

もう春かい!

誰もが待ち焦がれる季節です。

寒かった冬も、終わりを告げる奈良のお水取りの修行の知らせを聞くと、もう春です。人々の心もほっとしたのではないかと思います。世間では北朝鮮の核実験、アルジェリアでの死亡事件、グアムでの無差別死亡事件で日本人の命がなくなる等、悲惨な事象が起りました。寒い冬を我慢していたのに、海外では言われなき不幸が起ったことに憤りを感じます。みんな寒い冬を乗り越え、あたたかい季節を待っていたのに、不幸なおこると台無しです。

人のぬくもりがよいものです。人と人が接すれば、温かくなるし、しゃべったり、笑ったりすれば、もっとあたたかくなります。こういったことができないようであれば寒く感じざられます。だから、大切な命なくなるのは、悲しくもあり、寒いものです。

不幸に出くわさないようにするには、暮らしの予防をしない。人はみんな健康でありたい。健康を害すると不幸に遭うという。脳梗塞の予防は生活改善すること、認知症を予防するには、いつまでも役割を忘れず、何か一人に役立つことを考えましょう。

どうか皆さんも予防的な暮らしで、先人の知恵に触れ、無理のない暮らしをして、自分の身をお守りください。

四十六億年の命



銀河系中心を約二億年の周期公転している太

陽系の第三惑星です。この第三惑星は四十六年前に誕生しました。それから十億年かけて海ができました。その時代の空気は九十八%が炭酸ガス。単細胞生物は三十二億年もの間、海の中で炭酸ガスを酸素に変える仕事を繰り返して、地球に十分な酸素が満たされたのは約四億年前です。

その頃、緑の生命体が地上に生まれ、魚類、両生類、爬虫類、哺乳類、人類の祖先と進化を繰り返して、約三百万年前に人類が誕生しました。その間、地球の大異変に耐え、氷河期に耐え、ずっと子孫を残し、次代に命を伝え、途中一度も途切れることなく、続いてきた命が私なのです。途中でここが欠けていても私は存在しません。いわば私の命は四十六億年の過去を背負った命です。

ある日のこと、お釈迦様は、弟子の阿難さまを連れ、ガンジス川の岸辺を歩いておられました。

「阿難よ、命は、とれほど尊いのでしょうか」「阿難よ、足元の砂を取ってごらん。」

阿難は、足元にある砂の一粒をつまみ、お釈迦様に差し出すと、お釈迦様はその砂を手のひらにのせ、再びガンジスの岸辺にかえされました。



「阿難よ、今、返した砂を拾ってごらん。」

「世尊よ、それはできません。このガンジスには、無数の砂があります。その中で今、世尊が捨てられた砂を拾うことは決まっています。」

「阿難よ、今、お前は、このガンジスに無数の砂があるといった。私が捨てた砂の一粒は、おまえの問う命と同じだ。この世界には、教え切れないほどの命が生まれている。その一つ一つが他に代わることもできない尊い命なのだ」とガンジスの砂を指されて、阿難に命の尊さを教えられた。

この命の尊さに気づく時、自分の周りにあるすべての命も四十六億年の過去を背負った命であることに気がつくでしょう。

お墓を掃除することは自分の心を掃除することです。お墓に手を合わせることは自分の命に手を合わせる事です。お墓の前で手を合わせるその姿の中に、今ここに命ある事の難しさと尊さを感じているのです。

先祖供養の心とは、亡き人を忘れない追慕の心と同時に、命を伝えてこられた方々の思いに感謝し、この命の尊さに気づく心です。

今後の予定



春の大法要「法華千部会」

四月五日(金)、六日(土)、七日(日)

法華経八巻を誦して、日本国中の平和祈願を願ひ、先亡者を追善供養して、人々の幸せを祈らせていただきますので、総本山の大法要にお参りいただければ幸いです。

壇信徒の皆様には、大変恐縮ですが、法要を開催するに当たり、千部会供養袋(五百円)の寄進並びに各家の先祖さまの霊名札(三百円)二枚分を後期定式割と一緒に勸募いたしますので、伏してよろしくお願ひします。

また、炊事当番が、高島門中が担当します。先に依頼申し上げました女性十五名、男性六名の皆様には、お忙しい中、恐縮ですが、ご協力のほどよろしくお願ひします。

田中郷共同墓地に獣よけ電柵

ができました。

田中郷の共同墓地に鹿除けの電柵ができたおかげで、墓地が明るくなりました。それと奥三味の鳥居の付近の竹、雑木を伐採され、玉泉寺の墓地が明るくなり、石塔や敷地が汚れることがなくなりました。これで、お墓掃除もしやすくなりました。ぜひ彼岸にお参りください。

老子の言葉

「人の命は我にあり、天にあらざる。人の命はもとより天から受けた生まれつきのものであるが、養生を良くすれば、長命となり、不摂生であれば、短命となる。つまり、長命か短命かはわれわれの心の次第である。健康で長命に生まれついた人でも養生の術にかなわなければ早世するし、生まれつき虚弱で短命に見える人も保養一つで長生きできる。これはすべて人の行いによるものであるから、人の命は「天にあらざる」と老子は語ったのである。」

声を鍛えると、声だけでなく、頭が冴えて

健やかに美しい身体も手に入ります。

鼻から息を吸って、「くうー」と発声しましょう。ポイントは、唇を前に突き出して、口の幅を小指くらいにすぼめます。あごに手を当てた指をはじき飛ばすくらいオーバーにあごに首をつけるような意識で「くうー」と発声します。1日に二十回するだけで声がきれいになります。

声は、交渉の場で大変有利に働きますが、それだけでなく、声をトレーニングすると、呼吸力が強くなり、集中力が高まり、頭の回転が良くなる。姿勢も良くなって、健康になるなど良いこと尽くしです。

また、交渉に強くなり、自分の願望を実現させる能力が高くなり、人生を変える力となります。皆さんも一度試しにやってみてください。

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 〇九〇—三七〇八—七二〇六

Eメール svka37375@lettoeonet.ne.jp