

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、初日昼座は若院、

夜座と二日目は住職が勤めます

※ 十六日は親鸞聖人のご命日です。
特に大切に勤めます。

※ 担当日にとられず、ご都合に合わせて
お参りください。

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。じょうとしんしゅう ほうよう
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 ときふんか つちか
共にいただくという、お斎文化が培われてきました。

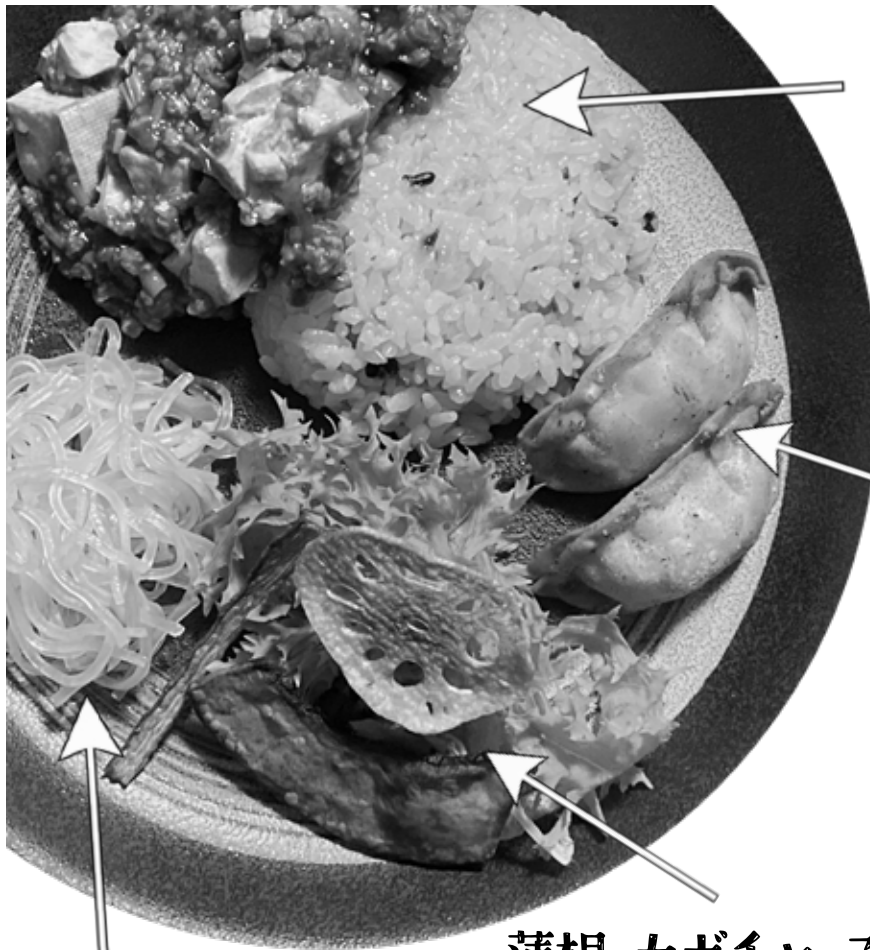
とき お斎 改革 プロジェクト

OTOKI INNOVATION PROJECT

第二弾

今年のお斎は、
町中華ならぬ 寺中華！

もちろん精進デス



麻婆豆腐かけご飯

お肉を使わない麻婆豆腐です。
ご飯は、親鸞聖人が小豆が大好き
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。

中華風春雨サラダ

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！
担当日でなくても大丈夫です
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ご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仏の教えを、一生をかけて明らかにされました。



その歩みは、お念仏を「よりどころ」とし生きる力とした、たくさんの念仏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、確かめていくご縁でもあります。



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ださる、総代・世話人の皆さんです。よろしくお願いします。

| | | | |
|------|-------------|-------------|-------------|
| 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 |
| | 田村成治朗さん | | 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、何卒宜しくお願い致します。若院は頑張ってくれていますが、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、人によっ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。とはいえ、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、今までで一番のしんどさかも。何とか、上手に付き合っていかなければと思う今日この頃です。■



若院通信

じゃくいんつうしん



長門に戻っ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っていました。

しかし、一つだけ困ったことが。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よつと大変です。観に行こうとする度に「四時間かぁ」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。

その時はつとまりました。昔なら「映画を観られない」と考えさえしませんでした。しかし今では「観れなくて不便」と感じます。これは長門「が」不便になったのではなく、自分自身が長門「を」不便に感じるようになってしまっ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ってしまうのは、町が変わってしまったのではなく、離れている間に自分の方が変わっていつているのだと、変わらない町から教えられました。■



シリーズ「癌と共に」

第四回

「今年一年をふり返って」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。

今年にはまさに、「まさか」の一年でした。三

月に肺がんを告知され、入院を繰り返す日々。四月から

若院が帰って来てくれて、法務を勤めてくれました。慣れな

い中、重責を背負ってくれた彼には、本当に苦勞をかけたと

思います。坊守も、しんどかったことでしょう。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

病氣を通して、「まさか」は他人事ではないと経験したことは、

IE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~

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、

いずれは死ななくてはならない」と

いう厳肅な事実を聞かせていただい

てきたことが、大きかったと思うの

です。



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、岐阜商ベンチでは、「想定内」「想定

内」と選手たちが言い合っていたそうです。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った!」と狼狽えるより、「想定内」「そういうこともあるよね」と受け止めた方が、冷静に対処できます。そして、「では、ここからどうすべきか」という発想になれますから。考えてみれば私も、仏法を学び、次男の病氣を通して、「がんも想定内」と思えるよう育てられていたことに、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、年配の方から「歳をとったらつまらねえ」「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。もちろん若い頃とは違い、様々な苦勞があるでしょう。でも、「そんなことと言われたら、僕たちが、安心して歳を取れんじやないですか! 歳を取るからこそ、知らされることがあり、病氣になるからこそ、見えてくることがあるはず。そんな大切なことを、

~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~

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・宮城顥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だね。面白いねえ」と話されたということです。

私は、この話を聞いて「こんな歳の重ね方があるのか!」と衝撃を受けたことを、今でも覚えています。老いとは、それまで当たり前のようにできていたことが、できなくなってくる。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」という生き方は、目から鱗が落ちるようでした。

もちろん、長らく仏法を語られてきた立派な先生が、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厓義梵も、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」と示してくださいさる人は、クリエイティブですよね。老いや病いの人生にも光が差ししてくるよ
うで、ワクワクしてきませんか。



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

人間の晩年ばんねんというものはおもしろい

今日まで生きて 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 생각합니다。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ても、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、後に続く者にとっては、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」、

～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～

の喜びなのでしょう。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」と言ってきたのです。

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。老い、病み、死ぬことは、誰もが知っている「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ですか。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、老い、病み、死んでいくことをご縁に、今まで気づけなかった深く、豊かな世界に出遇っ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、若院じやくいんが小学生の頃のお話です。北九州の科学博物館に、家族でプラネタリウムを見に行きました。プラネタリウムとは、人工の星空です。映画館のような真っ暗な場所で、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。

一通り説明が終わった後、「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、「きつと暗闇が広がっていくのだろう」と思っていた私の想定を超えて、今まで見えなかった小さな星の光で、満天の夜空が広がったのです。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…わけではありませんよね。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

～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～

係にも、重なるところがあるなあと思ったのです。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、そして地位や名誉を求めている。

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くなってしまうのです。ちようど、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…、私たちはそう考えてはいないでしょうか。

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っただけで、私の目には見えなくても、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っているのです。

親鸞聖人は、「よろずのこと 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、いずれは手放さねばならないものなのだ。

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っている時でも、照らし続けていくくださっている。気づけないのは、私の方に問題があるのだと教えられます。

お念仏をよりどころに生き抜かれ、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

老いの日には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　聞きとりにくい」

～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～

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っている私ですから。

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、雑音が減っていく日々も。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ないですね。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ふと、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います。

でも「まさか」この私が、



極楽寺だよりを 送ri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、仏事に関することについても、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。私を育ててくださった阿弥陀さまのみ教えと、その道を歩まれた先人たちのことはたつきは、まさに「想定外」だといえるでしょう。■

おれとご報告



アレットツア収集

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いいたします。

月々の言葉

Monthly Words



辛いという字がある
もう少しで
幸せになれるような
字である

極楽寺掲示伝道

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、やりたくなくて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』」

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

みたいな、超かつこい役をやりたいというゴールがあつたとき、かつこい役をやっているから、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きると、初めてそこに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。遠回りに見えても、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、土台がしっ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。三十代半ばとはいえ、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、思ったのです。実は、幸せになるための土台作りというものもあるのではないかと。なぜなら人は、どれだけ多くのものを与えられても、幸せを感じるに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^た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、幸せの真ん中においても、幸せに気づくこと
なく過^すごしてしまうのではないでしょうか。

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^{ゆた}
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^うしです。大切に思うからこそ、失
った悲しみは深いでしょう。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^すごした日々
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、「もつと、こうしてあげれば良かった」と、痛みと共に味
わう後悔^{こうかい}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

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

い直すことでもあります。亡き方との思い出を通して、どれ
だけの思いやはたらきの中で育てられてきたのかを振り返^{かえ}る。
家族や親族が語る思い出話を通して、自分の人生を違った角
度から知らされる。そんな人生を深く味わい直す営^{いとな}みは、人
生を豊かにする土台となるのです。

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^{むだ}なく、最短^{さいたん}」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、タイプ、
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^{もったい}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
育てていくもの。安易^{あんい}に求めると、軽薄^{けいはく}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^せめたり、「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。仏法に出遇い、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。

親鸞聖人が指し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、「大切にできてない私は、ダメだ」と、自分を責めることは違います。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。

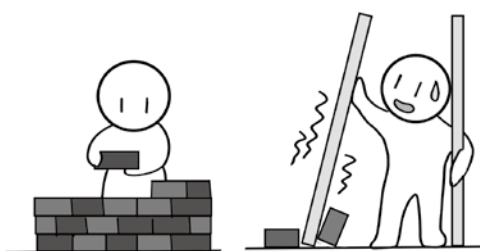
そして、痛みや悲しみを胸に秘めて生きる人ほど、生き様に深みがあることをご存知でしょうか。そんな人と出会う、

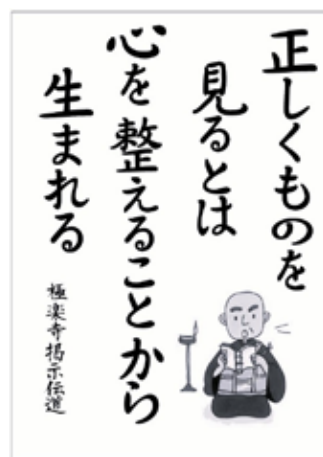
Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

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お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、幸せに一步步近づくのでしょうか。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ることで、私たちは逆に幸せを見失ってはいないでしょうか。遠回りのように見えても、確かな土台を積み上げていく。そんな経験を大切にしたいものです。 ■





1月の言葉

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。

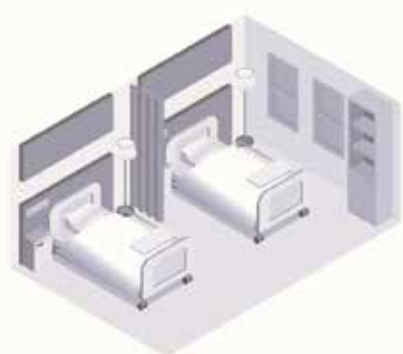
私は入院する際に、必ず大部屋（四人部屋）をチョイスします。なぜなら私が入院する病院では、個室に入るには一日につきプラス六千六百円かかるのです。がん治療にはお金がかかりますし、仕送りを送る大学生を抱える身には、痛い出費。必然的に、大部屋となるわけです。

さて、あれは二回目の入院をして二週間くらいたった時でしたか。二、三日前に隣のベッドに入っ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 ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

「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。そういえば前日、看護師さんに部屋を変わりたいと言った。でも、プラス六千六百円だから断念したって聞かえてきたな。あれは、夜中の三時頃に電気をつけてゴソゴソする人が原因だと思っていたけれど、犯人はオレなのか？今まで同部屋の人から、言われたことなんてなかったのに。とはいっても、自分ではコントロールの仕様もないし。寝るなって言うことか？

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。消灯は九時なんじゃないのか！」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、言われることは正論^{せいろん}ですから、仕方なく退院まで
の一週間は個室^{こしつ}に移り、痛い出費となりました。

おじいさんも、病氣や慣れない環境で、ストレスを感じて
いたのでしょう。でも、それはこちちも同じなのですが。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^{かんじゃ}さ
んは滅多^{めった}にいないようで、「大部屋つて、そんなものだし、お
互^{たが}い様^{さま}なんだけどね」「普通は、自分が個室^{こしつ}に移るのに」「災^{さい}
難^{なん}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^{きょうふ}が沁^しみついてしまつ
たのか、委縮^{いしゆく}して、周^{まわ}りの目を気にするようになったようで。
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、家に帰るとグツスリ。やはり家は、
かけがえのない場所です。

さてそんな中、また入院する日がやってきました。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^{かいてき}な夜を過^かす

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

ことができたのです。

なぜなら、今回同室になった人たちは、ある意味問題児^{もんだいじ}ば
かりだったから。生活音^{せいかつおん}（ガサガサ、ゴソゴソ、ポリポリ…）
がうるさい人。寝れなくて灯^{あか}りを点^つけっぱなしにしたい人。
足が弱っているから一人でトイレに行かないよう注意されて
いるのに、夜中に一人で行って転^{ころ}ぶ人など。私よりも、爆音^{ばくおん}
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ゃない
かと安心でき、逆にグツスリと眠^{ねむ}れたのです。

「お互^{たが}い様^{さま}」と思える環境^{かんきやう}にあ
ることは、本当に生き易^{いきやす}い。その
ことを痛感^{つうかん}しました。同時に、病
院の大部屋は、私たちの社会の
縮図^{しゆくず}のようだとも思つたのです。

大部屋は、カーテンで仕切^{しき}られるだけです。他者の音
やにおいを遮^{さへぎ}ることはできません。おまけに生活習慣^{せいかつしゅうかん}も違^{ちが}う、
それぞれに事情^{じじよう}を抱^{かか}えた人が集ま^あっている。だから、「そんな
ものなんだ」「お互^{たが}い様^{さま}だから」を前提^{ぜんてい}にして、大らかに受^おへ

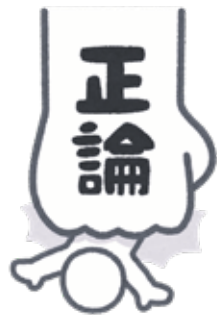


け止めた方が、お互いが生き易い。かつては多くの人が、それを共有していました。もちろん行き過ぎた迷惑はアウトですが、前提を踏まえた上での対処方法があったわけです。そして実は社会も、大部屋のようなものであるはずなのです。

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。その感覚で大部屋にいれば、被害者意識は高まります。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です。にもかかわらず、個室感覚の正論がふりかざされた時、大部屋は急に息苦しくなります。確かに、言っ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である
んですよね。みんなが委縮する言
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、
社会全体に広がっ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、「お互い」という言葉です。関係を持つ双方という意味の「互い」に「お」



Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

をつけた美化語。つまり、それぞれの立場を尊重する言葉です。「自分だけ」で考えれば、ことは単純です。相手の立場は考
えなくて良いし、自分にとって悪い奴は裁けば良い。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」で成り立っているのです。「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を奪
う圧力となります。主語は「自分だけ」なのか、「お互い」な
のかを問うことは、かなり重要な一歩だと思っています。

作家の北方謙三氏は、自らの作品の登場人物に、こんな言
葉を語らせています。

「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、少しずつ執行する者が都合よく解釈する
のだ。そういうことができないようにしても、時が経つ
とそうなる。／つまりは、法そのものよりも、それを扱
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ならっていく。
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。確かにそうだと思います。しかも、その都合

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、どうなったのか。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ってはいないでしょうか。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



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。これは怖い！

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

ことだと思えます：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、落しどころを作ったり、お目こぼししたり、曖昧にしたり、自分の思いにブレイキをかけることが、「お互い」が生き易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。みんな音にもいも出すし、間違うこともある。人間って、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たのです。そこには、「私にも居場所がある」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。

でも、自分の都合から離れるなんて、かなり困難なミッションです。自分は離れているつもりでも、ガッツリ捉われている、なんてこともよくあるケース。ましてや、すべての立場を

理解する、なんてことはできるはずありません。

実は、そんな「できない自分」を自覚することが、いかに重要なかを教えてくださるのが、阿弥陀さまのお念仏なのです。「南無阿弥陀仏」とお念仏を称えると、自分が問い直されていきます。自分の都合に捉われてはいないか。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。この一歩が、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、この一歩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、安易な答えにすぎると、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、向き合っていく。そこからしか、何も始まらないのだと教えられるのです。■



□ 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、不安にはなりました。□ 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出始め、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が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でしょうか。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^{ぶつだん}打敷^{うちしき}をかけて飾^{かざ}り、新年を迎^{むか}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

春の彼岸会法要

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、よろしくお願いいたします。【極楽寺一同】