

【仏道をならふといふは、自己をならふ也。道元『正法眼蔵』】  
一の言葉は道元（1200-1253）の『正法眼蔵（しようぼうげんぞう）』  
第一巻「現成公按（げんじょうこうあん）」に出てくる一節  
です。「自己をならふというは、自己をわするるなり。自己をわ  
するるといふは、万法（ばんぼう）に証せらるるなり。万法に証  
せらるるといふは、自己の身心および他己の身心をして脱落せし  
むるなり。」と続きます。禅における仏道を学ぶ心得を述べたも  
ので、仏教を学ぶということは、仏教を知識として勉強するの  
ではなく、「私」を忘れること、つまり「私」のはからい（損得を  
考え物事に執着している「自分」）を捨てることをいいます。執  
着を離れた私はすべての存在と現象のなかでさとられる。さと  
らされるといふことは、「私」と「私」のなかにいる他者をも、  
ありのままに差しさわりのない状態にさせるということである、  
と道元は説いています。

興味深いことに、坐禅を中心に様々な修行を通して「さとりに  
到達する、いわゆる「自力仏教」において、「さとりに関する  
表現に受動態（「万法に証せらるる」と使役形（「脱落せしむ  
る」）が使われています。「私」が「さとりを得る」と意気込んで  
いる間は「さとる」ことはできません。この事を道元は「現成公  
按」のなかで、「自己をはこびて万法を修証するを迷とす、万法  
すすみて自己を修証するはさとりなり。」と述べています。さら  
に『正法眼蔵』の「生死（しようじ）」では次のように述べてい  
ます。「ただ、わが身をも心をもはなちわすれて、仏のいへにな  
げいれて、仏のかたよりおこなはれて、これにしたがひもてゆく  
とき、ちからをいれず、ここをもつひやさずして、生死をはな  
れて仏となる。」つまり「仏」にすべてを委（ゆだ）ねること  
で、「私」は「仏」になりえるのです。道元の言葉は、法然の「如来  
よりたまわりたる信心」、親鸞の「行者のはからいのちりばかり  
もいらぬなり」という言葉を彷彿させます。「自力仏教」と「他  
力仏教」には明確な違いがある一方、「私」を「仏」に「まかせ  
る」という点では共通するところがあるのでないでしょうか。  
私たちは毎日多くの情報を様々なツールを使って収集し、物事  
を理解しています。「カテゴリー分け」は情報を整理するのに効  
果的ですが、その一方で思考の偏りや固定概念を作り出してい  
ます。気を張り詰めて突っ走るのではなく、一度立ち止まって  
「私」の損得勘定を捨てて自分自身を注視し、既成概念から離れ  
て物事を観てみてはどうでしょうか。新しい発見があるかもしれ  
ません。

聞法会  
聞法会  
聞法会

5月12日 (月)  
6月23日 (月)  
7月24日 (木)

午後1時～午後3時迄  
午後1時～午後3時迄  
午後1時～午後3時迄

お参りをお待ちしております

涅槃堂永代経納骨・墓地受付中



真宗大谷派  
令和七年  
光福寺  
五月発行  
川西市笹部二丁目十六ー十六  
TEL 〇七二ー七九四ー〇一八九

聞法会  
聞法会  
聞法会  
5月12日 (月) 午後1時～午後3時迄 お参りをお待ちしております  
6月23日 (月) 午後1時～午後3時迄  
7月24日 (木) 午後1時～午後3時迄  
涅槃堂永代経納骨・墓地受付中