乗円寺寺報

2021年　3月

お彼岸・春号

寺報から訊く

寺報No29

住職の独り言　～ひとつになって～

僧侶として葬儀に立ち会っておりますが、いつになっても慣れません。同じような式に見えても、ご家族・参加される方の想いはそれぞれです。何かしてあげたいという気持ちで、葬儀の打ち合わせをされる方、急なことで、なかなか受け入れることの出来ない方もいらっしゃいます。長い看病などで、少しお疲れの見える方、淡々と進める方などに、どんなお声をかければいいのか、どんな説明をすればいいのか、いつも考えながら、時に迷いながらお参りをさせていただいているのが本心です。

葬儀の打ち合わせの時に〝はじめまして〟となる時もあります。時間が許されるのであれば、亡くなった方がどんなお人柄だったのか、家族の方とどのように生活されてきたかなど、ご家族のお気持ちと共に教えてもらえると嬉しく思います。法名を決める参考となったり、ご説明する内容に繋がったりします。教えてもらったことは私自身、勉強になることもたくさんありますし、生きる上で、楽しいことも、辛く大変なことも経験してきた人生は、どの人生も尊く、「お疲れさまでした」との言葉が自然と出ます。

浄土真宗では葬儀後などに、体を清める〝清めの塩〟を使いません。死を穢（けが）れとしない表れです。人が死んで終わりというものではなく、佛様に導かれ、お浄土に新たな命をいただき、いつか自分もそのお浄土に還る。浄土真宗はその場所を心に描きながら、深い悲しみも縁として、今を生きることを大切にしてきました。生きる上では、健康面、老い、離別など、人生のいろんな悩みに出会います。時に人間では、どうしても解決が出来ない問題もあり、そんな私達を温かく包んでくれるのがこの浄土の世界ではないのかなと思います。

私は歌手の長渕剛さんが好きです。長渕さんが書いた曲で、「ひとつ」という曲があります。この曲は震災で辛い想いをなさった方に送られた曲です。

歌詞の一部を紹介します。

君に寄り添い　そばに生きるよ
もう二度と　忘れない　忘れさせない　忘れたくない
悲しみは　どこから　やってきて
悲しみは　どこへ　行くんだろう
いくら考えても　わからないから
僕は悲しみを　抱きしめようと　決めた
ひとつになって　ずっといっしょに　共に生きる
ひとつになって　君と生きる　共に生きる

味わい方はそれぞれですが、歌詞の〝きみ〟をどのようにとらえるかで歌の感じ方が変わります。車の中でよく聞くのですが、歌を聞くたびに、〝ひとつになって〟は、とても深いなと感じます。悲しみやつらい経験があっても、少しずつひとつになる世界が、お浄土の世界に近いような気がしています。

（右下ＱＲコードをスキャンするか、乗円寺ホームページで、長渕剛さんの「ひとつ」を聞けるようにしてあります。パソコンやスマートフォンでチェックしてみて下さい。）

お葬式はそんな世界に出会うひとつの御縁です。お葬式の最初に棺前勤行のお勤めをしますが、このお勤めでは、僧侶は最初にこんなことを唱え（宣言）ます。

道俗時衆等　各発無上心　生死甚難厭　仏法復難欣
共発金剛志　横超断四流　願入弥陀界　帰依合掌礼

（教えとしてことば・意訳）

人として生まれながら、今のこの時代に苦悩しつつ生きるすべてのものよ。あなたがたは、人間としてのまことの心によって真実を尋ねようとするのですが、自分だけの思いを頼りとして、生に執着して死を怖れて迷いを続けてきた人生を厭い（いとい：嫌って避ける）、その答えを仏道に願い求めても、あなたがたそれぞれが発す（おこす）人間の心をもってしては、その道を真に徹底して歩むことはできません。
あなたがたは、ただ如来の限りなき智慧（ちえ）と慈悲のはたらきに目覚めていくほかありません。この如来からたまわる信心がわき発る（おこる）ときはじめて、煩悩の身そのままにすでに迷いの根は断ち切られ、真実に生きる人生が自然に開かれてくるのです。
すべてのものたちよ。如来の浄土を願生し、生死を超えた真実の道理に帰依・合掌し、共に南無阿弥陀仏と念仏申しましょう。

（参考：真宗門徒の葬儀　真宗大谷派東京四組）

私自身もまだまだ勉強することは多く、難しく感じることも多い仏教の教えですが、葬儀も含め機縁（きえん：教えを求める資質が、教えを説くきっかけとなること）となることもあるかと思います。そんな場をこれからも大切に、共に学んでいきましょう。（住職）

今年は、昨年よりも雪が降り、気温の寒暖差もはげしかったように思います。体調を崩された方もいらっしゃるもしれませんが、少しずつ温かくなってきます。お互いに元気に生活を送っていきましょう。

昨年末の大掃除、部分的なお寺の工事に際して、荷物を整理する機会がありました。最初は腰が重いのですが、整理し始めると懐かしいもの、貴重なものが多く発見されました。時間をかけて、整理していくことは、歴史・思い出に触れるようで、とてもいい時間でした。気持ちも、場所もスッキリしました。整理すべきところがある方は、暖かくなった時にぜひ。

裏面もご覧下さい！

・乗円寺の門徒さん
中村正人さん
中村漢方薬局　薬剤師

記事で紹介した歌
長渕 剛「ひとつ」

CM動画の後に歌が流れます

発行所：乗円寺　金沢市石引１丁目4-20　TEL076-221-3421　Fax076-221-3449　E-mail:info@jouenji.net　印刷協力：川場印刷

ご要望、ご感想はお気軽にお問合せください。寺報、発送希望がございましたらお気軽に。 乗円寺 ホームページにも寺報原稿有！「乗円寺　金沢市」で検索！！

第5弾！ 乗円寺の門徒さん！

中村正人さん　中村漢方薬局　薬剤師

１９５２年生まれ。昭和６年に祖父が開業してから父、母と代々受け継がれてきた中村漢方院を、東京理科大学薬学部卒業後、中村漢方薬局と改称して開設。

より多くの人に漢方に親しんでもらおうと、２０１０年から季節に合わせた漢方の話をホームページで発信中。

聞き手・記事：中田有博さん

ー開業９０年もの歴史を刻んできたお店なんですね。

本当にありがたいことです。子どもの頃から、両親が店でお客様の話を聞いたり、原材料の加工や調剤をしたりしている姿を見ていましたから、高校生の頃には家業を継ぐことは意識していました。長男ということもありましたし、父を早くに亡くしたものですから、余計に人生の寄り道をしている時間はないなと思って、薬学一筋に勉強しましたね。

人から「熱心にお参りしてますね」と言われることがありますが、先祖に感謝することも、家を継ぐことも、当然というか、「そういうもの」だと思っています。

ー漢方というと、なんとなく難しいイメージがありますが。

でも、皆さんは意外と身近に取り入れていたりしますよ。薬膳料理も漢方ですから、サフランや蓮肉（はすの実）、朝鮮人参を口にしたことがあるんじゃないでしょうか。お菓子にもサンザシの実を使ったものがありますよね。

そもそも漢方は予防医学です。医食同源と言われるように、ふだんからもっと食事に関心を持つことが大切なんです。台湾などでは昔から食材を「体を温めるもの（熱）」か、「冷やすもの（冷）」かを意識しています。楊貴妃が好んだと言われるライチも「熱」なので、一緒に龍眼（冷）のスープを飲むとかしてバランスを取っていたそうです。

ーなるほど。そういうお話を伺うと、興味がわいてきますね。

漢方の原料生薬にもいろいろなものがあります。私の店に置いてあるだけでも３００種類。植物が多いのですが、鉱物もあります。それから、二つの生薬の組合せなら即効性があるのに、他の生薬が加わると効果がゆっくりになるなど、処方によって大きく変わることもあります。本当に漢方は奥が深いです。

ーいま、世界中が新型コロナウイルスの感染で苦しんでいますね。

ウイルスに対する処方としては、免疫力を上げる漢方処方や、抗ウイルス作用のある生薬を使うことになります。実は中国や台湾、韓国ではコロナの治療に用いるための処方も確立しているのですが、日本ではコロナ治療としての漢方薬は認められていません。インフルエンザに関しては保険診療でも使われています。

ーふだんから免疫力を高めておくことが大切なんですね。

それが第一です。コロナに感染した場合、高齢者でも免疫力の高い人は重篤化しにくいですし、若くても免疫力の低い人は重篤化しやすい。年齢ではなく、免疫力が問題です。では、どうするか。ウイルスに勝つコツは「保湿」と「保温」と「笑い」です。漢方は「潤す」「温める」「癒す」による予防を何より大切にしています。

ー実際に漢方薬を使ってみようかなと思った時は、どうやって選べばいいのでしょうか。

中国では「弁証論治」といって、いま出ている症状の根本にはどんな原因があるのかを考察し、それに対する処方を決定するというプロセスを取っています。病名や症状に対して一律に「はい、これ」という単純なものではありません。病名が同じでも一人ひとりのタイプに合わせた漢方が必要です。体になんらかのサインを感じたら、なるべく早めにご相談ください。それが「未病」の段階で元気を取り戻すことにつながりますよ。

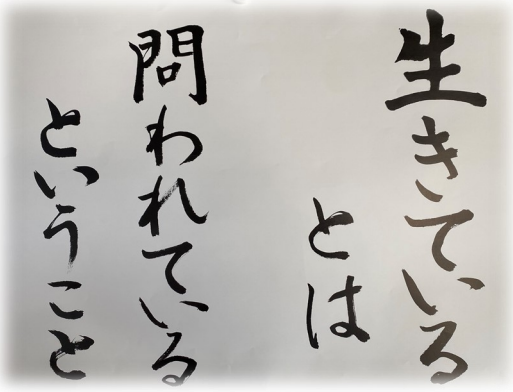
● 中村漢方薬局 ●
金沢市石引1丁目5-23　TEL:076-231-3758
（金沢大学医学部附属病院の前 ）
http://www.kigusuri.com/shop/nakamura-kanpoo/

（中村さんのお話を聞いて）

中村さんには、私が子供の頃からとてもお世話になっています。お寺のご近所さんなので、剣道を習うきっかけをいただいたり、スキーに連れて行ってもらったりしました。元々饒舌で、ユーモア溢れる方だなと思っておりましたが、お仕事のお話になると、やはりプロフェッショナル。歴史や理論に基づいて、漢方についてお話いただきました。漢方はとても奥深いものだなと感じ、勉強になりました。

どうしても、体の調子の悪い部分に対して、薬を飲んで早く良くなりたいと思ってしまいがちです。何故そのようになったのかを、生活習慣やひとりひとりの体に合わせて、選んでいくのが漢方の世界。親身になって、じっくりとお話を聞いていくところから始めていかれるのが、素晴らしいなと感じました。

町会の仕事なども積極的にされている中村さん。少し気になるところがある方は、お気軽に相談に行かれてください。（住職）

今月のお寺の掲示板

毎月掲示しているお寺の掲示板。３月は、左の言葉を掲示してあります。コロナウイルスの影響で、私たちの生活が変わる中、少し考えてみたい仏教的な言葉。今の自分のものさし（考え）でない視点を与えてくれているように思います。書いた人はどんなお気持ちで書かれたのか。少し考えてみましょう。