

とらわれない心、とらわれない生き方

対談 山田法胤¹⁾・横倉義武

Hoin Yamada ・ Yoshitake Yokokura

法相宗大本山薬師寺管主

日本医師会会長

横倉 明けましておめでとうございます。

山田 おめでとうございます。

横倉 新春ということで、まずお正月の話題から入りたいと思います。

私は筑後という福岡県南部の農村地帯で、今、医療を手がけていますが、お正月は都会から帰省して来られ、人口が倍ぐらいになります。そういう中で、近所のお宮やお寺さんにお参りをします。

先生は岐阜県のご出身でしたね。

山田 本巣郡根尾村現本巣市という山村で、揖斐川の上流です。子どものころは、正月と言えど馳走はやはりお餅でした。

奈良では丸餅をお出汁に入れて、初日は白味噌で食べて、2日目は醤油にして、3日目は小豆がゆにお餅を入れる。それが三が日の日替わりのお雑煮です。

おせち料理は、重箱に入れて取り回していきますが、大体五色で飾ります。その五色は1年を表す色なのです。

横倉 1年を五色で飾るのですね。その五色は何を表すのでしょうか。

山田 五色の色は東西南北の四方と中央を表します。まず青色（東）は春の色です。春は草木の芽吹きで青春と言います。赤色（南）は夏の色で朱夏、白色（西）は秋の色で白秋、玄（北）は冬の黒い空の色で玄冬と言います。黄色（中央）は土用の丑という意味で、1年の真ん中に当たります。

以上のように、1年の色の料理を重箱に入れます。春の青はいんげん豆やほうれん草、夏の赤は人参や金時豆、秋の白は酢蓮根や百合根、冬の黒は昆布巻や黒豆、中央は黄色のかずの子や玉子焼き、栗などの料理です。それを正月にいただくと健康に1年を過ごせるというのが正月のお祝いですね。

でも、正月のお寺はつらいです。

横倉 そうでしょうね。どのようなことで大変な思いをされたのですか。

山田 大晦日の除夜の鐘でそのままお堂へ入って朝までお勤めをします。

奈良のお寺は、お葬式はしません。1年の、新しい歳の国が安泰で平和であることや、五穀豊穡、それから人々が病気にならないようにと、お薬師さんに心の健康と身体を健康を祈ります。

この越年行事に薬師寺の信徒総代として、塩川正十郎先生が45年間来てくれていました。必ず年末にお写経され、除夜の鐘をついて「明けましておめでとうございます。今年も頑張りましょう」と

1) 山田 法胤（やまだ ほういん）

法相宗（ほうそうしゅう）大本山薬師寺管主、法相宗管長、奈良喜光寺住職。

昭和15年岐阜県生まれ。昭和31年入山、橋本凝胤師に師事。昭和39年龍谷大学文学部仏教学科卒業、厚生省慰霊団団員としてアッツ島ほか戦跡各地巡拝。昭和46年薬師寺執事に就任。平成2年奈良喜光寺住職に就任。平成10年薬師寺執事長に就任。平成15年薬師寺副住職に就任。平成21年薬師寺管主に就任。

『薬師寺』（学生社）、『仏陀の風景—永遠の教えを求めて』（フジタ出版）、『生活に生きる佛教語』（善本社）、『佛法はまるいこころの教えなり—心の田んぼを耕す』（善本社）、『迷いを去る 百八の智慧』（講談社）、『ブッダに学ぶ とらわれない生き方』（アスコム）など著書多数。

ご挨拶をされました。

横倉 そうでしたか。残念なことに昨年9月にお亡くなりになりましたね。

山田 はい、本当に立派な人格者でした。塩川先生や皆さんが越年写経会にお参りくださるようになり、今では400～500人は来てくれます。でも私が小僧のころは、だれもお参りに来ない寺でした。

横倉 今はテレビを見ると、大晦日、薬師寺は大層な賑わいを見せていますが、当時はそうではなかったのですね。

山田 はい。それで近所のお年寄りに「鐘つきに来て」とお願いしたのですが、百八の鐘をついたら帰ってしまいます。あとは寺の私らだけが、お経を上げているという正月でした。

これでは寂しいので、呼び掛けて年末の除夜の鐘をついてもらい、それをテレビで取り上げてくれて、少しずつ人気が出てきましたが、それでもなかなか人が来てくれません。そこで、正月だから鐘撞き堂で餅を焼き、「鐘（金）」をカーンとついて「餅（持ち）」を食べると「金持ち」になれるというようなことで、だんだんとお詣りの人が増えてきました。

今では多いときには2,000人ぐらい来られます。ずいぶん増えたので喜んでいます。

横倉 ところで、先生はおいくつのときに出家されたのですか。また、どのようなきっかけで、薬師寺に入山されることになったのでしょうか。

山田 私は中学3年生のときに入山しました。当時は戦後の日本も復興しかけたころで、田舎の中学生は、教師が集団就職を指導して都会に出る。これを「金の卵」と呼んでいました。

中学3年の3学期に学校が集団就職を希望する生徒を募集しました。私もその1人として応募したのですが、どこでそうなったのか分かりませんが、あるお寺さんから、「あんたんとは子どもも多いから、1人ぐらいお寺に小僧に出したら山田家は九族救われる。薬師寺なら口を利いてもいい」と言われ、母親が喜んで、あまりに強く勧めるので、仕方なく薬師寺に行くことにしました。

寺へ来てからは正月はもうほとんど寝ずに1週間お参りします。またお堂は寒いのです。

横倉 そうでしょうね。昔は暖房も何もないわけですよ。

山田 そうですね。薬師寺には吉祥天女という、幸福をもたらす女神様の絵像があり、国宝に指定されておりますが、お正月にはご本尊としてお祀りすることになっています。

横倉 そうですか。吉祥天女像は記念切手になりましたね。

山田 ええ、なりました。お正月には、最初は八幡様、それから金堂のお薬師さんと吉祥天女の両方をお詣りして15日が満行ということになります。

吉祥天女には今年が幸福で国民が飢え死にしないように、お薬師さんには心の健康と身体の健康をお祈りします。

横倉 薬師様というと、医や薬の仏様ということできわりと信仰されている方がいらっしゃいますね。

山田 昔は錐を供えました。「穴を開ける」ことから、耳の悪い人、目の悪い人は、耳が聞こえる、目が開くということで、錐をお供えしてご祈願する。そういうものが絵馬になるとか、いろいろなふうにして願いを形にして祈られています。

信仰を大きく分けると、薬師信仰と阿弥陀信仰があります。阿弥陀さんは死んでから向こうで極楽に行けるように。そして、生活苦を一切苦厄として取り除いてくださるという信仰が薬師信仰です。

奈良時代、40代目の天武天皇が薬師寺建立を発願され、41代目の持統天皇が完成されました。そして平城遷都となり、45代目の聖武天皇のとき、大佛様が建立され、全国に国分寺が建立されました。

横倉 福岡にも筑前国分寺や筑後国分寺などが建てられました。

山田 当時日本は六十余州ありましたから、国分寺を67建立されたと記録に残っているようです。68番目に奈良の大佛を建立して、大佛様が総国分寺となり、天皇家が国家繁栄と国民の幸せを祈る

ということです。

話は逸れますが、天皇という名前が初めて記録に出てきたのは、40代目の天武天皇からです。発掘調査で出て来た木簡に天武天皇と書いてあるのが始まりです。

天武天皇はずいぶんお伊勢さんを信仰したということです。神宮の式年遷宮といって、お伊勢さんを20年に1回お建て替えするのですが、3年前に62回目がありました。いちばん最初にお建て替えを計画されたのは天武天皇です。その遺志を継いで、持統天皇のとき第1回目の遷宮が行われました。

日本文化の継承の素晴らしさ

横倉 それを継承して今の日本に至るわけですね。日本の歴史が途切れずに、ずっと続いているのは素晴らしいですね。世界のいろいろな国、インドにしても、ヨーロッパにしても、変わりますからね。

山田 この間も、中国の西安に行ってきました。

中国でいちばん長く継承されているのは7世紀、玄奘三蔵法師のとき建立された大雁塔という塔だけです。あとはいろいろな内乱で破壊され、伝わってきているものは何也没有せん。

中国四千年の歴史はどこにあるのかと言ったら、全部地下にある。だから発掘すると出てくるけれども、それまでの千何百年間地下に埋もれていたものを掘り出して、2,000年前だとか、3,000年前のものだと言うのです。

日本のものは、人の世から人の世へ伝わってきています。ずっと続いてきて、今の日本という国家なのですね。この伝世の日本の文化を分かる人が多くなってきたので、高く評価しています。

横倉 そうですね。歴史的なものにおいて、国際的に高い評価があるというのは、なかなか少ないですね。

たとえば、古くから天皇家は国民の幸せを願われて、現在の天皇も昭和天皇の教育を継承されていますね。

山田 今の天皇陛下も必ず被災地や、いろいろな所へお見舞いされています。この前も鬼怒川の氾濫で常総市の現地をお見舞いされておられるし、一昨年は広島のと砂災害で被災された方々をお見舞いされています。

天災だから避けがたいことなのですが、その地域の人たちを励まされますね。ですから、天皇陛下のお歌というのは励ましの歌が多いです。

そんなことで、われわれは天皇の御心に従うようにしてお祈りをしています。そのいちばん有名なものが京都に残っている祇園祭です。夏の流行病などを治してもらう、祇園祭は7月17日を中心に祈る夏祭りなのです。

横倉 福岡でも、毎年7月に博多祇園山笠が行われます。あれも疫病がはやって、それを退散させようということで始まり、ずっと続けられています。

山田 日本にはそういう祭りがあって、天の神や地の神に祈って病を治そうとしてきました。

古事記によると、日本の国に疫病がはやって、天皇家が三種の神器を奉った。それが伊勢神宮の始まりで、元伊勢として奈良にありました。それを11代目の垂仁天皇の皇女、倭姫命が今の伊勢にお遷したのです。

「生きる」ことへの欲望

横倉 何がいちばん幸福かと言えば、健康な生活を送ることでしょう。

現在のように超高齢社会では、社会保障の問題などいろいろな問題が出てきますが、健康な高齢社会を作っていきたいと思います。できるだけ健康な高齢者になっていただくために、かかりつけ医というものを国民の皆さんに持っていただく。かかりつけ医の役割とは、病気のときはもちろん診察させてもらいますが、健康をどう維持するかとか、そういう相談もしっかり行っていくということです。山田 人間には欲望がありますが、何の欲望が強いかなと言ったら、やはりいつまでも生きたいという欲望です。

横倉 でも、人には必ず死が訪れるわけです。

山田 人は元気なうちは、病気になって人に世話になるくらいならもう死んだほうがいとよく言うけれども、いざ病気になると、「生きたい」になってしまう。

横倉 やはり何とかして生きていきたいと、生にしがみついてしまいますから。でも健康に生きないとだめですね。

山田 そうですね。そういう意味では医療でも、たとえば胃瘻などをされる人もいますが、私は、ああいうのはあまり勧めないほうがいいと思いますね。

横倉 もともとは、どうしてもミルクが飲めない赤ん坊に栄養を与えるために始まった技術なのです。

一時、日本では高齢者の方にもかなりそういうことをしましたが、今は本当に必要かどうかという判断をしています。たとえば肺炎を起こしてご飯が食べられないから胃瘻を作るが、栄養がいたら外そうというような判断をしています。

基本的には、食事を自分で口から摂れるということが、やはり人間らしい生き方でしょうから。

山田 生きている1つの目安ですからね。

横倉 死というものをどうとらえるかということです。私どもは国民の皆さんの人生の終末に立ち会う機会が多くありますが、お亡くなりになる方はもちろん、そのご家族がどう納得して送り出していくかということが大切でしょう。

生老病死を考える

山田 死に対して「臨終正念」という言葉があります。最期に臨んで正しく念ずるという意味です。

阿弥陀様がお迎えに来てくれるとか、幸せな世界が見えるというイメージを病人に与えていく。そうすると七色の空が見えて、そこに二十五菩薩が迎えに来られる。昔はそういうことを病人にずっと言い聞かせました。病人はそれをイメージしながら幸せのみを念じていくと良い所に行けるということです。

その臨終のときに遺産相続の話などをすると病人が迷うと言われています。どうしても看病している人たちはそういう話をしますから。

横倉 周りでそんな話をされてしまうと、現世にとらわれてしまいますね。しかし、それでは本当に成仏できないでしょう。

山田 だから臨終正念が必要なのです。最期に向かったときに、正しく念ずることを教えてあげることが、本当は大事なのでしょう。

医学的にはどうか知りませんが、人間の五感でいちばん早く死んでいくのが目、最後まで残る感覚器官は耳だと言われています。「祇園精舎の鐘の声、諸行無常の響きあり」というのも、あれは須達多長者というインドの富豪が、祇園精舎という独居老人に鐘の音を聞かせるお寺を建てたのです。

人間は年を取り病気になると、何が欲しいかという、静かに鐘の音を聞くのほうがいいと言うのです。

朝と夕方では音色が違う鐘を作って、朝の鐘を聞くと、「またきょうも生きられるなあ」と思う。そして、夕方には「ああ、きょうも1日終わったなあ」と鐘の音を聞き、感謝の心で床に就く。こういうことが病人の憩いとなるのです。

横倉 人には生き、老いて、病気になり、最後に死ぬというサイクルがありますが、仏教では「生老病死」をどのようにとらえているのでしょうか。

山田 生老病死を四苦という4つの苦しみととらえます。これとは別に、現実の生活の中でも生きるのに4つの苦しみがある。両者を合わせると8苦になるので、四苦八苦と言うのです。

四苦は、人生は一切苦という人生観です。生きる苦しみ、次に老人になって、杖をついたり、目や耳が不自由になり、体が思うように動かないと苦を実感します。そして病気になり、最後は死を受け入れるということなのです。

後の4つは現実の生活の中で生きたときの苦しみです。1つ目は愛別離苦と言って、愛おしい者との死別。2つ目は怨憎会苦と言って会いたくない人に会わなければならない苦しみ。3つ目は求不得苦と言って、求めても求めても得られない苦しみで、たとえば宝くじなどなかなか当たらないのに買って苦しむ。4つ目は五陰盛苦という苦です。五陰というのは肉体のことで、肉体と心とがバランスを崩すのです。年を取ってくると心は元気だけれども、身体は自由が利きません。逆に若いときは身体は元気だが、お金もなく思うようにいかない。そのバランスが崩れているので苦しいというのが、五陰盛苦です。この8つで四苦八苦していると言うのです。

横倉 生老病死の苦しみと生きることの4つの苦しみを合わせて四苦八苦というのですか。四苦八苦とはそういう意味で使われるのですね。

山田 また、人間観を示すのに、四有という言葉があります。生有、本有、それから死有、中有の4つです。

この4つのうち、生有と死有は瞬間です。生有とはお母さんのお腹から生まれ出るときのことではなく、卵子と精子が結合するときを佛教は生有と言います。だから一瞬なのです。

そこからが本有です。子宮の中で育ち、十月十日で生まれますね。それで胎外に生まれ出ることを臨生受苦といって、お母さんが分娩の苦しみを受ける。佛教では生まれてきたら1歳と言います。十月十日もお腹にいたのだから、生まれたら1歳というのがいいように思います。本有というのは、母体に宿ったときから死ぬまでの間を言います。死有とは、息を引き取る瞬間です。

死有の後に中有があります。人間の魂が空中に浮いているというのです。その期間を49日とお経に書いてあります。7日、7日……で $7 \times 7 = 49$ 日。この49日の間に次の自分が生まれる世界を選んでいと言ひ、また生前に自分が執着してきたものと別れていくのですが、なかなか執着の晴れない魂は中有をさまよう。心から迷いが抜けた魂はいい世界に行くというのが中有なのです。

けれども、やはり執着が抜けない人がいるので、百ヶ日、次は1周忌を、それでもまだ残る人がいるからというので丸2年のときに3回忌の法要を行います。3回忌になったら、もう大体次の世界に生まれ変わっているということで、お墓を仮墓から石碑にして記録する。このような佛教の輪廻説を、正式には輪廻転生と言います。

横倉 輪廻説とはそういうことなのです。

山田 『NHKサイエンススペシャル 驚異の小宇宙 人体』には、人体内には毛細血管が張り巡らされており、そのすべての血管をつなぎ合わせると10万km、地球を2周半するほどの長さを書いてありました。

また、5年ぐらい経った木の根をきれいに洗って毛根をつなぐと、1万1,200kmぐらいあると植物学者が言っておられます。「花を支える枝 枝を支える幹 幹を支える根 根は見えねんだなあ」

という詩がありますが、それは何かと言うと、植物の生命を支えている木の心のように思えるのです。人間にも、見えている身体の部分と、その中に見えない部分、たとえば心とか魂とかが混在しているということなのです。

また、私たちがお父さんとお母さんによって生まれてきたと考えれば、10代遡ると2,046人のお父さんとお母さんがいるということになります。どの代のお父さんとお母さんが欠けても、横倉先生も私もいないということになります。そういう先祖からもらっている何かを、血筋とか家柄、人柄と言うのです。私の背負う過去には2,046人の人格が入っているのを感じます。

「唯識教学」の教え

山田 薬師寺は法相宗です。奈良の宗教は、南都六宗といって6つありましたが、それをまとめて今は3つになっています。東大寺は華嚴宗、唐招提寺は律宗、薬師寺と興福寺は法相宗です。

法相宗は、玄奘三蔵法師がインドから伝えた教え、内容的に言うと、「唯識」という思想です。「唯」という字は、ほかに選ぶものがないという意味で、「識」だけということです。「識」という字は、常識、認識、それから知識というように、識というものを生まれてからきょうまでずっとため込んで、私たちはそれを「心」と呼んでいる。「心」は、本当は精神的なもので、認識です。だから私たちは、「唯識」の「識」という字を「こころ」と読みますが、世間は「心」という字を書いています。

法相宗では、先祖を10代遡ると2,046人の先祖の血が入っている。これも識としてあるというように呼んでいます。私たちはその「識」で外のものを見る。

横倉先生は先生の立場で世の中を見る。でも、ほかから見るとお医者さんの考え方には変なところもありますね。お坊さんも外から見たら変だとか、みんな変ではないですか。だから変なのが地球上には74億人いて、ひとりひとり自分が正しいと言っているけれども、見方を変えたら他の意見もあります。

私たちはそういう変な見方をしている者ばかりだから、周りを受け入れられるように、かたよらない、こだわらない、とらわれない生き方をしようというのが唯識教学です。自分自身を見て、自分がかたよっている変な人間だ、私の認識は、田舎で生まれてこれだけのものでしかないけれども、もっと認識の広い人から見ると愚かな者なのだと自覚してくださいと、そういう教えが法相教学の根本です。

だから、何ごとも頭の中で考えるのではなく、生活に密着した具体的な教えであると思います。

自然の叡智に学ぶ

横倉 先生は、東日本大震災の3か月後から被災地を回られて、亡くなられた方々の魂を鎮め、立ち上がろうとする人々の心の復興を願って、お経を上げ、お祈りをされたそうですね。

日本医師会は、いち早く災害対策本部を立ち上げ、被災地支援を行いました。でも、いまだ復興は道半ばです。被災地の復興には非常に長い時間を要しますね。

山田 震災があった日から、法隆寺、薬師寺、東大寺、興福寺、唐招提寺、西大寺と6つのお寺で義援金箱を設置して、ずっと支援させてもらいました。はじめは六大寺で集まった義援金を日赤に持って行きましたが、どう使っていただいたか一切報告はありません。

宮城県で8,000人を超えるご遺体を棺に納め供養されたという葬儀社を営んでいる人がいます。津波で1万人余りの行方不明者がおられたではないですか。その中で身元の分からないご遺体を仮埋葬

して、遺族が探しに来られ写真を見て、私の親だ、子どもだと確認すると、ご遺体を掘り起こして棺に納め、火葬にして供養するお世話をされました。

その中には両親が亡くなったという子どもが何百人かおられて、その子たちが大学を出るまでの面倒を見ようというプロジェクト、NPO 法人「JETO みやぎ」を立ち上げて活動しています。この間、六大寺の義援金をまとめたら、一千二百数十万円ありましたので、1,000 万円をそういう活動に役立てていただきました。

残りを日赤にお届けしました。日赤にはすでに4回義援金をお届けしていて、今回初めてそういう活動をしている民間の所へ義援金を贈って、新聞にも載せてもらいましたが、何かこう本当に行き届いたような気がしました。

私たちも微力ですが、毎年少しでも癒やすことはないかと思ってやらせてもらっています。

横倉 日本は天災が起きやすい国です。台風、地震などによる大洪水、大津波などを教訓として、大堤防を築くなど人間としてできる限り自然をコントロールしようとしています。

しかし、自然の前で人間は無力であると気づかされますが、いかがでしょうか。

山田 全く同感です。被災地に行って、少しでも復興の手助けになればと思っていますが、ちょっと復興の方向が間違っているのではなかろうかと私は思いますね。

宮城県に七ヶ浜町といって、7つの浜が連なったすばらしい自然がありますが、そこに8m ぐらいの高さで堤防を築いているのです。それを見て、こんなに素晴らしい自然を破壊することが復興なのかと思いました。

宮城県の鹽竈神社は、昔の津波の経験から高い所に建てられ、今回の被害を受けておられないのです。やはり自然に逆らわないで、そういう所に移転している神社や仏閣が結構多いのです。

私は、自然がすべて生かしてくれていると思っています。海は私たちの命の源だし、宝です。だから、憎んだりするのではなく、感謝しなければいけないと思うのです。天災が起こったときに逃げる場所を考えておくのはいいけれども、押し寄せる津波を止めてやろうというのは、どこか自然と対決している感じがしますね。

横倉 そうですね。人間の思い上がりと言えますね。

申年をどう過ごすか

横倉 さて、今年は申年になります。私は申年生まれですが、どのような年になると思われますか。

山田 「申」という字には伸ばすという意味もあります。ですから上に伸びていく。

猿は結構厚かましい動物で、人里へ降りてきて、最後は人に害を与えたりします。だから、奈良では申年には特に気を付けなければいけないという古来の習慣があり、家族の人数分の猿の人形を作り、両手両足を括ります。これを「くくり猿」と言って、玄関の軒下に吊るして、家族みんなが慎んで生きようという意味があります。

放っておくと欲が伸びて間違いをしでかすから、慎むのがいいというのが申年だと思っています。

佛教では善悪をあまり区別せず、伸びるというと両方の意味があります。すべてに善いものも悪いものもある。片方だけを見ないで、いつも両方を見ていくということですがけれども、人間はどうも片方ばかり見てしまいます。

横倉 ついついそうなってしまいますね。先生の教えをしっかりと受け止めて、今年1年を過ごさなければいけないと感じました。

私たちは今、行政と協力して地域包括ケアシステムというものを各地で作ってもらっています。し

かし、地域医療ビジョンも行き過ぎると非常に硬直的になって、かえって国民に迷惑をかけることになりかねない。やはり、ほどほどというのが良いですね。

これからの医療のあり方

横倉 今後の医療は、超高齢社会の中で、どのようなことを考えながら、どのような方向性で進めれば良いと思われませんか。

山田 なかなか難しいですね。私もよく老人ホームに行かせていただきますが、全員が車椅子という老人ホームもあります。でも、もう少し健康年齢をこれからどのように伸ばしていくか、そのためのシステムをどう作るのが、大事なことではないかと思います。

横倉 医療提供体制をどのように作っていくかですね。

山田 喜んで生きて、そして感謝して、臨終を迎えられるような医療が最も大事なのでしょうか。どうしても、お医者さんは生かしていくことが名医だと思われているところがあると思います。

横倉 長年それで医療をしてきましたので、少しずつ転換していかないといけないということですね。

山田 たしかに人を生かすということは素晴らしいことですが、それだけではなく、幸せな生き方をして、感謝して生きるための医療というのが、これからの最終的な課題でしょうか。

横倉 そう思います。本日は人生観や死生観、今後の医療のあり方などについて、いろいろとお聞かせいただきました。今年1年が、先生にとってすばらしい年となりますことを祈念して、対談を終わりたいと思います。ありがとうございました。

*本稿は、新春対談として、「日本医師会雑誌」平成28年1月 第144巻10号に掲載されたものである。