

# 礼らい拝はい

令和6年2月19日  
8号



## 「涅槃会（ねはんえ）」

自燈明・法燈明の教え

本日は、涅槃会の法要を行いました。涅槃とはインドの言葉「ニルヴァーナ」に音のまま漢字を当てたもので、「吹き消す」という意味があります。つまり、涅槃とは「悩みや苦しみの元となる煩惱の火が全て吹き消された覚（さと）りの世界」を意味します。その世界に達した心のあり方は、「智慧（ちえ）あるが故に生死にとどまらず、慈悲（じひ）あるが故に涅槃に住せず」と表現されます。涅槃に達しているのですから、仏の力によって迷いを破る働き（智慧）で、自分は覚りの世界に存在し続けようと思えばそこを離れる必要は無いのです。しかし、「自分さえよ

ければ他の人はどんなに苦しんでいてもかまわない」という世界では、本当の意味で煩惱の火がすべて消え去ったとは言えません。つまり苦しみを除いて楽しみを与える働き（慈悲）を心に持っているのですから、「苦しんでいるすべての人を救うまで、自分だけが覚りの世界にとどまることはできません」という考えを持つことが、真実の涅槃であり、仏の覚りなのです。

さて、本日の法要の中で読んで頂いた歎徳文に、自燈明・法燈明のお話がありました。これはお釈迦さまが涅槃に入られる時、最後の説法として弟子たちにお話しされた内容です。

「他人を抛り所（よりどころ）とせず、自らを灯明とし自らを抛り所とせよ（自燈明）、法を灯明とし法を抛り所として他を抛り所とすることなかれ（法燈明）。」

私たちは困難な状況になると、誰かに頼ってしまいます。しかし、その誰かが必ずしも正しい考えを持っているとは限りません。ですから、お釈迦さまが亡くなった後、他の教えや心を感わすような言葉に左右されることなく、私（お釈迦さま）のもとで修行してきたことを信じて、自らの心に従い、正しい教え（法）を考え方や行動や発言の源として、この先も修行を続けていきなさい、という教

えを説かれたのです。このことを最古の仏典の一つである法句経では、「己（おのれ）こそ己の寄る辺（よるべ）己をおきて誰に寄るべぞ。」

よくととのえし己にこそ  
まこと得難き寄る辺をぞ得ん。」

と示しています。ここで大切なことは、抛り所とする「自分」がどのような自分であるかということです。自分の考えの中心になる正しい教え「法」を知らないままであれば、自己中心的で自分だけが正しいという考えに支配されてしましますし、あるいは周囲の目を気にして他の意見に同調するだけの自分になってしまいます。つまり「法燈明」が無ければ「自燈明」は成り立たないということなのです。ですから、まずは正しい教えを知ることが大切であり、自分が正しい教えを意識し実行できれば、それが根拠のある自信へとつながっていき、まさに「自燈明」となるのです。

お釈迦さまの教えや本校の建学の精神には、人として正しく生活していくためのヒントが詰め込まれています。仏教を学ぼうとするのではなく、仏教から学び自己の振り返りによって、自燈明の心をしつかりと育んでいきましよう。いよいよ目の前に迫ってきた年度末、そして次年度へとつなげていきましよう。