

八月心光寺定例聞法会のご案内

- *期 日 平成十五年八月十六日(土曜日) 《*毎月十六日》
- *時 間 十六日(昼席)午後一時三十分より (夜席)午後七時より
- *会 場 (昼席)心光寺本堂 (夜席)心光寺庫裏
- *講 師 大石 法夫 先生(広島市在住)

心光寺からの便り



◇毎日厳しい暑さが続いています。でも暦の上では早や立秋。朝夕の庭に立つと、桔梗ききょうや百合の花の楚々そそとした姿に、かすかな秋の気配を感じます。

◇さて今月は、始めにお詫びから申し上げます。それは先月号の「心光寺からの便り」に引用させていただいた藤解とうげ先生のお言葉について、一部誤りがあったことについて

てのお詫びです。

誠に勿体ないことですが、大石先生は「心光寺からの便り」をコピーして沢山のお同行様に郵送してくださっています。その際、「心光寺定例聞法会のご案内

内に寄せて」という一文を添えて送ってください。先月、「七月心光寺定例聞法会のご案内に寄せて」の中で、大石先生は次のように書いてくださいました。

「五ページの八行目に藤解先生のお言葉が載っております。申し上げたのは私でありますから、私は責任を感じるので訂正させて頂きます。

『わしは親鸞のことを思うだけで何か消えるんじや』

藤解先生は必ず親鸞聖人あるいは親鸞様と申されました。親鸞と呼びすてにされたことは一度もありません。『何か』は『何も彼も』と申されたのです。

これは私の発音が不明瞭なのでテープの録音を通して聞かれたので聞きとれなかつたのでしょうか。このお言葉、『わしは親鸞聖人のことを思うだけで何も彼も消えるのです。何という崇高なことでしょう。何という広大なことでしょう。表現する言葉がないから私はただ念仏してお礼させて頂いているのです』たんにしよう歎異抄第一節を講演されたご法座でのお言葉です。」

私は藤解先生のごお言葉については、非常に印象に残りましたので、メモを取りました。そのメモに基いて引用させていただいたのです。ところで私はメモを取る際、例えば藤解先生であれば「㊶」、「親鸞」、又は「親鸞聖人」の場合「㊷」というふうに、私だけに分る略字で書きます。それで大石先生は実際は「親鸞聖人」とおっしゃったのに、私が「㊷」を復元する際、何も考えずに「親鸞」と書いてしまったのです。

私は大石先生のお手紙を読ませていただきながら、本当に恥ずかしくなりました。それまで私は、「親鸞」でも「親鸞聖人」でも、そこに特に取り立てて違いを感じていなかったのです。そのことに改めて気付かされました。

そう気付かされて、改めて色々な方々が親鸞聖人について書かれている文章を見てみると、宗門の内外を問わず、「親鸞」と書いておられる方がいかに多いかに気付きます。

「親鸞」でよいか、「親鸞聖人」と書くべきか。そのことの是非についてはさ

ておきます。ただ大石先生、そして藤解先生は、決して「親鸞」と言われたり書いたりされることはないということ。そのことを今回深く教えていただきました。そこにお二人の先生が親鸞聖人に接されるお姿勢がよく表れていると思います。思想的な魅力や人間的な魅力、そういったもので親鸞聖人に触れるという態度は、お二人の先生には皆無です。今までそのことを全く意識しなかった私は、親鸞聖人に接する姿勢が、いつの間にかそういう類たぐいのものになっていったということです。そのことを深く教えられます。

それから、「何か消えるんじや」については、私の完全な聞き取り間違いです。にもかかわらず大石先生は、ご自分の発音が不明瞭なためであると、ご自身の責任にして、間違いを教えてくださいました。誠に申しわけないことであり、お恥ずかしいことであります。

この間違いを教えてくださいまして、改めて気付かされました。「何か消える」と「何も彼も消える」では、そこに大きな違いがありました。「何か」は、はつきりしないがとにかくそう感じられる場合の表現です。しかし「何も彼も」となると、疑いが完全に消える、払拭されるという明確な自覚を表します。これはやはり「何も彼も」でなければなりません。

「わしは親鸞聖人のことを思うただけで、何も彼も消えるのです」

これが藤解先生のおっしゃったお言葉なのでした。そして大石先生が目を開かれたお言葉なのでした。改めてこのお言葉のすごさの前にたたずみます。念仏の信にはそのような實際上の大きな働きがあるということなのです。

私はこのお言葉に改めて接する時、清澤満之先生の絶筆となった『我が信念』の一節を思い起こします。藤解先生や大石先生の生きられる念仏の信の内景をうかがう上で、一つの手がかりになると思いますので、その部分を引用します。

「私が信ずるとはどんなことか、なぜそんなことをするのであるか、それにはどんな効能があるか、という様な色々な点があります。先ずその効能を

第一に申せば、この信ずるといふことには、私の煩悶苦悩が払い去らるる効能がある。或はこれを救済的効能と申しましょうか。兎に角、私が種々の刺戟やら事情やらの為に、煩悶苦悩する場合に、この信念が心に現われ来る時は、私は忽ちにして安楽と平穩とを得るようになる。その模様はどうかと言え、私の信念が現われ来る時は、その信念が心一杯になりて、他の妄想妄念の立場を失わしむることである。如何なる刺戟や事情が侵して来ても、信念が現在して居る時には、その刺戟や事情がちつとも煩悶苦悩を惹起するこゝとを得ないのである。私の如き感じ易きもの、特に病気にて感情が過敏になりておるものは、此の信念というものがなかったならば、非常なる煩悶苦悩を免れぬことと思われる。健康な人にも苦悩の多き人には、是非この信念が必要であると思う。私が宗教的に有難いと申すことがあるが、それは信念の為に、かくの如く現実^{じやうじき}に煩悶苦悩が払い去らるるの喜びを申すのである」

(傍線は筆者)

藤解先生、大石先生、清澤先生のお言葉に共通するのは、語られている内容が教義上のことではないということ。大石先生はしばしば、「毎日毎日帰命の生活の実験をしている」というふうに言われます。清澤先生も「我が信念」の中で次のように書いておられます。

「信念の幸福は、私の現世における最大幸福である。これは、私が毎日毎夜に実験しつつある所の幸福である。来世の幸福の事は、私はまだ実験しない事であるから、此処に陳ぶることは出来ぬ」と。

(傍線は筆者)

つまり「何も彼も消える」ということ、「煩悶苦悩が払い去らるる」ということは、三人の先生方が日々実験された所の内心の事実^{じやうじき}に他ならないのです。

清澤先生は「妄想妄念の立場を失わしむる」と書いておられます。我々の理知分別というものは、全て妄念妄想に他ならないということです。その妄念妄想が立場を失う。久遠劫来立ち続けてきたその足場を取り外されるのです。何によつて。如来を信ずる信念によつて。

このような清澤先生のお言葉は、肺結核によって亡くなる数日前に書かれたものです。死を予感した時の様々な煩悶。そういったものがこの「妄想妄念」「煩悶苦惱」という言葉にはこめられているに相違ありません。

このような清澤先生のお言葉を思い起こしつつ、改めて大石先生がおっしゃったお言葉の光をしみじみ感じます。先月ご紹介しましたが、もう一度書いてみます。

「藤解先生は、『わしは親鸞聖人のことを思うただけで何も彼も消えるんじゃない』と言われた。あれから『消える』いうことを覚えた。色んな疑いが消えるんです。光に会うたら闇が消えるように。闇における時は闇とわからない。光に出た時はじめて、あつ、私は暗い所におったのう。暗いことを知らなかったと分る」

今回大石先生がご指摘くださったことによって、このお言葉の光に再度触れさせていただきました。有難うございました。

◇念仏同朋研修会が終わった後、ご参加くださった方々から沢山のお便りをいただきました。有難うございました。お返事もなかなか書けず申しわけなく思っております。この場を借りて深くお礼とお詫びを申し上げます。

そのお便りの中に、広島市の上原文人さんがくださったものがあります。上原文人さんについては、大石先生のご著書にもしばしば登場します。誰もそうですが、上原さんも、不思議なご縁によって大石先生の教えに出会われ、命をかけて先生の教えに聞いていこうとしておられる方です。そのお便りの中に、次のようなお言葉がありました。

「仏様と私の一本の線が見えつつあります。今の心を大切に毎日を通します」

私はこのお言葉に目が吸い寄せられました。その後折りに触れてはこのお言葉を思い起こします。そして力を与えられるのです。
上原さんは今回の研修会でも、次のような感話をしてくださいました。承諾を得ましたので、少し長いけれど引用させていただきます。

「広島から参りました上原と申します。大石先生を通じて心光寺さんにご縁があったことをうれしく思います。私、この浄土真宗の教えにあずかったのは、ただ大石先生のお陰です。大石先生に引かれてこの道に入って十一年になります。

私、上原というたら、先生の本にも書かれておりますように、隠しても隠せんことですからはつきりと申します。私が先生にお会いしたのは、私が刑務所から帰った当時、先生は保護司をしておられました。それで私が仮出所をいただきました。先生にお会いして、先生の温かい思いやり、愛情をいただきながらこの道に入らせていただきました。

私が今考えてみるのに、先生とお会いして話を聞かせてもらっている間、始めの間はちんぷんかんぷん。わからなかったです。ただすわって聞かせてもらいよる、いうだけです。聞かせてもらいよる自分が、何を聞きよるかもわからなかったです。でも何か知らんが、先生のお話をただじっと聞かせてもらっていました。そんな私ですが、だんだんだんだ



ん聞いて、また先生の私生活、先生がしておられる姿をこう見てまいりますと、自分がしてきたことと全然真反対ですよ。真反対な先生が、せんでもええ仕事をされておるのを見て涙が出るし、先生の本を読んでも泣いてしまったり、こんなぼんくらな私ですが、何か知らん涙が出ておりました。

そんな私に、先生が一番先に教えてくださったことは、「上原君、人の幸せを願える人間になりなさい」ということを先生は私に教えてくださいました。始めは簡単なことのように思いましたが、だんだん、これは難しいことじや。これはただ物をあげりやええ、食べ物もあげりやええ、どうしてあげりやええ。ただそれだけのことじゃないんじやと。これはふかい意味があるんじやというようなことを感じるようになりました。

要するに、ご本願に会いなさいと。ご本願からいただいたものをあんたがいただいて、人をまた救いなさいと、でもあんたが救うんじやないんよと、ご本願の力によって救うんですよと、いうようなことだと今思っています。

確信をもって、自分がこうじゃと言えることは、自分にはつきり申しまして、自分が刑務所に行ったのは覚醒剤の使用です。二年二箇月の刑。一年八箇月で刑務所から帰りましたが、それで先生にお会いしたんですが、自分いう男は、二つの顔をもっております。元々人の面倒をみるんが好きですし、まあ気がええほうです。その反対を言うたら、もう頭にかーつときたらもう止まらん。何かをしよう思うたら、もう悪いことでも突っ走るいうんか、止まらん自分いうもんがあったんです。そんな自分が、今どういうふう変わったんか。

この本願に会わしてもらい、先生のお話をずーつと聞かしてもらっている中で、自分が今どういうふうに変ったのか。これははつきり言えることがあるんです。

自分は覚醒剤いうものを打とうという気持ちがあったときには、必ず自分は、どんなことがあっても打っていました。でもこれ不思議なことが起きて、その打とうか、いう気持ち、覚醒剤がどうじゃ、いう気持ち、そんなもんが、何年にわたって、刑務所に行かやいけんほどそれが強かった自分が、全くなくなった、ということなんです。

これは自分の力ではなくて、先生が自分に対して、先生の願いというんか、ご本願の力というんですか、それによって、自分は覚醒剤いもうんから抜け出ることができたと確信持っております。これ、自分の力じゃ絶対に抜け切ることはできんかったと思っております。これはもう先生のお陰、仏さんのお陰、もうこれよりほか言いようがありません。そうでなかったら、今まで自分が先生とお会いして、先生の元に、女の人五人、男の人六人、先生の元へ連れて行かせてもらいました。十人はみなほとんど刑務所へ帰ったり、また刑務所に帰らんでも、家庭はぐちゃぐちゃ、もうどうにもならん生活。ただ一人貞広さん、いう最後の人がおるんですが、この人は覚醒剤を打ったり、悪いことをする人じゃあないんですが、先生の教えを真面目に聞いております。十一人の中で、同じように先生の所へ行っただんですが、十人の人は、一回でぱつと去って行きました。要するに、先生が言う仏縁がなかったんでしょう。でも、自分でもそう思うんですが、本来なら自分も、もうすぐぱつとサイナラ言うて帰るところです。それを帰らんと、こう先生に会って、ご指導いただいておりますが、これは本願に引っ張られて、話を聞きたい、ただその一念で続いているように思えるんです。

まあ自分はそういうところで救われて、有難いなあと、今は有難い有難いで毎日毎日を過ごさせていただいております。この度こうやって心光寺さんにお参りさせてもろうたんも、皆さんにお会いしたくて参りました。有難うございます。」

上原さんは大石先生と同じように、実際に経験したことしか話しません。その上原さんが確かなこととして、「本願に引っぱられて」今日まで来たと話しておられるのです。要するに自分の力ではないということ。そしてそのことを有難いと思っていると話してくださいました。

その上原さんがまた、今回の研修会に参加したお礼のお手紙の中で、「仏様と私の一本の線が見えつつあります」と書いておられるのです。このお言葉になぜ私の目が吸い寄せられたのでしょうか。どこに吸い寄せられたのでしょうか。

それを確かめてみたいと思います。

「仏様と私の一本の線」それは上原さんの感話のお言葉で言うと、上原さんを今日まで引っぱってきた本願の力だというふうに言うことができると思います。上原さんは その力がなかったら、上原さんが連れてきた十人の人と同じように、上原さんも一回でサイナラしていたところだとおっしゃっています。

「仏様と私の一本の線」とは、私の気づかないはるかな昔から、仏様の方から私に向かって、しっかりと結んでくださっている一本の線というふうに言うことができますと思います。それは親鸞聖人のお言葉で言えば、「弘誓の強縁ぐぜいごうえん」ということになります。

親鸞聖人は本願のことを、「誓い」とくり返しおっしゃっています。本願のことを「如来の御ちかい」といわれ、その本願の第十八願において、名号をもって私を救わんと誓われたその名号を、「御ちかいのみな」というふうにおっしゃっています。

誓いとは、約束ということです。阿弥陀如来ははるかな昔、私に対してある重大な約束をしてくださいました。それはどういう約束だったのでしょうか。『大無量寿経』に出ている法蔵菩薩の第十八願がそれに当たります。原文では、次のようになっています。

「たとい我、仏を得んに、十方衆生、心を至し信樂しんぎょうして我が国に生まれんと欲おもうて、乃至十念ないしせん。もし生まれずは、正覚しょうかくを取らじ。」

これをわかりやすく言いなおしてみますと、次のようになります。

「我（阿弥陀如来）は南無阿弥陀仏の名号となって、汝（私）の中に生まれよう。そして宿業にあえぐ汝に代わって、汝の宿業を担にない、汝の手となり足となって、汝の中で歩みを始めよう。そして汝も我のように、一切の命あるものの救いを願って、限りなく歩み続けるものたらしめよう。もしそれを果し遂げることができなかつたなら、我は決して正しい覚りの世界に入ることはない。」

こういう約束です。今まで大石先生の教えをお聞かせいただく中で、聞き取らせていただいた阿弥陀如来のお誓いの内容です。

つまり阿弥陀如来は、南無阿弥陀仏という名号となって、私と運命を共にされるという約束です。それを果さなかったら、私は決して正しい覚りの世界に入らないという約束です。

仏が覚りの世界に入らないということは、仏が死ぬことを意味します。つまり阿弥陀如来は、この私のために、ご自身の命を投げ出しておられるということです。それが約束ということの本当の意味です。そういう約束をはるかな昔になさって、今までも、今も、これからも、その約束に生き続けようと言われるのです。

この阿弥陀如来の約束は、単なる經典の文字ではありません。その約束に実際に救われ、今現に其の約束にじょうたく乗託して生きている人の上に現われるのです。そういう人を親鸞聖人は「よき人（善知識）」とおっしゃっています。そういうよき人を通すことによって、はじめて私にもその約束が生き生きと感じられ、伝わってくるのです。こうして人から人へと伝えられ、今日まで脈々と流れてきているのが、阿弥陀如来の約束、誓願です。

上原さんは大石先生との出会いを通して、そういう阿弥陀如来の約束の具体的な力を感じられ、それを「仏様と私の一本の線」と表現してくださいました。これは上原さんが、十一年間の大石先生との出会いを通して感じ取られた、掛け値なしの実感の言葉です。そのことが確かに感じられるだけに、私はこのお言葉が、本当に重く、尊いものとして響いてくるのです。

上原さんは、「仏様と私の一本の線が見えつつあります。今の心を大切にしながら毎日をごします」と書いておられます。これほど確かで、力強い出発の表明はないでしょう。仏様が、はるかな昔から、私に結んでくださっている一本の強い手綱たづな。それが見えたら、私の方から色々と思いをめぐらせたり画策したりすることが、いかに無効で不要なことか。それが自ずから分つてきます。

上原さんは、その「仏様と私との一本の線」を「大切に」「つまりそれを

生活の中心にして、「毎日を通(こ)します」と書いておられます。そこに起こっている心はまさに、インドの天親菩薩(てんしんぼさつ)の、

「世尊(せそん)よ、我(わ)は一心(いっしん)に(世尊我(せそんが)いっしん)一心(いっしん)、十方(じゅうぱう)を尽(つ)して障(さわ)りなき光(くわう)の如来(にょらい)に帰命(きみやうじんじつぼうむげこう)に(帰命(きみやうじんじつぼうむげこう)に)如来(にょらい)の国(くに)に生まれんと願(ねが)って生きてゆきます(願(が)んしょうあんらくこく)します(願(が)んしょうあんらくこく)します」

という一心帰命(いっしんきみやうじんじつぼうむげこう)の表白(たうひつ)と、質(しつ)において全く同じ心(こころ)だと思(おも)います。そういう「我(わ)一心(いっしん)」の心(こころ)が、今(いま)上原(かみはら)さんの中で起(お)こっていることを感じ(か)じます。

「我(わ)一心(いっしん)」とは、私(わたし)の心(こころ)を一心(いっしん)にすることではありません。

上原(かみはら)さんは感話(かんだ)の中で、先生(せんせい)の元(もと)を去(さ)った十人(じゅうにん)の人(ひと)と同(おな)じように、自分(自分)も先生(せんせい)のお話(おはなし)を一回(いちど)聞(き)いただけでサイナラするところであつた。その自分(自分)が十一年(じゅういちねん)間(ま)も大石(おおいし)先生(せんせい)のお話(おはなし)を聞(き)き続(つ)けてきたのは、全く自分(自分)の力(ちから)ではなかつた(述懐(じゆつかい)して)おられます。

「我(わ)一心(いっしん)」とは、まさしく「仏様(ぶつさま)と私(わたし)の一本(いっぽん)の線(せん)」です。それも仏様(ぶつさま)の方(かた)から私(わたし)に結(むす)んでくださっている一本(いっぽん)の線(せん)です。その一本(いっぽん)の線(せん)が見(み)えてきて、自分で色々(いろいろ)と取(と)りこし苦勞(くろう)や計算(けいさん)することは止(と)めて、その一本(いっぽん)の線(せん)を依(よ)り所(ところ)にして立ち上(た)がつていこうという心(こころ)が起(お)こつた。その心(こころ)が「我(わ)一心(いっしん)」です。

それは自分で起(お)こした心(こころ)ではありません。自分の名前(なまえ)を呼(よ)ばれて、「ハイッ」と思(おも)わず返事(へんじ)が出る(で)るように、「仏様(ぶつさま)と私(わたし)の一本(いっぽん)の線(せん)」が見(み)えてきたことによつて、自(みづ)から私(わたし)の中(なか)に呼(よ)び起(お)こされてきた心(こころ)です。

この心(こころ)は計算(けいさん)や打算(ださん)のない心(こころ)です。計算(けいさん)や打算(ださん)や疑(ぎ)い以前(いぜん)の心(こころ)です。仏様(ぶつさま)の呼(よ)びかけによつて賜(たま)つた心(こころ)です。そういう心(こころ)を、親鸞(しんらん)聖人(せいじん)は「疑蓋(ぎがい)無雜(むざう)」の心(こころ)としばしばお(お)っしや(っし)っています。

「疑蓋(ぎがい)」の「蓋(がい)」とはふた(ふた)ということ(こと)です。ふた(ふた)が覆(おほ)いかぶさ(さ)つて、心(こころ)が絡(から)まった糸(いと)のようになり、閉(と)ざされて、智(ち)慧(ゑ)がない状態(じょうたい)をい(い)うと説明(せつめい)されています。疑(ぎ)いの心(こころ)は、そういう心(こころ)をふさぐ蓋(ふた)のよう(よう)なもの(もの)だ(だ)とい(い)う意(い)味(み)です。

この疑(ぎ)いの心(こころ)は、信(しん)じるとい(い)う人(ひと)間(ま)心(こころ)の反(はん)対(たい)語(ご)として言(い)わ(わ)れてい(い)るのではあ(あ)り

ません。人間の心で信じるといっても、疑うといっても、それはどちらも同じことです。共に疑蓋に外なりません。つまり疑蓋とは、人間心そのものことです。人間心自体が疑蓋に外ならないのです。「我一心」は私の心に起こっても、そのような人間心ではありません。人間心を破って出てくる、如来から賜った心です。

私は以前から、親鸞聖人が「我一心」のことを、繰りかえし「疑蓋無雜」の心と言われるのはなぜだろうと思っていました。今は、親鸞聖人が自らの「疑蓋」に長い間苦しんでこられたからに他ならないといただいています。長い間人間心の闇に苦しんでこられた。しかし容易にそれから抜け出ることができなかつた。ところが今ようやく、如来から賜った「我一心」によって、その人間心から解放された。その喜びが「疑蓋無雜」という一語に表されているに違いない。そういうふうにいただいています。親鸞聖人は『教行信証』の信巻の中だけで、「疑蓋無雜」という言葉を九回も使っておられるのです。それほど天親菩薩の「我一心」は、親鸞聖人にとって、人間心の闇を破る光のお言葉だったのです。私が今まで、「心光寺からの便り」で何度か尋ねてきた大石先生のお言葉。「白紙になる」とか、「始まり」とか、「消える」とか、そういうお言葉は、大石先生において、「我一心」のほとぼし逆り出る瞬間のお言葉だといいただいています。今回取り上げさせていただいた上原文人さんの、「仏様と私の一本の線が見えつつあります。今の心を大切にして毎日をご過します」というお言葉も同じです。私は上原さんからこのお手紙をいただいた時から、このお言葉に釘付けになりました。大石先生のお手紙といっしょにいつも手元に置いて、折に触れては思い起こし、立ち返らせていただきます。私も上原さんと同じように、大石先生によって「仏様と私の一本の線」を見させていただいて、その線に呼び覚まされて、これからの人生を生きていきたいと念じています。

◇最後に、上原さんが大石先生の元に連れて行った十一人の内で、先生とのご縁が途切れなかった一人とは誰でしょうか。それが上原さんのお話の中にもありました貞広文孝さんです。この方は、上原さんが大石先生を通して念仏に出

会われたと同じように、上原さんを通して念仏申す人となられたのです。今回の研修会にも上原さんといっしょに参加してくださいました。

このように「仏様と私の一本の線」は、人を介し、人から人に伝わっていくのです。私は上原さんや貞広さんの念仏される声を聞いて、その事実を目の当たりに見させてもらっているという感動が突き上げてきます。まさしく吉水教団を現代に見させてもらっているという感動です。有難うございました。

南無阿弥陀仏

宮岳文隆 拝

平成十五年八月八日

撮 取 山 心 光 寺

追伸。大石先生の五冊目の本が樹心社から刊行されました。題名は「闇の中に光あり」。月刊誌「在家仏教」に、平成十二年十月号から平成十四年三月号まで一年半にわたって連載された「一道を歩み続けて」に、平成十三年春以降の書信七通を加えて編集されたものです。

私が始めて大石先生を知ったのは、平成十二年十月のことでした。家内が録音してくれたテープを通して、初めて大石先生の声が私の耳に届いたのです。その時併せて、「一道を歩み続けて」の十月号と十一月号を読ませていただきました。驚きました。こういう方がおられたのか。その時の衝撃は忘れることが出来ません。

新刊本を手にして、まずこの二編を読ませていただきました。当時大石先生を知る前の私の心象風景。そして大石先生を知った時の驚き、感動が、懐かしさとともによみがえってきます。

ぜひご一読くださいますようご案内いたします。注文は最寄りの書店に頼むか、または直接樹心社（東京都国立市富士見台一丁目七番地一―五―四〇三、【電話】〇四二―五七七―二七七八）に葉書または電話で注文してください。なお、心光寺にも何冊か置いてありますので、こちらで購入することもできます。