

金剛寶戒寺便り

<http://www.houkaiji.jp>

平成二十九年一月一日発行 第三十四号

檀信徒の皆さま、新年明けましておめでとうございます。本年も宜しくお願い致します。

お正月はいかがお過ごしになりましたか？私にとってお正月は一年で一番ゆつくりと出来る時ですが、実際にお正月を迎えてみると、その日の過ぎるのが早い事。特に今年は一、二日から法類のお寺様の法事が入っており、若輩ながら導師を仰せつかっております。今年も忙しい一年となりそうです。

昨年十二月八日には「後悔しないお葬式をおくるために」と題しまして、私がお話をさせて頂きました。出足が悪く心配をしておりました。寒い中を三十五名もの方にお集まり頂きました。

お葬式は結婚式と異なり、なかなか用意周到に迎えることは出来ず、その意味や意義を分らないままに送ってしまいがちですが、私の経験からは大きく三つの趣旨があると思います。①故人の魂(霊)を諫め、死を受け入れる。②故人に代わって、お世話になった方やお参りに来て下さった方へのお礼と故人の晩年や最期をお伝えして、跡取りとなる喪主の披露。③お葬式を行うことにより得られる喪主や遺族の安心感。①と②をこなす事により③の安心感が得られると思っております。また、その根底には古来より日本人にある輪

廻転生(三世思想)への信仰と信頼が不可欠だと思っております。数式に示すことは出来ませんが長年、お葬式や法事などを行って来ますと偶然とは思えない、出来事に遭遇したり聞いたりします。その時に一番納得のいく答えは前世からの「ご縁」だと思うのは私だけでしょうか？

月参りなどでお話を伺っていると最近はおせち料理を作るお家が減ってきているようです。それでも日本の風物詩でもあり、縁起担ぎでもあるのでお正月料理を口にされた方は多いのではないのでしょうか？

いつもよりも贅沢なご馳走を頂いた後は七草粥など日本には素敵な風習がのこっていますね。大切にしていきたいものです。

近年では平均寿命の他に健康寿命と呼ばれる年齢を耳にします。元氣にご馳走を頂くには健康な内臓が不可欠ですが、元氣な内臓を維持するために忘れてはいけないのが口腔環境です。歯が丈夫でなければ食べ物を良く噛むことが出来ず、結果的に胃などの内臓への負担が大きくなってしまいます。また良く噛むことにより過食を防ぎ肥満の防止につながり、唾液を出すことが脳の老化などを防ぐことも知られています。二月は口腔衛生についてお話を伺います。ストーブなども入れておられますが、一年で一番寒い時期になります。靴下を重ねて履いたり、ひざ掛けなどをご持参ください。

二月八日(水曜日) 十四時より
金剛宝戒寺 本堂に於いて
講師 けんせい歯科クリニク
歯科衛生士 佐藤千代子 さん
演題「お口の健康」

昨年一月号の宝戒寺便りを読み返すと三つの目標を上げておりました。

- 一、納骨堂の建立
- 二、金剛寶戒寺のホームページの開始
- 三、毎月八日の講習会の充実

納骨堂の建立を含め八割方が実行できたのではないかと甘い採点をしています。それらを踏まえ、今年の目標は「不動心」にしたいと思えます。「動じない心」とは「柔軟な心」だと私は考えます。柔軟な心の根底には相手への「理解」、「慈悲心」が不可欠です。物事を決めつける事なく「心穏やかで」ありたいものです。

少し大きすぎる目標を掲げましたが、もう一つ上げるとしたら「お檀家様と共に般若心経をお唱えする！」としたいです。こればかりは私一人ではどうにもなりません。月忌や毎月八日での講習会でも少しずつお唱えの声が増えてきている気がしています。わずかに二百六十三文字のお経ですが、その内容は深く、功德も計り知れないものが有ります。暗唱する必要はありませんので、心を込めてお唱え致しましょう。合掌