



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——

日蓮宗玄静院住職
太田順道さん

第19回

やり遂げた満足感と自信が 精神を強くしてくれます



おおた・じゅんどう 1947年、東京都生まれ。厳寒の100日間、正中山法華経寺にこもる日蓮宗の修行「日蓮宗百日大修行」に1972年より入行。2002年に「大修行堂副伝師」を拝命。1000日修行を成し遂げた2010年には、その統率力と指導力が評価され、700年続く修行の最高指導者「日蓮宗大修行堂伝師」に就任。毎年100数十名の後進の指導に当たっている。

難行を成し遂げます。

修行の厳しさに加え、まったく自由がなく、上の者の言うことにはすべて従わなければならない伝統的な修行。今まで経験したことのない修行に、加行した僧たちはみなとまどいます。私も25歳で初めて入行したときはビツクリしました。「えらいところに来ちゃったな」「いつ逃げ出そうか」と思ったくらいです。「耐えることが大事」「耐えることが修行」……そう覚悟のうえで入行しているはずなのに、です。

肉体をいじめ抜くことで
新しい境地に達するので

修行僧にとってこの100日間は1年以上に感じるものでしょう。しかし、100日が終わる頃には精神的に強くなっています。寒さや空腹、痛さをガマンし、自分の肉体をいじめ抜く修行。そこに精神的な新しい境地が加わってくるのです。やり遂げたという満足感から、自信も得られます。

また、この修行は個人の修行であると同時に、集団の修行でもあります。修行の中で、お互いに助け合うことを覚えるのです。一人だけで100日間を耐えるなんて無理。同じ志を持つ者たちと支え合うからこそ成し遂げられる……この修行の大事なところは、そんな「和合」にもあります。

日本という祖国への思いが
復興につながります

今年の修行は、いつもとは違っていました。昨年の東日本大震災で犠牲となった方々の供養と、国の復興を祈るための修行ととらえたからです。亡くなっても、家族への思いなどから自分が亡くなったことに気づいていない霊もたくさんいます。そのような霊を弔い、亡くなったことを伝えるのが私の大きな役目であると感じました。2月末には宮城県石巻市で慰霊法要を行いました。現地に赴いてみて、その復興の遅さにガツカリしました。日本という祖国を、今を生きる私たちはもつと感じなくてははいけません。国を思うとは、先祖や仏様を感じることで。若い人たちがそれを少しでも感じ取ってくれるなら、この国は変わると思います。みんなの気持ちがあらずつ変わってくれば、何年か先には必ず復興すると信じています。



震災から約1年となる2月29日、百日大修行を勤め上げた修行僧のうち88名を同行し、宮城県石巻市の日和山公園で震災物故者慰霊法要を実施。