

光

明

令和12年 宗祖第750遠忌慶讃 九月講法要

妙智寺 寺報7月 273号

「いのち」を知る



♪ 何のために生まれて 何をして生きるのか
こたえられないなんて そんなのはいやだ
いまを 生きること あつい 心 もえる
だからきみは いくんだ ほほえんで
そうだ うれしいんだ 生きるよろこび
たとえ 胸の傷が いたんでも ♪

「アンパンマンのマーチ 1番」

アンパンマンの生みの親である、やなせたかしさんが作詞した。

上記の歌詞が1番だが、子供には分かりづらいと、製作者側の勝手な考えでアニメのテーマソングでは2番と入れ替わる。

この歌詞に込められている一つは、特攻で戦死した弟への思い。

自らも戦争を経験され、本気で「いのち」の尊さと一瞬の儚さを痛感し、いったい「何のために生まれて、何をして生きていくべきなのか」

少なくとも「答えられない」のは嫌だ・・・。

そんなのは「いのち」勿体ない・・・。と思われたのだろう。

すべてが無常(常に変化し変わっていくもの)なのだから、「いのち」ある”いま”を、どのように生きるべきか? 「いのち」を大切にする「生き方」とは?と問うメッセージが込められている。

そもそも「いきる」喜びを感じ感謝しよう・・・

そしてみんな「アンパンマン」になろう・・・。と促しているのでは。

♪ ときは はやく 過ぎる
光る 星は 消える
だから きみは いくんだ
ほほ笑んで... ♪

「アンパンマンのマーチ 3番」

【求めるストレス】

「ストレス」とは、生活上のプレッシャーや悪感、又はそれを感じたときの感覚。そんな感覚になったとき「ストレスだ」と感じ、症状は多岐にわたる。

心理面では、やる気や集中力の低下、イライラや不安感を感じたり、抑うつ状態等
身体面では、頭痛・腰痛・胃痛・関節痛・肩こり・眼精疲労・動悸・息切れ・食欲低下・便秘・下痢・不眠 etc ひどい場合には、突然倒れたり何もないのに涙が止まらなくなることもあるという。

解消法や和らげる方法もまた多い。

休暇・遊び・趣味など物理的に身体を休め、リラックスさせることはもちろん、瞑想・マインドフルネス・ヨガ等、精神面の解消法も効果が大きい。



「脱ストレスのストレス」

誰もがストレスから脱したいと願っているし、解消したいと励んでいるが、案外「楽になりたい」と願望すること自体もストレスになるというのが「脱ストレスのストレス」

例えば、1日も早く毎日が日曜日のような生活にと願っていたのに、定年退職した途端にボケてしまうお父さん。必死に受験勉強をして希望の学校に入学した途端、無気力な「五月病」になる若者。子育てを終えるまではと頑張っていたのに、子育てを終えた途端に生きがいを感じなくなりボーっとしてしまうお母さん。激しい競争を勝ち抜き念願の地位や昇進を手にした途端、抜け殻のようになってしまう人。これらが「脱ストレスによるストレス」というらしい。

仕事が、家族が、病気が、借金が、と不平不満ばかり言い、そんなストレスから1日も早く抜け出して楽隠居をと願っている私たち。しかしそこには、脱ストレスのストレスという、とても怖い落とし穴があることを忘れないことです。

人生とは、実は問題があるからこそ、生きている意味や生きがいがあるのではないのでしょうか。「死んだら行くという”極楽”」。もしそこが苦しみも悲しみもない、毎日が日曜のような世界なら、それは退屈で死ぬほど苦しい”極苦”では？」と言った人がいます。自分から求めたストレスはストレスにならないといいます。法華経では、私たちは菩薩といわれ、この娑婆の世を浄土にするという仕事があります。この仕事に定年はありません。

「世を浄土にする」という大きい仕事もありますが、あなたの家系を浄土にする「先祖供養」はすぐに出来る仕事。(解消法の「瞑想」や「マインドフルネス」に通じるのが、供養や祈願の「法要」や「お勤め」)

毎年「盆」や「彼岸」、毎月「月回向(仏壇にてのお経)」 「月施餓鬼供養」、毎週の「朝参」。「菩薩」として身近なところから浄土にしていける仕事がある。

楽を求めて脱ストレスのストレスに落ち入らないようハタラキたい。

夏の清掃奉仕のお願い

よい季節もそこそこに、暑さが増してまいりました。まずは、皆様くれぐれもお身体お大事になさってください。

7月5日(土) 午前8時より、

清掃奉仕を行います。何卒ご協力の程お願いいたします。

夏の掃除処は、墓地全般・境内地全般・日蓮さま銅像・門前宝塔・仏具お磨き・除厄風鈴の設置です。

皆さまのお寺です。お一人でも多くのご参加お待ちしております。

特に墓地使用の方、使用予定者の方、ご参加の程切にお願いします。

山主合掌

★第145回 妙智寺和讃会は

7月20日(日) 午前9時・・・和讃講習

午前10時・・・生け花講習

※お花の準備がありますので欠席の方は15日までにご連絡下さい。

※アレンジ花をしますので、小さめの籠や器をご持参ください。

6月の妙智寺の様子 月例の回向(訪問型・来山型)は省略

6/2 F 家 個人祈祷

6/6 MT 家 大黒法楽

6/8 OK 家施餓鬼(祥月)

6/8 TM 家施餓鬼(祥月2霊)

6/8 TK 家施餓鬼(祥月)

6/8 TK 家施餓鬼(祥月)

6/8 NT 家 七面天女・日朝聖人塔婆供養

6/10 第50回全国布教師会代表者会議 札幌大会 パネラー登壇

6/14 IH 家 37回忌法事

6/18 九州教区布教講習会 講師登壇 於 宮崎県

6/20 日蓮宗第二期信行道場 講義 於 身延山信行道場

6/21 ON 家 安産祈祷

6/24 HM 家 三回忌法事

6/29 大本山池上本門寺 声明指導

6/5 塚町 一乗寺 お説教

6/8 IY 家施餓鬼(祥月2霊・7回忌)

6/8 OM 家施餓鬼(特別施餓鬼)

6/8 DM 家施餓鬼(1周忌)

6/8 NM 家施餓鬼(祥月)

6/8 NH 家施餓鬼(1周忌)

6/22NK 家 先祖供養・水子一周忌

6/30 YF 家 四十九日法事

7 月 行事予定

□ 7 月 1 日 (火) 午前 9 時

月例水子供養会

- ・回向札(白紙札)と牛乳・菓子を持参ください。
- ・生まれ得なかった《いのち》の供養です
- ・『永遠のいのち』を説く「自我偈(P21)」を5回読誦します

□ 7 月 6 日 (日) 午前 10 時

月施餓鬼・鬼子母神祈祷会

登録の霊位を経木塔婆に書写し、施餓鬼供養いたします。

- ・ 祥月命日や年回忌・縁のある先祖に特別施餓鬼供養します。
※なるべく早くご連絡下さいますと幸甚です
- ・ 鬼子母神さまを開帳し、ご祈祷いたします。祈願を受け付けます。
- ・ 持ち歩き用 方除け守授与。
- ・ 各家守護神法楽。酒や塩等、持参下さい（守護神様に・家の水周り等に）
- ・ 各種 相談もお受けします。
- ・ 妙法水を持参ください。

7 月盆にあたるご尊家は是非、供養しましょう

妙智寺の盆行事

「いのち」を受け継いだ私たち。「いのち」遡り、感謝を捧げる供養を。

7 月盆 墓前回向・・・13 日 (日) 午後～

7 月盆 棚行・・・・・・14 日・15 日

合同盆参りと施餓鬼会・・・8/12 午前 10 時

8 月盆 棚行・・・・・・9 日～16 日

