

講演会 & ライブ な日々 ④②

古川 秀明

『般若心経とオープンダイアログ』

ずっと自分の頭の中で、いつか般若心経の講演会をやりたいと思っていました。しかし、なかなか手を出せずにいました。

元薬師寺館長の故・高田好胤さん曰く、「般若心経を語るには、二時間の講義を最低10回から15回はやらなければならない、つまり、20時間から30時間は必要だ」とおっしゃってました。

確かに冒頭の摩訶般若波羅蜜多心経という言葉の「摩訶」のわずか二文字を説明するだけでも、丁寧にやれば10分は必要です。

般若心経は文字数わずか260文字しかない、とても短い経典です。しかし、文字数が少ない分、その一文字一文字に深い意味が込められています。般若とは何か、波羅蜜多とは何か……。深めれば深めるほど時間がかかります。もしもそれらの言葉を簡単に扱ってしまったら、大事なものが伝わらなくなる可能性があります。

講演会で私に許される時間はせいぜい90分から120分です。それ以上になると、聞くみなさんも疲れてしまいます。だからと言って連続講座にしてしまうと、みなさん大変お忙しいので、来る人が限られてしまいます。その葛藤に悩まされ続け、般若心経を語りたいという構想はありましたが、3年くらいお蔵入りしていました。

そんな中、2024年の夏、京都府の久御山町で、町役場が企画している高齢者対象の市民講座があり、その講師として招いて頂きました。
内容はお任せするという事だったので、随分迷いましたが、ついに般若心経を語ることを決意しました。

久御山町はその昔、巨椋池という巨大な池があり、漁業が盛んでした。
巨椋池は池というよりは湖に匹敵する広さでした。
豊臣秀吉の時代から度重なる土木工事を重ね、昭和8年から昭和16年にかけて行われた干拓事業によって広さ634haの巨大な農地となりました。
必然的に漁業や農業の安全や豊作・大漁を祈る儀式が芽生え、昔から仏教に縁が深く、観音信仰や阿弥陀信仰が盛んでした。

久御山在住の方に般若心経の事をお聞きすると、みなさん子どもの頃から法事や朝のお勤めなどで般若心経を唱えることがよくあるが、何が書いてあるのかはさっぱりわからないとおっしゃいます。
また、久御山で般若心経の講演会があれば行ってみたいですか？とお聞きすると、みなさんご興味がおありのようで、是非聞いてみたいという方も何人かおられました。

それならとにかく一度語ってみようと思い、準備にかかりました。
主催者さんに講演会の内容は般若心経であることを伝え、広報で告知してもらいました。
私に許された時間は90分です。
まとめる作業をし始めて、すぐに私は後悔しました。
とても90分でまとめられない！
しかし、もう告知していますから、今さら内容を変えるわけにもいかない。
もうやるしかない・・・。

幸い私は大谷大学という仏教系の大学を出ており、私の周りには仏教や般若心経に詳しい人（現役の僧侶も含む）がたくさんいました。
そこで私はそんなみなさんとオープンダイアログ（開かれた対話）を重ねました。

（オープンダイアログは、もともとは統合失調症治療に使う、家族療法の技法です。

詳しい内容はこの対人援助マガジンで何度か書いていますので、知りたい方は対人援助マガジンの私のバックナンバーをご覧ください）

その結果、90分で般若心経の詳しい内容に触れると、どの言葉も中途半端に終わり、聴く人はかえってわかりにくくなる。

そうではなく、「般若心経とは、こんなことが書かれているお経ですよ」という概略を話して、まずは般若心経に興味を持ってもらう。

つまり、今回は般若心経という種を蒔いて、後の成長は、話を聞いた人の人生の

中で花開くのを祈りながら待つ。
なるほど、これならば90分でまとまりそうです。

このように、新しいアイデアや解決策が対話の中から生まれてくるのがオープンダイアログの魅力であり、パワーです。
オープンダイアログは治療のためだけにあるのではないことを、改めて実感できました。

講演では、まず私の人生における般若心経との出会いから話すことにしました。
自分の体験談なので、とても話しやすいです。
その体験談をまとめているうちに、そもそも何で私が般若心経に強く惹かれたのかが改めて見えてきました。

私は般若心経の持つ、理屈や合理性を超えた不思議な力に強く惹かれたのです。
不思議な力は「スピリチュアル」という言葉に置き換えても良いかもしれませんが。
「スピリチュアル」と聞くと、なにか怪しいイメージを持つ人も多いですが、WHO（世界保健機関）は以下のように正式に定義しています。
「スピリチュアルは具体的な医療ケアではなく、人間を自然環境の一部ととらえ、よりよく生きるために必要な生き方であり、それが健康に大きく影響するという認識によるものである」

確かに般若心経に書かれていることを理解し、実践すると、自分も自然環境の一部だと理解できますし、それは人間がよりよく生きるための力になります。
この「スピリチュアル」は私が尊敬する鈴木大拙氏（仏教学者・文学博士）の説く「日本的靈性」と同じ意味かもしれません。

とりあえず、私の人生に流れている不思議な力（出来事）を聞いていただき、それをきっかけに般若心経の核心を垣間見てもらえればいいのではないかと思います。

そこで再び、様々な人とオープンダイアログを続けました。
私のアイデアをオープンダイアログの席で聞いてもらい、それについてリフレクティングトークを続けてもらい、参加者全員からGOサインを頂きました。
そこからさらにみなさんと対話を続けながら、その内容を深めることができました。
そしてそれをパワーポイントに資料と共にまとめ、当日を迎えました。

（次号に続きます）

シンガーソングカウンセラー
ふるかわひであき