

# 法話の心得

## はじめに

法話は、真宗の教えを論じることではありません。あくまで仏徳讃嘆です。それ故に法話者は、「如来さまの前にいる聴聞者の一人」であることを先ず自覚してください。

如来さまのお慈悲は、法話者の人格を通して人びとの心に広がり生きてきます。教義の勉強は人びとに「お取り次ぎ」するための大切な学びです。しかし、勉強の成果をそのまま語るだけでは法話とはいえません。自分の考えを語るのではなく、与えられた時間の中で法を聞き、法を語り、如来さまのみ心を「お取り次ぎ」させていただくことが、その目的であると心しておかなければなりません。

### 1. 原稿を作成する前に気をつけること

(1) 法話が教義の解説や妙好人の伝記の話だけに終わったり、比較して自らの現状を喜ぶようなことに終わると、

「たしかにその通りだが、それがどうしたというのだ」

「なるほど道理はよくわかるが、それが私にどんな関係があるのか」

「あの人より私はしあわせだ」

など、聞く人に疎外感や誤った優越感を生み出すこともあります。

それがひいては、「真宗はむずかしい」「つまらない」「若い者には無関係だ」「現代社会に当てはまらない」などという評価を生むことになります。ですから、私たち自身が今、問題にしなければならないことを語るように心掛けてください。

また、お聖教を拝読するときは、ご文の解釈だけに終わらないで、「そのお言葉は、この私に何を語りかけようとしているのか」を深く考えて、その味わいを語ってください。

(2) 仏教の目的は、「仏に成る」ことです。これを「生死をはなれる」とか、「生死を超える」などともいいますが、この目的がはっきりしていないと、単なる道徳論や人生論になってしまい、法話とはいえなくなります。

(3) 書物に読者があるように、法話には聴聞者がいます。第一の聴聞者は法話者自身ですが、独りよがりの自己満足に陥ってはなりません。

また、自分が十分に領解できていないことは話さないでください。領解できていないことを話されたら、聞く人は余計にわかりません。

(4) 法話をさせていただく立場として、次の点にも気をつけてください。

① 平素、お聖教に親しんでいない人は、お聖教のところに添った考え方ができていませ

② ご門徒方には「聞け、聞け」と勧めながら、自分は一向に聴聞しようとせず、聴聞を怠っている人がいます。聞く姿勢が欠如している人の「法話」では法は伝わりません。仏法は「伝える」のではなく「伝わる」のです。伝わりたる法を讃嘆することに徹すべきです。

(5) 昔から、法話の基本は「読み(聞き)、書き、語れ」といわれています。

① 「読む(聞く)」

お聖教を拝読することです。また法話を構成する話材を豊富にするためには、いろいろな書物を読んでください。読むという概念のなかには、「聴聞する」ことも含まれています。読書や聴聞を怠っている人の話は、人間味が無く、論理や内容が浅薄です。また、「法話には、その人の人格がにじみ出る」ことを心得ておいてください。口先だけの言葉では、共感を得ることはできません。言葉と人格が一体になって、はじめて人びとの共感を得ることができるのです。

② 「書く」

話す内容を前もって書く習慣を身につけてください。書くことによって間違いや不備な点を発見できますし、疑問点も浮上してきます。覚えにくい原稿は、言葉づかいや論理展開の簡潔明瞭さを欠いているといえるでしょう。出来た原稿は、必ず声に出して読んでみてください。読みにくいところ、発音しにくいところは、聞き取りにくいところでもあります。

③ 「語る」

以上の手順を経て、はじめて自身の言葉を用いて法話をします。この基本を心得てください。

## 2. 法話原稿の作成

次の点に気をつけながら、法話の原稿を作ってください。

(1) 研修会の「布教実演」における法話原稿を作成されるにあたり、テーマの設定をしてください。例えば、

①「仏さまに願われている私」(他力本願)

②「仏さまに見られている私の姿」(悪人正機)

③「仏さまに導かれる私の人生の歩み」(往生浄土)

④法要行事を場面設定「お通夜」「年回法要」など

(2) 「自分が一番讃嘆したい点(法話のポイント)」を決めてください。

これがかたっきりしないと、一貫した話にならず共感を得ることはありません。

(3) 法話の概要を作ってください。

建築家は設計図を書く前に、建物の「用途」「形態」「規模」「用地」「環境」などの必要な事項をまず取り上げ、それに基づいて設計図を書きます。法話の作成も同じで、「いつ」「どこで」「だれに」「何を」話すのかを頭に描いて、それを満たすためには「何と何とを話したらよいか」という項目を列記します。それが概要です。しっかりした概要を組み立てることが原稿作成の第一歩です。

(4) 上記(1)～(3)の概要をふまえて原稿を書いてください。

書く順序は、①「ご讃題」②「序論」③「本論」④「結論」です。

(提出する原稿には、序論・本論などという見出しをつける必要はありません。それぞれの論間を一行空けてください)

① 「ご讃題」

法話のことを讃嘆と申しますが、その讃嘆の主題に当たる部分を「ご讃題」といいます。ご讃題は、お聖教(浄土三部経・七高僧の論釈・宗祖の選述・その他歴代宗主の撰述および宗祖または歴代宗主に敬重されたお聖教)の中から引用することとなっていますが、『註釈版聖典』内の「浄土三部経」、「顕浄土真実教行証文類」、「三帖和讃」(ただし、誠疑讃・聖徳奉讃・悲歎述懐讃は遠慮してください)の中から引用してください。話の内容に即した、皆に親しまれているご文がよいでしょう。ご讃題は短すぎても、長すぎてもいけません。

② 「序論」

序論は結論とともに法話の重要な箇所、時候の挨拶ではありません。なぜなら、序論を話している間に、聞く人に話す人を印象づけ、また話す内容を受け入れるかどうか印象づけます。それだけに最初の切り出しは重要です。

ですから序論は、

イ、聞く人の注意をひき、心をとらえる

ロ、話の主要点を述べる

(話す人が何を言いたいのかを、最後まで推量しなくてもよいように)

ハ、本論への導入をする

以上のことを中心に書いてください。長々しい序論はいりません。

③「本論」

話の中心部です。ご讃題にそって詳説するとともに、聞く人の領解をたすけるための例話を用います。なお、例話については、別の項目で述べます。

④「結論」

熟練した布教使は結論を先に考えて、そこに至る過程を序論・本論で述べる、という構成方法をとる、といわれるほど結論は重要です。以下のことに注意し、序論とともに大切にしてください。

イ、結論の目的は話を終わることではなく、ご讃題のご文にそって話を締めくくる。

ロ、結論を聞いた人びとが、その後の生活行動に変化を生ずるような締めくくりを考える。

ハ、ご讃題のご文の教義的な押さえをする。

ニ、話しはじめは強力に、結びはきっちりと締めくくる。

- (5) 他人が書いた書物や聞いた話の丸写しはやめましょう。自分なりに咀嚼し熟成させて、自分の言葉で表現してください。

### 3. 例話について

例話は、聞く人の理解をたすけ、感情をゆさぶり、注意をうながし、話す人との親密感を深めます。用い方によっては極めて効果がありますので、次の事項を念頭におきながら選んでください。

- (1) 主題と聴衆にふさわしく、理解しやすいものであること。説明を要するような例話は不適當です。
- (2) 作り話や体験していないことを、さも体験したようにいわないこと。また、他人から聞いた話や新聞・書物などで読んだ話は、そのことをはっきり述べます。
- (3) 話の中心は例話ではなく仏法ですから、仏法の理解を補うための例話であることを忘れないこと。

### 4. 原稿の点検

原稿の素案ができたなら、次の点に留意し、点検してください。

- (1) 聴衆やその場にふさわしい内容や表現かどうか。

例えば、青年層を対象に話をするときは、青年層にふさわしい内容や表現であること。法座、年回、通夜などの場面に対する考慮も必要です。

- (2) 言葉づかいはどうか。

書物の場合は理解しにくい箇所も読み返しができますし、むずかしい言葉は辞書で調べることができます。しかし法話の場合は、そんなのんびりしたことは許されません。読む言葉は思考の対象になりますが、話し言葉は瞬間的ですから思考の対象になりにくいのです。聞く人はその場で頭に入れなくてはなりませんから、言葉の意味がわからないと、法話そのものが無価値になってしまいます。とくに、専門語の乱用は聞く人に嫌悪感を与えますから、常に通じる言葉で話すように心がけてください。

- (3) 相手に語りかけるような口調になっているかどうか。

聞く人に共感を呼び起こすためには、語りかけるような話し方が大切です。

- (4) 理解しにくい箇所がないか。

聞く人に理解してもらうために、話の重要な箇所や理解しにくいところについて、どんな言葉で表現するのが最も適当か、熟考してください。

親鸞聖人は、『唯信鈔文意』の奥書きに、

「みなかのひとびとの、文字の<sup>もんじ</sup>ころもしらず、あさましき愚痴きはまりなきゆゑに、やすく<sup>もんじ</sup>ころえさせんとて、おなじことをたびたびとりかへしとりかへし書きつけたり。」

(『註釈版聖典』717頁)

と仰せられました。

ここでお示しになられた「文字の<sup>もんじ</sup>ころ」の「文字」は、私たちが今使っている「文字」の<sup>もんじ</sup>いみではありません。「文」とは経釈の文章、「字」とはそこに用いられている漢字のことです。つまり「文字の<sup>もんじ</sup>ころ」とは、「経釈の文章の意味や、そこに用いられている漢字の意味」ということです。親鸞聖人は、一つひとつの漢字の意味を詳しく述べ、経典などの文章の解釈を丁寧に施され、真摯にお念仏と向き合っている関東の門弟方に「文字の<sup>もんじ</sup>ころ」を明らかにして、「やすく<sup>もんじ</sup>ころえさせ」ようとされているのです。また、この中で述べられている「とりかえし、とりかえし」とは、同じ言葉のくり返しではありません。聞く人の心情に立って、別の言葉で幾度も幾度もいいかえることなのです。

聞く人の一人ひとは、全く違う人生を歩まれ、そこにはさまざまな視点があることに注意する必要があります。法話をする人は、常に細かい心配りが必要です。

- (5) 法話原稿を点検し、ある程度訂正が終わったら、実際に声を出して何度も話してみてください。あらたに疑問点や話しにくい箇所、不備な点などを発見できるでしょう。それをさらに訂正してください。

## 5. 原稿の清書と実演までの準備

研修会の「布教実演」における法話原稿の作成は、書式や内容について点検し、必ず「布教実演」までに完成させてください。原稿は、あらかじめ講師が読んで指導します。

- (1) 原稿は、必ず清書してください。(「法話原稿の作成について」参照)

表紙に、「題名」「教区」「組」「寺号」「氏名」「年齢」を記入し、次の第1頁に「ご讃題」を、続いて第2頁から「法話」を書いてください。最後は、「以上」または「終」で結びます。

- (2) 原稿は、「縦書き」にて話し口調で書いてください。また、文字は「楷書」ではっきりと書き、頁数を記入し、右側2か所をホッチキスで留めてください。

- (3) 「布教実演」までに、原稿を見ないで法話できるようにしておいてください。

布教実演は、短い法話ですから、原稿を見ないで法話ができるよう練習しておいてください。原稿を見ながら話すと話し方が朗読調になるからです。

以上の手順で準備しておいてください。

## 6. 「布教実演」における作法について

研修会における「布教実演」の作法は次の通りです。

- (1) 自分の順番になったら、お聖教を両手で胸元に保持して、ゆっくりとご尊前で一揖してから正座し、中啓を開いて、その上にお聖教を置き、合掌礼拝します。このとき、お聖教を畳の上に直に置かないようにしてください。(お聖教は袱紗に包むことが望ましい)
- (2) 合掌礼拝が済んでから静かに立ち上がり、演台に進み、お聖教を演台の上に置いて、聴聞者に一礼します。
- (3) 御文章箱の蓋をとり、御文章より遠い方に蓋を置き、御文章を両手でおしいたき、拝読する箇所を開いて箱の中に置きます。
- (4) お聖教を両手でおしいたき、姿勢を正しく、顔は真っ直ぐ前に向けて合掌し、ゆっくりご讃題をいただきます。(ご讃題は法話の中心ですから、何度も何度も声に出して練習しておいてください)
- (5) ご讃題は、「ゆっくり はっきり 正確に」発音してください。

- (6) ご讃題の終わりに「……と」と、「と」の字を加えるならわしがあります。「と」は「等」で、「あとに御文が続いています」という意味ですから、「……と——」とゆっくり引いて発音します。
- (7) 法話を始めますが、このときも「ゆっくり はっきり 正確」に話してください。原稿を演台へ持って出ることはいけません。
- (8) 法話が終わったら、御文章を拝読し、閉じておしいたごき、御文章箱の中に納め、蓋をします。
- (9) お聖教を閉じておしいたごき、演台に置いてから聴聞者に一礼し、お聖教を保持してご尊前に進んで正座し、中啓を開いてその上にお聖教を置き、合掌礼拝、起立し一揖の後、自席に戻ります。

## 7. 聴聞の態度について

法話を拝聴している人は、次のことに注意してください。

- (1) 如来さまが法話者を通して、聞く側であるあなたに語りかけてくださっているのです。
- (2) 感動した話材はメモをして、後日の法話の教材にするほどの熱意をもってください。
- (3) 法話は、話す人と聞く人との会話です。熱心な聴聞の姿勢や、うなづく姿によって、話す人にも熱が入ります。
- (4) 法話のあとで感想を求められる場合もありますから、しっかり聴聞してください。

## 8. その他の留意事項

- (1) 身だしなみと服装について

研修会では、略装第三種(白衣・黒衣・輪袈裟、中啓・双輪念珠)の衣体にて法話をします。「服装は人をつくり、人をあらわす」といいますから、常に清潔に、正しく着用してください。(特に胸元の乱れ、輪袈裟のズレに注意すること)

- (2) 頭髪について

乱れた頭髪は、相対する人に不快感と同時に否定的反応を引き起こします。常に清潔に整髪してください。

- (3) 身ぶりについて

身ぶり・手ぶりは話を強調し、聞く人の共感を呼びます。例えば、「これは大事なことです」というときに、両手をだらりと下げたままと、握りこぶしを上下させていうのと、どちらが適切でしょうか。ただし、身ぶり・手ぶりは表現のためであって、見せるためにはありません。

せん。また自然に出てくるもので、自然に出ないようなら無理にする必要はありません。

(4) 視線について

法話をするときは、聞く人を見ながら話してください。遠くを眺めたり、窓の外を見たり、下を向いたまま、目を閉じたままで話すと、聞く人は耳を傾けません。

(5) 音声について

早口で話したり、言葉の切れ目や語尾が不明瞭だったり、一本調子は禁物です。「声の高さ」「声の大きさ」「話す早さ」「話の間」に変化をつけるように工夫し、練習してください。例えば、重要なところは速度を落とし、ゆっくり話して聞く人に重要性を認識させる、などです。

また、話は息をつぐ時の間隔、つまり「間」が大切です。話の句読点に当たりますから、よく研究してください。

(6) 「エエト・・・」「アノ・・・」「ソレデ・・・」などの口癖を頻発すると、聞く人はそれが気になって肝心の法話を聞きのがしてしまいます。自分では自分の癖は気づきにくいものです。指摘を受けたならば、直す努力が必要です。

法話の作法に関しては、ここに記載した以外にも大切なことがあります。講義の時に、講師が適宜補足されますので、聞き漏らさないようにしてください。

## おわりに

現実の世の中には、多くの人たちが不安な人生をおくっています。その人たちは、本当に安心できる心の依りどころを求めています。そのなかに置かれている自分であることを深く自覚して、仏法を共にあじわい、よろこぶ僧侶の務めを果たしてください。

僧侶の心得の中心は、ご安心です。仏法を常にわが身の上に聞いていくことが肝要であります。法話をするための創意工夫と努力は大切ですが、自らの聴聞なくして法話は成立しません。僧侶としての立場を自覚し、一生涯、常に聴聞を心掛けることが最も大切です。

(終)