



9月号

ひだまり

今月のエッセー

夏蔭



今年の夏は、リオオリンピックが開催されました。「五輪寝不足」「寝不足ニッポン」などという言葉もネットで飛び交い、テレビの前で夢中になっている人が大勢いたのではないのでしょうか。今時の子供たちは宿題なんてやっている暇などなかっただろうな、と想像します。

しかし、私と言いますと、そんなイベントなどなくても宿題は夏休み最終日にとっておくのが毎年の恒例でした。なぜなら、私の夏休みは、朝から晩まで泥だらけになりながら、白球を追いかけていた野球少年だったからです。

「一緒に野球をやらない？」

小学校一年生の時に、幼馴染に誘われた一言がきっかけでした。野球は父親が每晚見る野球中継のおかげで知っていたものの、まだまだ早いと思っていました。しかし、その言葉のおかげで野球にのめり込むこととなります。

私に本格的に野球を教えてくれたのは地区の野球チームの監督をしていた、近所のおじさんでした。小学校高学年になると、チームのキャプテンやピッチャーを任せられるようになった私に、チームの練習とは別にマンツーマンで野球を教えてくださいることが多くありました。

「センスがない！」

「もつと腕を振れ！」

父親以上に厳しい、口のうるさいおじさんでした。しかし、練習が終わると必ずジュースを買ってくれて毎回少しだけ褒めてくれました。それが子ども心に嬉しく、皆が色んな遊びをしている夏休みでも毎日遅くまで練習に励みました。

おじさんが亡くなって早十年以上。夏はそんなおじさんとの思い出を思い返ししながら、毎年テレビの前で甲子園のサイレンを聞くのでした。

◆ 深澤亮道

仏教のことば

ひゃっかたがためにひらく 百花為誰開

菊、金木犀、そして彼岸花。これらは、秋の時期に咲く花です。これ以外にも様々な花が咲き乱れ、季節の変化を知らせてくれる風物詩、花。四季折々の彩を魅せる、まさに「百花繚乱」の日本といったところでしょうか。

今回の言葉は、これらの花は誰のために咲いているのか？と投げかけているものです。

これは、禅籍『碧巖録』にある次の一節からきています。

「百花春至為誰開（百花春至つて誰が為にか開く）」

（春になると咲き乱れる花々は、誰



のために咲いているのか）

さて、誰のためなのでしょうか？

花自身のため？地球のため？私たち人間がその美しさに感動するため？

実は、これに答えはありません。

私たちは普段、何かにつけて意味づけをして生きています。

しかし本来、花はただ咲いているという事実しかありません。

この言葉は、「〴〵のために違いな

い」という私たちの思い込みや偏見を今一度問い、自分の尺度で物事を見るのではなく、ありのままに見ることの大切さを伝えているのです。

◆ 田中仁秀

編集後記

七月頃から、ふとしたきっかけで、近所のスポーツジムに通い始めました。普段運動する習慣の無かった私は様々な体調の変化を経験することとなりました。

最も大きな変化が食事です。汗を流した分、食べる量も増えるのかと思いきや、不思議と以前よりも量が減ってしまいました。運動を通して自分の体の変化に敏感になり、その結果、自分の体に必要な分量を超える食事をすることがなくなりました。

二十七歳にして体を動かすことの心地よさを知ると同時に、期せずして、「足るを知る」ことが出来たのでした。

◆ 本田真大

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

法のお話



二年度
伊藤 正法

料理に学ぶこと

私たちが毎日口にする食事は、体の機能維持、健康を支えてくれる、とても大切なものです。

現代の私たちの食生活を見てみるとどうでしょうか。携帯電話やインターネットを巧みに扱い、日本に留まらず世界とも繋がるのが出来ます。その恩恵として、お茶の間に居ながら手軽に世界各国の食べ物が手に入り、豊かな食生活を送っているのです。その一方、毎年たくさん食べられる食品が廃棄され、貴重な資源が浪費されている現実があることも忘れてはいけません。

調理をするにおいても手軽に食材が確保しやすくなったために、どこか感謝の念

を忘れ、食材を粗末にしてしまうことも。

永平寺を開かれた道元禅師の書物に「典座教訓」という書物があります。これは、調理場の責任者(典座)の心構えが記されたもので、その職に就いた者はどのような心持ちで職責を全うしなくてはいけないかが詳細に著されています。その中に、次のような一文があります。

「眼睛なる常 住物を護惜せよ」

(寺の常備品は、人の目の玉と同じ

くらい特別に大切にしないさい)

これは、もともと中国宋代の僧、仁勇禅師の仰られた言葉で、ここにおける常備品とは、食べ物をさしています。

禅寺においては、たとえお米の一粒であつたとしても目の玉と同じように大切にし、無駄にしてはいけないといわれているのです。

修行道場を出て私は、アパートで一人暮らしとなりました。生活する以上、欠かせないのが食事です。そのようになってくると、必要に迫られ台所に立ち、包丁を握る機会が多くなります。そこで私

は、少しでも工夫をして食材を大事にすることを心がけたいと思いました。

最初のうちは、始めたばかりということもあり良く出来ていたと思います。たとえば、野菜の皮を刻んで炒めて食べたり、野菜ダシをとったりするなどして工夫をしていました。しかし、これも最初のうちだけで、そこから先は何だかやつつけ仕事のようになってしまい、最初の心がけはいつのまにかどこかに忘れさられていました。

慌ただしい日常の中で、自分の足元生活)を振り返ることが少なくなったからかもしれない。

そのような時に改めて食べ物に対する心がけを思い出させてくれたのが、仁勇禅師の言葉でした。

自分自身の健康を支えてくれている食べ物に対してしっかり目を向けていくこと。そして、感謝していただくこと。簡単なようで難しいですが、禅師の言葉を頭思い浮かべることによって、忘れがちになる心がけを思い出すことが出来たのです。

そして、今でも料理をする際に自分に問いかけています。その食べ物をそのまま捨てていいのか、と。

仏教の行事

お彼岸

ひがん



春と秋にあるお彼岸は春分の日・秋分の日を中日として前後三日間の計七日間です。彼岸とは古代インドの言葉、サンスクリット語の「パーラミター(波羅蜜多)」の漢訳「到彼岸」から来ており、迷いの世界である「此岸」から“さとりの世界”である「彼岸」に到るという意味。つまり、お彼岸とは悟りを開くために精進する行事です。

太陽が真東から真西に沈む春分・秋分の日、太陽を通じてそのかなたにある西方浄土を思い浮かべる「日想観」という修行に適した時期でした。この仏事と日本の祖霊崇拝が結びついて日本独特の行事になったといわれています。

だから、お彼岸は先祖を偲び、今の自分があることを感謝して供養の法要や墓参りをするのです。そこで供物を施したり念仏やお題目を唱えるという実践によって、自らも彼岸に到ろうとしているのです。

◆ 田代浩潤



ひだまり書房



『一人では
生きられないのも芸のうち』
著 内田 樹

大学教授で哲学研究者である内田樹氏のブログから出来たこの本は、結婚からメディア論、現代における女性観や、国家についてなどなど、現代の様々な難問について持論を展開します。テレビのニュースや新聞などによる紋切型の取り上げ方とは一味も二味も異なる内田氏の視点を幅広く、そして楽しく読む事が出来ます。一見関係性のないように見えるそれぞれのテーマが、最後に表題の言葉によって一つに繋がって行く過程は、読み手に爽やかな読了感をもたらします。

「私はあなたなしでは生きていけない」
氏はこの言葉の中の「あなた」がどれだけ沢山いるかが、成熟した大人の指標であるといえます。いや、逆でしょ。少ないほど大人なんじゃないの?と思っただあなた、是非ご一読を。

◆ 本田真大