

# 暑さ、寒さは彼岸まで。

今年の暑さも厳しかったですね。年配の方々からよく聞きました。「年々、暑さが体に応える」と言われ、私も年を取ってきたのかなと考える毎日です。

皆様方には、「ご健勝のこととお喜び申し上げます。最近、不幸なことが多いです。不幸とは、「幸福でないこと。ふしあわせ。不運。」といった意味があります。自分の身の回りに災いが降りかかってくることです。たとえば、家族の方の死、交通事故、病気、自然災害などがあります。人間って、順風満帆の人生であれば憂いなしです。ほとんどの方は苦難の道を歩むから悩み続けなければならぬのです。そんな中、不幸に出くわすのです。不幸に遭えば、何で自分だけに会ったの。のたうちまわり、前へ進むことができなくなり、自ら命を全うさせてしまうことが多い世の中です。

日本には、聖徳太子のころより、仏教が入ってきました。悩み多い私たちは仏教に救われたことでしょうか。知識ある人は、科学的に証明されなければ、取り上げてもらえません。だけれども、本当にすくわれるのなら、薬をもすがる思いで、神仏に頼られている方を今日までに多く見てきました。

また、お寺参りというのは、煩惱を消滅させることであつたり、整えられた堂塔のすばらしさを鑑賞して、生きる力を培っていくのではないのでしょうか。先人は親の代より受け継がれています。確かにありがたいことです。また外国では、日本の文化をとりいれようとがんばっている国があります。

私たちが日本人は、このような



すばらしい国に生まれ、命を全うできることに喜びたいものです。

当山も老若男女、善男善女すべての方が集う場を作り、元気にこの世界で暮らしてもらえようようにしていきたいと普段から考えています。

## 長生きのお話

座禅の修行で行われている瞑想は、脳の老化が少なく、集中力も上がるといいますが、アメリカの学者が発表されました。瞑想とは、何かを対象に集中を高めて言ったり、何かにとらわれている心を開放させたりする手法で、集中力の向上や気分の改善など身近な事柄から解放されることでもあります。

心を空にして、内面の自分に向き合う瞑想は、清潔なところで行うことが適しているといわれています。

空気が澄み、体内エネルギーが強いことで瞑想力を高めてくれるそうです。ゆったりと座り、呼吸を意識を向けて心臓の鼓動を感じる。このような状態でゆっくり瞑想にふけていると脳波が安定し、心臓が規則正しく鼓動し、心身ともリラックスした状態に導いてくれます。

最近、老化防止あるいは認知改善のために、音読がよいという科学的データが出されて注目されています。

## 今後の予定

### 高島門中共同大蔵経会法要

とき 十月十三日(土)

十四日(日)

ところ 什善寺

布教師 西澤義博師

かわいいお稚児さん行列が



見られますので、どうぞお参りください。

## お十夜法要

壇信徒の皆様が汗して、育てていただいた農作物、自然の恵みに感謝する法要であり、あわせて、「先祖の戒名を読ませていただく追善法要です。で、ぜひお参りください。そのときには、戒名を書いていただいた十夜袋(三百円もしくは米)と念誦「詠歌の本、在家勤行式一冊を」持参ください。

とき 十一月十一日(日)

午後二時 念仏講さんによる追善法要

午後三時 法話

午後七時 壇信徒全員の追善法要

午後七時半 十夜袋回向

午後八時半 法話

## 永代施餓鬼会法要

先祖様の施餓鬼法要です。心満たしていただければ、私たちの心も安らぎますので、ぜひお参り下さい。

とき 十二月九日(日) 午後二時

## 大般若転読法要

厄除け祈願(交通安全、家内安全、病氣平癒等)

とき 十二月九日(日) 午後四時

ご希望者は、十一月末までに、受付をお願いします。

## なぞなぞ法話

「宴会でいきなり負けるのはなーんだ?」

法事が終わってからの食事の席を「お斎(おとぎ)」と呼びます。この呼び名は、通夜振る舞い、葬儀のあとや四十九日忌の法事のあとでは精進落としなどと変わります。

会食の前に喪主があいさつをして会食が始まり

ます。喪主、遺族の方は僧侶やご親族にお礼を述べ、接待します。

お斎をする意味は、施主、会葬者、僧侶が故人の御霊とともに共食すること追善の気持ちを現すものです。

(答えは、かんぱい(完敗))

年末のお佛供米料の受付を十二月九日午前中より受付していますので、よろしくお願ひします。金額等については、従来どおりです。詳しくはお尋ねください。

## 編集後記

お彼岸は、右にも左にも片寄らない中道(正しい道)に生きるための、春分、秋分の日を中心前後3日間行われる仏道実践週間です。自分を振り返り、正しい道に軌道修正していただければ、迷い(が)がなくなります。そして心安らかに暮らすことができますよ。

南無阿弥陀仏  
南無阿弥陀仏  
南無阿弥陀仏

と一心不乱に唱えれば  
心が落ち着き、物事が成就することができます。



発行者 高島市安曇川町田中三四五九

天台真盛宗玉泉寺 木村 哲基

電話(携帯)〇九〇-三七〇八-七二〇六

メール svka37375@leto.eonet.ne.jp