



第47回宗教教育海外研修会(ベトナム・カンボジア研修旅行) 旅の記録



アンコール・ワットにて 2020年2月17日(月)~2月24日(月)

二〇二〇年二月十七日(月)から同二十四日(月)にかけて、十三名の学生さんとともにベトナム・カンボジアにて海外研修会を実施しました。

二月十七日(初日) 関西国際空港を離陸して四時間半、ベトナムの首都・ハノイに到着しました。現地は乾季で、日本と言えば春のような穏やかな気候でした。

二月二十日(四日目) フエのホテルをバスで出発後、いずれも世界文化遺産のフエ王宮跡・カイディン帝廟を巡り、市内レストランで王宮料理を頂きました。

二月二十二日(六日目) この日の始まりは、アンコールワットでの日の出見学です(アンコールワットを含むアンコール遺跡群は、今回五ヶ所めの世界遺産です)。

二月二十四日(八日目) 午前六時半に閑空に到着し、帰路に就きました。ご参加の学生のみならず、お世話になりました。添乗員の浅野さん、施設課の石井さん、本当にありがとうございました。

二月二十一日(五日目) ホイアン散策の後、バスでダナンに向かい、五つ山を拝観しました。今回初めての寺院拝観です。同市内の中華レストランにて昼食後、ダナン空港からカンボジアに向かいました。

二月十九日(三日目) クルーズが続きます。早朝六時十五分からのタイチー(太極)体操にも全員が参加し、島の大鍾乳洞では数千歩を踏破しました。

二月二十三日(七日目) この日は、シエムリアップ市中心部からやや離れた遺跡を二ヶ所巡りました。午前中、バスは内戦時の戦場(今は舗装もされた道路)を通ってベンメリア遺跡に向かいました。

二月十八日(二日目) ハノイから世界自然遺産のハロン湾へ移動し、翌日午前中でクルーズングを楽しみました。石灰質の山々が海から顔を出し、中には鍾乳洞を持つ島があります。

二月二十日(四日目) フエのホテルをバスで出発後、いずれも世界文化遺産のフエ王宮跡・カイディン帝廟を巡り、市内レストランで王宮料理を頂きました。

下船してカヤック、ビーチ散策を、夜は船内で春巻き教室(選手権?)を楽しみました。

カンボジアのシエムリアップ空港到着時はすでに夕刻でしたが、気温は三十度くらいあったでしょう。いよいよ熱帯性気候の地に足を踏み入れました。

この日の始まりは、アンコールワットでの日の出見学です(アンコールワットを含むアンコール遺跡群は、今回五ヶ所めの世界遺産です)。

午後、「東洋のモナリザ」のレリーフで有名なバンテアイ・スレイ遺跡を訪れました。ガイドさんに別れを告げた空港跡を訪れました。

今回のベトナム・カンボジア研修は、毎日が驚きの連続でした。まずベトナムと聞くと、ベトナム戦争を思い浮かべます。

私がこの研修旅行に参加しようと思ったきっかけは、旅行の行程にアンコールワットが含まれていたからです。

初めて訪れたベトナム・カンボジアでは、見るものすべてが新しく移動のバスの中では窓の外の景色に夢中になった。

今回の研修では世界遺産など多くの観光地を回る事ができました。

つ山の中腹のデッキから美しい夕日が見えました。夜はレストランで伝統の音楽・舞踏を堪能し、終演後、演者さんと記念撮影をしました。

現地では日本とは全く違う異国の香りを吸い込んだ時、「ベトナムに来たんだ」とワクワクしました。

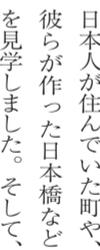
アンコールワットは、毎日驚きの連続でした。まずベトナムと聞くと、ベトナム戦争を思い浮かべます。

私がこの研修旅行に参加しようと思ったきっかけは、旅行の行程にアンコールワットが含まれていたからです。

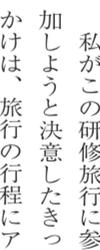
今回の研修では世界遺産など多くの観光地を回る事ができました。



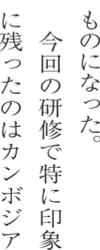
児童1 東 涼音 現地では日本とは全く違う異国の香りを吸い込んだ時、「ベトナムに来たんだ」とワクワクしました。



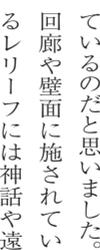
現社1 大森友梨子 今回のベトナム・カンボジア研修は、毎日が驚きの連続でした。



現社1 尾崎祐子 私にとって今回の八日間の研修会は、充実したものであった。



現社4 小澤有梨花 私がこの研修旅行に参加しようと思ったきっかけは、旅行の行程にアンコールワットが含まれていたからです。



現社1 木戸口果歩 初めて訪れたベトナム・カンボジアでは、見るものすべてが新しく移動のバスの中では窓の外の景色に夢中になった。



食物3 佐藤芽吹 今回の研修では世界遺産など多くの観光地を回る事ができました。



タ・プローム遺跡



ティエンクン鍾乳洞

ほとんどの参加者が初めて話す方々にも関わらず、八日間を一緒に過ごし、学年学部を問わず交流し、仲を深められたことがとても良かったことです。海外研修に参加して一番印象に



児童1 田中結花

参加者、現地のガイドさんや旅行会社の方などは勿論現地でお会いする方もみな良い人ばかりで、多種多様な人との交流もこの旅行の醍醐味であったのではないかと思います。海外に対するイメージが変わったので、また機会があれば行きたいな



食物3 竹本かれん

海外に行けるといって参加した研修でしたが、予想以上に充実した一週間を過ごすことができました。



造形1 田中もえ

今回ベトナム・カンボジア研修に参加して一番良かった点は、文化の違いを生で感じる事ができた点です。

残ったことは、カンボジアのガイドさんの体験談です。カンボジアでは二十年前までは国の彼方此方で戦争が行われていたのです。私にとっては戦争というの



造形1 谷尾寧音

海外研修を通して、貴重な経験ができました。日本とは異なる食・街並み・人々のコミュニケーションを、目で見て体感できたという事は、自分にとって大きな糧となりました。



ホイアンのランタン風景

カンボジアで訪れた遺跡は、どれも魅力的だった。特に、バイヨン寺院、アンコールワットの壁に刻まれたレリーフは、想像以上に繊細で、創建から約九百年経った現代でもストーリーがわかるほど躍動感があった。また、カンボジアで見た、大きく真っ赤な朝日と夕日は、



史学1 友次絢音

八日間は、あつという間で、有意義だった。ベトナムでは、タンロン遺跡と阮朝王宮が印象に残った。色鮮やかな歴代王朝の建物だけでなく、敷地内には、フランス統治時代の建物、ベトナム戦争時のD67という地下室や弾痕も残っており、歴史の流れを感じることができた。



造形1 山本彩乃

日本で見ると同じとは思えない神々しさで、感動した。ベトナムとカンボジアは、最近まで戦争・内戦があったが、現地の人々は明るく優しく、それぞれ傷を抱えつつも力強く生きているのだと感じた。

今回のベトナム・カンボジア研修で、私は「百聞は一見に如かず」ということわざを身をもって経験しました。カンボジアで私が見た印象的な光景は、とても幼い子供たちが親と一緒に物売っていた事です。子供たちは母国語だけでなく、英語や日本語まで話していました。また、地雷で手足をなくした人が楽器を演奏して生活していました。それらはベトナムでは見られない光景でした。隣の国でこうも違うのか、と私は衝撃を受けました。想像もなかった光景をこの目で見て、やっと私はカンボジアについて日本で聞いてきた話を理解できたのだと気づきました。

【参加者の学年は研修会実施時の学年です】

### 宗教部文書活動のお知らせ

宗教教育センターでは、仏教を基調とする宗教教育を学校教育の中に具体化するために、文書活動を行っています。文書活動によって、広く宗教的知識を習得します。また、情報交換によるふれあいを通して相互の深い人間関係をめざします。今回は、その中でもオリジナルカレンダー（吊下げ型、卓上型）を紹介いたします。

当カレンダーは味わい深い法語と、本学の絵画部が作成した絵画を組み合わせた内容となっています。皆さんが参加しやすいように、宗教教育センターが実施する年間の各行事も日程に入れています。ぜひ皆さんも、普段の生活にご利用ください。

〈月別絵画担当者〉



4・5月担当 高橋 舞さん



6・7月担当 鎌倉 愛梨さん



8・9月担当 渡邊 結衣さん



10・11月担当 高橋 舞さん



12・1月担当 光藤 希実さん



2・3月担当 小森 紀歌さん



# どうしようもなさに耐える力 〜ネガティブ・ケイパビリティ〜

## 学生相談室専任カウンセラー 倉本祥子

### 月曜の職員朝礼と「正信念仏偈」

筆者は、月曜の朝8時15分からA校舎5階の礼拝堂にて行われる職員朝礼に、ときどき参加しています(本稿が発行される5月は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、休止となっています)。朝礼では最初に、お導師に導かれながら皆で『正信念仏偈』を唱和します。就業前の朝早く、皆さまと一緒、ひとしきり声を出して和するひと時を持つことは、気持ちが良いものです。手もとの聖典の漢文・書き下し文を見ながらなので、仏教の学びの浅い筆者にも、少しずつ意味が分かっていきます。

### 「開入本願大智海」「行者正受金剛心」というフレーズ

「開入本願大智海」「行者正受金剛心」というフレーズ、特に心に響く御言葉があります。たとえば、「開入本願大智海」「行者正受金剛心」という二行です。どんな人でも必ず助けるといふ阿彌陀仏の本願によって働く、海のように広く深い智慧に救われ、弥陀の浄土に向かっていると、揺るぎない信心を得る、ということだと伺いました。筆者は、自分の揺れ動く心と付き合いつつ歩んでおられますが、「開入本願大智海」「行者正受金剛心」という文字並びが心に刻まれ、自ら唱え、耳で聴き、そのイメージを浮かべること、何やら安心感と心強さ、そして勇気が湧くのを感じます。

### 心の安定をつくる

筆者が心理カウンセラーとして学生相談室を利用する学生さんたちにお会いする際には、お一人一人に対し、その人の心の安定が実現するにどうすればよいか、どうすればよいか、どうすればよいか、と話を合せていきます。心の安定をつくるには、二方向のアプローチがあります。一つは環境調整、一つは自己調節です。環境調整とは、本人を取り巻く環境の中にあるストレス源を取り除くこと、負担を減らすこと、支持的・保護的な環境を作ることです。環境調整の利点は即効性が高いことですが、不利益もあり、それは慣れによる順応性の向上につながらないことです。また、誰もがすぐに都合よく環境を変えら

### 生相談や医療などの支援的介入を取り入れることが必要です。

けれども、支援的介入を取り入れてもなかなか功を奏さなかったり、そもそも他者には効果的な介入ができないような問題も多くあります。自助努力も、支援的介入も及ばないような、解決が難しい問題、有効な答えをなかなか見出せない事態に対して、私たちは、無力感、恐怖感、絶望感にとらわれることがあります。

### ネガティブ・ケイパビリティ

ですが、そこを持ちこたえていく力を、人間は持ちえます。その力には、名前が付けられており、ネガティブ・ケイパビリティ(negative capability)と言います(「ネガティブ・ケイパビリティ」答への出ない事態に耐える力」 篠木蓬生「著」、2017、朝日新聞社出版)。「ネガティブ・ケイパビリティ」とは、問題を解決する能力ポジティブ・ケイパビリティに対し、解決できない問題に對しても絶望せずに持ちこたえる能力のことです。自助努力や、支援的介入でも、なかなかつきつきりと解決しない難しい問題に出合ったときに、そのどうしようもなさにも耐えて、踏みとどまる能力のことです。問題に苦しむ当事者も、その支援者も、このネガティブ・ケイパビリティを持って踏みとどまり、何

### とか持ちこたえているうちに、やがてどうすればよいかが見えてくる、事態が落ち着くところに落ち着いていく、そんな日が来ます。なぜか？

それは、人間には底知れぬ知恵が備わっているからだとも言えますし、仏教的には、弥陀の本願の働きによって救われるのだと捉えることもできるでしょう。あるいは、仏教の縁起思想によれば、その人につながる無数無量の因縁のネットワークの働きが、必ず何らかの帰結へ導いてくれるというようにも理解できるでしょう。だから、私たちは、踏みとどまり、持ちこたえて、とにかく生き延びることが大事です。その先で出合える救いを信じて。

### 現代人である私たちは、科学的知見を積み上げ、科学技術を駆使し、ポジティブ・ケイパビリティを高めていくことに非常に熱心です。むしろ、それは人間の努力の方向性として正しいと筆者も

信じて疑いません。できるだけの手立てを尽くすことは、当然です。ですが、その方向性だけしかないとすると、どうでしょう？ 何だか息切れするようないざさを感じるのではないのでしょうか。その偏りを直し、バランスを取り戻させてくれるのが、どうしようもなく思えるようなネガティブな事態にも絶望しない力「ネガティブ・ケイパビリティ」でしょう。それは、底知れぬ知恵につながっていくための能力であり、筆者の中では先に触れた「開入本願大智海」「行者正受金剛心」という御言葉に接続します。この御言葉が生み出された親鸞聖人の仏教の教えは、ネガティブ・ケイパビリティを与えてくれるものの一つだと直感します。

### 『大乗起信論』

岩波文庫版の表紙に「大乗起信論」とある。これは、乗仏教の根本教義を理論と実践の両面から手際よく要約した」と記されているように、「天乘起信論」(以下「起信論」)には様々な思想が盛り込まれている。短いながらも整合的かつ厳密な内容構成には、ただただ驚かされるばかりだ。

私が「起信論」にはじめて触れたのは、東大印哲の学部生の頃、卒業課題の一つとしてであった。日本・中国・韓国の仏教を研究対象とする場合は「起信論」が必須だったのだ。岩波文庫の訳書から大乘仏教の概説書かと思っただが、それは大きな誤解だった。教理的にも難解な文体も前半の翻訳調と後半の四六駢儷体と異なり、

全体のリズムがつかみづら。とりわけ、インド大乘瑜伽行派の専売特許だと思っていたアレーヤ識について、「生滅と不生滅」と述べると、文の構造は分かっていても意味の理解が難しく、当時は表面的にしか読めなかった。

最近の研究(大竹晋「大乗起信論成立問題の研究」平成29年・国書刊行会)より、「起信論」は中国・北魏の時代の撰述だということ、ほぼ決定的となった。インドの思想が中国に段階的に齎され、異なった文化圏の人々の手で、その文化圏の文字を用いて、その時代ごとに表現されてゆく。「大乗起信論」のアレーヤ識もそのような文化混淆の歴史の産物なのだ。

### 使用された文字も理由の一つにあると感じた。

「大乗起信論」のアレーヤ識は、動的なあり方(生滅)と静的なあり方(不生滅)とが緊張を保っている状態である。これが「和合」であり、迷か悟かはシーソーゲームである。インド大乘瑜伽行派のアレーヤ識とは大きく異なる。生滅と不生滅とは相対概念であり、コインの裏表のようなものだ。

### 「この世に命を授かりもつして」

皆さんは比叡山に行ったことがありますか。比叡山は京都府と滋賀県にまたがる巨大な山塊ですが、京都女子大学からだと、バス、電車、ロープウェイを乗り継いで、さほど時間をかけずに行くことができます。比叡山にはあちこちに、たくさんのお寺、お堂、ほら、塔などがところ狭しと立ち並んでいます。それらをひっきりぬめて、「延暦寺」と総称します。そして、この延暦寺の原型―当時はまことに質素なものでしたが―が、今も残っています。それが、767(延暦2年)という人

最澄が活躍した平安時代初期から、教え切れないほどの災難にあいながらも、21世紀の今日までずっと生きながらえている、この比叡山・延暦寺では、さまざま流行、つ

### 「自分で歩く」ということは、ものに頼らないで自分のからだを使って前に進んでいく、生きている手段なんだよ。

毎日、毎日、自分の力で前に進んでいく。それが自分の自信の源になっていくんじゃないかな。「便利な世の中になつて言うけど、考えたから、人間は歩かなくなったことと不自由になったところが大きいかもしれないよ。だって大事なものを自分の感覚でしっかりとらえなくなっちゃったんだから。」

このような、素材が力強い、腰の据わった迷いのない言葉が、いたるところに散りばめられた書物。皆さんも本書を手にとって、生涯を愚直に自分の足で歩きぬいた人物の言葉に耳を傾けてはいませんか。

(安田 章紀)

## 法のことば

芥子の地も捨身の処に  
あらざることなし。

(元照「阿彌陀經義疏」)

仏に成りたいという願いをたてて、その願いを実現するために修行をする人のことを、菩薩といいますが、菩薩の修行は、輪廻の考え方を背景に、何度も何度も生まれ変わって続けられる、果てしないものです。

阿彌陀仏は、さとりを開く前は法蔵という名の菩薩でした。法蔵菩薩は、煩惱に沈むすべての者を救う仏に成りたいという願いをたてて、「法蔵菩薩が他者のために身を投げ出したことのない場所、芥子粒ほどわずかにも存在しない」とたとえられるほど途方もない修行を重ねました。非常にインパクトのあるたとえですが、より重要なのは、心のありかたです。法蔵菩薩はそうした修行の間、我が身を惜しんだり後悔したりすることが、一切なかったのです。

(西 義人)

## お知らせ

### ＊ 親鸞聖人降誕会 ＊

令和2年度親鸞聖人降誕会(式典及び記念行事)については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、大学学年歴が変更されたことにより、5月21日(木)が授業日となりましたので、取り止めになりました。

なお、当日は下記の通り大学礼拝堂を開室していますので、ご自由にご参拝くださいますよう、ご案内します。

日 時	令和2年5月21日(木) 9:00~16:30
場 所	大学礼拝堂(A校舎5階)

## シリーズ 智慧の蔵 30

### 『この世に命を授かりもつして』

酒井雄哉 著 幻冬舎ルネッサンス 二〇一三年

皆さんは比叡山に行ったことがありますか。比叡山は京都府と滋賀県にまたがる巨大な山塊ですが、京都女子大学からだと、バス、電車、ロープウェイを乗り継いで、さほど時間をかけずに行くことができます。比叡山にはあちこちに、たくさんのお寺、お堂、ほら、塔などがところ狭しと立ち並んでいます。それらをひっきりぬめて、「延暦寺」と総称します。そして、この延暦寺の原型―当時はまことに質素なものでしたが―が、今も残っています。それが、767(延暦2年)という人

最澄が活躍した平安時代初期から、教え切れないほどの災難にあいながらも、21世紀の今日までずっと生きながらえている、この比叡山・延暦寺では、さまざま流行、つ

「自分で歩く」ということは、ものに頼らないで自分のからだを使って前に進んでいく、生きている手段なんだよ。毎日、毎日、自分の力で前に進んでいく。それが自分の自信の源になっていくんじゃないかな。「便利な世の中になつて言うけど、考えたから、人間は歩かなくなったことと不自由になったところが大きいかもしれないよ。だって大事なものを自分の感覚でしっかりとらえなくなっちゃったんだから。」

このような、素材が力強い、腰の据わった迷いのない言葉が、いたるところに散りばめられた書物。皆さんも本書を手にとって、生涯を愚直に自分の足で歩きぬいた人物の言葉に耳を傾けてはいませんか。

(安田 章紀)