



生活の中の仏教語

しょうじん 『精進』

曹洞宗布教師 佐藤孝洋 師

皆さんはトリノオリンピックをご覧になりましたか。ジャンプの原田選手が失格となり、ジャンプ陣営のメダル奪取が出来ず残念な気持ちでいたのですが、フィギアスケートの荒川静香選手は「イナバウワー」で観客を魅了し、見事優勝をいたしました。その時のインタビューの中で「これからも精進して参ります。」と述べておりました。

私たちは生活の中で「精進」という言葉を使います。皆さんは精進という言葉から何を連想しますか。「努力」とか「精進料理」などでしょうか。もともと精進とは仏教語であります。お釈迦さまは、まごころに生きる為に努力する実践行として六波羅蜜(ろくはらみつ)=「布施・持戒・忍辱・精進・禅定・智慧」の教えを説いております。

テレビの相撲中継を観ておられますと、勝った力士が「これからも精進してまいります。」と言う光景をよく見かけます。なんとなくですが「努力します」より「精進します」の方が重みのある言葉に感じませんか。「努力」は「つとめあげること」、「精進」とは「雑念を去り一心に仏道修行すること」・「そのことに打ち込んで努力を続けること」と辞書に書いてあります。

私たちの生活はあたり前のように朝をむかえ、あたり前のように夜になります。私たちは多様化した生活の中で日々忙しい毎日を送っております。忙しいとは「心を亡くす」と書くように、つい精神的に空白な日々を送りがちです。今ここに私たちは「人生は一瞬一瞬の積み重ねである。」ことを大切に生きる心が必要だと思っております。そこに、一つのことに一生懸命努力をし、邪念を捨てて正しい努力をするという「精進」の理念を持てば、きっとまごころのこもった爽やかな生活が送れると思います。

「積善の家に余慶あり」=(善行を重ねた人の家には、思いもかけぬ幸運がやってくるものだ)ということわざがあります。「家」を「人」に置き換えて解釈してみてもいかがですか。善い行いをすると思ひもかけぬ幸運がやってくるようになります。善い行いをするにはやはり「努力を続けること」=「精進」が必要です。見かえりを求めて行うことではありませんが、きっと正しい努力をすることによってまごころのこもった生活が送れるのだと思います。私たちは生活の中の仏教語である「精進」(まじらず・しりぞ)の理念を大切に日々努力をし、明るい平和な生活を送りたいものです。

曹洞宗 宮城県布教師協議会会員
(大和町 龍泉院 副住職)



「栄治どのへ

人間は、何時、如何なる事が起こるやも知れぬ。老人のざれ言かも知れぬと思いつつも、やっぱり気になるので書いて置きます。

いろいろ迷惑をかけてすまなかったね。いずれは、こういう事が来る事はわかっていてくれた事と思う。

今度こそ、いつまでも安らぎの眠りにつける事と思う。とにかく父の時の事を思い出し、心を落ちつけて行動して下さいよ。頼みます。

先ず、病院から遺体を運んで来たなら、奥の部屋に寝かせて、枕元にはローソク、線香、一本花（小さい物で良い）を飾り、お寺様に来て頂き枕経をあげて頂く。後は兄弟三人で通夜をして下さい。私の好きな曲、ビバルディーのアダージョをかけて下さい。

主だった親戚と職場の人にはきてもらうとして、班の方だけで朝七時位に密葬をしてもらう。公民館でくれぐれも質素な告別式で、三十五日は遅くなり、班の方に迷惑になるので引きつづきやらない事。

市民時報（地方紙）へは、おくやみ欄に出さない様に電話し、誰にも知らせないで欲しい。私の身につけた物は、全て捨てるなり、人にあげるなりし、いつまでも私の遺物を見つめ、めそめそしない事。

人間は、全て生まれた時から一人なのだから、元気を出して男らしくしっかり生きて下さい。それが、母には一番うれしい事です。」

母は、癌で六十九才で逝きました。誰にも癌という事を知らせず、私の胸だけにしまっていました。母はうすうす感じていた様でした。告別式は、お寺で行い、母の好きな曲も流してもらいました。この遺書は三十五日に冊子にして見てもらいました。

[セキセー（葬にまつわる体験談）引用]

歳時記



「お彼岸」



○お彼岸とは？

「暑さ寒さも彼岸まで」とよく言われますが、お彼岸は春分の日、秋分の日を中心としてその前後 3 日間を合わせた 1 週間です。

「彼岸(ひがん)」とは、読んで字のごとく彼の岸(かのきし)、つまり向こう側のことであり、迷いや苦しみのない仏の世界をいいます。これに対し、こちら側の岸を「此岸(しがん)」といい、人間の苦しみ・悲しみ・喜びが存在するこの世のことをさします。

○お彼岸供養

お彼岸にはできるだけ家族揃ってお墓参りをします。仏壇・墓地を掃除し花や線香、春にはぼたもち(牡丹餅)、秋にはおはぎ(お萩)などをお供えし、ご本尊とご先祖様に心を込めて供養したいものです。

○彼岸の心がまえ

お彼岸には、心穏やかに毎日を過すため仏教の「六波羅蜜(ろくはらみつ)」の教えを実践したいものです。

- 1.布施(ふせ) 他人へ施しをする。
- 2.自戒(じかい) 戒めを守り、身をつつしみ反省する。
- 3.耐辱(にんにく) 平静にして耐え忍ぶ。
- 4.精進(しょうじん) いつも努力し続ける。
- 5.禅定(ぜんじょう) 感情を静め心を安定させる。
- 6.智慧(ちえ) 真実を見る智慧を働かせる。