

# 金剛寶戒寺便

<https://www.houkaiji.jp>

令和二年十月一日発行 第七十九号

檀信徒の皆さまこんにちは。台風十号の被害はなかったでしょうか？大きな風台風でしたが暑かった夏を吹き飛ばし、秋の訪れを早めてくれたように感じています。

九月に予定をしていました講習会を急遽中止といたしました。お盆過ぎには決定して張り出しなどをしていたのですが、報告が徹底できず、当日に足を運んで下さった方もいらつしやいました。本当に申し訳ありません。

これまでのお便りでも自分自身で再三に過度な心配は必要ないと訴えていたつもりでしたが、感染もさることながら万が一の風評被害を恐れてしまいました。ぶれてしまった自分を反省しています。政府もイベントなどの自粛の解禁を勧めていますので十一月からは講習会の再開をしたいと考えています。

九月十二日には「別府南無の会」が月一回の説法を再開したので公聴に行ってきました。別府の宗園院さんが講師をしていました。参加者のほとんどが僧侶という環境で話しにくかったと思うのですが穏やかな語り口で中身の深いお話でした。

その中で禅僧、良寛さんのこんな言葉を紹介してくれました。「災難にあう時節は災難にあうがよくなる候。死ぬる時節には、死ぬがよくなる候。是はこれ、災難をのがるる妙法にて候」

この有名な名言は、遠く離れた故郷の越後で大地震があった時に良寛さんが知人へ送ったお見舞いの中の一説です。仏教的、禅的慈愛に満ちたことばです。コロナ禍の時代に不安を煽るばかりでなく、良寛さんの様な方がおられて情報を発信してくれていたらどんなに有難い事か。それともSNS等で避難をされてしまうか。いずれにしても良寛さんであれば誹謗中傷にも動じることはないと思います。

冒頭にも書きましたが私のように心がぶれると苦しむことになります。仮に新型コロナウイルスに感染しないのであれば、対策こそしても過剰な心配は無駄という事になります。逆に感染してしまうのであれば、心配をしても仕方の無い事であり心配するだけ損ということになります。良寛さんの言う「災難をのがるる妙法にて候」現状の受け取り方は千差万別としても「コロナウイルスに感染する以外の災難」を精神的、肉体的、経済的に私たちが作り上げている事はないでしょうか？私利私欲少なく、腹の座った政治家、医者、研究者、僧侶。確かに発言の難しい時代です。

幼い頃、死をとて恐れていた時期がありました。今でも死が恐ろしくないわけでは無いですが「輪廻」を信じる様になってから少し気持ちが軽くなった気がしています。同時に現世での行いが来世へ受け継がれるならば軽率な言動には気をつけなければいけないと思うようになりました。「本来に来世があるか

無いか重要なのではなく、過去世からの引継ぎが現世であり、現世の行いが来世に受け継がれると信じると、老後がなくなる」とは以前にも書きました。悩み苦しみが現れた時、現時点だけでなく過去世や来世からの視点で俯瞰して物事を観てみると悩みが少し変化をする事があります。最近、有名人が自ら命を絶つ事件が続いています。職業柄、「役に成り切る。入り込む」必要があり、思い詰めたら抜け出しにくいのかもしれませんが。それは俳優さんばかりでなく我々も同じことです。

もしもこのお便りを読んでいる中に自殺とまでは言わなくても、悩み苦しみを感じている人が居たら、誰かに話してみませんか。家族でも友人でも、身近なお坊さんにでも良いと思います。逆に全く知らない人に打ち明けるのであれば「いのちの電話」という選択もあります。相談員との相性もありますが全県下どこの窓口にも電話をする事が出来ます。個人情報には必ず守られますし、相談内容も自殺ばかりでなく多岐にわたる様です。

日時 十一月八日(日曜日)午後二時から  
場所 金剛宝戒寺 本堂に於いて  
演題 「お釈迦さまのことばと瞑想」

気分転換の一つに非日常的な時間を持つという方法があります。メリハリの少ない毎日を送りがちな私ですが先日久々に岩盤浴に行き心身の滞りを流してきました。

合掌