

うちの
みんなで
読んでね

ひかり輝く春彼岸

阿弥陀如来の大悲の本願は、一切の衆生の心の闇を明るくしようと誓っています。お彼岸はこの光明無量のはたらきを感じる時節です。

春の彼岸が巡ってきました。彼岸とは仏様のおられる国を表します。仏教ではこの世を五濁悪世と教えてください。それに対し、彼の岸とは仏様が一切の衆生を安穏で平和な生活を与えようと開かれている場所なのです。

特に阿弥陀如来は、大悲の本願を起こして、一切の衆生の心の闇を明るくしようと誓われました。その願いを「光明無量の願」と言いますが、この願いが彼岸の場所を照らして「無量光明土」にしているのです。

阿弥陀如来は十方諸仏の衆生の元にもひかりを届けたいと願われています。その願いを「触光柔軟の願」と言い、阿弥陀の光は浄土だけを明るくするのではなく、十方一切の諸仏の場所をも明るく照らして、この願いに触れる十方衆生に「破闇満願（無明の闇を破って根本的な願いを満たす）」の利益を与えようとされています。衆生がどれほど辛い心の闇に閉ざされていようとも、苦悩の人生を明るく感謝して生きてゆけるようにと働き続けておられるのです。



311 東日本大震災六周年 in 城之橋教会にて、出仕した仏教各派&キリスト者ら計七宗派の皆さんとパチリ。

宗門高の中高生が朝夕に唱和する一節。口をついて出る言葉、普段の口癖でその人の心根が知られる。ものの言い方で、嫌味や不満や傲慢な波動を振りまいていれば、周りから疎まれても仕方ない。日頃からユーモアや温かみ、労わりの言葉を意識して使うことが、変えようのない性分のまま美しくし調べていくのだろう。

言葉は心のあらわれ。
心が荒れると荒れた言葉、
心が豊かだと美しい言葉となる。
見えない心も、言葉で見える。

（相愛学園「日々の糧」より）

この世はそのままでは濁世であり暗闇の場所ですが、この世を超えた明るみの世界からここを照らしたいと願う阿弥陀様のお心に気づくなら、彼岸の明るみに照らされた衆生の自分を発見できるのです。仏様のひかりの働きを感じ取るお彼岸にしたいですね。（孝雄
出典：仏教家庭学校・本田弘之）

大信心は

仏性なり

仏性すなわち

如来なり

◆この和讃の前二句には「信心よろこぶその人を 如来とひとしとときたまふ」とあります。

浄土真宗のみ教えで一番大切なのは信心であると言えます。何をどのように信じるかは宗教それぞれの特徴ですが、浄土真宗の信心を理解するのは簡単ではないかもしれません。

親鸞聖人がお示しになった「大信心」とは、阿弥陀様から回向された(たまわった)他力の信心です。一方、私たちに心がいかに頼りないかも明らかであり、確固たる信念で信じ続けると言っても、自分の考えや都合が悪くなると信じなくなってしまう。阿弥陀様は、あてにならぬ私の心を自分で何とかせよと仰らず、それができないことを初めから知っておられて、救わずにはおかないと本願を起こされたのです。

阿弥陀様の本願は、仏説無量寿経の第十八願として誓われ、そこには信心を「至心信楽欲生我国」と説かれます。至心とはまことの心、信楽とは信じ喜ぶ心、欲生我国とはお浄土に往生しようと思う心。しかし私たちはお浄土よりも迷いの今の生活に執着する思いの方が強く、救いを信じ喜ぶ心も起こりません。少しはまことの心を持ち、仏の悟りに近づいたなら救われようという相(すがた)は私の中にはありません。

それを見抜かれ自身の悲しみとし、私に代わって真実の心を起こし(至心)、往生させようと願い(欲生)、救い取ることに疑いのない心を(信楽)を完成されました。その願いは南無阿弥陀仏の六字に込めて私に働いていることを、ただ受け取る他にないのです。(引用「月々のことば」)

教えて、お坊さん ⑩ 「長寿(健康)の秘訣を教えてください」.....

実は經典からの奥義があって、ン万円から内緒で伝授.. などというコースはない。あればこちらが教えて欲しい(ホントはあるかも?笑)。と返したりするが本音半分で、ことさら長生きを望むよりは健康ではありたい、というのが殆ど皆同じだろう。

もちろん、いろいろ貴重なご縁に会えるのは長生きの醍醐味だが(例えばご遠忌とか)、介護や孤立化など高齢者特有の問題も避けられないなら、手放しても喜ばまい。長命かつ良好な人間関係と心身の健康が保てるのが理想とはいえ、あまりそこに願望を肥大させても現実との落差が苦しみとなってしまふ。

仏教の眼目は欲との付き合い方であり、執着を離れていくことを勧める。そのためには今自分に恵まれているものに気づき、もし健康や生活の中で思うにまならぬことがあっても、力尽きるまで健やかに成り立たせようと働き続けるこの体に感謝することが先決である。

命は不思議なことに、生きていれば必ず修復していこうとする。しかし放っておけば、少しずつ崩れていく。姿勢も悪くなり、身だしなみも、食事の作法もだらしくなる。掃除や片付け、後始末も面倒になり、考え方も硬直してしまう。法句経にもあるが、生活の中でいつの間にか塵や垢がたまって、自分を汚してくることに、特に十分注意したほうがいい。汚れを掃除するには脳の刺激となる新しい環境や生活習慣の見直しが必要だ(部屋の模様替えや習い事とか)。そういう知恵が秘訣ではないか。



「東日本大震災六周年追悼～キリスト教・城之橋教会にて」・・・・・・・・

◆毎年各宗派の寺院を会場に開かれてきた追悼の集い。今年は七回忌にあたるが、新築なった福井駅東のキリスト教会、311の当日である土曜午後開催が功を奏したのか、予想をうわまる盛会となった。

知人が言うには、全体を通じて一体感と静かな集中があり、とてもよい追悼の場となった。キリスト教の礼拝形式とその空間、そこに出仕する仏教者たちも違和感なく、表白(大谷派仙台仏青作)、牧師さんの言葉、涙目ながらまっすぐ前を向いて語られる福島出身のお母さんそれぞれの言葉は、参加者の隅々に沁み入るようだった。心に届く言葉と荘厳された場によって、これほど祈りが密になる儀礼は滅多にない。

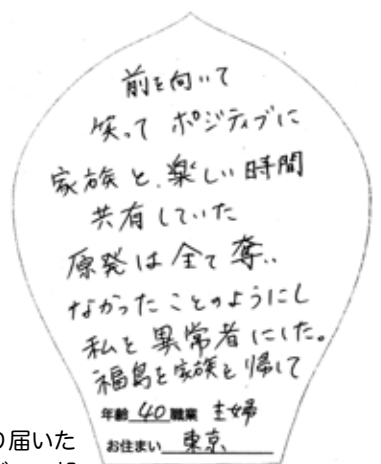
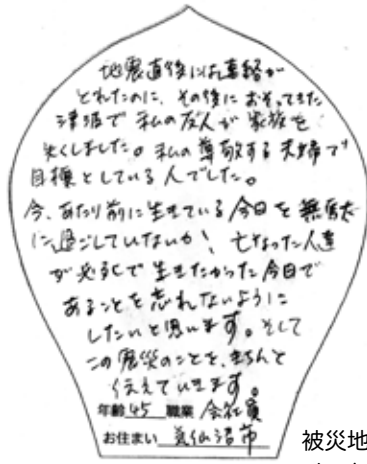
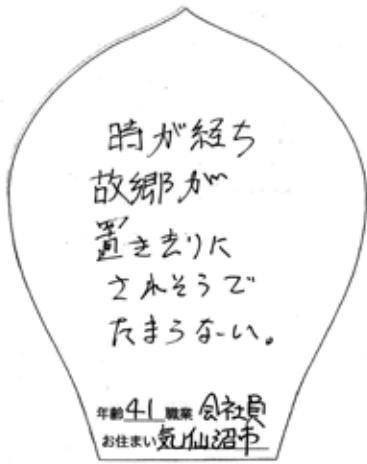
多くの知人らにも会い、夜は出演者やスタッフらと打ち上げしてお話。新たな出会いもあちこちで生まれた。闇と光というべきか、6年前に襲いかかってきたこの災害は今も人を蝕んでいるけれど、同時に生まれてきた志と新たなつながりは、確かにここで光を放っていると感じる。以下、知人からの感想です。



■「東京に避難されている一児の母の、生々しい6年を聞きました。悲しいことに、震災離婚はよくあるんですね。離婚したり、仮設住宅に住んでいなければなぜか避難者と市町から認定してもらえなくなるんだとか。どんな事情があっても、仮設住宅から仮設住宅への引越はほぼ認められない。賠償金がもらえるのも一部の人だけで、そうした差が大人同士のイジメにつながる。友達だった人の裏切り。あまりにツライ日々疲れ「お母さんと一緒に死んで」と幼子に言ったとか。幼子は親を気づかい、子供らしくなくなる。死んでしまいたいと思う日々を生き抜いてこれたのは、励ましてくれる人が幸いにもいたからだそうです。被災者は有益な情報に出会える環境にそもそもいないことが多く、孤立しやすい。誤解と偏見の中で孤独な人はこの6年の間に自死を選んだのでしょうか」

■「『追悼式～祈りの木』ではキリスト教以外に曹洞宗、浄土宗、時宗、浄土真宗などの僧侶や関係者も一堂に会して犠牲者を追悼する祈りを捧げました。賛美歌やオルガンの響きが追悼にふさわしい厳粛な雰囲気を作り出してこの式典に参加できてよかったです。

福島郡山から原発事故で東京へ自主避難している若いお母さんが6年目の今を切々と話されました。子どものことを思って自主避難したこと、家のローンがあるため夫と離ればなれの生活、そして心の隙間ができて離婚を決意したこと。生活を支えるために働かねばならない事、それは多くの避難者も同じ、そして今年4月から住宅補償を打ちきられること、何度も死ぬことを考えたこと。原発事故さえなかったら…とマスコミでも報道されていない避難者の現状と苦しみの一言ひと言は涙なしでは聞くことができませんでした」



被災地より届いた
メッセージの一部

「無邪気な心を忘れない」

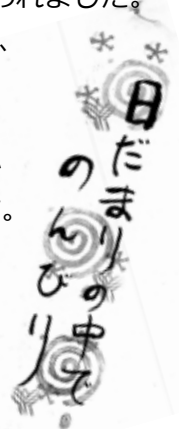
◆友人二人と食事をしている一人が、「自然の中に人の顔が見えるよねー」と突然言い出し、一人が「あー見える、見える～」と相槌を打ちます。私は「??」。

よく聞いてみると、歩いていたり運転をしている時に、山や雲の中の模様が人の顔のようによくつきり見えることがあるとのこと。私も子供の頃は、雲や山、天井などに人の顔が見えました。しかし、いつの間にか全くそのように見えなくなりました。山は山、雲は雲...

同じ友人に、「自由に絵を描く講座」というのがあから行かないかと誘われました。心のおもむくままに落書きを描くように気楽に描けばよいそうです。2時間、描きたいように好きな色を使い、無心になり、色や線、形を楽しみました。終わった後は、スーッとした気持ちになり、とても楽しかったです。

友人は、言葉にならない感情や考え、自分が今どんなことを感じているかを解放したり、把握するのに役立つのではと、何回か参加しているそうです。

この友人たちに会うと、私がいかにマンネリ化していて頭が固くなっているか気づかされます。私をいつも違う世界に連れて行ってくれ、心地よい刺激を与えてくれる存在です。いつまでも無邪気な子供のような感性を持ち続けていきたいです。(C)



実践! 肩の荷がおりの気功

④～ふりこ

腕の力が抜けてぶらぶらんと、重りのように前後に揺れます。首・肩・背中・腰が緩んでいき、胸が開いて呼吸が楽に。自分のリズム



で長く続けるほど頭もぼかんと、動きながらの瞑想状態。少しずつ小さくして静かに止まります。3分～30分位で。by NPO 法人気功協会

▼陽が少しずつ伸びて、よやく暖かくなる。と外仕事も増えてきますね。これで花粉さえひどくなければ...。追悼行事では毎年他宗の様式が勉強になります。



「祈りの木」はケルト文化由来だそうで、七夕の短冊に似てますね。(S)