

# 現代におけるお精進

## まずは第一歩

「お精進」とは、「すべてのいのちを見つめ・自己を見つめ直すこと」であるといえます。また、私たちのご先祖が、少しでも浄土をこの世に映現すべく努力された尊い足跡であり、現代が学ぶべき精神的遺産でもあります（注①）。

しかし、私たちは、「殺してはならない」「生命は平等」と聞かされても「今ひとつピンとこない」「なかなかそうはいかない」ですませてしまっているのではないのでしょうか。

## いのちはつながっている

最近知ったのですが、私たちが今のまま生活をしていると、1900年から2100年までの間に地球の気温は最高6度上昇し、海面も14～80cm上昇するとされています（注②）。

また、20年後には、オゾン層の3分の2はなくなってしまうのだそうです。これは地球滅亡の危機を意味します（注③）。

それはまだまだ先の話ではありません。20年前を考えるとお分かりのことでしょう。

考えてみると、なんとなく分かっていたはずのことでした。「なかなかそうはいかない」と言い続けている私たちの日常が、他の生命を損なうだけではなく自分や愛するものたちの「未来」をも奪い続けている現実があるのです。私たちは、その生命でさえも「なかなかそうはいかない」ですませてしまうのでしょうか（注④）。

それでは、私たちはどうすればよいのでしょうか。これもすでに分かっているはずですが。私たちは、（政治や経済構造も含めて）変わらねばなりません。いかに変わるかが、今問われています。しかし、何事もいきなり大きくは変わりません。まずは、とにかく第一歩を踏み出すことが大切です。

そうです。できることからまず一歩。

注 お経に説かれているお浄土は、たんなる死後の世界の話ではありません。それは、あらゆる他者、一切の生命のあるものを視野に入れつつ、それらと平等に共生してゆくという、私たち人間、人類社会が目指すべき究極の理想境地として願われた世界です。

注 地球温暖化を専門とする科学者で組織する気候変動に関する政府間パネル（IPCC）第一作業部会が11月3日までにまとめた報告。これにより熱帯性感染症、発生数の増加・農産生産物の収穫量の減少・生態系の変化・異常気象の増加・水位上昇で国喪失・大都市で複合型公害の発生など、さまざまな危機的事態が予想されています。

注 オゾン層によりそれまで吸収されていた有害な紫外線により、皮膚ガンなどが増加し、地球の温暖化も促進されます。オゾン層の破壊と地球の温暖化は、相互関係にあり、フロン（冷蔵庫・エアコンなどに使用）や二酸化炭素（燃料を燃やすと出る）などの温室効果ガスの増大によって地球温暖化が進むとオゾン層の破壊が進み、オゾン層の破壊が進むと温暖化が加速するという悪循環を生みます。

注 IPCCの報告書（前出）では、破壊をしてきた人類の責任が初めて明確に記されています。私たち人間の行為によって、毎年1000種もの野生生物種が絶滅（『みんなではじめる環境イノベーション』）し、多くの漁場は、持続可能な産出量の限界を突破し、崩壊しつつあります。（『地球白書2000-01』）

## 念仏者の足跡～おたんやの市止まり～

安芸の真宗門徒は、親鸞さまのご命日（1月16日）に、猟漁をせず、皆精進したため、市場・鮮魚店・精肉店が休みになりました。鮮魚店の場合、呉市や広島市・廿日市市などで1996年まで続いていました。仏教的生命尊重の精神が活かされた経済活動の一形態といえましょう。また、『お精進の日』は、私たちの先輩方がご報謝の実践として残して下さったひとつの財産です。後の者にその心と共に伝え、残してやる事が今の私たちのつとめではないのでしょうか。

## だれでもできる現代のお精進の実践

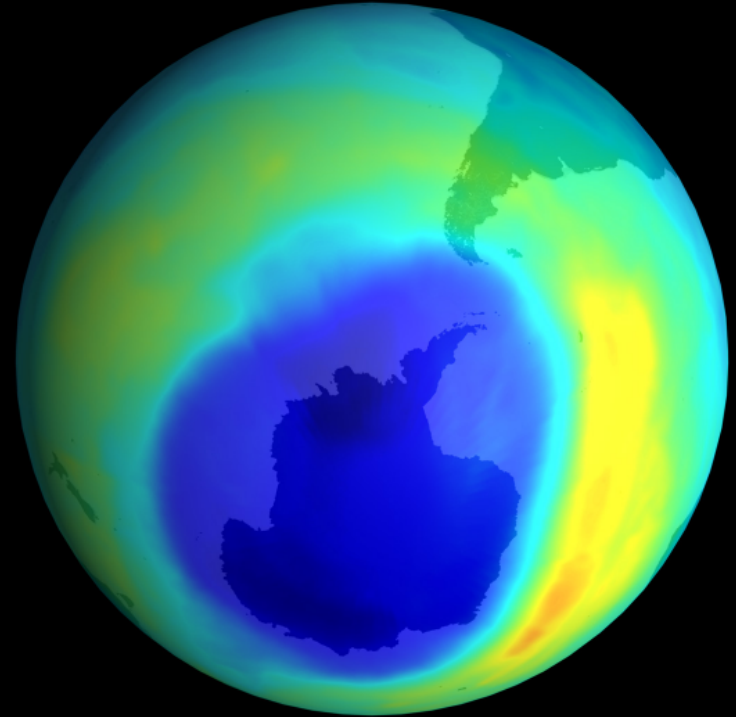
- ①不要の時の電灯、テレビはこまめに消そう。
- ②冷暖房はなるべく使わず、あるいは温度をおさえ、すこしは暑さ寒さを味わおう。
- ③紙を節約し、メモや親しい人への手紙は、ビラなどの裏を使おう。
- ④あきカン・あきピン・プラスチック類を回収しよう。
- ⑤電化製品その他の器具、車などの使い捨てをやめ、古い型でも長く使おう。
- ⑥合成洗剤をやめ、リン酸塩を含まない、自然に分解する石ケンを使おう。
- ⑦有機栽培の食品で、できれば地元で生産されたものを買おう。また季節はずれの食べ物は避けよう。
- ⑧できるだけマイカーをやめ、電車やバスを利用しよう。近い道のりなら歩いていこう。
- ⑨水を節約し、使った水はできるだけ自分で浄化し、処理をしよう。
- ⑩台所の油類は、使ったあとためておいて回収にまわそう。
- ⑪買い物には袋を持って行き、過剰包装を断ろう。
- ⑫フロンガスなどを入れたスプレーなどを使わないようにしよう。
- ⑬虫の駆除には毒性の少ないものを使い、除草剤は使わないようにしよう。
- ⑭身近な自然や林を残し、できれば木を植え、他の生物たちと友だちになろう。
- ⑮自然環境や生活改善の運動に関心を持ち、参加や協力をしよう。

(だれでもできる地球保全15か条 1990.5より)

## お精進の心

—環境を考える—

Ozone • September 6, 2000 • Total Ozone Mapping Spectrometer (TOMS)



Largest-ever Ozone Hole over Antarctica  
(過去最大の南極オゾンホール 2000-9-6)

[http://earthobservatory.nasa.gov/Newsroom/NewImages/Images/ozone\\_still\\_2000\\_09\\_06.jpg](http://earthobservatory.nasa.gov/Newsroom/NewImages/Images/ozone_still_2000_09_06.jpg)