

慶蔵院寺報

公孫樹

2024年3月発行

第146号

浄土宗慶蔵院

伊勢市小俣町元町1211

TEL 0596 (22) 3726

涅槃会の説教師 安井隆同上人

画 山寄淑子



「素晴らしいご縁に恵まれた実り多き生涯でし

大学の先輩で同僚教師でもあり、親しくさせてもらってきた住職の奥さんの訃報を聞きました。奥さんには、お寺で開かれた末生流華道のお稽古に、夫婦でお世話になっていました。また家内は最近、寺庭婦人の集まりでお会いする機会をいただいています。集まりの際、奥さんは自分が癌であることを話題にしながら、いつものように明るく周りの人に接しておられたとことです。いただいた会葬御礼の葉書。ともすれば形式的におわる内容、それが違っていました。

そこには「素晴らしいご縁に恵まれた実り多き生涯でした」に始まる息子さんたちからの言葉がつづられていました。紹介します。



寺に来てから五十一年以上、本当によく頑張り続け、誰に対しても分け隔てなく接し、とにかくお喋りが大好きな母でした。重たい荷物を持った人の横を車で通れば「どうぞ乗ってください」と声をかけ、見知らぬ方ともすぐ打ちとけてしまうのですからこちらとしてもただ驚くばかり。しかしその社交性があったからこそ、この人生が笑顔溢れる楽しい日々になったのは間違いありません。「静かにする」ということを知らない、陽気でパワフルな母でした。おかげで私達も楽しませてくれました。一緒にいればいつも明るい気持ちになれたものです。迷惑も沢山かけました。それでも温かく笑って見守ってくれる母の存在が、私達にとってどれだけ大きかったか…。失って改めて感謝を募らせると共に、静かになった我が家が寂しくなりません。病を抱えてもなお気丈に笑って、母らしくあり続けました。きっとこの先も変わることはないでしょう。懐かしい人達と再会を果たしお喋りに花を咲かせて、大空に元気な声を響かせて欲しいと思います。

「今まで本当にありがとうございます」

〜息子達より

3月の行事予定



6日(水)	写経会 落語会 男性詠唱隊	午前10時～ 午後7時～「一会館」
11日(月)	華道「山村御流」教室 講師 小森清真先生	午後1時半～ 参加費2000円 と 花代
20日(水)	春彼岸会・ 施餓鬼法要	午前10時～11時
9日・23日(土)	絵画サロン 講師 山寄淑子先生	午後7時～8時半 一会館にて 参加費1回500円
27日(水)	地藏講・地藏堂開帳	午後1時半～
25日(月)	戦没者慰霊平和の鐘	朝の勤行にて 午前8時頃
14日(木)	ともいき英語サロン 講師 三浦邦昭先生	午前10時～11時半 午後1時半～3時 一会館にて 参加費1回1000円
8日・22日(金)	茶道教室 講師 河井宗恵生 樋口宗恵先生 田島宗紀先生	午後7時～子供茶道教室 7時半～大人茶道教室 大人500円 一会館にて

☆お知らせ☆

※お彼岸のお塔婆の申し込みは3月10日までに寺世話人様または慶蔵院までお申し込みください。
※今月はお彼岸の中日と重なりますので馬場久美子先生の健康教室はお休みです。



念仏三昧と呼吸法

慶蔵院では朝の勤行時、礼拝儀(山崎弁栄上人作)

を称えるのですが、念仏三昧のときに「南無阿弥陀仏」を最初一呼吸で四回唱えて三回休む…を五回繰り返して、次に一呼吸で八回唱えて三回休む…を同じく五回繰り返します。段々一呼吸で唱える回数を二回、一六回、二十回…と増やして行きます。

私がある日の勤行の時に和尚の回数が三回と驚異的な数でした。私は良くて二回が今は限度です。息が続きません。

「南無阿弥陀仏」と唱える目的は、一つに、阿弥陀様に救い取ってもらうことにありますが、いま一つに、健康法としての側面もあると思います。

臨済宗中興の祖、白隠禅師の「夜船閑話」に丹田(へその下)呼吸法があります。師はあまりに厳しい修行のため病になり、白幽老人の秘法で克服しました。その体験談を後生の為に綴ったのが「夜船閑話」です。

要点は吐く息に心を込め、吸う息には心を放つ呼吸法で大量の酸素を血中に送り込み、全身の細胞を活性化させ、体を健康にすることになります。特に脳細胞にとっては、良質な糖と合い間違って頭脳明晰となり、考える力を増やします。お釈迦様も同じ体験をされたことが「大案般守意経」に書かれています。

肺には空気を出し入れする機能はなく、周りの筋肉の働きで動くそうです。その方法はまだむずかしくて修得していませんが、みなさんも朝の勤行に参加して、念仏三昧をして、死ぬまで元気な体で過ごそうではありませんか。

(文 麻畑公生)

戦争の記憶 ②

(前号の続き) 先日、母より少し年上の婦人から、伊勢の大火の事を聞いた母は、お互いの想い出を話していました。その婦人は、空襲の時、家族と逃げ回り、多くの人と一緒にうつ伏せになったそうですが、静かになった時、横に居た男の子は、何が当たったのか、亡くなっていったそうです。母にお互い生き残り組だね。と話され、又ご近所の母と同世代で空襲の時、母親に背負われ、宮川の度会橋から明野の方へ逃げる途中、母親に焼夷弾が刺さり母親はそこで亡くなり、その女性は、手足に障害が残ったとお話をされました。また不思議な縁なのか、焼夷弾が刺さった女性の後ろを一生懸命明野に向かって逃げていたのは、私の父の妹を背負った父方の祖母でした。祖母はその光景に腰を抜かして歩けなくなってしまい、周りの方々に助けていただき、逃げ切る事ができ、私の結婚式にも出席し天命を全うする事ができたと思います。ですが、祖母はその忘れられぬ光景を何度も私に話し、伊勢の戦没者の慰霊碑に何度も手を合わせていました。当時の経験者は減りましたが、私たちは戦争で生き残った人々の末裔です。母より年上の婦人は最後に「戦争終わると思ってもなかなか終わらない。終わるのが本当に難しい。だから戦争は起こしてはいけない。」と、言ってみえました。

(今回は江崎さんです)



「公孫樹」二月号 を読

「お葬式に歌ったハッピーバースデー」の記事に電話や口頭、葉書等で反響がありました。その一つ、いただいた葉書を紹介します。

梅の花も咲きだし、春が近いと実感しています。公孫樹ありがとうございます。京子さんの葬儀の文章に、久々に胸を打たれました。死は新しい旅立ち(誕生)であるとする死生観。それに基づいたご両親や知子さんの言葉に深く感動しています。短かったけれどきつと充実した幸せな日々を送られた京子さんの魂の旅立ちに最大限のエネルギーを贈らせていただきたい。前島さんには素晴らしい記事を読ませていただき感謝しています。

伊勢弁に本堂響く春つらら

奥田 悦生

(「知恩」三月号「柳壇」に掲載)

落語会「いちご亭」

第1水曜6日 午後7時 慶蔵院「一会館」

無料です

出演 法話 慶蔵院住職

落語 南遊亭栄歌

安楽亭声



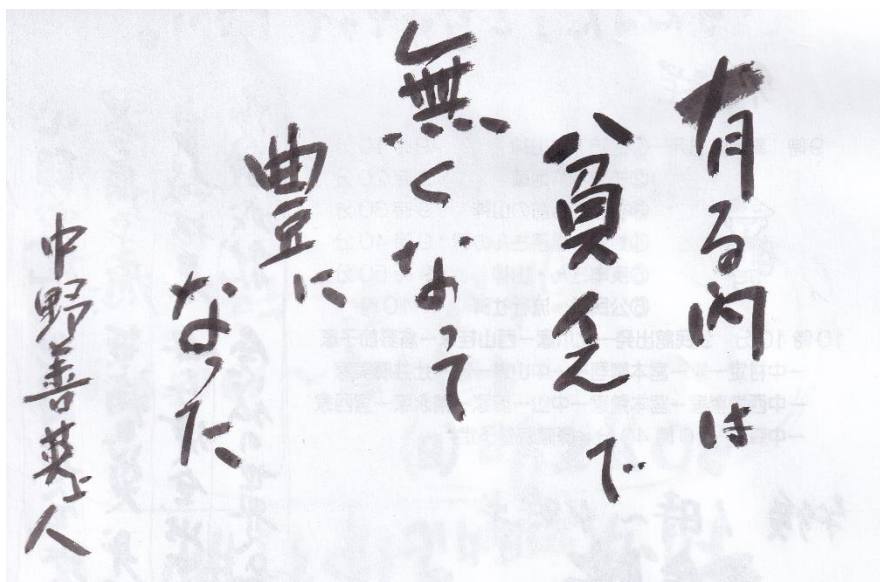
住職の健康回復への道のり(25)

二月の心臓検査の結果では、左心室の動きが平均より少し弱い点が問題として残っているが、他は問題なしと聞いていただきました。

今後、さらに静脈還流体操の回数を増やし、弱った心臓を守ること。根本のロブ療法:「免疫力を高めるための内臓調整」。「内臓活性化のためのサーモ」によりお腹を温め、上腹部の柔軟性を高め、健康体の回復に努めていきたいと思っています。

麻畑公生の「浄土宗新聞」 見どころ・読みどころ

3月20日は、春分の日で、又彼岸の中日です。昼夜は正しく1日を分かちて中道の要諦を示し、日輪は正しく西方に入りて極楽の所在を明かします。太陽は正に真西の方角を示してくれる日になります。春分とは天文学的には太陽が天の赤道(地球の赤道を天球に投影した物)を南側から北側に移る際に通過する現象を言います。その交点を春分点と言います。その赤道と黄道(太陽の通る道)の交点のことで、現在は魚座にあります。春分点も時と共に地球の歳差運動の影響で少しずつ移動していきます。約30年前はとなりの牡羊座にありました。星の見え方も常に同じではなく移り変わっていきます。正に無情です。変わらないのは阿弥陀様だけではないでしょうか。



奥田悦生さんが句集を出版されました。
購入希望の方は慶蔵院にお申し込みください。

奥田悦生川柳句集

ひまわり

新葉館出版

定価

1200円

「公孫樹」には毎号、寺世話人である奥田悦生さんの川柳が掲載されている。これは、知恩院発行の「知恩」誌、川柳欄に選句されたものを転載させていただいているものだ。その数だけでも相当なものになるが、奥田さんの句作数からみれば、「知恩」への投句はほんの一部に過ぎない。

昨年度だけで結社誌や川柳マガジン等に掲載された句だけで約千句になる。そのためには三倍の三千句は、一年間で句作されていることだろう。大変な努力である。頭が下がる。

その奥田さんが、このほど上記ご案内のように「奥田悦生句集 ひまわり」を上梓された。

内容は、第一章「真」：真理を求めて、第二章「善」：善を積み、第三章「美」：美しく余生 となっている。檀信徒の皆さんに、この「ひまわり」を手にとっていただき、奥田さんの句に出会っていただきたいと願っている。きっと大きな力、今を生きる希望と勇気をいただけることになるだろう。

「あとがき」で奥田さんは書いておられる。「明日に向かって羽ばたきたい：自分の思い、心情を伝えていきたい：、次期の発刊は：三年後の喜寿に合わせて、それを目標に生きていきたい」と。

最後に夫婦で読ませていただいて、私たちが心に残った句を紹介します。

生き切った人だけが死に切れる筈 啓子選

聞いてやる誰でも自慢したいから 格也選

面白い続編にするこの余生

騒ぐほど人はそれほど見ていない

笑っても怒っていても僕の顔

頑固さを卒業他人の話聴く