善正寺だより

〒:512-0902
三重県四日市市
小杉町1014
浄土真宗
本願寺派
善正寺
TEL:0593-31-1670
FAX:0593-32-0733

掲示板法話

仏法は闇の底から立ち上がる エネルギーを与えてくれる

秋も深まり、まもなく暦の上では、冬の季節です。季節の変化は、「人生の春夏秋冬」を感じさせてくれます。

しかし、老病死もまた人生であり、目をそらさず、受け止めよう。狭い独りよがりの価値観では深い苦悩を一人で受けとめることができない。友よ、大きな広い世界に出ようではないか。病いも恨みもあらゆる苦難を超えて安らげる世界が開かれるのですよ、とうなずける世界。仏法は闇の底から立ち上がるエネルギーを与えてくれるのです。

このような味わいは、先月広島からお越し下さった前川多恵子先生「花巡礼の旅講演」から教えられました。前川先生については先月号で既にご紹介しましたが、酸素ボンベを携帯されながら、病苦や赤裸々な人生苦の泥沼の中から仏様の救いに遇うことで乗り越えてこられた半生を一時間半立ちっぱなしで語り続けて下さいました。十六年前大腸がんの手術以降入退院を繰り返し、すい臓と胆のうを全摘出の後、後遺症で重度低酸素症に。「仏法をいくら聴いても恨みは消えませんでした。素直に念仏を称えることができませんでした」と告白されました。

だが、入院中に読んだ新聞で「仏教は生死を超えた自分より大きなものを見出す世界だ」という在家仏教徒・志慶真文雄氏の言葉に心が引かれ、一筋の光明を見つけた。医院の二階で毎月仏教講座を開いている同先生から「恨みで心身を傷つけるのは内なる殺人だ」と諭され、もっと仏教を学びたいと思うようになり、広島仏教学院に入学。そこで、「心の中の氷が溶ける」ような感動を覚え、「自他共に許される」世界に目覚め、心の痛みは小さくなっていったという。

得度の時、終日の正座で足がパンパンに腫れた夜、「一日私を支えてくれて有難う」と痛む足を撫でながら涙があふれた、とお話くださった。その生死を超えたような清々しさに、お参りの方が「お浄土に包まれているような姿」と感想を述べたほどでした。

病を抱えながらも、老衰の進む母との生活を大切に生き抜かれる姿に、大きな感動と元気を頂いた。「お念仏の力はすごい」との感を深くしたことです。

☆行事ご案内☆

☆11月23日(祝・月)午前・秋勧進

行事様が午前８時過ぎより、巡回して集めに参ります。
どうかよろしくご協力の程、お願い申し上げます。
その他の行事様は、本堂のお磨きをします。
※11月第三日曜日夜の例会は都合によりお休みです。

♪三重組コーラス♪

※11／5(木)午前10時半・陽光苑お誕生会慰問３４回目！
※11／3午後1時、光了寺(報)「みめぐみの」「しんらんさま」「念仏」
※11／15(日)夜6時半、西勝寺「灯の集い」出演、曲上記と同じ、
※11／22(日)御堂演奏会大型バスで参加7回目7時半小杉、8時桜、コーラス用衣装、数珠、2009御堂演奏会楽譜。
※12／12(土)夜7時半　小杉練習

◇キッズサンガ

11／7(土)午後4時お経、ゲーム、紙芝居など。
※毎日夕方5時の鐘撞きは誰でもつけます！年中無休です
ご褒美ガム、飴が大人気。放課後は境内や卓球場が子供の遊び場
新しいお友達が増えてきました。どなたでも入れます。

◇一縁会テレホン法話059・354・14543分間法話聞けます

予告12／5夜7時半「お内仏報恩講」 酒食を用意、是非お越し下さい

善正寺ホームページ「三重　善正寺」で検索ＯＫ
新着情報や『住職と坊守のつれづれ日記』おススメ！ほぼ毎日更新！**アクセス１万３千回。**お気軽に相談を！即返信。

１０／１８夜、認知症の母を連れて広島前川多恵子先生講演
介護、病気、同じ悩みを抱える女性達から共感の嵐、大反響！

１００名近い人達が涙、感動、生きる勇気を戴いた！

三度の死線を乗り越えて、酸素ボンベを離せない先生

坊守スケッチ

体内時計

あなたは体内時計をお持ちですか？「腹時計ならある」と冗談で言われるかも知れません。

「一体どこにその時計があるのだ？」と尋ねられたならば、最初に確認できたのはゴキブリだそうです。目で受け取った光を、脳の神経細胞に伝えます。鳥類の方が哺乳類よりも敏感で、先に感じるそうです。『千の風になって』の歌詞の中にも「朝は鳥になってあなたを目覚めさせ・・」とあります。

人間はおおよそ一日二十四時間の周期で、体内時計をリセットします。毎朝決まった時刻に起き、決まった時間に食事をし、決まった時間に働き、決まった時間に寝れば、すこぶる健康的な生活を過ごせます。昔の人が「お日様と共に起き、お日様と共に休む」と言いましたが、このリズムが狂った時、病気にかかりやすいそうです。

いつの間にか、深夜営業のコンビニやら、夜通し遊べる場所が増え、昼夜逆転の生活が、当たり前の時代になってしまいました。深夜勤務の人が増大し、現代人の生活リズムは乱れ放し。大人の夜更かし生活の影響で、子供の生活までおかしくなっています。朝からダルそうで、眠たそうで、はつらつとしていません。理由を聞くと「夜中までお菓子を食べながらテレビを見ていた。朝ご飯は食べてない」と言います。夕食も家族バラバラ、朝御飯も食べずに登校。これでは成長期の子供の体のみならず、心まで悪影響を与えます。小学校の掲示板に『早寝早起き朝ごはん』とありました。これは体内時計を正常に動かすための基本です。

ところでお寺の生活は、体内時計には好都合だと、最近気付きました。朝六時の梵鐘を撞く為に、私は嫁いでから三十四年間毎朝早起きをしました。他人から見れば「寝坊できずに可哀想」と思われるかもしれませんが、この習慣が私の体内時計を育ててくれたのです。昨年からは自動鐘撞き機で安心して散歩に出かけられますが、それまでは夜明け前に散歩して六時に間に合うよう帰ってきました。刻々と色が変化する夜明け前の幻想的なシーンから、東の空に太陽が昇る感動的な瞬間まで、朝寝坊している人には味わえない経験をさせて頂きました。朝の光を体で受け止めて、「昨日までのことはきれいさっぱり忘れて、今日から新たな気持ちで頑張ろう」という心をリセットする大事な時間になりました。決まった時刻に起き、決まった時刻に寝ると、寝つきも早くなり眠りも深くなります。体内時計に従って規則正しい生活を送れば、成人病も予防でき、老化現象も遅らせることが出来ます。また、体に光を浴びるだけではなく、心も阿弥陀様の光に照らされる生活を心掛ければ、安らかで穏やかな老後を迎えられると思います。

☆寄稿

四日市市　川崎孝一

☆あさなさな　目覚めに思う「起きれるぞ」婆婆でよかった　彼の世でなくて

☆集る蟻　蝉の骸を　粉にして
　土に還すか　蟄居の粮に

☆事情あり　朝飯抜きの　仕事済む
　ラマザン終えし　ごとく早飯

四日市市　釈弘蓮

☆このいのち　生かされ
　生きてまいります

四日市市　釈恩厚

☆名月を　孫と見られる　この幸せ

☆命の無常を　教え諭して
　義姉は逝く

☆焼き魚　秋の顔して　テーブルに

姫路市　上田ひろ子

☆なまんだぶ　称える度に
　心丸く　力あふるる

四日市市　A・O

☆夕暮れに　母に待たれる心地して
　顧みれば　仏間に残る　盆灯り

♪三重組コーラス♪

☆陽光苑　十一月五日(木)三十四回目

※十一月三日午後一時、光了寺(報)出演「みめぐみの」「しんらんさま」「念仏」

※十一月十五日夜6時半西勝寺(報)出演、左記と同じ曲。

※十一月二十二日京都御堂演奏会

7回目、バス7時半小杉、8時桜、数珠、御堂演奏会楽譜用意

キッズサンガ・杉の子合唱団

◇十一月七日（土）午後四時より

お経・ゲーム・紙芝居。お友達誘って来てね！**夕方五時の鐘撞きは毎日。**

カンパ有難う☆

渡辺定美様・才木晃様・舘恪三郎様。蔀様お志・切手有難うございました。

☆ホットニュース☆

☆十月十八日夜、**広島・前川多恵子先生講演。百名の人が涙、感動、共感、生きる勇気を戴きました。**姑の看病・離婚・三度の死線を乗り越え、酸素ボンベが離せない体に。認知症のお母様と「花巡礼の旅」。花は人との出会い。詳細写真等はホームページで公開。

☆**善正寺のホームページ。**仏事に関する相談、お悩み等気軽に。**「三重　善正寺」**で検索可。毎日更新の**「住職と坊守のつれづれ日記」**がおススメ。開設一年三ヶ月、アクセス数が**一万三千回を突破！**

お悔やみ申し上げます★

★西　文子様(八十五歳・十月二十一日亡)東墨坂町　合掌

続寄稿　たまに出る孫の鼻歌正信偈(K)

☆　編集子より　☆

「善正寺だより」第一九一号をお届けします。◇「秋の日はつるべ落とし」との言葉の如く、一年の終わりが近づいてきます。「あっと言う間に過ぎ去った」と思うのか、「この一年、生きてきてよかった」と思えるのか？◇長いように思う人生も結局は日々の積み重ね。一層慌しくなるこの季節、互いに自省したい。

息子のパソコンがフリーズ(固まってしまうこと)を起こして、全然動かなくなりました。仕方なく強制終了しましたが次に電源を入れても画面はまっ白！さあ大変。パソコンが無ければ仕事が進まず、中にあるデータさえ失われる危険性があります。仕事の途中経過をこまめにUSBに記録しておけば、パソコン交換だけの被害で済みますが、それがしてないと一大事です。よく考えてみれば人間の一生も、いつ終わるか予想のつかない「いのち」なのです。お釈迦様が三人のお弟子に「汝らは後どれだけ生きられるかて」と質問されました。一人目は「一週間は大丈夫です」。二人目は「今日一日は生きられます」。するとお釈迦様は「お前達二人は何も分かっていない」。三番目のお弟子が「呵吸(カキュウ)の呼吸の間でございます」と言いお釈迦様は「その通りだ。私達のいのちは吐く息と吸う息のどちらかが途切れた時終わる一瞬だ」とお説きになりました。まさしく「息をする」は「生きる」ことなのです。今年も二ヶ月余り。「光陰矢の如し」の想いを深くします。ぽつぽつ喪中葉書の届くシーズンになりました。お浄土に先立たれた人のメッセージをしっかりと受け止め、今生かされている ことの有難さをかみしめる一瞬でありたいと思います。

十一月二十三日(祝月)午前中「秋勧進」行事様が巡回しますのでご協力よろしくお願いします。(尚11月の例会夜の部は都合によりありません)また十二月五日(土)夜お内仏報恩講は庫裡で賑々しくお勤めします。お誘い合わせてお参り下さいませ

合掌

平成二十一年十一月　善正寺坊守拝