

# 刀-夕仙な僧侶たち

第五十九号



ひ

と

り

日常生活の中で仏像を楽しむことを目的に、国宝などの仏像を精巧なフィギュアで再現する「ISM（イスマ）」の孔雀明王像は正暦寺にある福寿院客殿の本尊をモデルとして製作されたもの（現在は販売終了）。孔雀明王は、毒蛇や害虫を食す孔雀を神格化した仏で、人間にとっての毒である「苦しみ」「災い」「煩惱」を取り除くと伝えられている。忿怒の表情をする明王には珍しく、優しい慈愛の相を浮かべている。



ここ2年は「寂しい」という気持ちと一緒にいた気がする。毎日のように局面が変わる世情に不安を感じ、無意識につながりを求めていたのかもしれない。流行りのNooty飲みに乗り遅れ、タイムラインに流れる他者の相容れない言説にヤキモキしながら、毎日一人で自粛の名の下に昔飼っていた犬の墓参りをして過ごしていた。

パンデミックがやや収まりつつあり、気軽に外を歩けるようになってきた今、その寂しさが消えてしまったかというところでもない。友人と外の世界で思う存分、無意味な時間を過ごそうとも、常に一抹の寂しさが残っている気がする。

思い返せば、四六時中友人と過ごしていた学生時代だって、いつも欠けてしまっていた何かがあった。空気を読んで周りに同調したとしてもそれは自分ではない気がしていたし、かといって自分の意思で思いついたことを自慢げに話したとしても、3分の1も相手には伝わっていない気がした。たとえ「もう孤独じゃない」

と思える瞬間があったとしても、ふとあるときにはまた「孤独だ」と思う瞬間が訪れる。ずっと繰り返しの中にある。

今実家のお寺の一室に引きこもり、座椅子を机代わりに文章を書きながら思うのは、孤独とは解消できるものではないということだ。孤独とは欠損でも異物でもなくて、心が映し出す現象みたいなものかもしれない。孤独であることをただそう「ある」ものとして、肯定もせず否定もせず、飼っている犬くらいの距離感で付き合っていくことができればいいのになと思う。

でも、いかにせんそれを忘れてしまふ。いつの間にかつながりの欲しさに身をやつてしまふ自分がある。ひとりである。ひとりだと諦める。自分には「ひとり」を懐かせる身の置き方が必要なかもしれない。さつきりピングの机の上にあるデコポンを見て「デコポンか」と言っただ。言う必要がなかった。その言葉は誰かに伝えたいわけではない。おそらく自己表現でもない。ひとりこ

とは不思議だ。誰かのためでもなく自分のためでもなく、あまり自分の意思を介さず自分を通して行われること。そこに「ひとり」が浮き上がった気がした。誰かを向かず、自分を語らずとも、自分のなかにはこんなに無意味な「ひとり」が存在していることに希望を感じた。それぞれがどうしようもないほどに「ひとり」である。自分の「ひとり」を思うことは、おそらく誰かの「ひとり」を思うことにもつながっている。

自分が大切にしている仏教にも「ひとり」がある。釈尊はこの世の苦しみから解放する方法、つまり悟りを開いた後、「その内容を語ってください」と周りに求められても沈黙を貫いたのだという。というのも「自分以外の誰かに自分の悟りなんて絶対に理解できない」と思ったからだ。結局、彼は懇願されて説法をしたわけだが、今こうして経文を開くとき、耳には言葉とともに彼の沈黙が伝わってくる。仏教のはじまりは誰かに向けられた言葉ではなく、「ひとり」だったのだ。

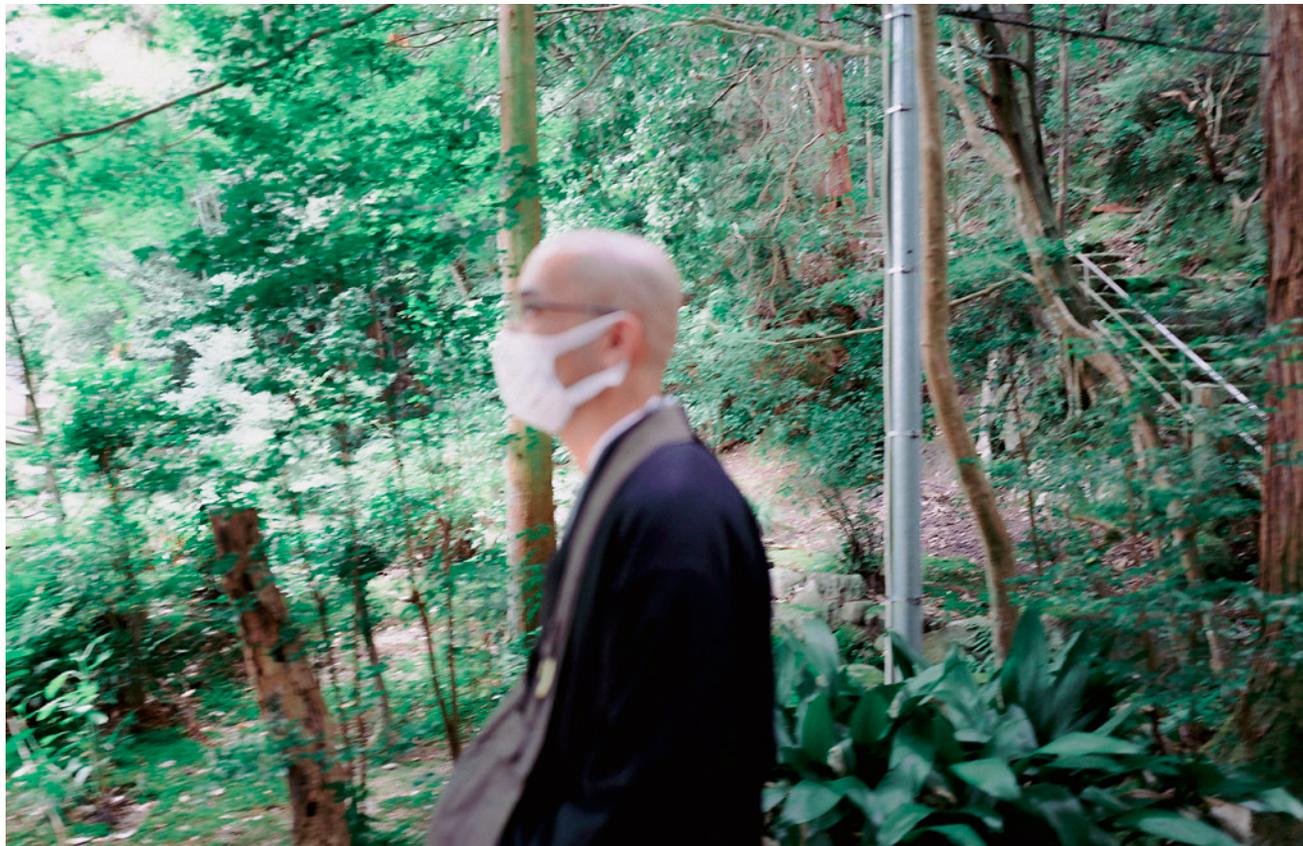
フリースタイルな僧侶たち

編集長 稲田ズイキ

もんどう

# 問答

あなたは孤独ですか？



携帯電話やスマートフォンから QR コードを読み取ることで、問答の音声をお聴きいただけます。

下記の URL から視聴可能です。

🔊 <https://youtu.be/swt1PfmaLQQ>

3分間の坐禅を行う

……………孤独、とも言えるし、孤独ではないとも言える。両面あると思います。えー……………座禅をしているときっていうのは、すごい……一人きり。孤独になっているようでいて、むしろその、自分自身が普段どれだけいろんな人とのつながり、いろんな物事とのつながりの中で生きているかっていうのを、逆に認識することもあり。孤独を感じる時っていうのは……「孤独でない」ということを自分が知っているから。それに対して、逆に今は「自分は孤独だ」というふうに思っていて。で、うーん……「孤独」という言葉は「孤独ではない」という言葉に対して、その…対照的に示されるようなことなのかというふうに思っていて。その意味で、孤独でもあるし、孤独ではないし……うん、両方あるのではないかと思います。……………一人の時に逆に孤独ではないことを感じると話したけども、逆に、誰かといるとき、親しい人と一緒にいるとき。そういうときに、今はこうやって一緒にいるけど、本質的にはどこかで、「一人きりも自分」というのを感じる時もある……そうすね、煙に巻くような答えですが、孤独ではあるし、孤独ではないとも言える。ということになるかと思います。はい。

いいの・けんし

飯野 顕志

王龍寺 / 奈良



# 俳句

はいく

咳<sup>せき</sup>をしても一人

尾崎放哉

誰もいない静かな空間に、咳がひとつ。

自由律俳句。俳人、尾崎放哉によるもの。

放浪生活の末、小豆島のお寺に辿り着き、

病床で一人、この句を詠んだ。

私の咳をしても一人を詠む。

クロワツサンの層に愛があるなんて嘘

野村由芽

今はなき私が食べ物だったころ

たみお

ブツクオフに帰る

笹塚301

そこにいない我をみる蜘蛛

野口順哉

ふたりくるまりくるむだし巻きやけどの跡 布村喜和

(一) スーパーマーケットは賑やかで、この世を見物している  
みたいな気になる。クロワッサンの売り文句が目に入る。  
「16層の層に愛があります」。この世のものたちは、  
どこまでも愛を求めている。ほんとうに。

(二) あんなに求められた授乳期が終わって、数年が経った。  
かつて私から栄養を摂っていたことも、我が子たちの  
なかでは、半ば無かったことになっている。  
ふと、食べ残されたような気持ちを覚える。

(三) 目が痛くなる黄色と青の看板。哀愁さえ枯れ果てた、  
あの匂い。3回こだまするあの言葉。出口が見えない、  
あの空気が。その場所は、行きたくて  
行くのではない。ただ、帰るのだ。

(四) 尾崎放哉の言葉は不在のものに向けら  
れている。それは自身が居なくなった  
あとも居残るであろう何かとしての不  
在であるように思う。

(五) 秋のお知らせツクツクボウシが鳴き、曼珠沙華が十五夜の月に照らされ  
一人座禅をして楽しむ事も有り難いと思うのであります。  
ほら：一つ二つ三つと呼吸をしているね！ だんだんと足が  
痛くなってくる(笑) 心が研ぎ澄まされ生きてるんだと実感する感謝。

(六) ふわふわ、ひたひた、おだしの風味。夢心地。目と目  
が合えばジュッと焦げ、握る手と手はやけどとして。突然、  
ふわんと舞って宙返り。ほどけて、崩れて、冷めてゆく。  
おだしの海にひとり浮かんで思いつく。



日記 につき

七月一九日(月)

気温が三十度を超えている。夏だ。  
なんとなく実験したい気分になって、裸眼で  
外を歩いてみた。外界がボヤけている。私の視  
力は低い。普段はメガネを使うことで生活して  
いる。

ひとつ気付いたのだが、脳がスマホの予測変  
換のようなことをやっている。たとえば路上に  
落ちていた茶色のモヤを犬のフンだと予測して  
いた。近付いてみると落ち葉だった。こうした  
予測は常にされているのだろうが、裸眼だと予  
測から確定までのラグが大きくなるため、脳の  
処理に気付きやすくなるのだろう。  
夜、ふたたびメガネなしで外出した。夜の町  
を裸眼で歩くと、信号機の光が火花のように膨  
らんでいて幻想的な姿を見せてくれると知った。  
最寄りのファミリーマートの緑色の光も、四方  
にぼんやりと拡散されていて夢の世界のようだ。



七月二〇日(火)

例のごとく夏だ。気温は三十三度。セミが鳴  
き続けている。今日は普通にメガネ。  
コンビニに行く途中の道で、トカゲを見かけ  
た。黄土色の体をして、日差しを浴びているよ  
うに静かにしていた。トカゲの口角は常に上がっ  
ている。笑っているように見える。

コンビニでアイスコーヒート堅あげポテトを  
購入した。帰り道でも同じ場所にトカゲがいた。  
微動だにしていな。舌を鳴らしたが反応はな  
かった。ネコと付き合っていた時のくせで、小  
さな生きものを見かけると反射的に舌を鳴らし  
てしまう。トカゲの聴覚はどうなっているのか。  
聞こえているのか、いないのか。

裸眼で歩いていた場合、路上のトカゲには気  
付かなかっただろう。このサイズでは黄土色の  
モヤにすらならない。端的に無である。見えな  
いものは存在できない。

七月二一日(水) 酷暑。そして絶え間ないセミの鳴き声。日本  
の夏が、全力で日本の夏をやっている。  
セミの鳴き声はオスの求愛の声らしい。メス  
は鳴かないそうだ。要するに、メスのセミに向  
けられた求愛の声を、オスの人類である自分が  
朝から晩まで聞かされているという構図なのだ。  
生殖プロセスとして考えれば、この出会いはまっ  
たくの不毛である。



セミの求愛の声は嫌になるほど耳にするが、  
セミが交尾している姿を見たことはない。不  
思議な気がするが、人が求愛している姿は見か  
けても、実際に交尾している姿はめったに見か  
けないようなものか(たまに真夜中の公園とかで  
見かける)。

昔、なにかで見た学者の言葉で、もしもこの  
世界に造物主がいるならばよほどの昆虫好きに  
ちがいない、というものがあつた。その種類も  
個体数も、昆虫が圧倒的であるゆえに。じつは、  
地球は昆虫の星なのだ。

七月二二日(木) 連日の猛暑。さすがに頭髪にムカつき始めた。  
前回坊主にしたのは昨年十二月だ。すでに七ヶ  
月が過ぎている。そろそろ前髪が目につく頃だ。  
何よりも頭皮が蒸れている。髪の中に手突っ  
込んでみると、ムワツと指先が熱帯に行つた。  
この頭皮に種を植えると、甘くて美味しいマン  
ゴーが育つであろう。  
押入れからバリカンを取り出した。アタツチ  
メントを2センチに設定して散髪。真夏仕様の  
頭になった。しばらくジョリジョリと撫で回す。



七月二三日(金)

「肉体にエサを食べさせなくて！」

空腹時、そんな感覚が生じて笑った。意識と肉体の分離感が強烈になっている。

腹を満たすため駅前に行った。途中、三日前と同じ場所で黄土色のトカゲを見た。今回は私が近付くと同時に近くの草むらに消えた。このトカゲが三日前と同じトカゲなのかは分からない。それぞれのトカゲの固有性を識別する能力が私にはない。少し歩くと、今度は路上でセミが死んでいた。

夏は、セミとトカゲの季節。

個々のセミの固有性を発見して、感情移入が可能になった時、白い腹をさらけ出して死んでゆくアブラゼミを目にして、涙を流すことになったのだろうか。今の自分にとって、セミはすべてセミだ。その死は悲しくはない。

七月二四日(土)

言うまでもなく夏。言うまでもなく猛暑。言うまでもないので今後は言わない。

部屋にある地球儀を気まぐれで回した。ギョルギョルと音を出して高速回転。本物の地球がこんな速度で回転することはない。すさまじい速度で自転を繰り返す地球が目の前にある。朝と夜が一秒に満たず入れ替わる世界だ。太陽が切れかけの蛍光灯になったかのように。人類、発狂しそう。

その後、グーグルマップでダブリン近辺を見た。行ったことはないが気になる都市だ。ダブリン目線で日本を見つめる。ユーラシア大陸の

東端に小さな島があつて、そこに住む人々が独自の文化を形成していると想像すると、なんだかワクワクしちゃうよな。

七月二五日(日)

明日は編集者とオンラインで打ち合わせがある。久しぶりの人間との本格的な会話だ。緊張してきた。

現在の日常はコンビニ店員との事務的なやりとりが会話の大半を占めている。誰とも話さない日々慣れ切っている。私の日常にはハローもグッバイもなく、

「支払いはスイカで」

という言葉だけが存在している。高度資本主義の申し子といった感じだ。

七月二六日(月)

打ち合わせ完了。二時間ほど映像ごしに話した。後半は喉が潰れて自分の声がかスカスになっていた。使っていない器官はおとろえてゆくという当然の事実。喉がヨボヨボ。

たまに今回のようなオンラインの打ち合わせがある。相手の顔が画面に映ることは普通だが、自分の顔がテレビバラエティのワイプのように画面右下に表示されることに未だに慣れない。美容院が苦手だったことを思い出した。巨大な鏡の前に座って、喋っている自分を見続けていると不安になるのだった。おまえとは肉体である、と突き付けられることになるからだろう。鏡というもののへの恐怖は人間の心に根深くあり、それゆえにホラー映画は、ひんばんに鏡を利用するのだろう。

七月二七日(火)

近所の塀にセミのぬげがらがあつた。セミは自身のぬげがらを放置したままどこかに行つて恥ずかしくないのか。脱いだら脱ぎっぱなし。地中で何年も身に付けていたものに何の思い入れもなく、たまに見に来ることもない。セミにノスタルジーはない。人間の心を持ったセミがいれば、ぬげがらを思い出の品として大事に保管しておくだろう。

セミのぬげがらに入つてみたいと思つたが、身体がサイズが合わない。

どうもセミのことを書いてしまう。とにかく鳴き声を聞き続けているからだろう。セミの求愛がうるさくて集中できない。全裸の中年男性が樹木にしがみついて、

「女ーッ！ 女ーッ！」

と絶叫していたら、そのおっさんのことばかり考えてしまうようなものだ。それはそれとしてアイスミルクティーを飲みながらリルケの詩集でも……とはなかなか思えない。

なんとなく連想して、『ムシヌユン』（都留泰作のマンガ）を読み返した。流れて原作者の前作『ナチュン』も。

その熱量に興奮して夜更かし。

七月二八日(水)

起きると昼過ぎだった。夕方、外の気温が落ちてきた。着いたタイミングでスタバへ行った。徒歩三十分ほどの場所にある。運動を兼ねている。三時間ほど滞在した。

店内では本を読んでいたのだが、それでも三時間ほどカフェにいと、自分も人間の一人なのだという事実が実感される。カフェに行くことは人間の気配を吸い込むことだ。自分が人間であることを確認するためには、定期的にくさんの人間がいる空間に身を置く必要がある。スタバを出るとすでに夜だった。ふたたび三十分歩いて帰宅。汗だくになって気持ちよかった。たまに夜のセミがギギギッと短く鳴いている。

昨日の日記を読み返したが、

「女ーッ！ 女ーッ！」

というのは、さすがに求愛の言葉として野蛮すぎるだろうと思つた。山賊の求愛じゃないんだから。

※私のイメージする山賊は、しゃれこうべを盃にして酒を飲み、炎を囲んで肉を食い、女を見つけると一切の固有性を認識することなく「女！女！」とさげんで踊る。

七月二九日(木)

夜、酒を飲みながらネットをタラダラ。ネコは好きだが、ネットでたまに出てくるネコ島の写真は、見ていると不安な気持ちになってくる。要するに大量のネコが路上にいる島なのだ。同じ種類の生き物がびつしりと場を埋めている写真が不安のトリガーになっている。ネコの見慣れた姿がゲシュタルト崩壊して落ち着かない。

もつとも、これは一般的な感覚ではないようだ。ネコ島の光景は、ぼんわかする楽園的光景としてネット空間を流通しているし。

たんに自分が田舎の子供だったからか？

二十歳の頃、はじめて東京に行つて、夜七時の渋谷駅前で人を待っていた時、大量の無関係な人間がお互いを無視したまま平坦と同じ場所のみつちりと存在しているという事実が発狂しそうになった。

東京の人々は「これ」が平気なのか？

そんなふうに疑問に思つた。しかしその後、実際に何年か東京に住んでみると、感覚は鈍くなった。慣れるということなんだろう。

七月三〇日(金)

昨日の話の続き。

それでも新宿で酒を飲んで中央線の終電で帰る時なんかは、車内にぎゅうぎゅうに詰め込まれて見知らぬ大量の人間と一緒にいることに最後まで慣れることはなかった。

「俺たちは同じ釜の飯を食つた仲間か？」と思つていた。車両の全員でなにかを成し遂げて凱旋している状況でないとありえない距離で密集していた。

たとえば、巨大なスタジアムに数万人の人間が集まっている状況は、こうした人間の密集とは微妙に違っている。スタジアムの観客は同一の目的のもとに集まって、同一のものに注目している。ライブなら中央の舞台をみんなで見ているし、スポーツ観戦なら観客は二派に分かれて、それぞれのチームを応援している。しかし渋谷駅前や週末の中央線の車内では、個々の人間はそれぞれに独立して、無関係に存在している。

そして、スマホ普及以後のSNSを中心としたネット空間は、心理的には渋谷駅すら超える人口密度であるように感じる。複数の派閥に分かれてあちこちで対立しているという意味では、スタジアムの要素もあるかもしれない。あちこちで乱闘が起きる渋谷駅といった感じか。しかも24時間リアルタイムに進行してほとんど平穏な瞬間はない。

たぶん、SNSは人間には面白すぎるのだから。情念をふくんだ言葉が、衝突を繰り返しながら発狂している感じ。





photo by K.Norimasa

## 七月三十一日(土)

散歩がてら近所の神社に行った。神社に神さまがいるのかは知らないが、とっぴあえず巨大な樹木がある。息を吸い込むと良いにおいがする。古木の近くにいるとものすごく落ち着くが、この感覚は何だろう。「この人と一緒にいると落ち着く」という感覚をとことん延長していった究極の場所に、巨大な樹木がある気がする。

樹木と結婚すべきか。

神社を出て、散歩を継続した。

町を歩きながら、脳は自動的に「ここはどこなのか?」と把握しようとしている。世界に言葉を重ねる作業を脳が勝手にやっている。重ねた言葉だけを取り出したものが、たとえば地球儀であり、グーグルマップである。

数年前、ポケモンGOにハマった。一ヶ月ほどポケモンを捕獲すること以外考えられなくなっていた。たまに電波が悪く、アプリを立ち上げても周囲のマップがうまく読み込まれないことがあった。そんな時、外界がレンダリングされていない灰色の画面の中に、主人公だけがポツンと立っていた。これだこれだ、と感じた。この灰色の世界だ。

「自分は日本にいる」という認識さえ、世界に言葉を重ねた結果である。いま知覚されている外界そのものには、じつは、どんな名前も付いていない。

## 八月一日(日)

目が覚めると夕方だった。身体は夜型生活に移行したようだ。人と会う予定もなく暮らしていると、生活リズムは朝型・昼型・夜型の順にゆっくりと変化していく。人間の自然なリズムは25時間で、それが日光を浴びることで24時間に調整されている、という話をどこかで読んだが、たしかに自分のような生活だと、少しずつ起床時間は後ろにずれていって、およそ一ヶ月で一周する。すなわち、朝型生活からぐるんと回って、ふたたび朝型生活に戻ってくる。

深夜三時、机に向かった。さすがに真夜中はセミも鳴いていない。

しばらく文章を書いてから視線を上げると、目の前の網戸の向こう側に、一匹のアブラゼミが張り付いていた。眠っているのだろうか。しばらくセミの裏側を見つめていた。窓の外から夜風が吹いてきた。どこかで風鈴の音がして、頭の中を流れる思念の行く末に、私はまったく興味がなくなった。



## 上田啓太 (うへだ・けいた)

1984年生。石川県出身。京都大学工学部卒。20代後半を女性宅の居候として過ごす。2010年にブログ『真顔日記』を開設するも放置。2016年、生活がどうしようもなくなり本格的に活動開始。好きなものはゴリラとaiko。

4月5日、編集部宛に一通のメールが届いた。相手はスマホで鳴らせる鳩時計「OQTA HATO」を作っている企業だ。定刻で鳴るあの鳩時計ではなく、言葉にならない思いを届ける鳩時計を開発しているらしい。

専用アプリのボタンを押した瞬間、鳩時計が鳴る。仕組みはそれだけ。遠く離れた鳩時計を持つ相手に「今あなたを思った」ことだけを伝える新しいコミュニケーションを目指しているという。

試しに編集部で使ってみると、感じたのは言葉と音の違いだった。電話やメール、「LINE」などの通信手段は、自分の思いをいち早く相手に伝えられる。しかし言葉である分、相手の反応が気になることもあれば、誤解が生じることもある。対してOQTA HATOが伝えるのは、音だけ。直接的に伝達される「意味」がないから、受け手は自由に想像を膨らませることができる。たしかに「ポッポウ」と鳴く音の向こう側に、鳴らそうとしてくれた誰かの存在を感じた気がした。

もしかしたら、私たちの間にある言葉や意味が、人のつながりや一人の輪郭を複雑にしているのだろうか。「ただ、思いを送るだけ」「ただ、思いを受け取るだけ」そんなOQTA HATOを、さらに3人のユーザーに体験してもらった。

文〓藤山亜司  
写真〓K・NORIMASA  
協力〓OQTA株式会社



# 両

親宅のリビングに置いて、自分と妻がアプリをダウンロードしました。電話する程ではないけど「どうしているかな」と思った時に気軽に想いを伝えることができ良かったです。特に口下手な父親だと電話しても少し気まずい雰囲気になってしまうことがあるのですが、OQTAを使えばシンプルに想いだけを届けることができると感じました。

足腰が悪くて自宅から出なくなった友人同士とかで使うのもオススメです。「あなたのことをいま想っている」と伝え合うことでこの世界を今より温かく感じることができるかもしれません。



竹本了悟  
浄土真宗本願寺派西照寺

# O

QTAを使って想いを送ってみると「見守っている」「気にしている」という感覚がこちら側に起こってきて、どこか「仏さまのはたらき」と似ているかもしれないと思いました。モノやメッセージを送る場合、返ってくるものを期待してしまうところがあると思いますが、OQTAで想いを送るだけなら見返りを求める心が薄まっていいなと感じました。おひとりで住んでおられる檀家さんの家に置いてもいいかもしれません。

仏教では『独生・独死・独去・独来』<sup>どくしょう どくし どっこ どくらい</sup>とあって、人は独りで生まれ、独りで死んでいかなければならない存在と説かれます。一方で、多くの縁の中で生きていても言えるでしょう。自分という存在を「つながりの中の一人である」と思い起こすことができれば、孤独への不安が少しやわらぐのではないのでしょうか。日常の中で、ふと、何かに「生かされて生きている」と気づくきっかけになると嬉しいですね。



日野唯香  
浄土真宗本願寺派本照寺

# お

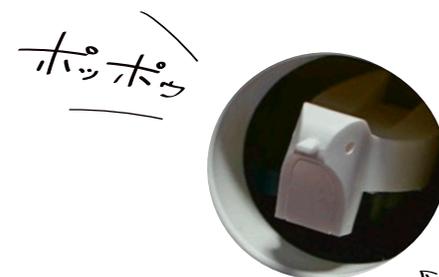
釈迦様は「犀の角のようにただ独り歩め」という言葉を残しています。群れを作らない犀のように、あなたも孤独に自らの道を歩んで行きなさいという意味です。また、「善き友」「善き仲間」を大切にしなさいとも説いています。一見矛盾しますが、同じように道を歩む仲間の存在を感じるからこそ、挫けずに自分の道を歩んでいけるのではないかと私は受け止めています。

今回、OQTA HATOを使ってみて「孤独に善悪はない」と改めて感じました。ネガティブなイメージの孤独ですが、孤独だからこそ自分と向き合えることもあるでしょう。「あなたを想っている」という時に鳩時計を鳴らす使い方だと、一度も音が鳴らなかった日に相手をガッカリさせてしまうかもしれません。OQTA HATOを使い続けることで、音が鳴ることに執着する心が生まれなにか…という懸念も残りました。

孤独を和らげるためだけに使うのではなく、例えば、ご飯を食べる時に音を鳴らすなどルールを決めて「この瞬間、同じ時間軸に生きている」という息吹を互いに感じ合える使い方できるんじゃないかと思います。



加賀俊裕  
真言宗御室派三津寺



OQTA HATO  
オクタ・ハト

## お元気ですか、ハトポッポウ

あなたとわたしとOQTA HATO



③ポッポウ



②過ごす



①置く

はい、うーん。孤独か。難しいなあ……。孤独かどうかで考えたときに、ふと思いつく修行中の出来事があるのですが。私は曹洞宗の永平寺というところに修行に行きました。まあ、主に朝晩は坐禅をするのですが、年も、年に何回か、本当に坐禅だけ、朝も昼も夕方も夜も、全部坐禅。睡眠時間も普段より削って坐禅をするという、まあ結構厳しいスケジュールの摂心という修行方法があるのですけれども。：いやー、毎日坐っているけど、摂心の坐禅って本当に足が痛いですし、しんどい。体もげっそりするくらい、なんです。その摂心という修行をしているとき、本当にしんどくて、一年目も二年目も三年目も、みんな渾然一体となって、ただ坐禅だけをするっていう修行なので。そこで自分だけ音をあげるといわけにもいかないな、という、ちょっとまあ脅迫されたような、窮屈な感じで坐禅をしていたのですけれども。：何日目かわからないんですけど、隣で座っている人の声にならないような声。うめきのような「うううー」っていう、なんか本当に苦しいような声が急に聞こえてきて。：でそれ、顔向けてその人のことを確認はできないのですけれども、隣は先輩なんです。先輩。ザーッと平気なような顔をして坐っていると、思ったんですけど、あれ、もしかして先輩も苦しいのかなって。苦しいのだけど、不意にうめき声が出ちゃうような、そんな苦しい思いをしなからでも、あんなにしつかり坐っているのか。：そういうふうに感じられたらですね、なんだか急に坐禅が染に、なったわけではないんですけど「私は隣の先輩に支えられながら坐禅をしているんだ」っていうふうに感じられたんですね。それまでの坐禅は、まあ一人です。孤独。うーん。周りの人たちが何をしていたとしても、姿勢が崩れたり、なんかサボっているような人がいたとしても、そういうことにはお構いなし、で、私が一人で頑張ればいいんだ、みたいな。：まあ孤独と

いうふうな感じで修行していたんですけども。そのほんとに声にならないうめき声みたいなものを聞いたら、ああ、みんな一緒だったわと。こういう中で、私は支えられて修行させてもらっていたんだということに、やっと気づかされた。：修行の後半の方だったんですけどね。そういう気持ちで坐禅ができるようになってからは、ありがたくて……。うん。一人で坐っていても、一人ではない。という気持ちで坐れるようになったんですね。：私はまあ短くて、一年程度で永平寺から下りてしまったんですけども、下りる間際に、(ある先輩が)「これからは永平寺から去って自分のお寺に行くので、まあ修行といってもほんとに自分、あとはまあ師匠の指示を仰いで何かをすることが多くなってくるけども、坐禅は、一人で坐るんじゃないよ」って、そういう風に言ってくれたんですね。普通考えると、二人って人数のことをいうのかもしれないですけども、その方の仰ってくれた「一人で坐るんじゃないよ」というのは、自分一人だけで坐って、うん、俺が坐っているっていう気持ちで坐るんじゃないよ。お釈迦様、2500年前のお釈迦様から代々祖師方がこう……。伝えてきた、その流れの中で、坐らせてもらっているんだ。うん。まあこういう言い方したら、ちょっともしかしら言い過ぎかもしれないけども、たとえ一人で坐っていたとしても、お釈迦様も一緒に坐ってくださっている。2500年間教えを伝えた祖師方も一緒に坐ってくださっている。そういう方々に支えられて、私って坐らせてもらっているのかな。うん。そのありがたさってのを忘れちゃいけないよ、って教えてくれようとしたのが、「一人で坐るんじゃないよ」っていう言葉だったのかなと、私は思っています。ですから、孤独ですか、と言われると……。一人であっても、一人ではない。：孤独であるかもしれないけれど、見えない多くの人たちに支えられているんだ。それが、私の思っている、孤独ということかな。



🔊 <https://youtu.be/u1dEL5EebTA>



おおた・けんこう  
**太田賢孝**  
大龍寺 / 新宿区

もん どう  
**問 答**

あなたは孤独ですか？

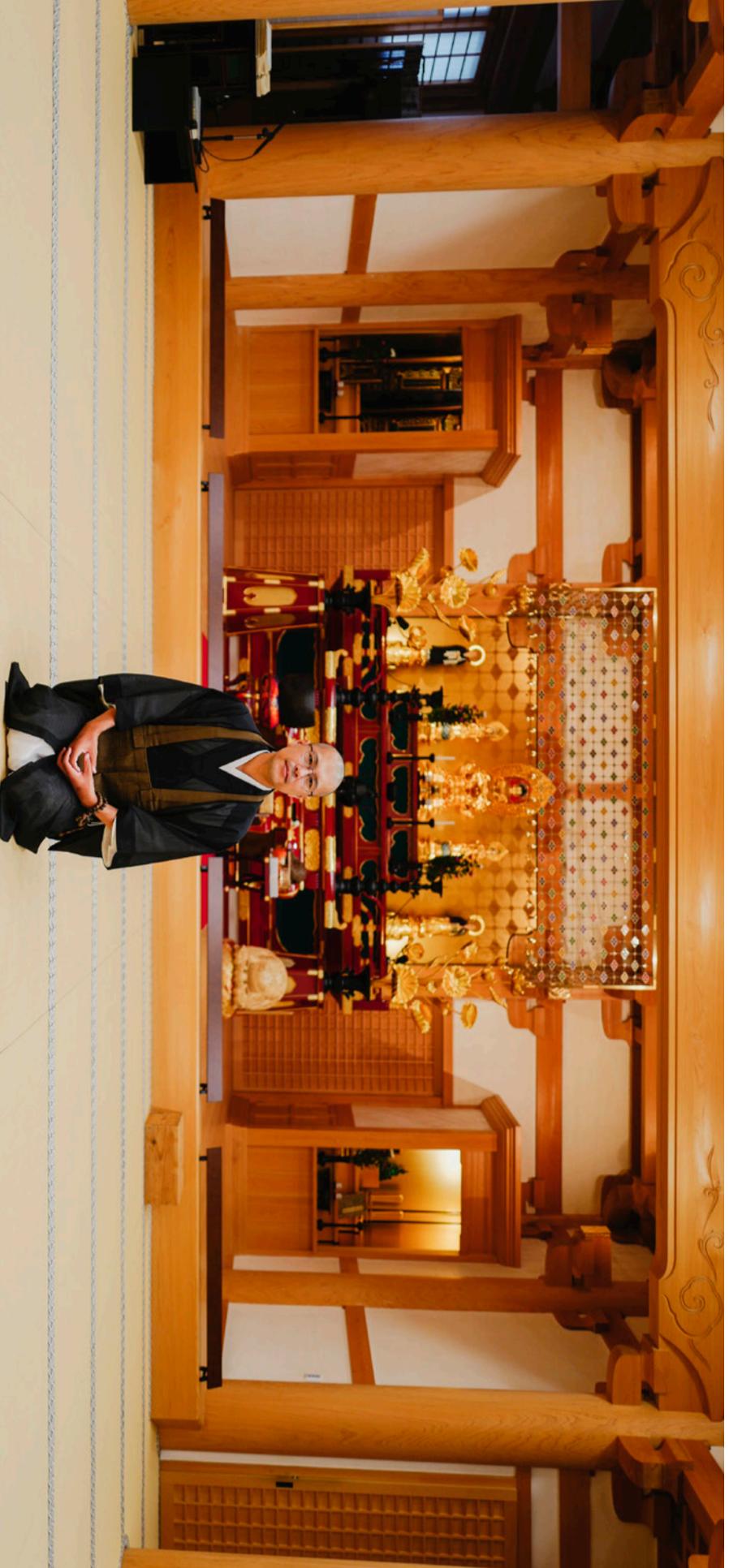
あなたは孤独ですか？

もんどろ

しみず・りょうしょう

清水良将

安養寺 / 神戸・仏心寺 / インド



おお。ふふふ…はい。孤独は、でも感じることは…ありますね。うん…で、前からも孤独というのは感じますし、一番孤独を感じたことでパッと浮かんでくるのは…やっぱりね、あの、僕、インドに行って、往復し出して12年経ちますけど、やっぱりそのとき、はじめにインドに行ったときに、すごい孤独を感じたのを覚えていて。なんでかっていうと、「インド行け」って言われて、海外行けるっていうのは嬉しいの。で、海外行って、インド行って、行けるのは嬉しいし、「行ってこい」と言われたから行くわと、ふふふ。着いたと。そこで全部終わってしまいうから…その後どうしようという、ふふつ、シーズンとしたときの孤独。で、それは物理的な孤独だったけど、その後にあった孤独というのが、あの…そのとき別に英語で言えなかったし、インドのことも全然知らなかった。で、いきなりパッと行ったわけだから、インド人の性格とか文化とかも知らない中で、ズーッと、こう生活をしていくと、やっぱり合わない部分が出てきて、合わないことに対して、イライラしたりして。で、最終的にどうなったかというとき、皆が敵に見えてきて。その後にしたことが、部屋から出ないっていうことをして。会うとイライラしちゃったり、そこでもう嫌だから、部屋の中に入っちゃったり。そのときに結局ズーッと、一人で閉じて。っていう。周りに人はいるけど、自分のことはこう、わかってくれないとか。あとは…自分だけがなんかに違えんじやないかとかって葛藤がぐるぐる回って。結局じゃあどうしていいかわからない中で、もう「一人になっていくしかない」というときに、孤独を感じるけど、でも、堂々巡りだし、っていうのが一番…たぶん生きてきた中で、孤独が強かったことかなと…思うかなあ…うん。で、その時にやっぱり一番良かったのが、あの、インターネットもなかったから、本を、あの読んで、あの、日本語の、お経の本しか持ってたことかなと…思っかなあ…うん。で、その時にやっぱり一番良かったのが、自分で飛んできている言葉じゃないかと。その言葉って2500年前とか、ね、数千年前の言葉だけでも、それまで読んでいた本は、文字だと、こういう教えがあるわと、こうなんだなと、たしかにそういうこと考えるよな、とか、あつこれ確かにそうだなと思っただけで、だんだん、こう、飛んできている言葉に、だんだん、自分の中で聞かえてくるというか、これ自分のこと言ってくれているわと、この言葉もたしかにそうだ、たしかに今こうやって言ってくれているなあっていう感覚で言葉を感じたし。それが結局、ズーッと、何日か続いている中で、やっぱり、お釈迦さんが自分に向かっていていた言葉なんだ、実際にがうけどね、ふふつ。実際にがうけど、ふふつ。生の言葉として受け取れたときに、この孤独というところから、自分のことまだわかっていくうちに、やっぱりその、実際の物理的なつながりじゃなくでも、心のつながりっていうのかな。勝手に親近感が湧いただけやけど、ふふふつ。その時に初めて、自分のことをわかってた人があるというか、自分に対する言葉があるんだっていうことを聞いたときに、初めて孤独じゃないんだっていうことを感じられたというか。そのあとはやっぱり、ちょっと出てみようとか、ちょっと誰かと喋ってみようとか、誰かその人のことを考えようとか、そういう形で、少しずつ打ち解けていったというか、そういうのは覚えてはいるかなあ。だからやっぱり、今もお釈迦さんの言葉とか、お釈迦さんというのはずで、身近に感じることができる、いなくともね、そばにいななくとも、身近に感じることができるとするのは、今もそれが願っているかな…はい、ふふふ。

📌) <https://youtu.be/EPMmmFM-0JU>



「フリースタイルな人たち」はジャンルレスに活躍するクリエイターの方に、編集部が一つお題をお渡しし、作品をつくっていただく連載です。今回はデザイナーの山中将司さんに「ひとり」をテーマに、新しい SNS のアイデアを作成していただきました。

# Soli

## もうひとりの「私」とつながる SNS

Soli はソロ・ネットワーキング・サービス (Solo Networking Service) である。ソーシャル・ネットワーキング・サービス (Social Networking Service) ではない。見た目は LINE とよく似たメッセージ型 SNS だが、やりとりする相手が他人ではなく、人工知能が生成したバーチャルな「私」なのが特徴だ。つまり、社会とつながるのではなく、自分とつながるのである。

Soli は自分が入力した言葉やネット上での行動を学習して成長する。生成されたばかりの「私」はざこちなく、会話が成立しないことが多いが、例えば Soli をメモ帳代わりにクレジットカードの支払い日のリマインダーなどを記入していくと、「私」が徐々に生成され「今日クレカの引き落とし日じゃない？大丈夫？」などと教えてくれるようになる。趣味の話をしたければ、Amazon の購入履歴や Spotify のプレイリストを学習させれば、なんでそんなことまで知ってるのと思うほど、「私」と私の感性はシンクロしていく。そう、AI NO CORRIDA もクインシー・ジョーンズ ver. ではなくチャス・ジャンケル ver. のイントロがエモい、といった具合に自分以外誰もついていけない会話が成立するのだ。

また、2019 年のデータを読み込ませた 2019 年の私と、2014 年の私と、現在の私でグループチャットをすることもできる。現在の自分を棚に上げて、昔の自分の言葉に感傷に耽っても良いし、就活生の自分に「今の仕事の楽しさはなんですか？」と無垢に質問されるのもまた一興だ。生成された多様な自分と対峙し、私という一つの壮大な宇宙を知ること Soli の魅力。今の「私」なんて、ほんの一瞬の存在。そう思えば、ほとんどの悩みは取るに足らないものかもしれない。



### 二人目

## 山中将司

アウトドアメーカーを経てフリースタイルのデザイナーとして独立しました。イタリアの A' Design Award で銀賞を頂き、成蹊大学で非常勤講師をしています。

@ masa\_yamc    034\_y



How are you? So-僧-

麩屋町通二条下ル META KYOTO にて

@ yada @yada\_metaphysica / ryu @riyuya.jp

エキゾチックとノスタルジックが交差する京都のアパレルショップ。試着室から一人の僧が颯爽と現れた。「かっこいい！」と声を弾ませる店員さん。カメラを向ければ、ポーズを決める。そこに迷いはない。撮影後、秋物のロングジャケットと靴下を買い上げ、僧は店を去っていった。

# フリースタイルな僧侶たち 協賛法人サポーター

## 浄土宗

安楽寺(南丹市)・延命寺(堺市堺区)・吉祥寺(萩市)・慶蔵院(伊勢市)・金剛寺(京都市東山区)・西明寺(尼崎市)・西楽寺(京都市伏見区)・西林寺(大阪府泉南郡)・正覚寺(青森市)・正善寺(伊丹市)・称名寺(京都府久世郡)・勝楽寺(町田市)・真光寺(今治市)・新善光寺(札幌市中央区)・崇福寺(甲賀市)・善願寺(甲賀市)・善道寺(札幌市豊平区)・臺鏡寺(枚方市)・檀王法林寺(京都市左京区)・潮音寺(東京都大島町)・長壽院(台東区)・念佛寺(八幡市)・梅窓院(港区)・法岸寺(静岡市清水区)・寶松院(港区)・法善寺(大阪府中央区)・妙慶院(広島市中区)・無量光寺(鳥取市)・湯川寺(函館市)・龍岸寺(京都市下京区)

## 浄土宗 西山禅林寺派

宝泉寺(津島市)

## 浄土真宗 本願

覚円寺(福岡県築上郡)・教専寺(赤穂市)・光栄寺(井原市)・幸教寺(大阪市生野区)・光照寺(大阪市東淀川区)・西教寺(生駒市)・西方寺(大和郡山市)・西法寺(北九州市)・浄元寺(尼崎市)・正源寺(大津市)・正宣寺(大阪市北区)・浄満寺(大阪市西成区)・信覚寺(福岡県朝倉郡)・崇興寺(福山市)・如来寺(池田市)・養法寺(金沢市)

## 真宗 大谷派

覚法寺(福岡県八女郡)・称讚寺(新潟県長岡市)・正蓮寺(伊豆の国市)・宝皇寺(函館市)

## 浄土真宗 豊後派

緑泉寺(台東区)

## 天台宗

圓融寺(目黒区)・正明寺(姫路市)・本覺寺(横浜市鶴見区)

## 禪宗 真言宗

弘法寺(和泉市)・薬師院(岸和田市)

## 真言宗 醍醐派

寶積寺(松山市)

## 真言宗 密部

三津寺(大阪府中央区)

## 真言宗 密部 須磨派

須磨寺(神戸市須磨区)

## 臨済宗 妙心派

円光寺(台東区)・宜雲寺(江東区)・勝林寺(豊島区)・陽岳寺(江東区)・龍雲寺(世田谷区)

## 曹洞宗

四天王寺(津市)・瑞生寺(浜松市中区)・南詢寺(守口市)・鳳仙寺(宮城県亶理郡)

## 日蓮宗

池上實相寺(大田区)・法華寺(亀岡市)・妙海寺(勝浦市)・妙見寺(橋本市)

## 単立

五百羅漢寺(目黒区)・瑞聖寺(港区)・法然院(京都市左京区)

## 企業・団体・店舗

アンカレッジ(港区)・カウントウン(京都市中京区)・京美仏像(京都市北区)・京念珠ゼにや(京都市下京区)・薫寿堂(神戸市灘区)・神戸数珠店(京都市下京区)・作鳥(京都市下京区)・茶坊えにし(台東区)・寺院コム(京都市左京区)・翠光堂阪急淡路駅前店(大阪市東淀川区)・大正大学(豊島区)・学校法人鎮西学園(熊本市中央区)・豊田愛山堂(京都市東山区)・一般社団法人日本石材産業協会(千代田区)・はせがわ(文京区)・浜屋(姫路市)・福生(堺市西区)・Flucle(大阪府都島区)・坊主 BAR 縁(岐阜市)

(敬称略・五十音順)

## サポーターを大募集しています

フリースタイルな僧侶たちは、みなさまのご寄付により、紙面制作やイベント運営に取り組んでいます。現在この活動にサポーターとして支援いただける方を募集しています。ご寄付いただける方がいらっしゃいましたら、下記サイトよりお申し込みいただくと幸いです。詳細は担当者よりご連絡させていただきます。

<https://freemonk.net/support/>

### サポーター年会費

個人 5,000 円 法人 30,000 円

### 特典

- 「フリースタイルな僧侶たち」を発行ことに送付
- 主催イベントにおける優待
- 誌面の協賛法人欄にお名前を掲載(法人のみ)

## 配布スポットも大募集しています

寺院・カフェ・書店など、『フリースタイルな僧侶たち』を配布して下さる店舗運営者様には、無料でフリーペーパーを送付しております。スポット登録を希望される方は、下記サイトのフォームにご記入・お申し込みください。

<https://freemonk.net/contact/>

フリースタイルな僧侶たち 第 59 号  
2021 年 11 月 30 日発行

発行人=加賀俊裕  
編集長=稲田ズイキ  
編集=秦正顕・K.NORIMASA・藤山亜弓  
デザイン=福井裕孝  
Web制作=磯部亮太  
ビジュアル協力=イ S M  
ビジュアル撮影=中谷利明

発行所 フリースタイルな僧侶たち  
〒542-0085 大阪府大阪市中央区心斎橋筋 2-7-12  
TEL 050-5583-4330  
WEB [www.freemonk.net](http://www.freemonk.net)

@freemonk\_web @freemonk\_official  
<https://www.facebook.com/freemonk.net/>  
[https://note.com/freemonk\\_2020](https://note.com/freemonk_2020)

こんにちは。手に取ってくださりありがとうございます。  
フリースタイルな僧侶たち Vol.59「ひとり」はどうでしたか？  
まだ読んでない方は捨てずに本棚にそっと置いてくださいね。

早いもので創刊 12 年目です。発行部数は毎号 15000 部、全国 400 ヶ所以上の書店や寺院などで配布されています。編集部員は入れ替わり制で、現在は 20 代のお坊さんを中心にもちろんお坊さんじゃない人も集まって、毎週一回 Zoom で顔を合わせて制作しています。コロナの大変な時期にメンバーが入れ替わったからか、まだ全員が同じ屋根の下に集ったことはありません。早く皆でファミレスに行きたいものです。

フリースタイルな僧侶たちがどういう雑誌かという、一言ではなかなか言い表すことができません。時代ごとにそれぞれの編集長のもと、あってほしい仏教の形が表現されてきたんだと思います。今私たちが目指しているのは「それでもよくわからん」雑誌です。一つ気になる話題を決め、思想・宗教・文化ごちゃ混ぜにして知恵を集めても、それでも結局「よくわからん」という問いを、読む人たちに明け渡したいと思っています。

というのも、仏教はなかなか答えを教えてくださいません。人生とは何か、命とは何か、悟りとは何か。そんな問いに仏教が教えてくれるのは、問い続けることそれ自体が人生であり命であり悟りであるということです。過程即ち結果、結果即ち過程っていうんでしょうか。フリースタイルな僧侶たちが目指すのもそれです。永遠のクエスチョンマーク。共にこの娑婆を歩む一人として、これからも私たちはフリーペーパーを発行し続けます。

次回もお楽しみに。



## 「本気で地獄」!!



そのほかのバックナンバーは Web でも読めます。  
<https://freemonk.net/magazine/>

公益財団法人  
**浄土宗ともいき財団**

# 心といのちの電話相談室

## ☎ 03-3436-6823

【受付】毎週月・金曜日 10:00～16:00 (祝日、盆、年末年始等を除く)

**あなたを支えたい**  
と願う人がいます。  
つらい気持ちをおはなしてください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により日時が変更になる場合があります。最新情報はホームページをご覧ください。

〈心といのちの電話相談室の特徴〉  
研修、認定を受けたお坊さん、お寺の奥さんがお話を伺います

〈心といのちの電話相談室の約束〉  
秘密は必ず守ります  
勧誘はしません  
無料でお受けします

**心といのちの電話相談室事務局**  
TEL.03-3436-3353 FAX.03-5472-4878 <https://tomoiki.jp>

〒105-0011 東京都港区芝公園4-7-4  
公益財団法人 浄土宗ともいき財団 内

心といのちの電話相談室