

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——

日蓮宗蓮馨寺住職
辻本学真さん

第65回

私は兵庫県の生まれ。戦争中に
島根県へ疎開し、小学校に入学し
ました。母が日蓮宗を熱心に信仰
しており、父がすでに亡くなつて
いたこともあつて「お坊さんにな
らないか？」というお話をいただ
きました。私も「お寺に行ったら
おいしいものが食べられるかな」
などと思い、出家を決意。12歳で
姫路のお寺へ行きました。
中学卒業後は身延山高校へ行く
ために山梨へ。宿坊に寄宿し、手伝
いしながら苦学しました。一度、
「辞めたい」と師匠に言ったことが
あります。師匠からは「せつかく

お坊さんになつたのだから」と説
得されました。しかしあるとき、
師匠の奥さんが「本人が嫌がつて
いるのだから、親元へ返したら？」
とおっしゃっているのが聞こえま
した。師匠は「そう言わず、お前も
手助けしてくれ」。それを聞き、
「この恩に報じていかなければ」と
自然に自覚が生まれました。
その後は東京の立正大学へ。横
浜の妙香寺というお寺に寄宿して
修行しながら学校へ行かせていた
できました。せつかくだから勉強
させてもらおうと思ひ、大学院で
博士課程まで修めました。

都市部で生きる人たちの 支えに……自力で寺院を設立

私は在家ですからお寺の養子の
話もありましたが、「自分で何か
やりたい」という思いがありまし
た。私も地方から都会へ出てきた一
人。その不安や人間関係の悩みが
よくわかります。不安を抱えなが
らがんばっている人たちと縁がで
きたら……そんな思いもあり、都
市開教を志しました。

約35年前に民家を買取り改築。
妙香寺別院「蓮馨結社」として布
教活動を開始（正式な結社設立は
1996年）。たぐさんの縁をいた
だき、バックアップしていただいた
お陰で、2005年に寺院として
認証を受け「蓮馨寺」に。この恩に
報じるために、どうしたらみなさ
んが喜んでくださるだろうかを常
に考えながら開教しています。



横浜の中心部から少し離れた高台に佇む
蓮馨寺。閑静な住宅街の中にある古民家
を改修した寺院を拠点に、現在も精力的
に布教活動を行っている。

真の幸福につながる 「小欲知足」の生き方

「人生」とは「人が生まれる」と書
きますね。この「人生」には5通り
の読み方があります。①人として
生まれる、②人として生かされて
いる、③人として生きる、④人を
生む、⑤人と共に生きる、です。親
が産んでくれたからこそ人生があ
り、教えきれない人の援助のお陰
で生かされています。だからどん
なに苦しいことがあってもその恩
に報じて生きなければいけません。
そして大人になつて子を産み育て、
共に生きていく。これが人生なの
です。

先行き不透明な時代で、不安を
抱えている人も多いでしょう。で
は、どうすれば幸せを感じる「こ
とができるのか？ それは仏教の中
にヒントがあります。「小欲知足」
という言葉。「足りるを知る」とい
うことです。欲望は求めていけば
際限がありません。まずは自分
のおかれた現在に満足し、感謝する
ことが幸せへの近道なのです。

さまざまに縁に導かれて
私たちは生かされています



辻本学真 師上徳平 在木行平 道場後居又春 行文功
常住此説法

つじもと・がくしん 1943年生まれ、兵庫県出身。12歳で得度。中学卒業まで姫路で過ごした後、
身延山高校へ。卒業後は立正大学仏教学部へ進学、同大学院にて博士課程修了。都市開
教に注力し、1996年に横浜にて日蓮宗結社を設立。2005年、日蓮宗寺院としての認証を受け
て「蓮馨寺」となる。現在は日蓮宗常任布教師、横浜南保護区保護司なども務める。