



5月号

ひだまり

今月のエッセー

心の在りか



「心ってどこにあるんだろう」
国歌斉唱するサッカー選手、日本を代表して戦う彼女らの手は胸に置かれています。心に勝利を誓い、戦いに赴くのでしょうか。

心臓は、「心」の「臓器」であり、英語のハート(heart)には「心臓」と「心」という意味があります。思えば、好きな女の子の隣に座る時、心臓は心に応じてドキドキと脈うちます。

また、多くの人は「心は脳にある」と考えています。これは脳が身体をコントロールしているのであり、脳で記憶し、考え、判断し、決定するとされているか

ぶったにゃんの

ひだまり仏教クイズ



問題

ルンビニ合掌苑の法要では「南無釈迦牟尼仏」や「南無本師釈迦如来」とお唱えしていますが、「南無」の意味は次のうちどれでしょう？

- ① 会話したいです
- ② 帰依きえします
- ③ 答え下さい

四月号の答え ②番「ルンビニ」

四月号の答えは、ルンビニ合掌苑の名前と同じ「ルンビニ」でした。現在のネパール南部に位置するルンビニは多くの仏教徒が訪れ、一九九七年には世界遺産に登録されました。この地でお生まれになったお釈迦様はすぐに立ち上がり、七歩進んで右手で天を左手で地を指し、「天上天下唯我独尊てんじょうてんげゆいがくぞん」と言われました。花祭りで甘茶をかけるお釈迦様はこのときの姿を表したものです。ちなみに①番の「クシナガラ」はお釈迦様が亡くなられた場所、②番の「ブッタガヤ」はお悟りを開いた場所です。これに初めて説法をされた「サールナート」を加えて四大聖地と呼ばれます。

編集後記



五月に入り、やっと暖かくなってきました。寒すぎず、暑すぎもしないこの五月が自分は大好きです。

五月になるとどこか元気がない、やる気の出ない、いわゆる「五月病」にかかる人が出てきます。これは新しい年度が始まって、慣れない環境に対するストレスなどが原因で起こるうつ病の一種ともいわれています。もっとも、適度な運動やバランスのとれた食生活などで簡単に対策を取ることが可能です。

まだまだ新年度は始まったばかり。私たちは「五月病」に負けず、今月も頑張っていけますので、どうぞよろしくお願いします。

◆中野太秀なかのたいしゅう

発行 曹洞宗総合研究センター教化研修部門

〒一〇五・八五四四

東京都港区芝二・五・二曹洞宗宗務庁内

☎〇三・三四五四・六八四四

らでしよう。

しかし、こんな話を聞いたことがあります。臓器移植をしたことにより、以前の自身と比べ趣味嗜好が変わってしまったという事例が数多くあるということです。ある方は移植後、偶然流れた聴いたこともない曲にわけわからず涙が溢れだしたそうです。後に分かったことですが、その曲は臓器提供をした青年の好きな曲だったそうです。彼は「私の中で、今も青年は生きている」と言っています。このように、心というものに対して多くの見解が生まれてきました。心とはそれだけ人にとって重要であり、思いを馳せられるものなのでしょう。そして今、私はこのように考えています。

「心はあちこちに現れる」

友達がいるから笑える。課題が終わらないからイライラする。腹が満腹でしあわせになる。手があるから握手ができて、温かい気持ちになる。心はどこかに在るのではない。あちこちに私の心の素が溢れている。それは私の内だけでなく、私と私以外の関係性の中に生まれるものだと思います。

◆畔柳公潤はなやなぎこうじゆん

法のお話



三年度
大澤香有
おおさわこうゆう

『諸行無常』

皆さんは、この歌をご存知ですか？

「いろはにほへと ちりぬるを
わかよたれそ つねならむ
うゐのおくやま けふこえて
あさきゆめみし えひもせず」

これは「いろは歌」という、すべての仮名文字を重複させずに作った歌です。一説によると、弘法大師空海が作ったとも言われており、「世の無常」が表されています。この歌を現代語訳すると、こうなります。

「匂い立った花は、咲いてもいずれ散ってしまう。この世で誰が変わることなくいられるのだろう。人生という険しい山道を今日も越えて、まるで酔いもせずには、儚い夢を見ているようだ。」

先日、我が家がかわいがついていたハムスターの「ハムちゃん」が死んでしまいました。ついこの前まで元気でしたので、小学生の弟は大変悲しみしばらくハムちゃんを手に乗せたままショックで固まってしまいました。私は、そんな弟がかわいそうになり「ハムちゃんは、いっぱいかわいがつてもらえて幸せだったね。」と声をかけると、弟は泣きそうな声で「うん。」とだけ返事をしました。

生まれたものはいつか死んでしまう。これは逃れることのできない自然の原理です。形あるものはいつかその形を失い、命あるものは死んでいく。これは例外なく誰もが通る必然の道のりです。しかし、私たちはそれを頭で知りながらも、いずれなくなる人や物に愛情や執着を持ち、失うことに苦しみや悲しみを覚えます。わかっていても生まれてくるこの苦しみや悲しみを、一体、私達はどうやって乗り越えていけばいいのでしょうか？
まずは、この「無常」の事実をしっかりと受け止めることが大切です。私がか家でハムちゃんにお経をあげている間中、弟はずっと手を合わせていました。自分

はハムちゃんがとても好きだったこと、ハムちゃんといっぱい楽しく遊んだこと、そんなことを幼いながらに考えて悲しさに耐えていたのでしょうか。私がお経を終え、弟の顔を覗くと、「ハムちゃんありがとね。」とお別れの言葉を言い、どこか納得したような顔をしていました。

先ほどの「いろは歌」にもあったように、人生は無常で険しい山道の連続です。出会いがあれば別れが必ず訪れ悲しみを味わうこととなります。しかし、無常の世は悲しいことばかりではありません。無常だからこそ我が家にハムちゃんが来ることになり、楽しく幸せな時間を過ごすことができたのです。

無常は、私たちにとっても大切なことを教えてくれます。それは、「私たちの人生には限りがある」こと。そして、限りある命だからこそ今生きていることが尊いのだということ。人と人との出会いは無常から生まれます。いつまでも変わることのない世界であつたら、私も皆さんにお会いする機会を得ることはなかったでしょう。今日ある命に感謝しつつ、精一杯に生きること、この「命」、輝かせていきましょう。

いろんな仏様

『地藏菩薩』



今回は、「お地藏さん」の愛称で親しまれている地藏菩薩をご紹介します。

地藏の「地」は大地を、「蔵」は包蔵ほうざう（中に包みしまつていること）を意味します。つまり、大地があらゆる命を平等に包み込むように、苦悩するすべての人々を大きな慈悲で救う菩薩という意味です。お釈迦様がお亡くなりになって、人々の不安が強くなったとき、お釈迦様の代わりに人々の救済を任されたのが地藏菩薩だとされています。

身代わり地藏や六地藏、とげぬき地藏、子守地藏など数えきれないほど多くの地藏菩薩が人々の信仰を集めています。迷いの世界で苦しむ人々を、親しみ易い姿で身近にあつて救ってくれる菩薩様なのです。皆さんの身近な「お地藏さん」をぜひお詣りしてみてください。



◆竹村信彦たけむらしんげん

ひだまり

ぐん当地グルメ



島根県より
『出雲そば』



そばの実を殻ごと砕いて作られる出雲そばは、色黒でコシが強く、薫り高いのが特徴です。古くは出雲大社の参道で参詣客のために振る舞われ、その名前は全国へと広がっていききました。現在では日本三大そばの一つに数えられる出雲そばですが、別名「割子そば」とも呼ばれます。「割子」とは小さな朱塗りの器のことを意味し、その器にそばを入れて何段にも重ねた状態で出てきます。

食べ方も特徴的で、一番上のおそばにつゆをかけて食べ終わると、そのつゆを飲んだりはしません。そのまま二段目、三段目と、順番に器へ移してまた食べるのです。そうして移し替えていくうちに、段々とそばの風味が加わり、味が変化していくのも楽しみの一つです。歴史と文化の詰まった「出雲そば」。私の自慢のご当地グルメです。

◆堀江紀宏ほりえきこう