

5 5月						
日	月	火	水	木	金	土
				1 赤口	2 先勝	3 友引 憲法記念日
4 先負 みどりの日	5 仏滅 こどもの日	6 大安 振替休日	7 赤口	8 先勝	9 友引	10 先負
11	12	13	14	15	16	17

# 5月号

# ひだまり

今月のエッセー

## 初心忘るべからず

私が『曹洞宗総合研究センター』に入所して、早くも一カ月が経ちました。

そして、慣れてきた時にやってきたのが、五月のゴールデンウィーク。この期間を、旅行等や普段出来なかったことに使って充実させたいもの。

しかし、それと同時に気をつけたいのがいわゆる「五月病」です。

世間では、新生活から続いていた緊張から、つかの間のほぐれが訪れ、連休が終わっても、緩んだ気持ちに戻らず、無気力になり、そのまま学校や会社を辞めてしまうこともあるそうです。

そんな話を耳にして、ふと思いついた

## 編集後記

早いもので新年度が始まり一カ月半が経ちました。五月に入り、日を追うごとに暖かくなってまいりましたが、皆さんいかがお過ごしですか？

さて、私にとつて、ルンビニ合掌苑の法話訪問も二年目を迎えました。昨年度は、右も左も分からず、先輩方に教えてもらえばかりで、心に余裕がなく、皆さんの前で上手くお話しできなかったことが多々ありました。

しかし、新年度は心に少し余裕が出来た気がします。皆さんに分かりやすく仏教を伝え、楽しんでいただき、私のことも、もつと知っていただけで精進してまいりますので、宜しくお願い致します。

◆ 國生徹雄

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・二曹洞宗事務庁内

☎〇三・三四五四・六八四四

言葉があります。

## 「初心忘るべからず」

とはいえ、さまざまな出来事が起きる中で、初心を忘れず、自分の気持ちをぶらさずに生活するのは、なかなか難しいことです。

私も学生時代、ゴールデンウィークになるとここぞとばかりに遊んで、連休が明けても、学校に行く気持ちがあわいてこず、だらけてしまったことがありました。

しかし、今年には社会人一年目ということもあり、今までの考え方をかえてみようと思ったのです。

ゴールデンウィークを良い機会として捉え、「自分は、どうして研究所に入ろうと思ったのか?」「これから何をやっていきたかったのか?」という気持ちを今一度確認するきっかけとし、事あることに思い出すことにしました。そのおかげか五月病にならずにすんでいます。

「初心忘るべからず」を胸に、自分の目標をしっかりと見据えていく事が大事であることを忘れないように、これから先の長い生活を一步一步、地に足をつけて歩いていきます。

◆ 田中仁秀



## 修行体験記 「上山」

仏道を志し、寺院での修行に赴くことを上山といいますが。私が上山したのは福井県にある大本山永平寺。三月の永平寺は、まだ雪深い山の中に埋もれていました。

上山当日、まだ日も昇っていない早朝に安下処を出発し、永平寺の山門(寺院の正門)へと向かいます。山門までは膝下まである雪の中を一步一步進みますが、当然防寒具は着ていません。足袋に草鞋と脚絆(すねの部分に巻く布製の被服)だけをつけた足はすぐに凍え、痛みすらすぐに麻痺してわからなくなってしまいうほどです。

やっとの思いで永平寺の山門に着いて、上山のお願いをしますが、すぐに受け入れてくれるわけではありません。永平寺の修行は寺院の中に入る前からすでに始まっているのです。身を引き締め、修行への覚悟を示さなくてはなりません。寒さに耐えてじっと待ちます。三〇分過ぎ、一時間過ぎ、...時間の感覚もわからなくなつた頃に、ついに上山を許されました。

山門をくぐると、俗世とは隔てられたピンツとした空気を感しました。覚悟を決め、感覚の無い足で一歩前へと進みました。

◆ 中野太秀

# 法のお話



三年度  
畔柳公潤 くろやなぎこうじゅん

## 『慈悲』

先日、私が友人と話をしていた時のことです。友人がどこか浮かない顔をしていたので、どうしたのかと尋ねると、「家を出るのが遅れてしまって、お金を引き出すのに手数料がかかってしまった！」とのこと。もし時間通りに行動出来れば手数料を取られずに済んだと自分を責めているようでした。私は「なんだ、そんなことか。」と気が緩んで、「もう終わったことだから、気にするだけ損な気分になっちゃうよ。」と機嫌を取りました。

しかし、友人の顔は曇るばかり。終いには「いくら損だと言われようが、これは俺の性分なんだから仕方がない。」と、さらに落ち込ませてしまったようでした。その

反応を予想だにしていなかった私は、それ以上「手数料」の件には触れられず、お互いスッキリしないまま帰ることになりました。

なぜ友人はあんなにも落ち込んだのか。自宅に帰ってからよくよく考えてみると、自分自身の体験にも思い当たる節がありました。

まだ高校生であった当時、私は学校での人間関係に悩み、落ち込んでいました。クラスの同級生と話すことに苦手意識を持っていて私は、ひとり、孤立した存在だと思いついていたのです。

「このままの状態では本当に孤独になってしまう。」そうはあせっても、どうやってこの自分を変えればいいのか分からず、自分を責める毎日でした。

ある日、自身のどうしようもない気持ちを思い切つてある友達に相談したことがありました。すると、その友達は、「なるほどなあ。でも、きっと君よりも大変な思いをしている人が、この世の中にはたくさんいるんじゃないかな。」と言うのです。その時私は、

「ああ、この人は私の話を聞いてくれて

いるけど、私のことを見てくれてはいない。」そう感じて、私の理解者などいないと、一人寂しく嘆いていたのです。

今思い返せば、あの時の私は、悩みへの答えなど求めてはいませんでした。私はただ「それは苦しいね。辛かったね。」と、私の思いと向き合ってくれたのです。

先日の友人も、きっと彼自身の思いにただうなずいて欲しかったのではないかと…。ともすれば、先日の私の言葉は、果たして友人を思いやれていたのだろうか…。

あの時、私が友人に対して欠けていたものは、彼の苦しみに耳を傾ける心でした。その心とは、私自身の苦しみが、彼の苦しみと無関係でないと気付くことです。

孤独に絶望していた私と、先日の友人はたとえ悩みは違っても、「思うようにならない苦しみ」「理解して欲しい」という思いには違いはなかったのです。

お釈迦様は思いやりの心を慈悲として示されました。慈悲とは他者を自身のことのように思い、慈しむこと。それは他者の苦しみの中に、己の苦しみを見つけることでもあるのです。

## いろんな仏様

### 『鬼子母神』

今月は「恐れ入谷の…」の洒落で知られる鬼子母神をご紹介します。

鬼子母神は五百の子を持つ母でしたが、人間の子を捕えて食べてしまう性格ゆえ、人々からは大変憎まれていました。見かねたお釈迦さまは鬼子母神最愛の子を隠してしまいます。半狂乱になって探す彼女。しかし、いくら探せど見つけれられず、遂にはお釈迦さまに助けを求めます。お釈迦さまは子を失った母親の苦しみを身をもってお教えになられたのでした。

過ちを悟った鬼子母神は、それ以来人間を食べることを止め、お釈迦さまに帰依し、安産や子宝の神様となりました。曹洞宗ではありませんが(残念!)、近くでは雑司ヶ谷や、七月の朝顔市で有名な入谷の鬼子母神などが名所として知られています。



◆ 田代浩潤 たしろこうじゅん

## 私の〇〇自慢



### 『東京の空』

最近、空を見上げていますか?今月は「私の空」を皆さんにご紹介します。とはいえ、もちろん空は私だけのものではありません。地球上の生物はみんな、広く大きな空の下で生活しています。言うまでもなく、空はみんなのモノです。

しかし、私はそんな空を「私の空」として楽しんでいます。私は長野県の出身です。地元には東京のように空を遮るビルなどはありません。普通なら、そんな遮るものがない広々とした空を好むものでしょう。しかし私は、まるで額縁のようにビルが空を縁取っている、そんな東京の空を見上げるのが大好きなんです。作品のような額縁の中の空を、勝手に「私の空」と名づけて、日々変化するその表情を楽しんでいます。

身の回りに、当たり前のように存在するモノの些細な変化を楽しむ。そんな感性を大切にしています。

◆ 竹村信彦 たけむらしんげん