

うちの  
みんな  
読んでね

## 今年のお盆も、ともに南無阿弥陀仏を 申していきたいものです。

●全国の寺院では、一年を通じていろいろな行事が勤まります。親鸞聖人のご命日にちなんだ報恩講には皆さんお参りしていただきたいのですが、現在はお盆が日本の年中行事として根付いています。

普段私たちは、日頃の習慣でお仏壇にお参りしたり、嬉しい時や悲しく辛い時もお仏壇で手を合わすでしょう。仏様に報告したり、対話したりする時間ですね。特にご家族・ご親族が亡くなったの初盆には、生前の思い出とともに、懐かしい故人の生き様が偲ばれます。

●親鸞聖人は、歎異抄第五条に「親鸞は父母の孝養のためとて、一遍にても念仏もうしたることいまだ候はず」と述べられています。どういうことでしょうか。それはつまり「亡くなった両親のために追善供養の想いで念仏申したことは一度もない」と言われるのです。

追善供養とは、故人のためにしっかりと仏事を勤め、それを善として故人に回し向け、成仏できるよう徳を追加していくという考え方です。しかし、阿弥陀様によるお救いの働きにお任せするに勝る善はなく、亡くなった方はすでに救われ、私たちを見守ってくださる存在と受け止めるのが真宗の教えです。

供養とは、亡くなった故人を仏様として「讃嘆供養」することであり、その

仏縁に感謝することなのです。お盆には勿論のこと、いつでもどこでも、阿弥陀様や先に往生し成仏された親しい方と出会うことができます。その出会いを喜び、私たちがお念仏申してゆくことが、仏様が最も喜ばれることでもあります。(出典 仏教家庭学校ほか)



原発事故で福島から東京避難の母子ら8名、GWに鮎川町へミニ保養&交流。

実践!

### 肩の荷がおりの気功

#### ②～ゆるする

体を細かくゆすります。  
前後左右ななめ、気持よい  
方向に体を倒しながら。  
肩や腕の力も抜いて。骨も筋  
肉も内臓も、体のすみずみ  
で心地よくほぐれていきます。

by NPO 法人気功協会 <http://www.npo-kikou.com/>



往くも還るも

他力ぞと

ただ信心を

すすめり

されました。往相とはこの私が浄土へ往生するといふはたらき・ちからのことであり、還相とは、この私が浄土へ往生したのちに、迷いの世界であるこの世に還つてきて衆生を濟度するはたらきのことです。回向の主体は阿弥陀如来であつて、この「はたらき・ちから」全てが阿弥陀如来による本願力「他力」と言うのです。

そもそも仏教一般では、この私が積んだ善根功德を他の人に施すことを回向と言います。しかし私どものような凡夫がいくら精進したとしても、煩惱がある限りは雑毒の善でしかなく、中身の無い虚仮の行と言わざるをえません。私一人の往生すら叶わぬことは明らかです。私たちが浄土往生しうるための働きである名号も信心も、直ちに仏としての活動に入つて、ご縁のある方々をあらゆる手段を講じて導くことも、全て煩惱から脱却した阿弥陀如来のおはからいです。私の方で出来ることは、そのおはからいをいただくことしかありません。そのいただきぶりを信心と申し上げるのです。

如来の慈悲の心をいただく時、一切衆生を救わうというご本願の呼びかけ・仏様の名のりが自分に回し向かれていくと気づき、全てをお任せしてただみ名を呼ぶ他はないのです。(引用「月々のことば」)

◆この法語は、七高僧第三祖・曇鸞大師の教えの意訳であり、正信偈の「往還回向由他力 正定之因唯信心」のお心を詠われたものです。

親鸞聖人は大師の教えを押し広げて、往相・還相の二種の回向を説く教えこそ浄土真宗の要であると、体系的に顕

## 「IS テロとかオウムの事件とか、宗教って怖くない？」……

教えて！  
お坊さん  
⑦

宗教が絡むテロ行為で偏見が生まれ、困惑や不安が広がる。それらの事件の経緯、歴史的社会的背景は複雑である。それをよく見ることなく報道で簡単に印象操作されてしまい、安易に「この道しかない」と思い込むとしたらその方が何倍も怖い。

体制に不満を持つ力のある人が、宗教や信仰心を利用して人々を反社会的に洗脳し、暴力手段を正当化して訴える時、命を捨ててまで他者を害するためには、その行為を来世の安寧に結びつける教義もしくは、国や元首のためという大義に酔わせなくてはならない。

「戦争は人間の靈魂進化にとって最高の宗教的行事」という「生長の家」創始者・谷口氏の教え（現在は平和・環境活動に熱心で、憲法改正不支持も明言）を自分の生き様の根本に置き、血を流さなければ国を護れないと主張する福井出身の与党政治家と、万雷の拍手。一体何がそこまで愛国心を歪ませるのか、盲信や狂信に権力が結びつければ暴走が始まる。

ダライ・ラマやガンジーの非暴力主義ではないが、政治や宗教の役割は「国民にいかに血を流させないか」のはず。対立や紛争解消のためギリギリまで努力を傾け、いたずらに軍事緊張を煽ったり敵を作らない知恵と政策こそ、内外から信頼を得られるのではないか。

人の優越感の裏には根深い差別心がある。人生に肯定感を持たず謙虚さに乏しく、特定の人や国に不満が向き、過激思想に染まる機会は誰にでもある。しかし他者を傷つけることまで認められては人間社会は持続できない。正義を力で行使することの愚さを知ろう。

## 「ふくふくミニ保養～6年目を生きる母の声とは」.....

◆福島原発の放射能汚染から自主避難で東京郊外に暮らしているお母さんと子供達。二組計6名がGW期間中、四泊五日で鮎川町に滞在しました。子供達は汚染の心配のない自然の中、広いお寺でのびのびと遊びながら、お母さんお二人からは、原発事故によってまさに翻弄されてしまったその一端を、トークライブなどでお話いただきました。



- 事故当時妊娠中。四人の子供を抱え、慣れぬ東京での子育ては毎日が戦場のよう。
- 2011年3月10日には絶対に戻らない。時間ではなくて、土地も、人間関係も、健康被害も。
- 国は20ミリsv（以前の20倍！）まで安全だって言ってる、なぜ避難するの？と言われて水掛け論になるより、事故を起こしたのは東電と国だよ、その責任を追及しようと思っただけの方が互いに消耗しない。
- 情報格差。「だってほら、福島は人が住んでいるでしょう」となる。目先の政策で被災者を孤立させ、まとまって力を持つことを阻もうとしている。あと数年後にはオリンピック、このまま避難者は存在しないことにされ、原発は推進されている。
- 福井のような美しく豊かな自然のある場所へ来ると涙が出てくる。目の前にある水や野菜がいちいちどのくらい汚染されているか気にして食べることを想像してほしい。
- 来春、戻りたくないけど住宅支援が打ち切りのため福島に帰らざるをえない。事故当時、野外で待機したり遊んだりしたが、お子さんにも自分にも（甲状腺に）嚢胞が見られ、どうしたら良いのか..。
- 避難してきた都内の幼稚園で、お母さん

からの心ない言葉に傷つき..。

その涙ながらの訴えに会場もすすり泣きが漏れ、胸がキリキリ痛みました。

- 避難者と復興のため空き家空室が無く、住宅情報誌が廃刊になった。洗濯物まだ中干してるの？と言われる。
- 5年も経ったのに支援者団体それぞれが被災者たちを囲い込みし

てまとめられない、区域外避難者とくくっても一人ずつ背負っているものが全く違って、原発事故のために逃げざるをえなかったと言う一点でしか共通項がない。

夜は日付が変わる頃まで語り合ったり笑いあったり、苦勞の多い避難の毎日を少しでも癒していただけたのではと思います。福井での移住可能性や福島への支援農家も興味持たれ、このご縁を大事にしたいです。



僕らは、家族や地域の幸福を守ってくれるリーダーを選ぶ必要がある。僕らがそのような行動を取らなければ、そして人類のために意義のある問題に賢明な一票を投じなければ、子供たちの将来とその他の野生について気かけない誰かの思うつぼなのだ。  
by パタゴニア（アウトドア用品メーカー）

# 「5年目の福島」 2016.3.1

関 久雄 (詩人 福島県二本松市)

保養 黙って出かけるんです  
ふだん ホウシャノウなんて  
気にしていません って顔している  
だから わたしは 隠れキニシタン

子ども 外に出さない家  
お茶のみ 声かけても出ない年寄り  
まあ 引きこもりみたいなひともいて  
それもこれも しかたない と  
仮設の会長さん  
勉強しましたよ 郡山はもう安全  
だから保養は必要ありません むしろ  
福島に遊びに来てください と市の職員

おとうとに 新潟のコシヒカリ送ったら  
「良かったあ 県産でなくて」と言うも  
んだから アタマきて  
ああ もうやんねえ わがで買って食え  
と 言ったんです  
福島産のコメ 測っているから  
他県のものより安心だと思いますよ

福島は危ないのイメージ 払拭したいと  
あえて外に作った遊び場 ↗

指さす モニタリングポストは  
0.16 マイクロシーベルト  
その数値 高いのか 低いのか

アパート見つかって  
子どもが小学校に上がる前に 戻ります  
それだけ言って ポロポロ泣くお母さん  
嬉しいのか 悲しいのか

来年で打ち切りの住宅支援  
それでも米沢 残ると決めた  
決めたのはいいけど  
家賃 これからどうすんべなあ

それぞれの 5年目の福島  
国が逃がさないから それぞれの選択を  
認めないから  
みんなみんな  
ここに居るわけ 探しているんだ  
みんなみんな  
だめだと言われたくないんだ  
みんなみんな 安心したいんだ でも  
いまも 原発から毒は出ているんだ  
それでも 空は 悲しいくらい青いんだ  
それでも いまも ひとは出ていくんだ

\*私たちの想像が追いつかない、汚染の中の生活と苦しみの実態。しかし知ることから始まる。

佛光寺派本山の掲示板が話題という。これもなかなか深い八行。幸せとは、モノや人間関係、ラッキーな体験、仕事や趣味の充足感からも大なり小なり感じるものだが、いかに引き寄せるかという視点だけでは寂しい。たとえ体が壊れても、自分の全生涯かけて悔いがないテーマを持てるとしたら、苦難を苦難としない自発性溢れた態度であり、それは恵まれた「仕合わせ」に違いない。

幸せとは  
問題が生じて  
こない状態を  
いうのではない  
私の生涯を  
燃え尽くさせるような  
問題に  
出会うことである  
京都・佛光寺 八行標語



## 「救われた一言」 .....

### ◆ジリリリーン！「火事です！火事です！」ジリリリーン！

けたたましく火災報知器が鳴る中で、私は雑巾を手にしたまま目の前に繰り広げられる光景に呆然としていました。それは早朝、私の勤める老人施設で起きました。

コトの始まりは私がバケツに水をためていたことを忘れ、次の業務に移ってしまったことで二階から一階に水が漏れ、その水が火災報知器に触れて漏電の可能性ありということで、ベルがなってしまったのです。

施設では、火災報知器が鳴ると自動的に消防署に通報が行く仕組みとなっています。火事ではなく水漏れと分かった時には時すでに遅し。サイレンを鳴らしながら何台もの消防車が近づいてくる音がします。そこからは自分ではどうしようもない事態となっていました。

血相を変えた施設長が駆けつけ、近所に住む応援職員も駆けつけ、地区の消防団の方、町内会長さんをはじめ地元の方々、警察の方など次々集まってくる大勢の人たち。私は「違うんです、火事じゃないんです...」と思いながらも、おおごとになっていることに頭がういて行かず、ひたすら「すいません」と謝っておりました。自分のミスで多くの方にご迷惑をかけてしまったことに恐縮し、すっかり気落ちして言葉も出ないような状態でした..。

すると一人の消防士さんが「ドンマイ！今日は本番さながらの訓練ということで！」と明るく声をかけてくれました。また、私が事情聴取をされた警察署の方からも「最新の設備がちゃんと作動していることが分かって良かったのー」と言ってくださいました。この二人の言葉に血の気が戻り、やっとしっかりすることができたのです。

自分の犯したミスについてはたっぷり施設長から注意を受け、反省もしたわけですが、あのお二人の言葉がなかったら、凹んだ気持ちを引きずり、帰り道に事故を起こしていたかもしれません。本当に心を軽くしてくれた、救いの一言でした。(C)

### 肩の荷がおりる気功

#### ①～歩く (その場歩きもOK)

楽に気持よく歩きます。

前を向いて、

足取りを軽く、

心も体も自由にして、

肩や腕も楽に動きます。

適度に骨盤がゆるみ、

体が軽くなります。

by NPO 法人気功協会 <http://www.npo-kikou.com/>

実践!

### カラダほぐしの会 ～春のデトックス

★3月31日(木)

夜7時半～9時頃

★報恩寺 ¥500

春は排毒と体質改善の好機。肩の荷を降ろし、骨盤を緩ませて、古く溜まったものをどんどん出しましょう。気功や整体の簡単な調整術で、自然なリラックスをどうぞ。

「得度しました！」 \*得度：仏教各派で僧籍を得ること

◆この6月、京都にて得度をさせていただきました。法名は慈穂（じすい）です。得度習礼は10日間という期間ではありましたが、作法の基本から読経、浄土真宗のみ教えまで、しっかり教えていただき、また自分自身をじっくり見つめ直していく時間でもありました。

私にとっては、身近にいて当たり前の阿弥陀さまでした。しかし、指導していただいた先生方の凛として清々しい立ち振る舞いや、浄土真宗のみ教えに触れ心から喜んでいる同じ習礼の仲間の方々と出会い、改めて阿弥陀さまの教えの偉大さ、お念仏の凄さに感動しました。



今後も、浄土真宗を勉強し、味わわせていただきながら、お同行の方々と心豊かに楽しく歩ませさせていただきたいと思います。今後ともよろしくお願い申し上げます。（若坊守：千種）

◆福井市旧越廼村に住みます、山田靖也（法名：黙鐔 もくだん）と申します。何故・何のため、自分は生きているのか、そんな問いをずっと前からもっていました。そんな折、林住職と御縁をいただきまして、全くの在家なのですが得度させていただきました。

仕事は野菜・雑穀中心のお店「いただき繕」（<http://itadakizen.com/>）を営んでおります。先の読めない今の中であって、「慚愧の心を忘れず、歓喜に満ちた」僧侶となれますよう精進していく所存です。みなさまとお会いし、お話することを楽しみにしております。どうぞ、よろしく願いいたします。



一年前に山田氏と偶然出会い、自分のお取次ぎが良かったのかどうか、あれよという間に僧侶への道を進むことに。妻も触発され、二人はこの半年間、休日や空いた時間を勉強にあてて準備してきました。自分も昔を思い出しながら指導させて頂き、勉強になることも多く、良い経験になりました。一生の間で稀にも、二名も念仏者となるご縁を恵まれ、大変嬉しく思います。とはいえ、それぞれ仕事をもち、これからが研鑽のスタート。有縁の皆様には未長く温かなお育てをいただきますよう、ご指導の程ぜひ宜しくお願い致します。（住職 暁裕）

雑記 七月初め、凄惨なテロの犠牲に言葉もない。ISから敵視される日本、軍事力で解決できるのか？  
現政権は支持率も高いのに、安保外交や憲法改正、財政赤字など国の長期的ビジョンが堂々と示されない。多様な意見をまとめてこそ五十年も政治を独占してきた党が、今は簡単に公約破棄の強硬路線に変質してしまつた。残念かつ不安である。（S）



