円で購入をしており、大切な心を置き忘れ、利己的（自分勝手）な見解より、我が子の心配も顧みず、心が荒み醜悪が露わとなった人間の姿があります。特に誘拐では中国が突起しており、年間二十万人の子どもがさらわれています。

三島由紀夫著『葉隠入門』、武士道における“覚悟”を説いた修養の書ですが、「幸せ過ぎて大切なことが見えなくなった時代」が窺えます。著者はこのように死生観を伝えており、「ここでは私なりに文章を吟味した上、省略して記述しています。」

死はいつか来る。それも決して遠くない将来に来るといふ風に考えていた戦時中の心理状態は、今の心理状態に比べて幸せだったんです。

それを考えると、今の若者にもスリルを求める事もあるでしょう。あるいは、いつ死ぬかという恐怖も無いわけではないでしょうが、死が生の前提になっているという緊張した状態は現在にはないのです。

そういう現在で仕事をやっているときに、なにか生命の倦怠というか、ただ人間が自分の為だけに、生きようという事は卑しいものを感じていくのは当然だと思います。

人間の生命というものは不思議なもので、自分の為だけに生きて、自分の為だけに死ぬっていうほど人間は強くありません。

人間は何か理想なり、何かの為というところを考えているので、生きるのも自分の為だけに生きる事には飽きてしまうのです。すると、死ぬのも何かの為ということが、必ず出てくる。それが昔に言われた「大義（武士道）」というものです。

上記は、著者が武士道の「覚悟」から死を隣り合わせに日々を生きる心情を引き取り、生きる意味の本質を伝えた命の声です。

身の危険や、地震、津波などが起こることとで本当に大切なこととは？ 自分の命とはいったい何なのだろうと考えていくのですが、問題が起きる前に“気づく”ことがやがて安全・安心・安定を心が感じます。

### 今日あるものが決して明日あるとは限らない

命にはいつか終わりが来ますが、最期に大事なことに気づくのではなく、生きていく間に大事なことに気づいていけば人生は、より充実したものになっていきます。

生きるためには仕事が必要です。お金も必要です。健康も必要です。しかし中には会社に人生を奪われ過労死など、社会や会社などに振り回され、自分の本来やりたかったことができないうちに人生に終わりを告げる時、「これが自分の人生だったのか？」と、疑問を抱きながらこの世にサヨナラをしな

ければなりません。そんな人生にすることは止めましょう。そんな人生にしてはならないのです。それは、ひとり一人には偉大な尊厳があり、生命は計り知れないのです。

人間、志を立てるのに  
遅すぎるといふことはない。

今からでもできる環境の中でいのちを充実させることに目を向け、自分の理想死を考え、そこからできることや、生活の質や心の充実度を高めることで、今まで同じだった一日が、まったく違う一日になります。

未来の不安を考えるのではなく、  
未来には希望をもつ心。  
過去の苦い思いを追うのではなく、  
過去には感謝をできる心。  
ただただ「今を切に」生きる心。

この世は諸行無常です。生まれてきたからには自分の夢や目的など、旅行などでもいいのです。可能性がないと思うのなら、どうすればできるのかを工夫することで光

(希望) が心に射しこんでくるのです。

ここまで記述しました内容のほとんどは「こころ」が中心となっていて、分ると思えます。そこで、幸せの分かれ道はどこにあるのかをお伝えします。

当たり前前と思うのか？  
有り難いと思うのか？

たったこれだけの違いです。これをどのように自分自身に気づけるかが、幸せの分かれ道となります。

日常において、わずかなことにも“有り難い”“と思える人は、感謝を知り、気づいている人であり、日々変わらない生活において”当たり前“と思う人は、心が麻痺しており、気づいていない人なのです。

たとえばコップに水が半分だけ入っているのを見て「たったの半分しかない」と思うのか、「半分も入っていてラッキー」と思うのかは、そのひと次第の心もちによって変わるものです。

また、居て“当たり前”の親や友達存在は、居なくなつてはじめて知る“有り難さ”と感じてはいけません。

大切なことを感じるのは心です。  
物で満たされた幸せは偽物です。

当たり前前のように食事ができ、洗濯や掃除など、生活ができる中に“有り難い”大切なことがたくさん存在します。

当たり前前の中にこそ、大切なことがあるのであり、体も同じように当たり前前に出来ていたことが出来なくなつたとき、自分の脆さや、「こんな歳までよく頑張ってくれたな」と手のしわ、顔のしわ、足の裏、いろいろ自分を褒めてあげることが必要です。

愛する人 そばに連れて  
夢探しながら・・・

わたしたち誰もがやがてはこの世にサヨナラをしなくてはならない時が訪れます。右記の「愛する人そばに連れて 夢探しながら・・・」は、歌手・美空ひばり氏

(一九三七―一九八九)享年五十二歳、最後の歌となりました『川の流れのように』の詩です。

「愛する人」とは、家族や大切な人のように感じますが、仏教の立場からでは先述しました「如実知自心」である“**自分自身**”を指します。

なぜなら、生まれたときから死ぬまで、起きているとき寝ているときも、機嫌が良いとき悪いときも、病気のときも、嬉しいときも、辛いとき悲しいときも常に共に居てくれるのは自分の心だからです。

### 自分を愛する人生に しななければいけない

悟りとは、苦しみや悩みなどなく、安常処順となる安楽が続く精神状態です。

この世にサヨナラを告げるとき、自分を恨むような人生に命を運んではならなく、「よく最後まで頑張った。ありがとう。」と、**自分自身に言える人生にできることこそが、未練なく自分に告別させることができるの**



です。

そのために仏教では、執着してはならない「空ならび中道」を説き、生きる心髓ならび指針となる教えが『般若心経(仏説摩訶般若波羅蜜多心経)』なのです。

「空」・・・かたよらない心、こだわらない心、と  
らわれない心の固執しない心がけ。

「中道」・・・極端な行動や思考を避け、均衡と調和を保つ生き方。

よく人生は旅のようなものであるといえます。旅に出るとき荷物が少ない方が楽しめます。大事なものを持っていれば手放せなく、心配で旅どころではなくなりません。

心も同じように、心というものは何処にあるわけでもないのです。感じるだけで存在はしない空っぽなのです。だからこそ仏教では重たい荷物という執着(こだわり)を心に抱えてはならず、もろもろ起こるすべては無常である世の中に、身心を自然に随順していくことが大切だと説くのです。

仏教は争いに巻き込まれることは基本的にありません。なぜなら、誰かに勝とうと

いう思想がなく、平等を大切にします。

何よりも自分の欲望を敵とするので、欲に打ち勝つことこそ賢者とみなします。

自分に勝つことこそ、最も難しい勝利だから人生を修行と思い、修行の中から宝物を見つけたとき本当の幸せが見えてきます。

### 苦勞の根はとても苦いが、 ともなった実は甘美である

わたしたちは時間や社会に束縛されているのでなく、自分自身の思い込みにより束縛しています。「普通という基準」こそ自分を邪魔しているのです。新しい人生の景色を見るために、ときに良い意味で自分を裏切ることも必要です。

他からありがとうと思われる生き方、他へありがとうと言える生き方の二つの感謝が揃うことにより、**自分にありがとうと言える人生になるのです。**人生で「集めた」ものは死とともに消えていきますが、良きことを「与えた」ものは後世に残るのです。

合掌





王舎山 長生院 高野山 真言宗  
**長寶寺** (えんまさんのお寺)

卍 摂津国三十三ヶ所霊場 [第三十一札所]

卍 摂津国八十八ヶ所霊場 [第三十八札所]

卍 尼寺三十六ヶ所霊場 [第二十九番札所]

文化財：有形文化財（銅鐘、涅槃図、仏像群等）

大阪市無形民俗文化財：閻魔信仰習俗（宝印授与）



【開基】

桓武天皇の妃であった坂上春子姫（征夷大將軍・坂上田村麻呂の娘）が、平安時代初期の大同（806 - 810年）に空海（弘法大師）に帰依され出家し、高野山真言宗の寺院を坂上田村麻呂が創建。

境内の銅鐘は鎌倉時代の代表的な作で重要文化財に指定されており、また室町時代に長寶寺の慶心（尼僧）が地獄へ行って戻られ、その様子を記した「よみかえりの草紙」や、閻魔王が自ら刻んだという「閻魔像」と「えんま宝印」が寺に伝わり、毎年5月18日のご開帳の時、「おでこ」に閻魔様の「宝印」を押してもらえば極楽へ行けると伝えられています。

ご住所：大阪市平野区平野本町3丁目4-23

「紙芝居」が観れます。



地獄を見てきた尼さん

検索



5月18日（土）は、一年一度の  
「極楽浄土へのパスポート」



閻魔さんとのご縁代  
ご宝印1,000円(縁)





五月十八日 平野長寶寺

# 閻魔大王の目

大阪府無形民俗文化財

秘仏「十一面観音」  
「えんま大王」  
年に一度の御開扉



厄除け  
笑い退散  
おもしろお祭り

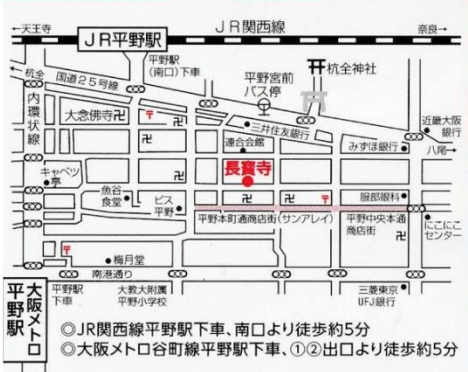
健康祈願  
家運繁栄  
家内安全

「大王の証判  
を持つ者は  
地獄に落ち  
ない」とい  
う言い伝え  
のある宝印

えんま大王  
御宝印授与



※午前十一時〜と  
午後二時三十分  
の二回



えんまさんの寺 ちょうほうじ  
**長寶寺**  
Yahoo/Googleなどで「えんまさんのお寺」で検索!!  
平野区平野本町3丁目4-23 電話06-6791-4416  
仏事の件でお悩みの方は、気軽にご相談ください。

【当日の主な催し内容】

- 秘仏ご開扉 (十一面観音・えんま大王)
- えんま大王宝印授与 (午前十一時〜と午後二時三十分の二回)
- 特別講演 (午後三時〜)  
無憂山法観寺 指宿法源住職  
演題「今日あるものが、明日あるとは限らない」



無憂山法観寺 指宿法源住職  
演題「今日あるものが、明日あるとは限らない」

- 大師堂 (元・田村堂)  
細密えんぴつ画展  
吉村清一教室なかま達

- 諸病厄除け  
こんにやく煮
- 餅まき再開します。



# 空 海

生誕1250年 記念特別展

Special Exhibition  
Celebrating the 1,250th Anniversary of Priest Kukai's Birth  
The Worlds of Mandalas and  
the Transcultural Origins of Esoteric Buddhism

KUKAI



## 密教のルーツとマンダラ世界

現存唯一 空海プロデュースの両界曼荼羅  
国宝 高雄曼荼羅  
修理後初公開!!



2024.4.13(土) — 6.9(日)

※会期中、一部の作品は展示替を行います。

主な展示替 前期展示:4月13日(土)~5月12日(日) 後期展示:5月14日(火)~6月9日(日)

◎開館時間:午前9時30分~午後5時 ※入館は閉館の30分前まで

◎休館日:毎週月曜日、5月7日(火)

※ただし、4月29日(月・祝)、5月6日(月・休)は開館

◎主催:奈良国立博物館、NKK奈良放送局、NKKエンタープライズ近畿、読売新聞社  
◎学術協力:高野山大学

◎協賛:NISSHA、きんでん、築野グループ、パナソニック ホールディングス、非破壊検査  
◎協力:インドネシア国立中央博物館、陝西省文物局、陝西省文物交流中心、西安碑林博物館、種智院大学、日本香堂、仏教美術協会



奈良国立博物館  
NARA NATIONAL MUSEUM

