

「静坐の会」はじめました

3月末頃から急に左膝に痛みを覚え、一週間後に病院に行ったところ「変形性膝関節症」と診断されました。若い頃の坐禅修行や仕事柄、正座や坐禅の機会も多く、体重増加と相まって膝の軟骨がすり減ってしまったようです。もう治ることはないのですが、少しでも膝への負担を減らす生活を心掛けていますが、ついては平成3年以來、30年続けてきた坐禅会をどうするか？ということになり、長年の参加者と相談の上、5月より坐禅会改め「静坐の会」としました。

坐る形は坐禅にこだわりません。正座でも椅子でも結構です。静かに坐って呼吸や自己を見つめることを旨としてしました。

ます。原則毎週日曜、朝7時から8時半頃まで、2回坐って煎茶を飲むだけ。参加費や予約も不要ですので、どうぞお気軽にお越し下さい。

沙羅の花が咲きました

例年6月初旬に咲き始める本堂前の沙羅ですが、今年は少し早く5月29日から咲き始めました。寒肥が効いたのか、今年は沢山の花が咲いています。



實相寺 花園會報

令和四年
六月一日発行
發行所
臨濟宗妙心寺派
陽明山 實相寺
實相寺花園會
〒761-0450
高松市三谷町
1811番地1
TEL087-889-3838
編集發行人
山本文匡
<https://www.jissouji.net>

第158号

お寺の掲示板

「樂を求める心こそが、結局は身を苦しめる敵である」と知りなさい。」

樂という
ものを求むる
心こそ
身を苦しむる
かたきとは知れ

脇坂義堂

人は皆今も先々も樂をしたい。しかし樂をするためには樂になるための手順がある。その手順に苦行がともなうなら、そんな苦行はいやで今も樂でいたい。この今も樂でいたい心が先々樂をさせず身を苦しめます張本人だと歌はいう。湿気を嫌いながら低地にいるようなもの。

『道歌教訓和歌辞典』

おかげさま 向き合いよりそう
—衆生無辺誓願度—

今月は佐々木閑先生の動画解説をお休みして、妙心寺派の年度テーマについてお伝えしたいと思います。

今年度から4年間、『四弘誓願』の四句が一句ずつテーマになっていますが、一年目の今年は「衆生は無辺なれど誓って度せんことを願う（生きとし生けるものは数限りが無いけれども、誓って救うことを願う）」が主題です。そして副題として「向き合い よりそう」という言葉が添えられています。コロナによる影響が続く中、高齢化も進み、様々な原因による格差が増大している昨今、様々な場面で困っている人達に向き合い、寄り添っていくことの必要性が説かれます。例えば地域

の「子ども食堂」や全国的な「おてらおやつクラブ」等もそうした取り組みの一つですが、しかし他者に手を差し伸べる前に、何よりも大切なのは先ずは自分自身に向き合い、自らに寄り添うことではないかと考えます。

「全ての衆生を救う」という願いは一見途方もないことの様ですが、本当に実現できるのでしょうか？以前もご紹介しましたが、似たようなたとえ話が『入菩薩行論』にあります。

「凶暴な者は、虚空と同じく無限にいます。そのすべてを抑えることなど、できるはずもない。だが、この憤る心を制すれば、敵をすべて屈服させたようなものだ。

大地を皮で覆いつくそうにも、それだけの皮がどこにあるというのか。だ

が、私の靴の底に革を貼れば、大地をすっかり皮で覆ったのと同じだ。

すなわち、外界のできごととは私の手では抑えられない。だが、自分の心を抑えてしまえば、他に抑えるべきものはなくなる。」（寺島のぶ子訳）

ここで述べられているのは、「地上から全ての戦争を無くすためにはどうすれば良いか」についてです。現在もロシアによるウクライナ侵攻は続いています。ですが、もしも世界の平和を願うならば、先ずは私達一人一人が静かに落ち着いて、自分自身の心を平和にすることが肝要であるという教えです。

「衆生無辺誓願度」も同様でしょう。平成28年に津久井やまゆり園で起きた障がい者施設殺傷事件や相次ぐ幼児虐待みると、他人の世話をする人の心が

救われていないと、他人をケアすることとは出来ないことが判ります。

最近では夫婦共働きで乳幼児や老親の世話を外部委託する人が増える一方、サービスの要求度合いは高まり、対人ケア職の負担は増大しています。昨今の小学校教員の成り手不足もそうしたことの表れの一つでしょう。

結局、昔から面倒なことは弱い立場の人に押しつけているのが日本の社会で、そうしたメンタリティが変わらない限り、たとえ安い賃金で働いてくれる外国人労働者や介護ロボットが増えたとしても、問題は解決しません。し

わ寄せは必ずどこかに生じます。だからこそ、先ずは坐って自らに向き合い、自分自身を理解し、自分の心に寄り添う必要があるのです。