

おうちの
みんなで
読んでね

我が身を問うお盆

お盆は諸仏による、私一人のための仏教学校です。「亡き人」を亡者と見ていた眼を転じ、諸仏として出会い直していきましょう。

お釈迦様のお弟子の中で、神通力第一と言われたのが目連尊者です。この目連がその力で亡き母を探してみると、何と餓鬼道に落ちています。貪りの欲から飢えと渇きに常に苦しみ、骨と皮だけになった母に、目連は鉢に盛ったご飯を差し出しますが、口に入る前に炎を上げ炭になってしまいます。

泣き叫んでお釈迦様に尋ねてみれば「そなたの母の罪深さは、そなたの力ではどうすることもできない。十方の多くの僧の力に依る以外方法はない」と説かれ、目連は自恣の時に集まった十方の僧を供養すると、母は餓鬼道から救われていったというのが「仏説盂蘭盆経」です。自恣の時とは、雨季の三ヶ月一箇所に留まって修行に専念する「夏安居」が終わる7月15日のことで、この日に修行者を供養すると、過去7世の父母を救うと信じられてきました。

さて、目連尊者の母はなぜ餓鬼道におちたのでしょうか？餓鬼道は貪欲の報いです。母が自己中心の欲にかられてしまった要因には、我が子を養い、育て、守ろうとした思いもあるでしょう。例えば熱が出て医者連れていった時に、「早く診て欲しい」と願うあまり、我が子を一番の重病人のように振る舞うかもしれません。嘘をつき誰かを蹴落としてしまう言動が、子を思う母の行動だとしたら、母の愛情は美しくてもその心は大きな慈悲とは言えません。

大きな慈悲とは全ての存在を平等にみるもので、我が子と隣の子に区別はありません。この意味で、人間が持ち得る慈悲にはどうしても限界があり、我が子を守るために嘘をつき誰かを傷つける行為は悪業であります。

目連は、貪欲と悪業の報いを受けて母を餓鬼道におとしめたのは、自分を育てるためであったと気づくのです。この世に生きる私たち誰もが、自身も悪道に赴く煩惱具足の身であるだけでなく、他者をも悪道におとしめてしまう罪業性から逃れられない、悲しい身でもあるのです。

迷っているのは先に逝かれた故人ではなく、今ここに煩惱抱えて生きざるを得ない私たちです。故人はお浄土に往生し、すでに仏さまと成られています。故人を追善供養するのではなく、仏様として讃嘆供養するということ。それはお悟りに導いた大悲の阿弥陀さまをも讃嘆する事なのです。(孝雄 引用「仏教家庭学校」)

浄土真宗の

ならいには

念仏往生と

もうすかり

◆親鸞聖人当時には、浄土往生は一声の念仏によって決定するといふ「一念義」と、一生涯でできるだけの多くの念仏を唱え、その功德によって浄土往生が決定するといふ「多念義」の論争がありました。

このような「念の多少」を問題とする見方に対し反証的な文章として、この一文が語られています。聖人は、一念多念の文類を「念仏往生」という言い方でまとめておられ、それは念仏の回数へのこだわりを無効化させたいという意図があったと考えられます。

そもそも浄土教においては、經典の読誦や阿弥陀仏への礼拝や観察といった行の中から、往生のための行として称名念仏が選ばれた経緯があります。そしてその回数が問題視された大もとは、仏説無量寿経で説かれた、法蔵菩薩が誓う四八願中の第十八願に「乃至十念」とあり、一方で釈尊の教説で示される第十八願成就文(じょうじゅもん)には「乃至一念」と述べられている齟齬に由来します。もし願文と成就文が、「一念」か「十念」のどちらかで統一されていれば、このような問題が後世に波及することはなかったかもしれません。

また、法然上人は第十八願の名前に「念仏往生の願」とシンプルな願名を採用され、親鸞聖人も師の真意を受けて「念仏往生」の語を選んで使用されました。聖人自身は「往相信心の願」とも名付け、念仏の多少の論争と距離を置き、念仏を信心という心の問題として焦点を当てようと考えられたのです。

(引用「心に響く言葉」)

教えて、お坊さん ⑱

お念仏って先祖供養じゃなかったの？

うーむ、はっきり言ってそれはほぼ不正解！もしかしたら、仏教そのものもご先祖成仏のためと誤解されているのでは？でもそれは、一般に葬式仏教などと揶揄され、亡くなった方のご法事とか月参りを務め、ましてやお彼岸やお盆にお墓参りとなれば、そのように受け取られてもしかたない面もあるね。

勿論、大事な人を弔い、思い続けることは人として自然な、普遍的な感情。一方で亡くなった先のことは、神の裁きか輪廻をさまようのか無になるのか不安がおそう。災害や戦争、事故や難病、複雑な家庭環境の末に孤独な死を迎える場合もありうる。人生の不条理、死の理不尽さに戸惑う心をなんとか治めようとした素朴な信仰の上に、釈尊以来の仏教は様々な構築を重ね、体系化されてきた。

供養(インドの古語でプージャー)という語も、元来は敬う、大事にする、お世話をするという意味だったのが、仏法僧に衣服や飲食、薬などを「進供資養」することに形を変え、日本では先祖や針や人形なども対象となった。しかし、形ばかりの墓参りや縮小化される仏事で、何を持って本当にご先祖を供養し、故人は成仏したと言えるのか？

人間が行う諸行、思いには純粋さに限界がある。だからこそ阿弥陀仏という無限な働きによってご先祖が往生し成仏することが、私が救われることと同じ意味を持つ。故人を通して阿弥陀仏を見、自分に向けられているその働き・仏徳を讃嘆するのがお念仏なんだよ。

緩和ケア施設「あそかビハーラ病院」を訪問して 衆徒 木村共宏(釋權空)

◆去る4月24日、京都府城陽市にある本願寺派ビハーラ総合施設の創設十周年記念式典に参列させていただきました。

「ビハーラ」という言葉はあまり聞きなれないかもしれません。古代インドのサンスクリット語 "Vihara" をそのまま音訳したもので、「精舎・僧院」「身心の安らぎ・くつろぎ」「休息の場所」を意味しています。

ビハーラ総合施設は文字通り安らぎの場として、(1) 特別養護老人ホーム「ビハーラ本願寺」と(2) 緩和ケア施設「あそかビハーラ病院」の隣接した2つ施設を有し、多くの方を受け入れています。

特別養護老人ホームは広い敷地に平屋建ての施設が建っており、明るくゆったりした造りとなっています。入所待ちの方が大勢いらっしゃるということでした。宗派主催の式典と見学会はこちらの施設のみで行われましたが、個人的に関心を持っていた緩和ケア施設の方も特別に見学させていただくことができました。以下ではその緩和ケア施設の方について書きたいと思います。



終末期における緩和ケア

日本人の2人に1人がガンにかかり、3人に1人がガンで亡くなる時代となりましたが、ガンは末期になるとかなりの痛みを伴います。一般の病院はガンを叩くことを専門としていますが、この痛みに対処することは難しく、痛みや苦痛を取り除く専門医療として緩和ケアがあります。専門の緩和ケア病棟は、高い技術によってかなりの痛みを取り除けます。終末期につきものの苦痛を大きく取り除けるのは大変有り難いことです。

緩和ケア施設「あそかビハーラ病院」は平成20年4月に有床診療所「あそか第2診療所(あそかビハーラクリニック)」としてスタートしました。平成26年に28床の入院施設をもつあそかビハーラ病院として生まれ変わり、平成27年に緩和ケア病棟の認可を得ています。一般の診療は行わず、緩和ケアだけを行う専門病院です。通常は総合病院の中に緩和ケアの部門(病棟)が併設されることが多い中、独立型の緩和ケア施設は大変珍しいことだそうです。

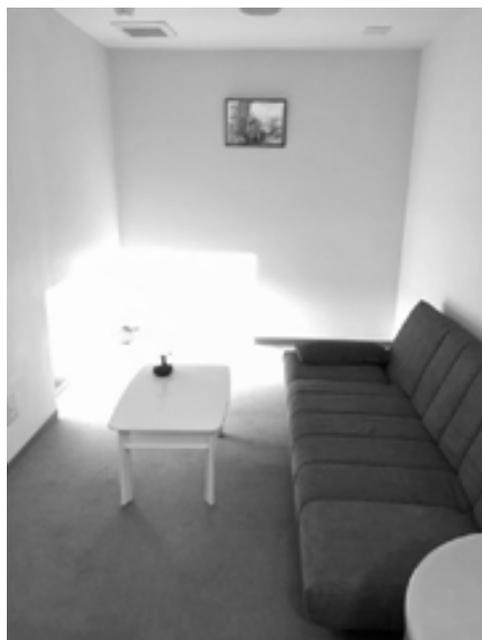
癌の終末期医療だけを受け持つことの大変さは簡単には言い表せません。患者さんの死に対する不安や絶望感などに加え、そのご家族の様々な心の問題にも寄り添っていくのが終末期医療です。

平均余命2週間

この施設に入所される方々の平均在所期間は2週間です。これはひとたび入所する



と、おおよそ2週間で亡くなるということの意味します。自分の人生があと2週間あるかないかという時、人は何を感じ、考えるのでしょうか。そしてそういう患者さんを持たれたご家族もまた何を考えるのでしょうか。



終末期のこころの負担

静かに残りの時間を過ごせば良い方ばかりではありません。入所者の年齢もさまざまです。40を過ぎたばかりのある女性はお子さんの成長を見届けられない無念さを抱いて入所されました。娘さんの結婚を控えた父親の方もいました。

この世に未練・執着を持つなどと言いますが、あまりに切ない気持ちで入所される方も少なくありません。残り時間は概ね2週間です。しかもその2週間で元気に過ごせるわけではありません。

伝えたいことがあって筆を走らせても、書き尽くせる時間があるわけではありません。

施設の中には瞑想室のような部屋もありました。ご家族の方も、やはり目の前に突きつけられた現実打ちのめされ、憔悴してしまうことがあります。静かに一人になりたい場合などにそういった部屋が使われています。

職員の方々はそのような入所者、そしてご家族の方々と時に難しい時間を一緒に過ごされます。そしてそのような方々の心身の支えとなっています。

仏式結婚式

前出の男性は数ヶ月後の結婚式を待てるだけの余命がありませんでした。そこで職員は施設内で結婚式を行うことを提案しました。施設には僧侶もいますので仏式の結婚式が挙げられます。ご家族の賛成も得られ急遽準備が進められました。ところがその間に男性の容体は急速に悪化し意識レベルが低下してしまいました。

父親同席の式は難しいかと思われましたが、式当日には奇跡的に意識もはっきりとし、新郎に「娘をよろしく」と挨拶もできたそうです。そして式終了後間もなく旅立たれたとのことでした。



遺品から見つかったメッセージ

成人前のお子さんをお持ちの前出の女性については、亡くなられた後、遺品の中からメッセージが見つかりました。お子さんたちに宛てた暖かい手紙が入っていたそうです。その中には、お母さんは幸せな人生だったよ、と書いてあったそうです。施設で過ごした最期の時間についてもお礼の

言葉があったそうです。痛みと闘いながらも、施設の中で静かな心持ちになることができ、最期の時を迎えられたのではないかと思います。

職員の方々は堅苦しい服装を避け、入所者の方々が自宅にいるかのような雰囲気を生懸命作っていらっしゃいます。医療として物理的な苦痛を和らげ、人としてこころの痛みを寄り添い、何かできることがないかと常に知恵をしばっています。



職員の方々は自身の心身の負担も相当なものである中、個々の入所者の方に向き合い、最期の時間をより良くするための工夫にも余念がなく、本当に頭の下がる思いでした。

見学をさせていただきながら、自分に置き換えているいろいろ考えていました。人様に寄り添っているつもりではいるが、まだまだでは甘いのではないかと、本当に死の直前で苦しんでいる方々にどのように寄り添えるのか、そういったことを考えながら、まだまだ精進が必要だと感じました。

この施設は実は経営的には楽ではありません。赤字を垂れ流すとすぐ不要論が出るのが現代です。職員の方も精神的な負担が強く、長く続けられない方も多い状況です。ですが今回この施設を見学できたことで現場の実情を肌で感じることができ、本当に貴重な経験をさせていただきました。

施設が行なっている活動は間違いなくこの社会において必要なものです。ですからいろいろな課題も、どのように克服していくかを考えなくてはなりません。自分も知恵を絞りつつ、できることを行なっていこうと意を新たに、施設の皆さんへの敬意と共に、身の引き締まる思いをもって施設を後にさせていただきました。

*病人を看護することを看病と現代では言うが、「梵網經」には「看護は第一に福田なり」と仏教者での重要な仕事とされてきた。福井でも NPO 法人ビハール福井が本願寺派以外の僧侶も交えて、西別院ほか嶺北五箇所の施設で勤行や法話、レクリエーションなどの活動を続けている。

心身のリセット～私の断食体験

◆さる、5月31日～6月2日にかけて断食合宿に参加しました。

場所は池田町にある「ファームハウス・コムニタ」。ご指導くださるのは宮崎県綾町（池田町が町づくりのモデルにした町）から来られた郷田（ごうだ）美紀子先生。柔らかな笑顔でそばにいと癒される、そんな先生でした。

参加者は12名で、体の調子の悪い方、日々の食生活を見直したい方、自分とゆっくり向き合いたい方など、参加の理由は人それぞれです。

私は皮膚のトラブルがあり、不眠や胃腸の調子が今一つで、食べ物が美味しいと感じなくなっていました。心身ともにすっきりさせたいと思い、思い切って、仕事も家事も休ませていただき、合宿に参加した次第です。

朝食を抜いて、昼 12時から開始。昼食に出てきたのは、何も具が入っていないスープでした。うすーい塩味の中にほんのり野菜の味が…。しかし物足りず、断食している！という気になりました。池田町の長い夜、お腹は空いているものの、初めて会う方も空腹を我慢する断食仲間です、いろいろ話はつきません。



2日目も朝は具無しのスープです。しかし、甘酒がついていて、それだけで、とても嬉しいのです。昼食、夕食は具沢山の野菜スープです。少しずつ空腹にも慣れ、野菜の滋味深い甘みが体に染みこんできます。

先生によれば、現代の人は特に甘いもの（砂糖など）をたくさん摂り過ぎているとのこと。それは、腎臓を弱め体の掃除ができない状態になります。また、食べ過ぎは胃腸に負担をかけ、体の回復を遅らせます。断食をすることにより、胃腸を休ませる、糖の代わりに脂肪を燃焼させるなど、体にとってメリットになることがいろいろあります。

私は2日目の夜から、それまで、じゅくじゅくしていた湿疹がカサカサになり、ポロポロと皮が剥け、皮膚がすべすべになりました。胃腸もすっきりし、お腹がはった感じも少なくなりました。普段から砂糖を摂り過ぎている人は、頭痛や体のだるさを訴えられ、部屋でずっと休んでいる方もいました。

あっという間の最終日3日目。他の方も元気になり、みなさん、肌がつやつやしています。味覚が敏感になり、野菜スープも野菜の味が美味しく感じられます。先生からは甘酒と野菜スープの作り方（いろんな野菜とだし昆布、干しいたけ、いりこを入れて1時間半～2時間煮るだけ）を教わり、自宅でも胃腸の休まる食事ができるようになりました。

自然豊かな池田町で断食をしていると、「行ってくるといいよ」と気持ちよく送り出してくださった家族や職場のみなさんに感謝の気持ちが湧いてきました。つつがなく生きている毎日が、とても大切な一日であると強く感じました。

忙しいとつい視野が狭くなりがちな私ですが、断食は体だけでなく、心もメンテナンスできた貴重な体験でした。郷田先生から教えていただいた言葉「腸は畑、野菜は肥し」を忘れず、断食が終わって1ヵ月たった今も、ほぼ毎日、野菜スープを食べています。朝も目覚めすっきりで、体調はばっちりです！

*来年も開催されるということなので、ご興味のある方はお声かけくださいませ。(千種)



大好評！5月下旬のクリスタボウル演奏と気功瞑想会。次回は9月末頃予定！

雑記 ▼人工股関節の前任職は四月下旬に退院しました。今は杖でやっと歩く生活で、筋力（&脳力？）（低下気味（同じ傾向は我が身にも））。▼参議院選の争点、消費税や年金、改憲だけではない。6年半、民主主義を蔑ろにしてきた政権が何故支持されるのか。原発は止めず、発言も公文書も国会論議も随分劣化した。しかし個別政策は不支持が多いという不思議。「一強安定幻想」に蝕まれた先には、合法的な独裁政治が子どもたちを待っている。(S)