



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——

日蓮宗本佛寺住職
佐野前延さん

第106回

私が住職を務める本佛寺は明治8年の創建。廃仏毀釈運動が起きた明治維新後に造られたお寺ですから、代々続く檀家もありませんでした。先々代住職であった祖父が熱心に人々に教えを説き、それが広く伝播し、多くの檀信徒によって支えられるお寺へと成長しました。

最近は何かに若い人が多く訪ねて来られます。ご利益を求めて来られるのですが、一方で成果を上げた経営者が再度足を運んでくださることも少なくありません。みなさん、お経の力を求めていら

何かを信じて祈ること。
それが心を強くしてくれれます

さの・ぜんえん 1964年生まれ。福岡県出身。立正大学仏教学部卒業。2001年より本佛寺住職。全国日蓮宗青年会委員長、日蓮宗福祉共済対策委員会委員などを歴任、現在は日蓮宗宗会議員、身延山久遠寺祖山常置会常任委員、うきは市文化財保護審議会委員を務める。阪神・淡路大震災以降、東日本大震災や熊本地震など被災地支援のボランティア活動にも取り組む。

つしやるのです。だから私も必死。口八丁手八丁ではなく、ただひたすらにお経を読みます。自分にできることはお経を読むことしかない。何より私がお経の力を信じているからこそ、お坊さんが続いているのです。

現代は「寺離れ」などといわれます。本当に人の心はお寺から離れてしまったのでしょうか？ 私は長くお寺の中にいますが、人の心が変わったと思ったことはありません。変わったのは法律や制度であって、お参りする人の心は変わらない。だから、お寺が人の心、個性に寄り添う場所である限り、寺離れは起きないと思っています。

祈りの気持ちを持った瞬間が信心の始まり

「私は何も信仰を持っていない」「無宗教だ」という声を聞くことがあります。果たして本当にそうでしょうか？ あなたは何も信じていませんか？ 私はそんな人はいないと思います。拝む対象物がないというだけで、何か信じているものが必ずあるはずですよ。例えばバンジージャンプをするとき、どう思うでしょうか。「神様、仏様」「お母さん！……心の中で何かにすがりませんか？ つらいときや苦しいとき、神仏やご先祖様に「助けてください」と祈りませ



上／福岡県うきは市にある本佛寺。3万2000坪もの広大な境内には御真骨堂や仏舎利塔も。下／毎月1日には他宗派から日蓮宗への「改宗式」が行われる。

んか？ その祈りが信心です。信心を得た人は心底強くなります。なぜなら死を恐れなくなるからです。病気になるって死ぬかもしれないとなれば、「自分はどうなるのか」「家族は大丈夫か」と心配になるでしょう。でも、法華経では「死んだらお釈迦様がいらつしやる場所に行ける」と説きます。それを家族で信じることによって、死が怖くなくなるのです。

**心静かに手を合わせ
新しい年を迎えて**

そして、信心の第一歩は手を合わせることです。社会的不安や苦しみ、死への恐怖があったとしても、「祈ろう」という気持ちで手を合わせる。それがあなたを心強くしてくれるはずですよ。

もうすぐ一年が終わります。去年行く年に感謝し、新たな年の祈りを込めて、手を合わせてみませんか。お正月に神社で柏手を打ち、その後にお寺でご先祖様にお線香をあげてもいいんです。まずは心静かに手を合わせることから。きつと晴れやかな心で新年を迎えることができるはずですよ。