

田中恆清

(神社本庁総長・石清水八幡宮宮司)

×浅見帆帆子 (作家)

# 神を感じる

そもそも神道とは？ 神道における神様とは？ 混迷を深める現代、私たちはいかに生きていけばいいのか？ ベストセラー作家・浅見帆帆子さんが、全国の神社を包括する神社本庁の総長・田中恆清氏に伺いました。

## 神道は感じるもの

**浅見** そもそも、神道とはどのようなものなのか、というところからお伺いして宜しいでしょうか。

**田中** 世界のさまざまな宗教というものは基本的に、神の教えを実践していくものです。教義を中心とした、神と人の契約であり、「信じる宗教」といえます。

ところが、神道には教義がありません。「八百万の神」という言葉もあるように、無数の神々がいます。それをどのように感じるかは、人それぞれの感性によって違ってきます。神主一人一人に解釈があり、説明も違ってくると思います。神道を一言でいうなら「感じる宗教」ということになるでしょう。他の宗教と違って経典もなく、何かを感じとってもらうしかない。

**浅見** 経典のようなものが無いというのは、すごく深いですね。相手の捉え方の自由を認めている



## 浅見帆帆子 (あさみ・ほほこ)

作家・エッセイスト。東京生まれ。青山学院大学国際政経学部卒業後、ロンドンに留学、インテリアデザインを学ぶ。帰国後執筆活動に入り、「あなたは絶対！ 運がいい」「わかった！ 運がよくなるコツ」(廣済堂あかつき出版)「大丈夫！ うまくいくから」(幻冬舎)、「あなたの運はもっとよくなる」(三笠書房)、「宇宙につながると夢はかなう」(フォレスト出版)などが、累計300万部超のベストセラーとなる。そのほか、絵本、日記、旅エッセイなど著書多数。人材教育や企業研修に取り入れている企業も多く、海外でも広く翻訳出版されている。近年、インテリアデザインや手帳などのプロデュースを手掛け、ジュエリーブランド「AMIRI」を立ち上げるなど活躍の場を広げている。共同通信の携帯サイト「NEWSmart」にてコラム連載中。

公式HP <http://www.hohoko-style.com/>

携帯サイト「帆帆子の部屋」<http://hohoko.jp>

んですね。

**田中** 西行法師が伊勢神宮に参拝した時に詠んだと伝えられる歌に「何事のおはしますかは知らねども、かたじけなさに涙こぼるる」というものがあります。西行法師は僧侶で、当時、御神前でお参りすることはできなかったわけですが、神宮のあまりにも厳かで神々しいたずまいに、「ありがたくて涙がこぼれる」と詠ったのです。あの言葉に、日本人の宗教観が象徴されていると思うのです。理屈ではなく、感じるもの。

近年、ヒーリングとかパワースポットといったものが話題になって、いろいろな形で神社が見直されていることは大変ありがたいことです。昔の日本人的な信仰に回帰しているのか……、皆さん、心の拠り所を求めているのでしょうか。

**浅見** そうですね。たしかに今、パワースポットとして、神社巡りをする人がたいへん増えていきます。やはり、なんらかのご利益を求めてという人が多いようです。神道に興味を持つきっかけ、スタートとしては、そういう動機でも良いのだらうと思います。

私自身は、軽い気持ちで行くものではないだろうと、あえて敬遠していたところもあったのですが、仕事でハワイのパワースポットを訪れて少し考えが変わりました。パワースポットと言われる場所は、どんな状態の人でも、それに応じてメッセージを受け取れる場所だと実感したのです。受け取れると言うよりも、その人本来の純粋な状態に戻れる場所なので、自分の本音の気持ちや今の自分に必要なことにふと気付くのです。「ここでこういうことを感じなくてはいけない」という正解はなくて、それぞれの感性で感じればいいんだと実感しました。

**田中** おっしゃる通りですね。

「神道を一言でいうのなら  
感じる宗教」ということになるのでしよう。」**田中総長**

**田中恒清**（たなか・つねきよ）

1944年6月31日、京都府に生まれる。石清水八幡宮宮司の始祖・武内宿禰より数えて58代目。國學院大學神道学専攻科を修了して、平安神宮に奉職。2001年より、京都府八幡市の男山に鎮座する石清水八幡宮宮司。神社本庁副総長を経て現在、神社本庁総長。伊勢神宮式年遷宮広報本部長、京都府神社庁長、世界連邦日本宗教委員会会長、文部科学省宗教法人審議会委員、全国八幡宮連合総本部長、公益財団法人伝統文化活性化国民協会理事などを兼任。編著書に「八幡大神」、「謎多き神 八幡様のすべて」、「お参りたい神社百社」他。



## 神道は背中を見せる

**田中** 神道において、お社（やしろ）という神様が鎮まる場所をもつ神社ができたのは、歴史的にはそんなに古くありません。最初は山とか川、岩とか木、まさに自然そのものを信仰していたのです。よく大きな木や岩にしめ縄を張っていますが、あれが神社の原点です。それをお社を持つ、恒久的な形にしたのが神社なんです。

そして、地域の守り神の神社として全国各地に広がっていった。現在、日本には約八万の神社がありますが、本来、神社は塀を設けてはいけないという鉄則があるのです。今は防犯上の理由から塀を設けているところもあるでしょうが……。本来はどんなときでも、誰でも訪れてお参りができる場所なのです。

**浅見** すべて自然な形で成り立ってきたんですね。「こうあるべきだ」「こうしなければいけない」という枠がなくて、お聞きしているだけで自由な気持ちで味わうことができます。だからこそ、他の宗教とも共存していけるのでしょうね。

**田中** 世界の宗教の中で、神道の特殊性は、人に向かっているのではないところだと思います。他の宗教のように人と対峙して何かを語りかける、何かを伝えていくのではない。神道は後ろ姿から何かを感じてもらおうような、「背中の宗教」なのです。だから、言挙げ（ことあげ）しない。あえて説明しない、背中を見て欲しい、そのうち理解してもらえば良いというスタンスなのです。それは、かつて日本人が非常に大事にしていた形でもあります。寡黙で、コミュニケーションが下手だった日本人に脈々と、受け継がれてきた文化の形といえます。

「伊勢神宮はここ五年、参拝者が激増しているようです。」田中総長



伊勢神宮・外宮。古殿地より拝する豊受大神宮（外宮）。写真提供/神宮司庁

**浅見** 実際に見て感じて、なにかを思えばいい：今、若い人たちが神社行く理由には「なんだかよくわからないけれど良い気持ちになる」というものが多い気がします。この「なんだかよくわからないけれど」が大事なんですよね。頭で考える知識よりも自分の心がすがすがしくなることを実践している、それでいいのだと思います。

## 神道は生活の中にある

**田中** 例えば、伊勢神宮はここ五年、参拝者が激増しているようです。若い人たちも多くなつて、気軽な普段着のまま訪れています。雑誌などで勉強したのか、参拝の作法はしっかり心得ているのです。

日本人はどのような時でも聖なる空間へ訪れて、神秘的な場所に臨むことによつて、心身を浄化させてきました。神道においても「清める」ということが第一ですが、そのようなことを今の若い人たちが少しでも感じてくれているならば、神道の歴史は間違いなく、これからも継承されていくだろうと思います。

**浅見** 現代の若者を嘆く声もありますが、真摯な気持ちで一生涯懸命頑張っている若者はたくさんいます。むしろ、頭の固い大人よりも目に見えないことを自然に捉えたり、神道の教えを日常生活で無意識に実践している人がたくさんいると思うのです。たとえば、掃除をして「気」を動かすことで自分の流れもよくなるという「掃除」の意味を知っていたり、「盛り塩（もりじお）」などの「お清め」を毎日自宅ですしていたり……。それにどんな深い意味があるかと知ると、自然に実践するようになりますよね。

**田中** 私が宮司をしております石清水八幡宮でも毎年、お正月のお手伝いを学生さんのアルバイトにしてもらうのですが、中にはヒドい格好をしている人も来ます。しかし、礼儀作法にしても何にしても、説明すればちゃんとその通りにするので、日本人としての感性が蘇ってくるのか、話せばちゃんと分かるのです。

そもそも日本人は、誰もが神道的な営みを行っていました。昔なら地域や家々に継承され、親から子へ、子から孫へと自然に、まさに背中を見せながら伝わったのです。しかし、核家族化が進み家庭が崩壊し、地域社会が壊れてしまった。日本人として何を伝えていくかを失ってしまったのです。我々がしっかり教えてこなかったから、悪循環となって、若い人たちも日常生活の中で神道との接点を失ってしまったのです。

しかし今、神社に参拝する若い人が増えてきたというのは、神道との接点が理屈ではなく、あらためて自然に、出来上がってきているのではないかと、私は感じているのです。

### 神道は枠が無い

**浅見** 理屈ではなく、実際に自分が感じて「腑に落ちた」という納得の仕方は、ものすごい説得力があります。「自分がそう感じた」ということは、それだけで、自分にとってはその真実があるんですね。**田中** たしかに団塊の世代の人たちの方が変に理屈っぽくて、そのくせ確たる自我が確立されていない傾向が見受けられますね。いちいち反論はするが、こうすれば良いという持論は持っていない。若い人たちの方が純粹ですね。我々はこれから、そういう若い人の純粹な気持ちをどう引き上げて



「枠を外した瞬間から、  
いろいろんな可能性が、  
どんどん広がっていき  
ます。」浅見帆帆子

いくか、気付かせていくか、ということが大切な  
のでしよう。

**浅見** 私の読者でも、五十代六十代の人たちは、私が大病したとか苦勞したとかいうわけでもないのに、どうしてこんなことが分かったのだと不思議がる人がいます。しかし、若い人たちは、「良いと思うものは、とりあえずためしてみよう」という柔軟な姿勢です。私自身もそうでしたが、自分を苦しめているのは自分の「思いこみの枠」なんですよね。長年の教育の洗脳だったり、環境や経験の思いこみで「こうでなくてはいけない」とか「こういうことが幸せ」という基準を自分が勝手に作っているだけなんです。その枠を外すと、新しい情報がどんどん入ってくるし、世界が広がるのを感じます。私はこれを宇宙につながる感覚だと思っています。私はこれですけれど（笑）、枠を外すと、その人にとってのひらめきやアイデアが筒抜けに入ってくるんです。

**田中** そうですね。そういう感覚で生きていくと、自分を広くしていきますね。

**浅見** そのような観点からも、「こうあるべきだ」という枠が無い神道は素晴らしいと思うのです。

### 「中今（なかいま）」の精神

**浅見** 総長にぜひお聞きしたいことがあります。私は、人間として生まれてくる意味は、それぞれの人それぞれで「生きるって楽しい、面白い」としみじみ味わうことにある、と思っています。人の役割（使命）はそれぞれなので、その人が自分の生活に起こることをとおして、生きる幸せを感じるためにあると思うのです。ところが、「毎日一生懸命頑張った人と、のんびり暮らしてき

た人だったら、前者のほうが社会にも貢献しているし、偉い、神様にも愛される」と言う人もいると思います。私は、のんびり暮らしてきた人たちにはそういう役割があり、「こういう人のほうが偉い」とかいうのは、人間の判断だと思うのですが、神道の立場から、総長はどのようにお考えになりますか？

**田中** 神道の真髄、根本として、「中今（なかいま）」の思想があります。中今（なかいま）とは、過去・現在・未来にとらわれず、永遠の過去と未来の中間にある今、当世を最良の世として、今この瞬間を精一杯生きることを目指します。

一神教の世界では、神の恵みを受ける、神に助けをいただく。しかし、神道の世界では、今、生かされているという、その現実感謝して、瞬間瞬間をただ精一杯生きるので。また次の日もそのくり返しです。私は、この精神こそが宗教の原点にあるべきだと思います。「こうすることによって素晴らしい将来がある」というような考えではなく、すでに生かされているという現実をしっかりと受け止めて、一日一日を生き抜いていく、それが神道の精神なのです。

**浅見** 今、目の前にあることに一生懸命に生きる、ということですよ。たしかに過去を思っても過去の事実を変えることはできないし、未来を変えていくのは「今」だけです。目の前のことに楽しく集中していると、その物事が良い展開をしているのは、運が良くなるコツだとも思います。まわりからどう見られようと、本人が、この「今」に集中して生きればよいのですよ。

**田中** 人間は、四六時中ずっと緊張が続くわけではありません。ずっと頑張つてはられない。次にスナップ・アップするためにはエネルギーを蓄える休

息の時期も必要なのです。その休息の方法、時間は個人差があります。人生はずっと連続しているのですから、単純な判断はできないと思います。

**浅見** そうですよ。つまり、だらんとしているのは、次にやる気を出す充電として、ワクワクするエネルギーに戻る入口を探しているのだと思います。だから、私は、だらんとする日は心おきなくだらんとした方がよいと思うのです。そうすると、その「だらんとする」にも意義が生まれるのですよ。

### 「浄明正直（じょうみょうせいちよく）」の精神

**田中** 神道においては「中今（なかいま）」の精神、そしてもうひとつ「浄明正直」を目標にしています。「浄明正直」、今を浄（きよ）く、明るく、正しく、直（なお）く生きていくことが、何より神様の御心に添う道ということなのです。この「浄明正直」の目標は常に持っていないといけない、一時的に目標を見失う時もあるかもしれないが、また元に戻す。それが大切なのです。例えば、若い頃には不貞腐れて、バイクを乗り回して暴走族まがいことをする時期だつてあるでしょう。しかし、ずっとそればかりではいけないということなのです。

**浅見** 逆に「バイクを乗り回すことを一生続けていい」と言われても、一生続けられないと思いません。何故なら、心（魂）がワクワクすることではないからです。だから、「気がすむまでどうぞやってください」と言われたら、人は心がワクワクすることに戻ると思うのです。一生懸命やれることは、やはり自分が本心（魂）からワクワクすることなのではないでしょうか。

**田中** なるほど、そうですね。「浄明正直」、清く、

明るく、正しく、直くという、人間としてあるべき姿、神々に近い生き方を指すということですね。

**浅見** 「浄明正直」になること、つまり仙人のよう禁欲的になることですか？ それが神様に近づくことなのでしょう。というのは、私の知っている、本当に素晴らしいと思える人たちは、精神のレベルが高く、なんのこだわりもなく自由に、心豊かに生きていく人ほど、むしろ良い意味で人間臭くなっている気がするのですが。

**田中** 神道とは、まさに清らか、清浄というものが信仰の中心です。常に祓い、身を清める、そうして毎日の生活を営んでいく、ということが、ひとつの考え方なのです。毎朝、歯を磨き、顔を洗うのも「禊ぎ」の儀式とも言えます。それでも夜、家に帰ってきた時にはまた汚れている。だから、お風呂に入ってしっかりと洗い清める。そして、次の朝に備えるのです。

**浅見** よく分かります。神に近づく、という言い方をすると、禁欲的に仙人のような暮らしをしたり、激しい修行をすることと誤解する人がいるのですが、「それもひとつの方法である」というだけで、日常生活のなかに神に近づく方法がたくさんあるのですよね。日本人は、本人が気付いていなくても、神に浴うことを自然と実践しているのです。そしてなぜそれをするのかと考えると、「そうするべきだから」なのではなく、「そうしたほうが気持ちがいいから」だと思ふのです。気持ちが清々しくなることは、自然と神様につながっていることだと思います。

**田中** やはり、日本人というものは、そういう生活を営むように、さまざまなものを受け継いできたのです。昔から知らず知らずのうちに、自然に、朝起きてから寝るまで神道的な生活、すなわち「惟神（かなながら）の道」を歩いてきているのです。



伊勢神宮へ訪れ、神道を感じ、  
3・11を経て今、浅見帆帆子さんが送る  
未来を生きるためのメッセージ、  
『あなたも宇宙とつながっている  
—今、伊勢神宮に魅かれる理由』  
が亜紀書房より9月下旬に発売されます！

写真右上／伊勢神宮・内宮（皇大神宮）の手水舎。  
写真右下／伊勢神宮の別宮・瀧原宮（たきはらのみや）。  
写真左上／伊勢神宮・内宮（皇大神宮）の宇治橋鳥居。  
写真左中／浅見さんが最も波長が合ったという別宮・倭姫宮（やまとひめのみや）。  
写真左下／伊勢神宮の別宮・瀧原宮の、川岸にある御手洗場（みたらし）。

