# 光明寺だより

第93号
浄土真宗本願寺派
光明寺

〒793-0030　西条市大町550
TEL 0897-53-4583

募集中！

**ー第 25 代専如門主伝灯奉告法要ー**

## 本山参拝と京都観光

1. 実施日　　４月２７日（木）～２８日（金）
2. 行き先　　西本願寺（伝灯奉告法要参拝）　嵐山散策・天龍寺・嵯峨料理
3. 参加費　　３６５００円
4. 申込〆切　１月３１日（火）
5. その他　　集合場所、集合時間等の詳細は後日お知らせします

行程表

| | |
|---|---|
| ４月２７日（木） | 光明寺＝＝徳島・鳴門・淡路＝＝淡路 SA ＝＝明石海峡大橋＝＝<br>6：30 頃<br>＝＝京都南 IC ＝＝本山（伝灯奉告法要）＝＝琵琶湖温泉　湯元館（宿）<br>12：30　13：30～16・00　17：10 |
| ４月２８日（金） | ホテル＝＝八つ橋本舗＝嵐山散策・天龍寺・嵐山良爾（よしや）（嵯峨料理）＝＝<br>8：00　10：20　（昼食：嵯峨料理）13：00<br>＝＝京都南 IC ＝＝瀬戸大橋経由＝＝豊浜 SA ＝＝光明寺<br>18：50 頃 |

**お問い合わせ先：光 明 寺　0897-53-4583**

**皆さんのご参加をお待ちいたしております！**

# 一口法話

慚愧（ざんぎ）

竹下哲先生の著書「歎異抄を光として」の中に、ある女性の次のような手紙が紹介されていました。

……久しぶりに、病床にある実家の母を四国の病院に見舞いました。四六時中、「背中が痛い、腰をさすって。枕が高すぎる、云々……」と苦しげに言い続けています。いつも我慢強くどんなに疲れていても決して父や子供の私たちには愚痴を言ったり弱気を見せたりしたことのない母でしたのに、病気になってすっかり変わり、弱々しくなっていました。

連日付き添ってくれている父と代わり、病院に泊まることにしました。最初のうちは、「苦しいね、辛いね、かわいそうに」と、母の世話をしていたのですが、二晩目になると、「ああして、こうして。はよう」とせかせ、気に入らないと、「そうじゃない、もっとこうして。お父さんを呼んできて。お父さんがいい」と、まるでエンドレステープのように休みなく言い続ける母に、私はうんざりし始め、前日までの疲れと、あまりのうるささに腹立たしくなってきました。

「少しは我慢してよ」（私だってきついのよ）、「いったいどうしろって言うのよ」（今してあげたでしょう）、そしてついには、「あまりわがままを言わないのよね。お父さんだって、これじゃ大変よ」と、苦しむ母に向かって語気を強めているのです。

何という娘でしょうか。じっとしていられぬくらい苦しくて、少しでもどうにかして欲しいと訴える母のつらさを、理解し、ともに受け止めてあげようともせず、いつの間にか、私の心はとげとげしくなり、母のことより自分のことだけを考え、「私も眠りたいのよ。少しは黙っていて」と、完全に母を突き放し、平気で自分勝手を決め込んでいたのです。

このとき、私は自分の薄情さ、心の醜さを思い知らされ、愕然とする思いでした。

たった二～三日という、限られた時間しか一緒にいてあげられないのに、こんな態度をとるために遠くから会いに来たのかと、翌日、帰りの飛行機の中で涙がこぼれました。母に対して申し訳なく、何度も何度も、「ごめんね。ごめんね」と心の中で言い続けていました。……

身につまされるような手紙ですが、また人間の「真心（真実心）」ということについて考えさせられる出来事です。

親鸞聖人は、真実と言えるのには二つの条件が必要だと仰っています。

その二つとは不虚偽（ふこぎ）と不顛倒（ふてんどう）です。

不虚偽とはウソ、偽りではないということ。不顛倒は、いつまでも変わらないということです。

一般には不虚偽だけを真実と考えます。ところが親鸞聖人は、その不虚偽（ウソ偽りでない心）が、いつまでも変わらない（不顛倒）ということが真実の条件だと仰るのです。「常住真実」という言葉があるように、常に変わらないものが真実という意味ですが、いつまでも変わらないということが真実の重要な条件なのです。

あらためて、この女性の看病の様子を見てみますと、殊勝な気持ちで始めた看病も、二日目にはもう、「私だってきついのよ」と、母親のことより自分の事だけを考えるような心変わり（顛倒）をしています。これは真実の定義から言えば不実です。つまり彼女の心に真実はないということになります。もちろんこれは彼女に限ったことではありません。私たちも同じです。

浄土真宗に帰すれども
真実の心ありがたし
虚仮（こけ）不実のわが身にて
清浄（しょうじょう）の心もさらになし

と、親鸞聖人が仰ったように、み仏の智慧に照らし出されれば、私たち凡夫は真実のかけらもない虚仮不実の身であることが知らされるのです。

さらにまた、親鸞聖人は状況次第で態度を豹変させる私たちのありようを次のように仰っています。

「さるべき業縁のもよおさば、いかなるふるまいもすべし」（歎異抄十三章）

【意訳】縁が催せば（状況次第で）どんなふるまい（行い）をするかも分からない。

まさにその通りです。真心を込めて精一杯看病するつもりで帰ってきたはずの彼女が、母親の態度一つで（状況次第で）、腹を立て、愚痴をこぼし、自分勝手を決め込んでしまうという何ともお粗末なふるまいをしでかしているのです。

しかし彼女はそこで自分の行為を正当化したり言い訳するのではなく、そんなことをしでかす自分の心の薄情さ、醜さを知って愕然としているのです。そこには「何とお粗末な人間なんだ。申し訳ないことだ。お恥ずかしいことだ。」という深い嘆きと悲しみが彼女の心に生じているのです。ここが大変大事なところだと思います。

この心を仏教では「慚愧」と言います。この慚愧こそ、人生を歩む上で忘れてはならないものです。

思えば、私たちの人生には思い通りにならないことや思いがけないことがしばしば起こります。そうした時、私たちはともすればその原因を外に求めて、「こんなことになったのは、あれが悪いからだ、これが悪いからだ」と責任転嫁しようとします。これでは真の解決は望むべくもありません。仮に問題が解決したとしても、それはどこかに無理を押しつけているか誰かが辛抱をしているのです。

そんな時、「このようなことになったのは、この私が至らないばっかりに……」と、慚愧の念をもって我が身にその目を向けることが出来れば、そこに問題を解決する大きな糸口が生まれるのです。

慚愧は人生のあらゆる問題を解決する鍵です。そうして、その鍵だけが喜びの扉を開けてくれるのです。「慚愧よく衆生を救く」（『涅槃経』）であります。

もし手紙の彼女にこのような人生が開かれたとしたならば、そのきっかけを作ってくれた方は病床の母親です。母こそ彼女にとってかけがえのない善知識だったのです。

「我以外皆我師也」であります。

善知識―仏法に導いて下さる善き人。

## 心に残る詩

**地球の部品　大阪　森川千恵子（70）**

**わたしたちはみんな**
**地球の部品**
**いらない人は**
**誰もいない**

**お互いに**
**必要だからそこにいる**
**スペアのない**
**貴重な部品**

**ひとりひとりの**
**いる場所は**
**みんなにとっても**
**必要な場所**

産経新聞「朝の詩」より

## 平成２９年度行事予定表

| 日　時 | 行事名 | 講　師 |
|---|---|---|
| １月１２日（木）午後４時 | 新春特別法座 | 備後教区光徳寺前住・藤田徹文師 |
| １月１６日（金） | 正月参拝 | |
| ３月１５日（火）午前９時 | 涅槃会 | |
| ３月２２日（水）午後２時 | 彼岸会法座 | 大阪教区法栄寺前住・小林顯英師 |
| ４月２７日（木）２８日（金） | 伝灯奉告法要（団体参拝） | |
| ８月１３日（土）１４日（日） | 新盆合同追悼法要 | |
| ８月１６日（火） | お盆参拝 | |
| ９月２１日（木）午後２時 | 彼岸会法座 | 備後教区法光寺住職・季平博昭師 |
| １１月２８日（土）午後２時 | 報恩講 | 未定 |
| １２月３１日（木） | 除夜会・元旦会 | |

★行事の変更・追加がありましたらお知らせいたします

### 余間

「もう」と「まだ」

私は「もう年である」と「まだ若い」を使い分けながら生きている。

しかし自分もそうだが、自分に厳しい人間は中々いないはずだ。だから人間はしばしば「もう」と「まだ」の使い分けを間違えて逆の判断をしてしまうことも多い。その意識の使い方を間違えることで、無理をして風邪をひいたり、病気になったりするものだ。

「もう年だ」というのは肉体的に無理をせず養生をして、病気の予防を行うということ　「まだ若い」というのは、趣味や運動、仕事などで活力を持って動き、生きるということだ。

この使い方を意識して生活すると、病気が入り込む余地はなくなってくること間違いない。

「もう年だ」と早寝早起きに努め、暴飲暴食や無理を慎み、「まだ若い」と趣味やウオーキング、ボランティアなどで体を動かす。

これが健康長寿を全うする一番の秘訣だと信じている。

産経新聞「談話室」より

# 「秋季彼岸会法座」勤まる

本年９月 17 日（土）、季平博昭先生をお迎えして秋季彼岸会法座を開催しました。

【講演主旨】

「正信念仏偈」の冒頭の２句「帰命無量壽如来　南無不可思議光」は南無阿弥陀仏を漢訳したもので、阿弥陀さまにおまかせするということです。これは、私の人生の目的は阿弥陀さまのお心（智慧と慈悲）を我が心にして、仏になる道を歩むということです。仏の心とは、「あなたの喜びは私の喜びです。あなたの悲しみは私の悲しみです」という同悲同苦の心です。ところで、河合隼雄（文化庁長官。臨床心理学者）氏は自己実現について次のように語っています。「最近、自己実現という言葉が流行っているが、あれは自己実現などではなく、自我実現、利己実現である。自分がやりたいことをやる、自分の夢の実現を目指す、これはまだ自我実現なのです。もちろんそれがダメだと言っているのではないが、本当の自己実現は自分に都合の悪いことや思い通りにならないこともすべて受け入れ、他の幸せを自らの幸せにしていくという生き方を続けていくところに生まれてくるのである。人は「その人になる」という過程を一生ずっと歩み続けるのです」（『こころの子育て』より）

「仏になる道を歩む」ということは、まさに自己実現を目指す歩みをしているのです。

# 「報恩講」勤修！

さる 11 月 16 日（水）、報恩講が勤まりました。今年は前住職が講師をつとめました。「出来ることから始めよう－無罪の七施」という演題でお話をいたしました。

講演に先立って長年、門徒総代として光明寺の維持発展に多大なご尽力をいただきました守谷眞澄様に感謝状の贈呈を行ないました。なお、本年の法座皆勤者は次の１４名の方々でした。

越智敏子・谷口宰平・永井初江・野間和幸・野間幸子・松本朱美・真鍋磨千子・森延子
森賀英幸・森賀愛子・森賀美代子・安永省一・安永敏枝・安永桂子　（敬称略）

# 趣味の広場

## 俳句を楽しむ（七十二）

森本隆を

年を取るにつれ身体機能の衰えは加速度をつけ、目だ耳だ腰だ膝だと不調不具合をうだうだと言っているうちにはや十二月になりました。ついこの間まで暑い暑いと思っていたはずなのに、気がつけば寒がっている自分に驚きました。身のまわりの気配や自然の雰囲気から、ふと冬の到来に気づきしみじみと季節の推移を感じるなどという、悠長な気分はもう俳句でしか味わうしかないのでしょうか。

ひっそりと凭れて冬の柱かな　立半　清紹

初冬のけはひに遊ぶ竹と月　原　裕

山の音山へかへりて冬に入る　石嶋　岳

自然と人間が調和して、心ゆたかに人間が生きていることがうかがえる様な三句です。

近頃よく自分がまだ子供だったころ（約六、七十年前くらいでしょうか）の老人たちはどんな暮しをしていたか考える事があります。私が育った田舎のお年寄りは、男性も女性も毎日よく働いていた記憶があります。世の中全体がまだ貧しかったこともありますが、ともかくどのお年寄りもいつも体を動かし田畑に出、あるいは縁側に座り、又は庭に広げたムシロの上で、家族のために何かをしている姿を見かけたのを覚えています。

大根干す清貧といふ白きもの　峰尾　北兎

音一つ掛大根の日向から　寺田　達雄

切干の乾きゆく香を障子越し　矢島　房利

切干の鼻の高さに干されをり　金子あきゑ

村中の沢庵石が位置につく　武田　和郎

味噌搗や顔がのぞいて薬売　成瀬櫻桃子

あの頃はタクアン漬けも切干し大根も味噌も、家によっては醤油も自分たちで作っていたものです。晩秋から初冬にかけ、天気の良い日にはムシロを広げて大豆やアズキなどの豆類を干し、混じり物をていねいに老人が取り除いていた姿も目に浮かびます。

また、冬の間に春に備えて田畑を耕すという仕事がありました。まだ農業は機械化されていなくて牛が活躍していたころはそれなりにきびしい作業だったと思います。俳句では「冬耕」という季語として残っています。

冬耕の遠くの牛へ畝長し　長谷川素逝

冬耕の夫に従ひ老いゆくか　羽根田邦子

冬耕のさしずめ何を撒くでなし　萩野しゅん吉

寒風の中のきつい仕事だったと思いますが、長い冬の間の余り時間に追われない作業ですから自然と年寄りの分担するところとなったのでしょうか。現在では農業そのものが他の職業と同じように少子高齢化の影響で、多くのお年寄りがまだ現役として働いておられますが、昔のお年寄りの仕事ぶりは少し違っていたように思います。主役は若い世代に譲り何となく補助的な立場で自分のなすべきことを見つけては、こつこつとそして黙々とこなしていたように感じます。

納屋の前よく片づいて小六月　市原あつし

正眼に構え出刃研ぐ十二月　川合　青子

籾殻の烟りてやまぬ冬至かな　神尾久美子

葱囲う終りは掌にて土叩き　神蔵　器

いづれも農家農村の一景をそのまま句にした作品ですが、いかにも時間にしばられずスローライフをゆっくり生きる老人の姿がよく似合う句です。テレビもカラオケもない時代の年寄りの姿を俳句に重ね合わせてみました。

よいお年をお迎え下さい。

# 住職書作品

【字句】顯真

## BOOK　本

発行所　PHP 研究所
著　者　大谷光淳
定　価　６４８円（税込）

第25代門主・大谷光淳さまの初のご著書です。宗門の新たな第一歩を期す伝灯奉告法要を迎えるにあたり、浄土真宗の教えをもとにした生き方、考え方を一人でも多くの方々にお伝えし、よろこびの中で生きていかれることを願って執筆されました。

・・・心の不安や社会の矛盾に振り回されることなく、「ありのままに、ひたむきに生きていく」という私の思いを語らせていただきました。強くなくてもいい。力がなくてもいい。悩みは「生きるよりどころ」を見つけ出す糸口にもなります。

いま、さまざまな悩みを抱えておられるお一人おひとりにとって、この小さな本が、大きな喜びへのきっかけとなることを願ってやみません。（まえがきより）

# 新春特別法座

## １月１２日（木）

おつとめ　午後３時３０分
おはなし　午後４時

【講師】三原市・光徳寺前住職
**藤田徹文先生**

## 平成 29 年度年忌早見表

「年忌繰り出し」を該当者に配布していますが、手作業のため見落とすことがあります。
必ず、ご自宅の過去帳で確認して下さい。

| 回忌 | 死亡の年号 |
|---|---|
| 1周忌 | 平成28年 |
| 3回忌 | 平成27年 |
| 7回忌 | 平成23年 |
| 13回忌 | 平成17年 |
| 17回忌 | 平成13年 |
| 25回忌 | 平成　5年 |
| 33回忌 | 昭和60年 |
| 50回忌 | 昭和43年 |
| 66回忌 | 昭和27年 |
| 100回忌 | 大正　7年 |
| 150回忌 | 明治　1年 |
| 200回忌 | 文政　1年 |
| 250回忌 | 明和　5年 |
| 300回忌 | 享保　3年 |

## 言葉のプレゼント

水はつかめません
水はつつむものです
人のこころも

高田敏子　詩人

「光明寺だより」をご家族の皆さんでお読み下さい　★次回発行予定…2月中旬

## 話題

★新門主大谷光淳さまの著書『ありのままに、ひたむきに』が出版されました。新聞広告によれば9月末現在、売り上げ第1位を記録しています。
（＊関連記事5ページ）

★9月17日（土）季平博昭先生（尾道・法光寺住職）をお招きして秋の彼岸会法座が開催されました。25名の参拝者がありました。
（＊関連記事5ページ）

★11月16日（水）、報恩講が営まれました。25名の参拝者がありました。皆勤賞14名、講師は前住職でした。

★住職の娘（心・美乃莉）は現在3歳と1歳になりました。長女は来年4月から幼稚園です。

★本山団体参拝（4月27日実施）の詳細が決まりました。一人でも多くの方のご参加をお待ちしております。
（＊関連記事1ページ）