

新型コロナウイルス いまだ収束見えず!

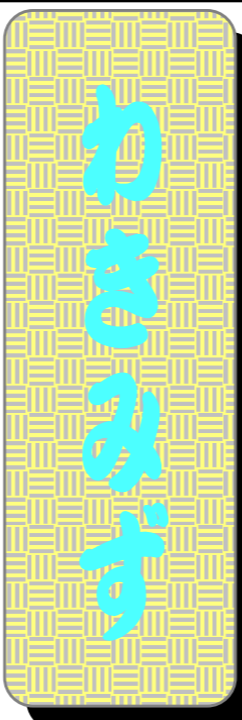
新型コロナウイルスの出現で、世界中が大変なことになっています。緊急事態宣言発令で全国一斉に学校が休みになったり、各県との往来自粛、不要不急の外出の自粛、企業は休業要請テレワーク推進など拡散防止の策が講じられました。みなさんはどうすごしていましたか。

医学的にみると、ウイルスが原因の病気の予防には、手洗いやうがいが大切です。ウイルスは目に見えませんが、どこにひそんでいるのか分かりません。なんの気なしにさわったものに、ウイルスがくっついていられるかも知れません。ウイルスがついたままの手で食べ物や物をさわると、ウイルスが体のなかに入っていきまします。ウイルスに勝てるだけの強い体だといのですが、病気をもらっていたり、年をとって体が弱くなっていたりすると、ウイルスに負けてしまうことがあります。

ウイルスを体の中に入れないために大切なのが、手洗いです。しっかりと手を洗って、手についたウイルスを落とすようにしましょう。

お釈迦さまも、手を洗うことの大切さをお説きになりました。インドでは、食べ物や物を直接手でつまんで食べる習慣があります。お釈迦さまは手をきれいに保つことの大切さを説かれています。

手洗い・うがい



お盆号
発行所 普門山 林泉寺
三戸町 斗内字 寺牛25



収束と終息

「収束」はウイルスがひとまず落ち着く状態をさし、「終息」はウイルスが完全になくなる状態をさします。「収束」してから「終息」することになります。

結論としてウイルスの『収束』も『終息』も我々の切なる願いですね。最終的な目標はウイルスの「終息」ですが、まずは、目の目標は「収束」です。精神的に息苦しく感じることがありますが、自覚を持った行動を一人一人が心がけ、まずは1日も早い『収束』を迎えましょう。

- ・朝起きたら、すぐに手を洗いましょう。
- ・五本の指だけではなく、手首までしっかりと洗きましょう。
- ・強くこすりすぎてはいけません。
- ・せっけんなどを使いましょう。
- ・手を洗った後で不潔なものをさわったら、また洗い直しましょう。
- ・手はぬれたままにしないで、いつもかわかしておきましょう。
- ・食事の前には、必ず手をあらいましょう。
- ・だれかの家に行ったら、きれいな水を使わせてもらって手をあらいましょう。
- ・と、ことごとく指示されています。ポスターにして、学校の手洗い場に大きくはってほしい内容ですね。そして、手洗いの次は、うがいも大切です。お釈迦さまは、うがいの指導もなさっています。「うがいは、どのようにするのですか」そうたずねられたお釈迦さまは、こうお答えになりました。「口に水を含んで、三回転がしなさい」
- ・つまり水を口にいれて(クチュ、クチュ、クチュ)っしてしなさいってことです。いまのうがいとおなじですね。お釈迦さまやお坊さんたちが、アヒル口で(クチュ、クチュ、ペッ!)っとうがいをなさっていたのでしょいか。想像するとなんだかかわいいですね。
- ・さあ、みなさんもしっかりと、手洗い・うがいをしましょうね。そして、毎日元気にすごしてください。

「死ぬ時々即には死ぬが良し候
死ぬが良し候

慌てず、あるがままに
受け止めて

私たちは、ひとたびトラブルやアクシデントに見舞われると、すぐに慌ててしまいがち。「どうしよう」「困った」と浮き足立ってしまいます。江戸時代の良寛禅師は、大きな地震災害に遭った親友に宛ててこんな手紙を書きました。「災難に遭う時節には災難に遭うがよく候。死ぬる時節には死ぬがよく候。是は災難をのがる、妙法にて候」訳すと、「災難に遭っても慌てず騒がず、災難を受け入れなさい。死ぬるときが来たら死ぬしかありません。静に死を受け入れなさい。これが災難に遭わない秘訣です」といったところでしょうか。嘆いたり、諦めたりせずにあるがまま受け止めて、出来ることを精一杯なすことの大切さを説いたのです。それが、唯一トラブルを回避する方法だと。



供養について

おかげさまの心

迷ったり、立ち止まることは長い人生の上で必要なことですが、「どうしよう」「困った」というてモヤモヤするよりも、腹をくくって「なるようになるさ」という心でいたほうが、どんな逆境でも乗り越えられるものです。

供養とは、「おかげさまの心」を持つことです。私たちが、今こうして生きていられることに對する感謝の気持ちを持つことです。「縁起」という教えがあります。私たちは、つながりがある存在であるという教えです。つながりがあるという事は、互いに支えあっているという事です。これは、亡き人たちも含まれます。私たち一人ひとりの生命に注ぎこむ、過去からのいのちの大きな流れも、私たちが生かされる重要な支えなのです。供養とは、これらのつながりに「おかげさま」という気持ちを持ち、感謝の気持ちをさまざまに形で表すことです。

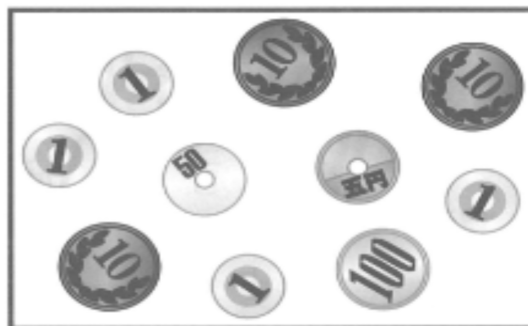
「いいこと」がやってくる スピードの法則

水が一滴ずつしたたりおちて、ゆっくりと水瓶を満たすように「よい行い」の見返りは、少し遅れてやってきます。待ちくたびれて、怠けてはいけません。最後には、大きな幸運で満たされます。偉大な成功者たちは、途中で決して気を抜きません。

◎果報は、忘れた頃にやってくる。

クイズ 足りないのは?

合計金額が200円になるために足りない小銭2枚は何と何でしょう?

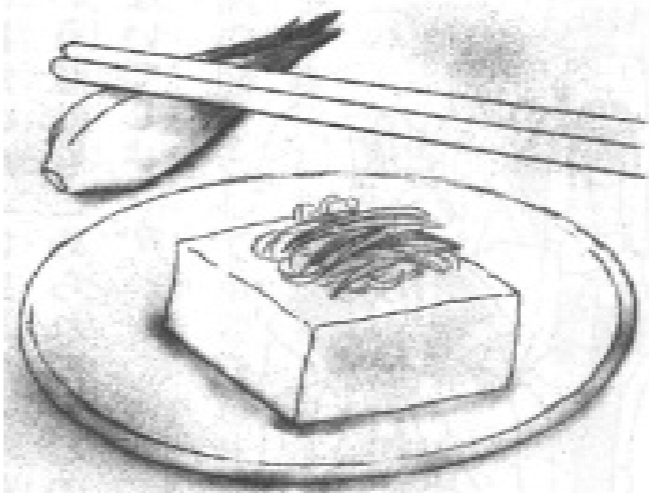


お施食会のご案内

※ 今年の本堂での総供養は新型コロナウイルス感染防止の為、**中止**とさせていただきます。が、申込はお受けいたしますので**供養料 一千元以上**の申し込み用紙に**お名前を記入し**供養料を添えて**お持ちください**。尚、前もって随時受付いたしますので**どうぞお申し込みください**。

●茗荷の話

蒸し暑い日が続いて食欲がなくなった時に、冷ややっこを食べたいと思う人も多いのではないだろうか。刻んだ青紫蘇や茗荷を薬味に添えた冷たい豆腐は、食欲不振を忘れさせてくれますし、栄養の補給にもなるでしょう。五七分角の方形に切った豆腐を「やっこ」と呼びます。やっこは江戸時代の大名が行列する際に、槍を持って先頭を歩く中間のことで、その衣装の紋所に由来するそうです。また、一説によると豆腐の起源は二〇〇〇年以上も前の淮南王・劉安といわれます。ところで、昔から「茗荷を食べると物忘れする」といわれています。これは



お釈迦様の弟子で記憶力が悪い周梨槃特の死後に、そのお墓のあたりから生えてきたのが茗荷だったと言われているからです。もちろん、何の根拠もない話ですが・・・。

お盆さまのころ

このときみずずさんは、「分かってくれているのは仏さまだけ」と気づいて「仏さまをさびしがらせてはいけないな」と思ったのです。「私がさびしいとき／仏さまはさびしいの」というのは、私の心と仏さまのお心とはいっつもひとつなのだ、という意味ですね。ですからこの裏には「私がうれしいとき／仏さまはうれしいの」という世界も、かくされていると見てよいと思います。



人間には、「苦しいとき」もあり「悲しいとき」もあります。それは別に「さびしいとき」というのもあります。苦しみ悲しみにあえいでいる人から見れば、さびしい、などという心は甘いものに違いありません。しかし、幸／不幸に関係なく、さびしいときは誰でもさびしいのです。そのさびしさをいちばんよくわかってきているのが、じつは仏さまなのです。親にも、きょうだいにも、友人もわかってもらえないさびしさを、仏さまはすべてわかってもらえているのです。童謡詩人・金子みずずさん(一九〇三〜一九三〇)は、こんな詩を

みんな、手を取り合って仲良くしていきましよう。ときに冷たい風が吹いてくることがあっても、へこたれないで大きく生きてまいりましよう。そして、身近に苦しんでいる人がいたら、そっと手をさしのべていっしょにあるいてまいりましよう。

仏さまはそれを見ておられます。あなたのご先祖も、それをみておられます。

仏さまやご先祖と対話をして、いつでもさわやかでいられるような生き方をしたいものです。その心持ちを新たにするとともに、ほんとうの「お盆さまのころ」があります。



四十九日

大練忌ともいう法要

辛さや悲しさを味わう

人は下に向かって成長できる

うちはお寺ですから、たくさんの方の葬儀に立ち会わせていただきます。そして、亡くなった方を見送ったあと最初に行われる法要が「四十九日」です。

仏教的に、四十九日は、「中陰」「中有」と呼ばれ、解脱(煩惱から解放放たれて心の自由を得ること)、または生まれ変わりの期間とされていますが、私は、この49日間が、遺族の心のケアの時間にもなっていると思っています。その期間に、亡き人を思い、心に刻み、癒やしのときを過ごすのです。

人は、本当に辛いとき、悲しいときには、頑張りたいものなのです。力が抜けて何もしたくなくります。辛さや悲しみのあまり死にたいと考えてしまうことだってあります。見送った相手が最愛の妻や子、肉親だったりすればするほど辛いでしょう。

「大切な人を亡くして初めて、あの人の有り難さが分かりました」

葬儀のときにご遺族から、よくこういった言葉をお聞きします。「遺族がどれだけ辛いのか。その思いの深さを推し量ってみても、実際のところは分かりません。」

私なりにご遺族の心の安寧をお祈りするほかありません。ですが、その辛さや悲しみには、必ず意味があるものだとおもっています。

私は、「人間は上にも成長するが、下にも成長する」と思います。

勉強して学力が身についたり、訓練して技術が磨かれたり、人から褒められてますますやる気が出たり。こういったものを上に向けた成長と捉えるなら、辛い、悲しいといった体験は、人を下に向けて成長させると思っています。

そして、下に向かって伸びた分だけ。いつかその反動でもっと上に伸びていくのではないでしょう。

辛さや悲しさは、「幸せ」を感じる力をより強くすると思います。

「幸せ」は人が与えてくれるものではなく、自分で感じるもの。それだけに、感じる力が強ければ強いほど、大きな幸福感を味わうことができます。大切な人を亡くした悲しみの深さは、これから先にある「幸せ」をより大きくしてくれるでしょう。それはきつと先に旅立っていかれた方々の願いでもあると思います。

老婆心

若い人も男の人も、

老婆心の心になれます



老婆には懐の深さがあります。その根源は「老婆心」です。おばあさんが孫を愛して世話をやくような、先回りした親切のことです。相手が誰であろうと真心から湧いてくる親切は、分け隔てなく発揮されます。その人が敵であろうと、お腹をすかせていたら、おむすびを与えることの出来る親切心。不安げな道行く人に自然に声をかけてあげたり、いつの間にか草むしりをしていたり、もう相手がいないのに手を合わせて感謝しているおばあさんを見かけることもあります。トゲのある社会の隙間をやさしく埋めてくれる存在。「老婆心」なら社会のキズをふさげます。「老婆心」は若くても男でもあります。

世の中には、「辛い」「悲しい」「苦しい」ことがたくさんあります。しかし、これらを乗り越えたあとには、必ずいいことが待っているはず。そこに目をむけてみると、今の状況も違った見方ができるのではないのでしょうか。

色即是空 空即是色、
私たちのまわりにあるものは、
絶えず移り変わり続けています。
どんなものも、どんなことも
とどまることはないのです。

目の前の困難は、ずっと続きません。そして、そのときに味わった感情は、あなたが成長するための気づきや学びとして、気づかないうちにも作用しているのです。