

GOKURAKUJI DAYORI

極楽寺だより

2025(令和7)年 12月号



発行所：極楽寺（浄土真宗本願寺派）〒759-3803 山口県長門市三隅下野波瀬 3633 ☎ 0837-43-0625

御正忌報恩講のご案内

一月十五日

担当 野波瀬以外

[昼] 一時半

[夜] 七時・九時（遠夜）

一月十六日

担当 野波瀬

[昼] 一時半

法話は、初日毎座は若院、

夜座と二日目は住職が勤のまか



とき お斎改革プロジェクト第二弾！

昨年から変った御正忌のお斎。今年も新たなメニューに挑戦します！

詳しくは、次のページをご覧ください



ほうじ ほうよう ふつじ
法事や法要など、仏事の際の食事のこと。元々は、行者が決められた時間にとる食事をあらわしていましたが、後に今の意味へと変わりました。浄土真宗では法要の際に、ご門徒同士が自分たちの育てた農作物をお寺に持ち寄り、皆で調理した料理をともにいただくという、お斎文化が培われてきました。

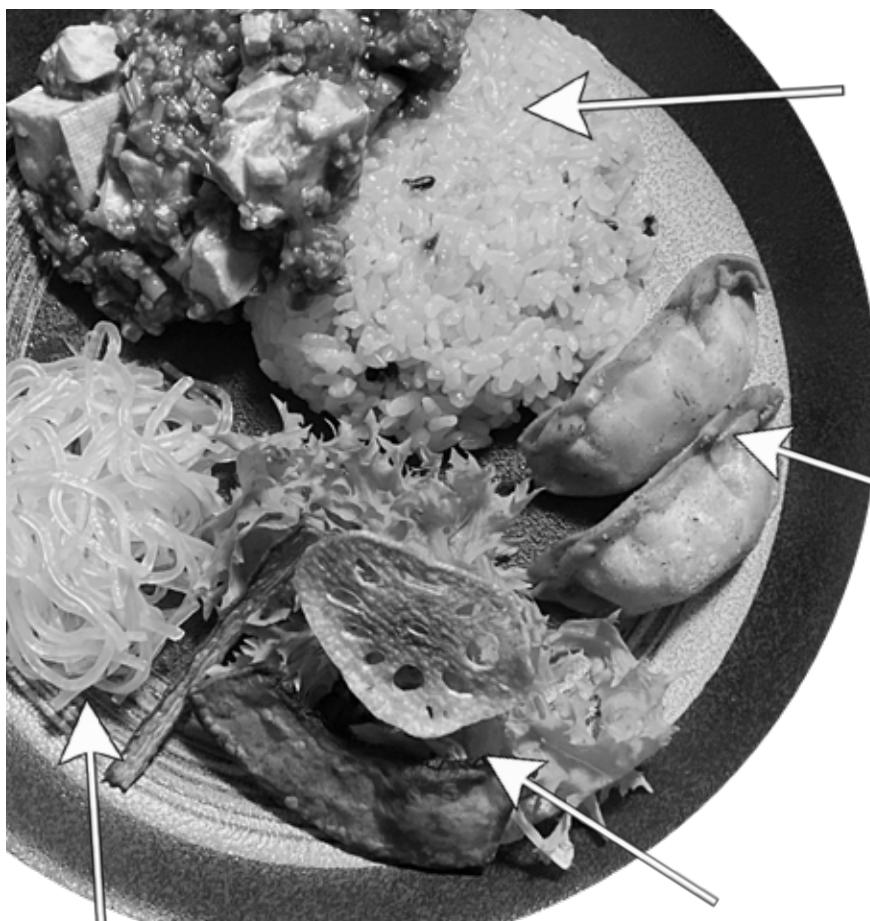
とき
お斎 改革プロジェクト
OTOKI INNOVATION PROJECT

第二弾

今年のお斎は、

もちろん精進デス

町中華ならぬ 寺中華！



中華風春雨サラダ

麻婆豆腐かけご飯

お肉を使わない麻婆豆腐です。

ご飯は、親鸞聖人が小豆がお好きだったという言い伝えから、小豆の入った雑穀米にしました。

精進ギョーザ

こちらのギョーザも、もちろんお肉は使っておりません。



蓮根・カボチャ・ごぼう

蓮根を親鸞聖人の笠に、カボチャを衣に、ごぼうを杖にイメージし、それぞれのチップスをサラダに添えました。

デザートは、杏仁豆腐です



ご門徒に限らず、どなたでもどうぞ！
担当日でなくとも大丈夫です
お斎料は、包まれなくて結構です

御正忌報恩講とは

親鸞聖人が亡くなられた日を「縁」として開かれる法要です。聖人は、誰もが尊ばれ敬われるお念佛の教えを、一生をかけて明らかにされました。



その歩みは、お念佛を「よりどころ」とし生きる力とした、たくさんの念佛者を生み育ててきたのです。そんな先輩方の歩みを受け継ぎ、聖人のご恩に報いる「報恩講」という行事は、この私の人生を本当に尊んでいく道を、確かめていく縁でもあります。



2025年の御正忌で、お花入れ・お盛物をお手伝いしてくださった方々です。

お寺のお世話をしてくれる、総代・世話人の皆さんです。よろしくお願ひします。

| | | | |
|------|-------------|----|-------------|
| 総代長 | 松野行利さん（野波瀬） | | |
| 副総代長 | 吉見周平さん（市） | | |
| 会計 | 木村重彦さん（向山） | 総代 | 森信和久さん（野波瀬） |
| 監査 | 小林一成さん（豊原） | 総代 | 田中正幸さん（土手） |
| 総代 | 野村昭一さん（上東方） | | |

| | | | |
|--------|---------|----------|--------|
| 野波瀬西側 | 田中征二さん | 市・湯免 | 吉見周平さん |
| | 綿野節男さん | 土手・中村・大竹 | 田中正幸さん |
| | 宮崎節子さん | 久原 | 宮本雅志さん |
| | 青海隆司さん | 向山 | 木村辰也さん |
| | 松本 徹さん | 上東方 | 西村正起さん |
| | 岩本 勉さん | 下東方・小島 | 河野光芳さん |
| 野波瀬東側 | 田中成敏さん | 豊原 | 山中博道さん |
| | 田村成治郎さん | | 山中博之さん |
| | 石川義文さん | | 宮本 智さん |
| | 江本富夫さん | | 坪野実人さん |
| | 岩本国久さん | 平野 | 松田義照さん |
| 辻並・中小野 | 松並唯夫さん | | |

住職の現状報告

これまで、入退院を繰り返しながら合う薬を探してきたのですが、未だ見つからないのが現状です。その為、これまでと同じような日々が続くことになりそうです。皆様にはご迷惑をおかけしますが、何卒宜しくお願ひ致します。若院は頑張つてくれていますが、まだ一年目。行き届かないことが多々あることでしょう。どうか御寛恕いただき、お育てください。

今回、チャレンジする薬は、人によつて副作用が酷いと聞いていましたが、今のところ何とか過ごせています。とはいゝ、だるさが続き、大好きな草刈りをする気にもなれません。もしかすると、今まで一番のしんどさかも。何とか、上手に付き合つていかねばと思う今日この頃です。■



若院通信



長門に戻つてきて半年と少し経ちました。住み慣れた場所なので特に生活の変化に困らないと思つていました。

しかし、一つだけ困つたことが。映画館がないことです。一番行きやすい所でも宇部、片道二時間近くかかります。

映画は好きですが、その為に移動だけで往復四時間かかるのはちょっと大変です。観に行こうとする度に「四時間かあ」と少し憂鬱に。しかしすぐ「いや、映画を観れないのは昔からだ」と思いました。

その時はつとなりました。昔なら「映画を観られない」と考えさせませんでした。しかし今では「観れなくて不便」と感じます。これは長門「が」不便になつたのではなく、自分自身が長門「を」不便に感じるようになつてしまつたのだと気付かされました。住み慣れた町を不便と感じるようになつてしまつのは、町が変わつてしまつたのではなく、離れている間に自分が変わつていつているのだと、変わらない町から教えられました。■

お芝居ノカケラ

OSHIE NO KAKEREA



シローズへ癌と共に 第四回 「今年一年をふり返つてへ想定外」

想定内の一年

人生には、三つの坂があると言われます。

一つめは「上り坂」、二つめは「下り坂」。そして三つめは「まさか」です。

今年はまさに、「まさか」の一年でした。三

月に肺がんを告知され、入退院を繰り返す日々。

若院が帰つて来てくれて、法務を勤めてくれました。慣れな
い中、重責を背負つてくれた彼には、本当に苦労をかけたと
思います。坊守も、しんどかつたことでしょ。たくさんの方々
にご心配やご迷惑をかけ、ご配慮をいただきましたが、特に
二人には感謝しかありません。

ただ、「まさか」の衝撃は、私には想定内のものだと感じて
います。「来るべきものが来たか」という感覚でした。次男の
病気を通して、「まさか」は他人事ではないと経験したことは、

大きな要因の一つです。そして何より、仏法を通して「人は老い、病み、いざれは死ななくてはならない」という厳粛な事実を聞かせていただき
てきたことが、大きかつたと思うのです。



OSHIE NO KAKEREA ~ OSHIE NO KAKEREA ~ OSHIE NO KAKEREA ~ OSHIE NO KAKEREA ~ OSHIE NO KAKEREA ~

今年の夏の甲子園で、ベスト4に勝ち進んだ岐阜県代表・県立岐阜商野球部は、準々決勝で春のセンバツを制した強豪・横浜高校を撃破しました。二転三転した試合展開の中、県岐阜商ベンチでは、「想定内」「想定内」と選手たちが言い合つていたそうです。ピンチが来ても「想定内」。相手が意表を突く奇策を出しても「想定内」。逆転されても、大きくリードされても「想定内」。「いちいちビックリしていたら、持たない」から。

なるほど、確かにそうですよね。「まさか!」「想定外のことが起こつた!」と狼狽^{うろた}えるより、「想定内」「そういうこともあるよね」と受け止めた方が、冷静^{れいせい}に対処^{たいしょ}できます。そして、「では、ここからどうすべきか」という発想^{はつそう}になれますから。

考えてみれば私も、仏法を学び、次男の病気を通して、「がんも想定内」と思えるよう育てられてきたことに、気づかされました。だから今は、「では、ここからどうすべきか」を考えています。



老病死が、開く世界

さて、私は長らく、年配^{ねんぱい}の方から「歳^とをとつたらつまらんねえ」「何も良いことない」という声を聞く度に、「そんなことを言わんでください!」と言つてきました。もちろん若い頃^{さまでざま}とは違い、様々^{さまざま}な苦労^どがあるでしょう。でも、「そんなこと言われたら、僕たちが、安心して歳^とを取れんじやないですか!歳^とを取るからこそ、知らされることがあり、病気になるからこそ、見えてくることがあるはず。そんな大切なことを、

私たちに教えてくださいよ」とお願いしてきたのです。実は、こんなことを言い始めたのは、私の尊敬する真宗大谷派の僧侶・宮城顕^{みやぎしづか}先生から聞いたお話がきっかけでした。

宮城先生の先輩に、和田稠^{わだしげし}という先生がおられます。その和田先生が歳を重ねられていく中で、「宮城くん。私は最近、耳が遠くなつてね。いやあ、耳が遠くなるというのは、こういうことなんだね。面白いねえ。歳をとると、初めて経験することばかりでね。面白いねえ」と話されたというのです。

私は、この話を聞いて「こんな歳の重ね方^{かた}があるのか!」と衝撃^{しようげき}を受けたことを、今でも覚^{おぼ}えています。老いとは、それまで当たり前のようにできていたことが、できなくなつてくること。目が見えなくなり、耳が聞こえなくなり、歩けなくなるように、一つ一つ奪^{うば}われていくことだと考えてきた私にとつて、「老い病むからこそ、知らされることがある」といふ生き方は、目から鱗^{うろこ}が落ちるようでした。

もちろん、長らく仏法を語^りられてきた立派^{りつぱ}な先生が、いざ自分の身の事実として老いや病いを突きつけられた時に、オロオロとされる。そんな姿も「人間つて、こんなものなんだよ。お前も、他人事ではないぞ」と教えられるようで、有難く→

味わえます。名僧と名高い一休宗純や仙庵義梵も、辞世の言葉として遺したのは「死にとうない」と伝えられていますしね。でも、「こんな歳の取り方があるんだよ」と示してくださる人は、クリエイティブですよね。若いや病いの人生にも光が差してくるようで、ワクワクしてきませんか。



ほーほー

お念仏に生きられ、念仏詩人と呼ばれた榎本栄一さんは、こんな詩を読んでおられます。

「肉体はおとろえるが こころの眼がひらく
人間の晩年」というものはおもしろい

今まで生きて いのちの深さが見えてきた

（「晩年」 榎本栄一）

すごい言葉だなあと思います。私は正直、「いのちの深さ」なんて考えたこともありませんが、今の私には見えなくとも、私のいのちにも「深さ」がある。そのことを喜びと感動と共に見つめられた方が、先を歩んでくださっている。これは、後に続く者にとつては、本当に有難く尊いことです。しかもそれが、老いを通して見えてくるとは。なんと、「想定外」→

の喜びなのでしょうか。だからこそ私は、年配の方々に「歳をとり、病むからこそ知らされる、大切なことを教えてください」と言つてきたのです。

考えてみれば、私たちは何を「想定外」にしているのでしょうか。若い、病み、死ぬことは、誰もが知つている「想定内」のはずなのに。その人間の事実から目を逸らし、「まさか」や「想定外」にしているのではないか。本当の「想定外」とは、私にはまだまだ知らない驚きがあり、いのちの深さがあるということ。そして、若い、病み、死んでいくことをご縁に、今まで気づけなかつた深く、豊かな世界に遭遇した人たちがいることなのではないでしょうか。

輝きが消えた先に

これは、若院が小学生の頃のお話です。北九州の科学博物館に、家族でプラネットariumを見に行きました。プラネットariumとは、人工の星空です。映画館のような真つ暗な場所で、天井に星が映し出され、「これがおうし座です、これがこぐま座です」といった説明が流れます。→

一通り説明が終わつた後、「これが、今の北九州の星空です。

それでは、街の灯りを消すとどんな夜空になるか、実験してみましよう」とアナウンスがあり、家の灯りや、外灯やネオンサインを消すと、どんな夜空が見えるのかという実験が始まりました。あくまでも、仮にそうしてみたら…というプラネタリウムでの企画なのですが。

街の灯りが、一つ二つと消されていきます。すると、「きっと暗闇が広がつていくのだろう」と思つていた私の想定を超えて、今まで見えなかつた小さな星の光で、満天の夜空が広がつたのです。正直、驚きました。そして、「これは面白いなあ」と目から鱗が落ちたように、感動したのです。

街の灯りが消えたことで、小さな星が光り始めた…わけではありますんよね。街の灯りが明るすぎて、小さな光がかき消されていただけで、小さな星たちは輝き続けていたのです。昼間の星も同様です。太陽の光が明るすぎて見えないだけで、昼間も星は輝いている。それが、太陽が沈むことで見えてくるのです。

これは私たちの人生にも、そして私と阿弥陀さまとの関

→

係にも、重なるどころがある

なあと思つたのです。私たち

は、自分の人生や生活を、輝

かせようとして生きていま

す。その為に、健康やお金や

若さ、仕事や趣味やモノ、そ

して地位や名譽を求めてい

る。でもその輝きは、歳をとり、病気になり、死を突きつけられる中で、一つ二つと手放さなくてはならなくなるものなのです。ちょうど、街の灯りが一つ二つと消えていくように。そうして、握りしめていた輝きがすべて消えると、後は真つ暗闇しか残されていない…、私たちはそう考へてはいないでしようか。

しかし、そうではないのです。それまでは、明るすぎる光で見えなかつただけで、私の目には見えなくとも、この私を照らし続けてくださる光がある。私には想定外の、深くて豊かな世界は広がつているのです。

親鸞聖人は、「ようずのこと みなもて そらごとたわご

と まことあることなき」(『歎異抄』後序)と示されています。→



私たちが頼りにしていることは、いざれは手放さねばならぬものなのだと。

しかし、そんな輝きが消えた時、初めて見えてくる光がある。

それが阿弥陀様の光です。そしてその光は、自分が元気でバリバリやつている時でも、照らし続けていてくださつていて。気づけないのは、私の方に問題があるので教えられるのであります。

お念佛をよりどころに生き抜けられ、生涯を教育に捧げられた東井義雄先生は、「ご説法」という詩の中で、このように言われています。

「老いの日には

老いの日にしか聞かせていただけない ご説法がある
病む日には 病む日の ご説法がある／

お天気の日にも 健康な日にも

大切なご説法があるのだが

そういう恵まれた日には

こちらの側に雑音がありすぎて

どうも 聞きどりにくい」 →

最後の部分が、特に刺さりますね。確かに、恵まれた日には雑音がありすぎて、わかりやすい大きな輝きに目を奪われ、本当に大切なことを見失つてはいる私ですから。

さあ、いよいよこれから本格的に、握りしめていたものを手放さざるを得ない日々が始まります。同時に、雑音が減つていく日々も。どんな「想定外」に気づくことができるやら。実は、ワクワクしている自分がいるのです。榎本先生のように「こころの眼」が開くかな。せめて、いのちの深さの一端でも、味わえないかな。病む日だからこそ、ご説法が聞こえてくるのかな。

いやいや、想定外のみつともなさを、さらけ出すことがあるかもしれませんね。でもそのみつともなさも、阿弥陀さまにとつては想定内のことだと
思うと、それはそれで一安心。
そんな中で、「では、ここからどうすべきか」を考えてみようなどと考えてはいます。
でも「まさか」この私が、→



極楽寺だよりを 送りませんか

都会に出ておられる子どもさん、お孫さんたちへ。有縁の方々へ。お寺へお申し出下さい。直接郵送します。

近頃は、いろんな情報を気軽に手に入れることができる時代です。ところが、あふれた情報にふり回されてもいます。特に、不安をあおる宗教情報は危険です。また、仏事に関するについても、都会では気軽に相談するところがありません。お寺を身近に感じ、気軽に相談してもらうためにも、「極楽寺だより」がお役に立つのでは…と思っています。どうぞ遠慮なくお申し出ください。



こんな風に病やまいを受け止めることができるとは。私を育ててくれた阿弥陀さまのみ教えと、その道を歩まれた先人たちはたらきは、まさに「想定外」だといえるでしょう。■

お札とご報告



アレトッア収集

山口別院で換金され、県内福祉施設へ寄付されます。

今年は、5.8kg
(空き缶約1,933個分)

思いやり募金

本堂に設置した募金箱へのご懇志です。

29,058円

アーユス仏教国際ネットワークを通して、支援活動のために使われます。

物モノでお布施

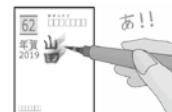
アーユス仏教国際協力ネットワークに送り、紛争で傷ついた人たちや難民、国内外の自然災害や環境破壊で困難を強いられた人たちのために役立てます。

《今年分》 CD 110枚 書き損じ葉書 98枚



ありがとうございました

本堂に回収箱を設置しております。これからも、ご協力よろしくお願ひいたします。



月々の言葉

Monthly Words



辛いという字がある
もう少しで
幸せになれそうな
字である

極楽寺掲示板
星野富弘



12月の言葉

以前あるテレビ番組で、俳優の佐藤健さんが「本当にやりたい事があるとしたら、やりたい事に近いことをやるよりも、やりたくないでも土台を固めるために必要な仕事がある。まずはそれを、やるべきだ」と発言されていました。

近頃は、「できるかぎり無駄なく、最短で目標に到達すべき」

というビジネスの論理が、生活に深く浸透しています。コスパ、タイプは、まさにその象徴的な言葉。そんな時代に、映画やドラマで主役を務める超人気俳優が、あえてタイプやコスパの悪いことを勧めている。その真意や如何に。思わずテレビに注目すると、

「例えば、レオナルド・ディカプリオの『タイタニック』」

みたいな、超かっこいい役をやりたいというゴールがあつたとき、かつこいい役をやつてているから、そこに辿り着くわけではないと思うんですよ。演技が評価される作品に出て土台を作り、初めてそこにジャンプで起きみたいなのつてあるじゃないですか」（『日曜日の初耳学』佐藤健）と語られたのです。

目標に対して直接的に向かうと、意外に辿り着かないことがある。遠回りに見えて、それが幅を広げ、土台作りに繋がり、気づけば目標に近づいていることがある。まず固めるべきは土台であり、土台がしつかりしているからこそ、目的に届く。確かに、その通りだと肯かされました。三十代半ばとはいって、数多くの経験を重ねておられる世代のトップランナー。その言葉には、さすがに説得力がありました。

そして、思つたのです。実は、幸せになるための土台作り多くのものも与えられても、幸せを感じるとは限らないからです。もつともつと、更に刺激を求めるなら、満足する



ことはありません。与えられているものを深く味わう力や、足ることを知る力を育てる。そんな、幸せになるための土台を作らなくては、幸せの真ん中にいても、幸せに気づくことなく過ごしてしまうのではないでしようか。

私はこれまで、住職としてたくさんの葬儀や法事に出てきました。そこで、一般的にはネガティブな感情と思われている「悲しみ」や「痛み」というものが、どれだけ人の心を豊かにするのかを、目の当たりにしてきました。

大切な人を亡くした悲しみは、亡き人を大切に思う心の裏返しです。大切に思うからこそ、失った悲しみは深いのでしょう。その悲しみと向き合うことが、亡き人のかけがえのなさ、共に過ごした日々の豊かさ、与えられていたものの重さを味わうことになるのです。そして、「もっと、こうしてあげれば良かつた」と、痛みと共に味わう後悔が、遺された人を育てることもあります。

何より、亡き人と出会い直すとは、自分の人生と向き合 →



そもそも今の時代、悲しみの場以外で人生と向き合うことなんてありますか? 「無駄なく、最短」を重視する生活の中で、人生を振り返るという営み自体を見失っているのではないですか。そう考えると、大切な悲しみや痛みの時間を、タイパ、コスパを優先した、単なるスケジュール消化のようにこなすのは、本当に勿体ない。悲しみや痛みは、無駄な時間ではないのです。

加えて、その土台は「無駄なく、最短」に出来上がるものではありません。人間的な成長は、経験を重ねてコツコツと育っていくもの。安易に求める、軽薄なものにしかならないのです。

ただし、悲しみ方は人それぞれだということをご注意ください。涙が出ないほど、深く悲しむ人さえいるのです。だから安易に、「あの人は、冷たい人だ」と人を責めたり、「自 →

分は、冷たい人間だ」と自分を責めてはいけません。

ちなみに、私が「悲しみ」や「痛み」が人の心を豊かにすると気づかされたのは、住職として葬儀に関わってきたからだけではありません。仏法に出会い、自分自身の土台を確かにさせていただいたことが、大きいと実感しています。

親鸞聖人が指示してくださったお念仏の教えは、「悲しみ」

や「痛み」を大切にします。自分の生き方に悲しみや痛みを感じる慚愧の心とは、「私は、大切にすべきことを、大切にできていない」という心なのです。つまり裏返せば、大切なことに気づけたからこそ、生まれた心だといえるでしょう。そもそも、大切さに気づいていない時には、痛みなんて感じませんからね。

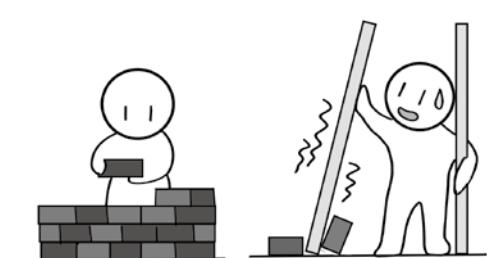
ただし、「大切にできない私は、ダメだ」と、自分を責めることとは違います。阿弥陀さまは、「大切なことに、よく気づいてくれたな」と喜んでくださる方であり、気づく以前から、私を慈しみ続けてくださる仏さまなのです。

そして、痛みや悲しみを胸に秘めて生きる人ほど、生き様に深みがあることを存知でしょうか。そんな人と出会う

と、心が揺さぶられます。安易に開き直り、正当化する自分の姿が、いかに軽薄で恥ずかしいものなのかを突きつけられるようです。お念仏に生きる先達には、そんな方が数多くおられるのです。先達との出会いが私の土台を確かにしてくれたり、葬儀という具体的な場を通すことで、思いもよらない豊かさと出会わせてくださったのです。

辛さや悲しみ、痛みは、人生の土台を養い、育ててくださる大切なご縁です。そこをくぐり抜けるからこそ、幸せになるための土台が作られ、幸せに一步近づくのでしよう。ならば、その経験を無駄するのは、本当に勿体ない。

タイパやコスパを重視し、幸せを直接的に追いかけことで、私たちは逆に幸せを見失ってはいないでしよう



正しくものを 見るとほ 心を整えることから 生まれる

極楽寺掲示板



1月の言葉

「何のことですか」と答えると、
「いびきがうるさい！昨日は特に酷ひど
かった。お前、気がつかんのか！」

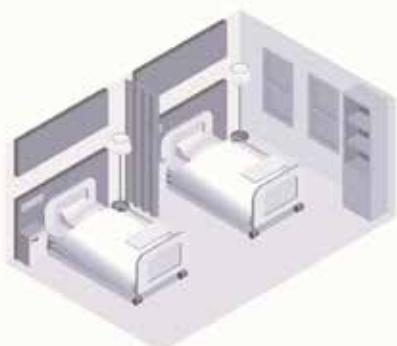
と、ブチ切れ状態。そういえば前
の日、看護師さんに部屋を交わ
たいと言つてたつて。でも、プラ
ス六千六百円だから断念したつて

二〇二五年は、何度も入院を繰り返しました。二泊三日の
短いものも含めてですが、やはり病院生活はつらいもの。そ
れに比べて、家は良い！居心地の良さと安心感を、しみじみ
感じております。

私は入院する際に、必ず大部屋（四人部屋）をチョイスし
ます。なぜなら私が入院する病院では、個室に入るには一日
につきプラス六千六百円かかるのです。がん治療にはお金が
かかりますし、仕送りを送る大学生を抱える身には、痛い
出費。必然的に、大部屋となるわけです。

さて、あれは二回目の入院をして二週間くらいたつた時で
したか。二、三日前に隣のベッドに入つてきたおじいさんが突
然、仕切りのカーテンを開けて、「お前、オレに一言もないの
か！」と怒鳴りつけてきました。→

Monthly Words ~ Monthly Words



戸惑う私に、続けて「お前は、遅くまでパソコンしてるだ
ろう。消灯は九時なんじやないのか！」と言われました。確
かに消灯は九時がルールですが、寝付けない時には、看護師
さんからもお目こぼしをいただき、パソコンで動画を見て過
ごしています。但し、隣りに光が向かないよう角度を考え、
音も出ないように細心の注意を払いながら（私の実験によると、
画面の光量を落とせば、スマホを見るのと殆ど変わりません）。→

とはいえることは正論ですが、仕方なく退院まで

の一週間は個室に移り、痛い出費となりました。

おじいさんも、病気や慣れない環境で、ストレスを感じていたのでしょう。でも、それはこちちは同じなのですが。後に先生や看護師さんに聞くと、直接クレームをつける患者さんは滅多にいないようで、「大部屋つて、そんなものだし、お互い様なんだけね」「普通は、自分が個室に移るのに」「災難でしたね」と慰められました。

ところが、その夜から眠れなくなつたのです。個室に移つても、その後の入院で、大部屋に入つても。「いつ、どこで、何を言われるかわからない」という恐怖が沁みついてしまつたのか、委縮して、周りの目を気にするようになつたようです。当然パソコンも、夜は使いづらくなり、長い夜を何度も送ることになりました。その分、家に帰るとグッスリ。やはり家は、かけがえのない場所です。

ことができたのです。

なぜなら、今回同室になつた人たちは、ある意味問題児ばかりだつたから。生活音（ガサガサ、ゴソゴソ、ボリボリ…）

がうるさい人。寝れなくて灯りを点けっぱなしにしたい人。足が弱つて、一人でトイレに行かないよう注意されているのに、夜中に一人で行つて転ぶ人など。私よりも、爆音のイビキをかく人もいました。同部屋の人が「あの人、凄いねえ」と話しかけてきたほどですから。これなら、私が少し

くらいイビキをかいたり、パソコンを見てもいいんじやないかと安心でき、逆にグッスリと眠れたのです。

「お互い様」と思える環境にあ

ることは、本当に生きやすい。そのことを痛感しました。同時に、病院の大部屋は、私たちの社会の縮図のようだとも思つたのです。



さてそんな中、また入院する日がやつてきました。今度は三週間の予定。長いなあ、つらいなあと思ひながら、また大部屋へと入つたのですが、何と今回は、快適な夜を過ごす♪

大部屋は、カーテンで仕切られるだけですから、他者の音やにおいを遮ることはできません。おまけに生活習慣も違う、それぞれに事情を抱えた人が集まつてゐる。だから、「そんなものなんだ」「お互い様だから」を前提にして、大らかに受へ

け止めた方が、お互たがいが生き易やすい。かつては多くの人が、それを共有きょうゆうしていました。もちろん行き過ぎい過ぎた迷惑めいわくはアウトですが、前提を踏ふました上での対処方法たいしょほうがあつたわけです。そして実は社会も、大部屋のようなものであるはずなのです。

ところが今や、生活スタイルが変わり、プライベートが守られる個室のような生活が当たり前になりました。その感覚かんかくで大部屋にいれば、被害者意識ひがいしゃいしきは高まります。でも、ここは大部屋なのです。あなたも、多かれ少なかれ、音やにおいは出している加害者かがいしゃです。にもかかわらず、個室感覚の正論せいりんがふりかざされた時、大部屋は急に息苦しきくしくなります。確かに、言つてていることは正しい。そのルールもある。ただ、それを言うと、生きづらくなる正論つてあるんですよね。みんなが委縮いしゆくする言葉が。人間の営みの事実を、無視した正しさが。そんな言葉が今、病院の大部屋だけでなく、社会全体に広がつているように思うのです。

実はここに、重要なキーワードがあります。それは、「お互たがい」を共有する双方そうほうという意味の「互たがい」に「お」、



をつけた美化語ひかご。つまり、それぞれの立場そんちょうを尊重する言葉です。「自分だけ」で考えれば、ことは単純たんじゅんです。相手の立場は考えなくて良いし、自分にとつて悪い奴は裁さばけば良い。でも、それはあくまでも個室感覚。病院の大部屋も、いや社会全体も、「お互い」で成り立つてているのです。「自分だけ」が主語の正論は、「お互い」を生きづらくさせ、時には他者の居場所いばしょを奪う圧力あつりょくとなります。主語は「自分だけ」なのか、「お互い」なのかを問うことは、かなり重要な一步だと思います。

作家の北方謙三氏は、自らの作品の登場人物に、こんな言葉を語かたらせてています。

「法は、いつでも人のために作られる。どんな法も最初はな。それから、少しづつ執行しつこうする者が都合よく解釈かいしゃくするのだ。そういうことができないようにして、時が経たとそうなる。／つまりは、法そのものよりも、それを扱あつかう人ということなのか」（『水滸伝』北方謙三）

「お互い」のための法が、いつしか「自分だけ」の解釈で執行され、気がつけばみんなを苦しめるものに変わつていく。それはルールのせいではなく、あくまでもそれを扱う人の問題なのだと。確かにそうだと思います。しかも、その都合そんじょう、

の良い解釈は、無自覚に行われることも多々あるのです。

例えば、未成年の飲酒・喫煙の禁止というルールは、体の

成長や健康への悪影響を考えて定められたもの。ところが今や、ルールを犯した者を裁くためのツールになっています。

そして、ルールを守らない者は、一昔前では考えられないほど、厳しく処分されるようになりました。でもそうすることで、未成年を取り巻く環境は、どうなつたのか。失敗は許されなくなり、「いつ、どこで、何を言われるかわからない」と委縮

して、周りの目を意識しながら生きなくてはならない、そんな息苦しいものになつてはいないでしようか。これは未成年の健康どころか、人生そのものに悪影響を及ぼしかねない、深刻なものだと思います。

結局、優先されているのは、何なのか。「自分だけ」の都合の良い解釈ではないのか。本来の



ことだと思います…などというと、正論で叩かれてしまうかもしれません。

かつては、落しどころを作つたり、お目こぼししたり、曖昧にしたり、自分の思いにブレークをかけることが、「お互い」が生きやすい環境を作るための知恵として共有されていました。

そこには「お互い様だよな。みんな音もにおいも出し、間違うこともある。人間つて、本来そんなもんだよな」という、人間の営みの事実も共有されていました。そこには、「私も居場所がある」と思えるような、安心感がありました。

仏教において「正しくものを見る」とは、自己中心的で偏った見方をせず、物事をありのままに認識することです。「ありのまま」とは、本来かなり奥深い概念なのですが、ここでは、「自分だけ」の価値観に偏った都合の良い解釈をしない、「お互い」を意識すると、受け止めても良いのではないかと思います。

目的や、処分された人のその後は考えられているのか。安易に正論を語る人は、そのことに無自覚なのです。自覚が無いから、止まらない。振り返ることもない。これは怖ろしい→

理解する、なんてことはできるはずもありません。

実は、そんな「できない自分」を自覚することが、いか

に重要なのかを教えてださるのが、阿弥陀さまのお念佛な

のです。「南無阿弥陀仏」とお念佛を称えると、自分が問

直されていきます。自分の都合に捉われてはいいか。お

互いを尊重しているか。私には気づけていないことがある

と、謙虚な態度でいるのか。そう問われるとき、自分の心

が落ち着き、整えられていきます。自分の思いにブレーキ

がかかる。我に返り、人間の営みの事実を前提とできる。

この一步が、その後のふるまいを決定的に変えていきます。

正論に委縮する時代だからこそ、この一步はとても重要な

ものだと思うのです。

答えは、簡単に出るものではありません。でも、安易な

答えにすると、生きづらさは増していきます。まずは心

を落ち着かせ、立ち止まる。人間の営みの事実と、向き合つ

ていく。そこからしか、何も始まら

ないのだと教えられるのです。■



住職の つぶやき @yuusyoku's Tweet

□前回の「精進キーマカレー」に引き続き、御正忌報恩講で「お斎改革」に取り組みます。今回は、「町中華」ならぬ「寺中華」。聞くところによると、精進カレーを振る舞うお寺は全国に結構あるようで、「イタリアン精進」もあるそうです。しかし「寺中華」は日本、いや世界初の試みではないかと意気込んでいます。お誘い合わせの上、お参りください。□さて、紙面でもご報告しました通り、未だに合う薬が見つからず、新たな薬にチャレンジする日々を送っています。ただ今回の副作用の説明には、正直ビビりました。「こういうリスクがあります」という説明が、どれもこれも恐ろしいものばかり。もちろん、必ずそうなるわけではありませんが、不安になりました。□そんな中、薬の投与が始まります。最初は何ごともなく過ごせていたのですが、一週間を過ぎてから微熱が始め、十日目くらいから一気に38～39度の高熱になりました。「いよいよ、来たか」と身構えましたが、急遽近くにある山口大学病院で診察を受け、さほど深刻なものではないと説明されて、ホッとした次第です。□その山大病院に向かう際、看護師さんから「(私の担当医である)先生は、自分の担当ではない範囲を見極めて、すぐに他の病院に繋げられる人ですからね。その辺りの対応は、早いですよ」と言われ、感動したのです。このようにふるまえる人は、病院の先生に限らず、なかなかおられないのではないか。自分のプライドを優先する人、自分を大きく見せようとする人なら、様々な場面でよく見かけます。でも、もしもそんな人が担当医だとしたら、ゾッとしませんか。□自分のプライドよりも、私のことを優先してくださる先生と出会えたことは、本当に有難いことだと思います。そして、「私は何を優先しながら、日々生きているのか」「どんな態度で人生を歩んでいるのか」と、自分の生き方を問い合わせ直すご縁をいただけたことも、また有難く感じている今日この頃です(熱は、無事下がりました)。■

二〇二六年 極楽寺のご法座

一月一日 元旦会

一月十五～十六日 御正忌報恩講

三月八日 春の彼岸会法要

講師 映画監督 森達也師

四月十五～十六日 春の永代経法要

講師 福岡市 本願寺派布教使 森哲人師

五月二十一日 (毎年) 清光仏教婦人会 降誕会

六月十日～十一日 夏法座

講師 太宰府市光蓮寺住職 芳村隆法師

八月十五日 (毎年) 盆法会

九月二十三日 (毎年・秋分の日) 納骨堂追悼法要

十一月十八～十九日 秋の永代経法要

講師 福岡信覚寺住職 渡邊如心師

十二月十八日 (毎年) 清光仏教婦人会 報恩講

十二月三十一日 (毎年) 除夜の鐘つき 初礼拝



ご法座には、
門徒式章をつけて
お参りしましょう

門徒の正装は、門徒式章をつけた服装とされています。喜びも、悲しみも、仏様と一緒に。お参りの際は、式章をおつけ下さい。

2026 (令和8) 年

年回忌表

| | |
|------|-----------------|
| 一周忌 | 2025 (令和7) 年往生 |
| 三回忌 | 2024 (令和6) 年往生 |
| 七回忌 | 2020 (令和2) 年往生 |
| 十三回忌 | 2014 (平成26) 年往生 |

| | |
|-------|-----------------|
| 十七回忌 | 2010 (平成22) 年往生 |
| 二十五回忌 | 2002 (平成14) 年往生 |
| 三十三回忌 | 1994 (平成6) 年往生 |
| 五十回忌 | 1977 (昭和52) 年往生 |
| 百回忌 | 1927 (昭和2) 年往生 |

※ お配りした、カレンダーの台紙にも、書いてあります。

除夜の鐘つきのご案内

つきはじめ
11時40分

大晦日

おでんを用意しています！



1月1日
朝10時より

元旦会のご案内

新年も、阿弥陀さまに手を合わせることから始めましょう。わが家のお仏壇も打敷をかけて飾り、新年を迎えましょう。※ 参拝者には、記念品を用意しております。

次回法座の予定

講師 映画監督 森 達也 師 3月8日(日) 昼席のみ



親鸞聖人は、人間が本来持つ愚かさや悲しさを深く見つめられ、そんな私たちが救われていく阿弥陀さまのみ教えと出遇っていかれました。春の彼岸会法要では、映画監督の森達也さんに人間の愚かさや悲しさを、具体的な面からお話しいただき、そこからみ教えの深さを味わうご縁としたいと思っています。



極楽寺ホームページ

極楽寺.comで検索 又は QR コードから



今年もお世話になりました。来年も、よろしくお願ひいたします。【極楽寺一同】