

うちの
みんなで
読んでね

お念仏の春

先立ってお浄土で待ち受けてくれている先達に思いを馳せ、今年もありがたい彼岸讚仏会法要のご縁に、ともに遇わせていただきましょう

今年の冬は、2月に入って数十年に一度しか降らないような大雪になりました。福井市では37年ぶりに1.4mの積雪、皆様も連日雪との戦いで大変なことであつたでしょう。

それでも3月に入ると、急速に春の気配が感じられるようになりました。秋のお彼岸は朝夕が少しずつ涼しくなり、秋冬の支度に移っていく時期ですが、反対に春のお彼岸は、日も知らぬ間に長くなって、寒い冬が明けていく気配に気持ちも明るくなってきます。



お彼岸と一言と言っても、秋と春では捉え方が変わってくるようです。お念仏を喜ぶ人は、春のお彼岸を迎える時は「お浄土で待っていてくれる人にまた会える」と受け取り、お浄土に思いを寄せる中で「生きてよし死んでよし」と、お念仏共々に生き生きと生き切っていけるのではないのでしょうか。

阿弥陀如来は欲多き自己中心の「凡夫の私」を救い、決して捨てない「無量光仏」であつて、そして「浄土にて同じ悟りの仏とする」と誓われました。親鸞聖人は「罪多きもの煩惱深きものであることに気づけ」と仰るのではなく、「罪多きもの煩惱深きものを、ただ救わんとする弥陀の本願があることに気づけ」と仰るのです。ここに、絶対他力のみ教えの特徴があるのです。

罪多きもの煩惱深きものであることには変わりありません。お念仏しているから罪が少なくなり、煩惱が減っていくということにはならないのです。「罪多きまま煩惱深きままのお前を救う」というお念仏が聞こえた時に、「唯脳常勝如来号 応報大悲弘誓恩」の「称名報恩」のお念仏となるのです。(孝雄)

同じ仕事、家事をこなしても、労われる人もいればそうでない人もいる。自分の扱いに不満なら、逆に普段の自己主張、己の性分を振り返ったほうがいい。どんな正論も献身的行為も度が過ぎれば嫌がられても仕方ない。見返りに固執せず手柄にもせず、淡々と陰徳を積むということを、身をもって示せる人が少なくなった気がする。自分で言っちゃおしめえだが、言わずにおれんのも人間か。

苦勞という
言葉は
ひとに
使うもの
自分に
使えば
ただの自慢か
単なる言い訳
(京都佛光寺「八行法語」)

自力じりきの

御おんはからいにマは

眞しん実じつの報ほう上じょうへ

生うまるべからざるなり

◆ 聖人はこのお手紙(ご消息)の中で、関東の門弟たちに「自力・他力」について丁寧な解説されています。実は、浄土真宗の教えを正しく理解できるかどうかは、ここにかかっているほど大切な問題なのです。

聖人は自力について「様々な善行に励んだという自分自身を頼りとし、自分の善悪の判断に基づいて身の振る舞いを正し言葉遣いに気をつけ、心の乱れを取り繕い立派にするよう務め、そのような生き方をしていればきつと往生できようと期待すること」と言われます。この「悪を慎み善を為していく」行為は、仏教の原則においても、社会通念上からも実にまっとうな生き方と言えるでしょう。ところが聖人は自力による往生を否定されます。そして阿弥陀様の(四十八の)お誓いの中で、戒律や禅定、造像などは限られた人しか救われない行として選り捨てられ、ただ念仏一行を選びとって往生決定の行とするという第十八願の救済力を他力と述べられます。

聖人が七高僧と仰がれた方々は、念仏往生を誓われた第十八願こそ阿弥陀様の本意の願であるご覧になり、法然聖人は、この念仏行は救いの条件としてでなく、すべての人々を平等に救いたいという慈悲の心が現れたものだと思われました。もつとも行じやすくたもちやすい称名念仏こそが、すべての人々をすくい取る方法として本願を起こされたのです。

誠にもつたいないことですが、阿弥陀様のお浄土は私の計らいをもつて願う世界ではなく、阿弥陀様の大悲の心のままに、願われ招かれて往く世界だったのです。(引用「月々のことば」)

教えて、お坊さん ⑭ 「将来、お墓を守る人がいなくなったら？」……………

昨今、マスコミや雑誌でも「墓じまい」と称した特集を見かけるようになった。お同行の中でもそんな声を聞くような状況も生まれつつある。誰かが面倒を見れた時代と異なり、少子化、単身世帯の増加、過疎化などの社会構造の変化に伴う現象である。

同様なことはお仏壇や家屋そのものにも言える。介護や葬儀の場面ではすでに民間市場が主導になって久しい。いずれも事前に、家族親族間で意思を確認しておくのが望ましい。

お墓に関しては、遺された人が面倒を見やすいようにしておくことが大前提。つまりその方がお参りしやすい場所にあること。例えば海や川への散骨は、本人が望んだとしてもそこまで皆で盆参りをしようとする中々集まれない。樹木葬として一旦個別にお骨を埋葬し、ある年数経過したら業者が自動的に合葬墓に移すというのは、比較的安心だろう。

寺院にも納骨堂や永代供養墓があるのだから、もし家墓がなくなっても、そこでお参りはできる(お寺も続く限り)。あの人とは絶対一緒に入りたくないとかの身勝手を訴えても、すでにこの世にいないのだから自分では確かめようがない。その前に戸籍から抜けることをお勧めする。本当に子や孫に迷惑をかけたくないなら、あまり無理を言わないことだ。

日本史でも世界の習俗を見ても、お墓や吊いの文化は実に様々であり、変遷していく。大事なものは、放っておいても偲ばれるような人間関係を心がけることはいまでもない。



◆ずいぶん以前、米国でトランプ形式の「自然の中でできる52の行動」とか「人生で一度はやってみたいこと52」というカードシリーズがあった。常識的であまりとっぴもないことは書かれてなかったが、この形式自体がいろいろと遊べる。

例えば、定年になったら何もすることなく家でごろごろし、自分で実現したいこと冒険したいことを見つけられない人もいる。時々「やりたいこと」のリストを膨らませてみよう、ある講座の中で呼びかけて、各自50書いてもらった。

この場合、まず質より量を出す、現実的かどうか問わない、人のリストを批判しないことが前提となる。

「逆上がり、パチンコで箱いっぱいにしたい」「園の送迎をサボりたい」など控えめな願望から、「豪華客船で世界一周」「モンゴルの草原を馬で駆け抜ける」「大邸宅を立てる」など金があればできること、「ノーベル賞を取る」「月面から地球を観察したい」「すべての動物と話せるようになる」など、普通に考えてほとんど無理そうなことまでずらりと並び、その人の生活や性格が出るようで面白い。

一人の人が「本当に休む」「泥のように三日三晩寝る」「雪の中で一日温泉に入る」と並べていると、だいぶお疲れではと推察できる。ある人は「バカヤローと大声で叫ぶ」「思い切り暴れたい」「とにかく目立ちたい」とあると、精神的に大丈夫かなと思わせるし、「一億円使い切る」の書いた後に「欲のない生活」と書かれると結構混乱してるなと分かる。

他愛ない欲望でも、書き出してグルーピ

ングしたり優先順位をつけてみると、どんどん練られていくこともある。願望実現法としては、七夕の短冊のように書いてすぐ忘れる（燃やす）という方が良い。

あるいは、病気や老いの場面であってもこれらのリストアップが有効活用されることがある。かつて岡山の伊丹仁郎先生はガン患者をアルプスのモンブランに連れて行った「生きがい療法」で話題となった。ありえないことではないのに普通の生活の中でたいてい諦めてしまった夢に取り組むことで、生命力の炎が掻き立てられ、何年も延命できたという。

また、オランダのある研究所では、例えば絵を描きたいと思いつつそれができなかった人に機会を与え、高度な哲学の授業を受けるとか、手

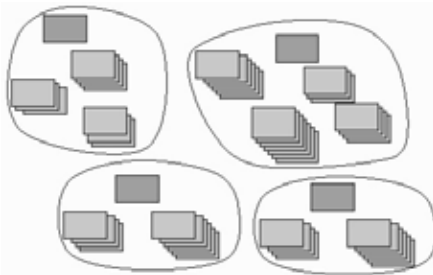
を尽くして自己実現のサポートをすることで、びっくりするほど病気が解決される事例を示した。

ただし、これらはほとんどの場合自我実現であって、自分が認識する

欲望から離れてはいない。本当の自己実現とは、自分の知らない可能性が自分の身に開かれることであり、「ああ、これが今日まで生きていた意味だったんだ」と呼吸が深く腹に落ちるような感動や実感の瞬間であり、それはどんな人の人生にも用意されているものだろう。

その意味では、仮に自分が意図した物事であっても、その中で発生した想定外の体験にこそ、自分をより肯定的に目覚めさせるようなヒントが隠されているのかもしれない。(引用：ライフナビゲーションツール／津村喬)

仏法的、再編集ワーク④
へ死ぬまでに一度はやってみたい
ことをリストアップする



「311 被災地・気仙沼にて」 by 木村共宏

*仕事で出張中にも、布袍や経本を携行している木村さんからのレポートです。

◆この度震災のあった3月11日に気仙沼を訪問し、追悼の集まりに参加させていただきました。気仙沼は個人的にご縁をいただき、現在毎月お仕事で訪れておりますが、今回初めて震災当日の訪問となりました。



当日は各所で追悼会が行われておりました。私は30名ほどの方々と、気仙沼の内湾に面する岸壁に向かい、お花とお線香を手にその時間を待っていました。気温はまだ低く、冷たい海風に吹かれていましたが、太陽の光を受けてキラキラと輝く水面に見とれていました。

市内中にアナウンスが流れ、地震のあった時間が来ることを伝えます。そして午後2時46分、サイレンが鳴り響きました。市内中が静止する中、みなさんと共に1分間の黙祷を捧げました。



その後、海に向かって献花をさせていただき、合わせて私の方で海に向かいお勤めをさせていただきました。七年前の震災当日、私は東京におりましたので気仙沼の状況はテレビからの映像でしかみておりません。ただ、内湾全体が火で覆われた光景は鮮明に脳裏に焼き付いております。



その後、みなさんと夕食を共にしながら当日のお話を改めて伺うことができました。

半端ない揺れが襲ったあと、しばらくして引き潮が始まったこと。海を見ていると、はるか彼方に横一直線の白い壁が現れたこと。これはまずい、と方々に「逃げろ！逃げろ！」と電話したこと。取るものも取らずにみんなで裏山に逃げたこと。年配の方をおぶって山を登ったこと。その日出産したばかりのお母さんと赤ちゃんを病院から連れて逃げたこと。そして山の上から、津波が全てを流して行くのを見ていたこと。

そういえば当日の今頃(午後6~7時)は何をしていたかな、という話になりました。当初湾内でいくつか発生した小さな火事が、そのころは火の海となっていました。山の上に逃げて津波を避けることはできたものの、このままだと炎が山を駆け上がって来るかもしれない。そうして山の裏手に再度避難を始めたとのことでした。夜道は暗く、みんなで協力しあって避難をしたそうです。

地震発生時に繋がった電話は津波到達以降一切繋がらなくなっていました。家族とは連絡が取れず、どこに避難したかもわからず、絶望的な気持ちになったことや、その後家族と再会し泣きながら抱き合っ

んだこともお話しいただきました。

もちろん生きて再会できなかった方も大勢いらっしやいます。その心中は察するに余りあります。

災害は多くのものを奪っていきます。そして大きな心の傷を残していきます。今回追悼式に参加させていただき、また当時の様子をお伺いして、大変に悲しく、複雑な心境になりました。

その一方で、美しいものも再認識することができました。皆が力を合わせて母子の毛布・荷物を持ち、動ける者が率先して動き、それぞれが自分のできるものを差し出して助け合う。素晴らしいことです。またそういった当時のことを話しているみなさんは、

大変満たされた表情をされていたのが印象的でした。

七年と言うのは長いのか短いのかなんとも言えません。ただ、被災地の復興はまだ道半ばです。ダンプカーが往来し、かさ上げの工事はまだまだ終わっていません。仮設住宅に限らず、仕事場も仮設のところはまだまだ残っています。震災当初来てくれていた方々の足も遠のきました。日本全体としてはだんだんと過去の話になってしまっていますが、現地では現在進行形です。

被災地とのご縁を頂き、追悼式参列の機会を頂戴したことに感謝すると共に、引き続き自分なりにできることを務めさせていただきます。

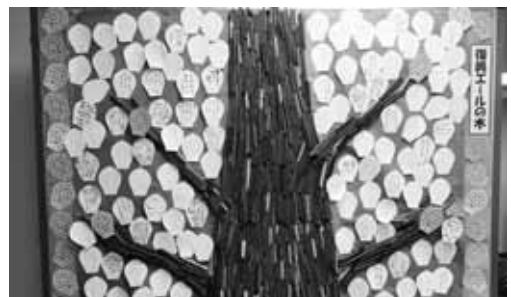
「東日本大震災七周年追悼～立正佼成会・武生教会にて」 ●●●●●●●●●●

◆宗派を超えて集う追悼行事、今年は毎年参列してくださっている新興宗教団体の会場にて開催した。伝統仏教にとって普段は馴染みのない宗派であるが、結果的には満席で賑わい、とても良い勉強となった。打ち合わせから準備・当日運営に至るまで、伝統教団にはない組織力あげての取り組みと、その丁寧な接客対応には脱帽するばかりだった。

会員の方は女性や中高年の方が多く、一般的な婦人会的様相もありがたながら、信仰集団としての求心力は力強く、我々伝統宗派に対しても暖かい。法華経を中心とした教え、世界平和への活動も決して軽んじてはならないだろう。

大きな張り紙に樹木のように飾られたのは、会員さんからの思いのこもった散華メッセージの数々。スピーチは元福井市議の後藤勇一氏。陸前高田市に昨春まで6年もの長期支援生活を送った、貴重でリアルなお話をお聞きした。

宗派内だけで通用するような法話や専門用語を超え、まず弔うべき場におけるそれぞれ深い信仰の姿は、人々を敬けんな気持ちにさせる。



オススメ!

「津波の霊たち—死と生の物語」 早川書房
リチャード・ロイド・パリー著 2018.1.24 ¥1800



◆在日 20 年の英国人ジャーナリストは東北の地で何を
見たのか？東日本大震災発生直後から被災地に通り続けたロイ
ド・パリー記者は、宮城県石巻市立大川小学校の事故の遺族たちと
出会う。74 人の児童と 10 人の教職員は、なぜ津波に呑まれたのか？
一方、被災地で相次ぐ「幽霊」の目撃談に興味を持った著者は、被
災者のカウンセリングを続ける仏教僧に巡り会う。僧侶は、津波の
死者に憑かれた人々のケアを行っていた。大川小の悲劇と霊たち
の取材はいつしか重なり合い。日本人の精神性、習俗文化とともに、巨大災害が残し
た人間の悲しみと業を描く迫真のルポ。各紙年間ベストブック選出。(Amazon より)

「大雪が教えてくれたこと」

◆去る 2 月の大雪。皆さんは、体を痛めたり、家が壊れたり
など影響は出ていませんか？私は大雪の前日から、職場
である介護施設の近くの実家に泊まらせていただきました。
1 泊程度と思っていたら、道路がなかなか開かず、なんと 1
週間、そのまま泊まることになってしまいました。



普段積雪ない鮎川町、7-80cm
の雪に埋もれて完全にマヒ！

海岸沿いの村のため、店が無く、食料の買い出しも出来
ず、お医者さんの往診も休診、遠方の職員は出勤すること
が出来ずと困難が押し寄せてきました。介護施設の 24 時間、
365 日営業です。食事のこと、薬のこと、急病になったら・・・
と 1 日、1 日が気を張る日の連続でした。

食料は備蓄もある程度はありましたが、男性職員が市内のスーパーから野菜を買って、
3 時間かけて届けてくれました。薬も薬局の方が大事な「薬だから」とご自分の車で半日
かけて届けてくださいました。そして、入居者の方も元気でいてくださいました。

普段、当たり前前のごことが本当に当たり前でないこと、大変な時に他の人のことを思って
行動して下さる人の勇気や優しさをしみじみ感じました。そして、今一度、日頃の備えと
災害対応を見直す機会となりました。しかし、もう当分、いえ（福井では無理かもしれま
せんが）、二度と味わいたくない出来事ですね。(C)

実践!

肩の荷がおろる気功

⑦～胸を開く

胸の中央から肩の方へ、ゆっく
り柔らかく胸をなでます。鎖骨
周辺や脇の付け根(筋をつまむ)
をほぐすと胸筋が緩んで胸が広
がり、呼吸が楽に心が明るくな
ります。by NPO 法人気功協会



▼前号で記した膝の半月板の
手術は、一月末に無事終了し、
十日間ほどの入院生活で退院。
現在は週二回のリハビリ中
ですが、以外と治りは遅々とし
ており、正座が出来るまでは
まだしばらくかかりそうです。
ご心配いただいた皆様には大
変ありがとうございます。
退院翌日から早速大雪で毎日
筋トレ？運動不足解消となり
ました。皆様もご自愛を。(S)

