

# 心をよつめる

その九



北九州市内・近郊の寺院の僧侶にお言葉をいただくコーナーです。老後を心豊かに生きるためのヒントとなりますように・・・。

皆さまは、仏教やお寺に対して、どのようなイメージをお持ちでしょうか？「心のよりどころ」と言ってもらえるような身近な存在でありましたら、とても嬉しいです。

私は、7年程前から「おでかけお坊さん」と看板を掲げ、街中のいろいろな場所へ、仏さまの教えをお伝えする活動をしております。市民センターや福祉施設での法話、カフェやカルチャーセンターでの茶話会など、お声かけいただいた場所にお出かけし、そこで出逢う方々と楽しくお話しさせていただきます。お寺から街へとお出かけを始めた純粹な動機です。私は、仏さまの教えを『生き方の処方箋』とお伝えしています。身体が不調の時に病院で薬を処方していただくように、心が不調の時は仏さまの教え

## 生き方の処方箋

が心の薬となります。仏さまは心を観る名医であり、説かれている教えは、私たちの人生における悩みや迷い、不安や恐れという様々な苦しみに対しての妙薬です。この妙薬は、私たちに新たな視点を与え、今までの自分の価値観、考え方、受け止め方では気付くことができなかった多くの大切なことに気付かせてくれるのです。

例えば、「過ぎたことに思い悩む」。これは、多くの方が一度は経験したことのある苦しみではないでしょうか。どんなに「時間よ、戻ってくれ」と願っても、叶う事はありません。このような時の処方箋として、仏さまは次のようにおっしゃっています。「どんなに悔やんだとしても過去の出来事を変えることは決してできない。



日蓮宗 浄泉寺 副住職 渡邊晃司さん

「心豊かになる仏さまの教えに是非ふれてみてください。」



浄泉寺  
北九州市小倉南区大字井手浦1247  
TEL 093-451-4131

けれど、今をどう生きるかで、過去の出来事を受け止め方はいくらでも変えていける。過去にとらわれず、未来に失望することなく、今を一所懸命に生きなさい。」

この世の理を的確に示し、どのように考え、何を成せば良いのかが伝えられています。過ぎたことに思い悩むのをやめ、今をイキイキと生きること

で、過去に対する受け止め方は自然と変わってくるのです。イキイキ感じる

とは、小さなことにも大きな喜びを感じながら生きることではないでしょうか。そのためには、他人や過去の自分と比べ、自分がないものや失ったものを考えるのではなく、自分を支えてくれるものや与えられている恵みに気付

き、感謝と感動で心を満たしていく暮らしが、とても大切なのだと思います。「あんなことさえなければ」と思っていた出来事を、嫌がることなく受け止めていく柔軟で豊かな心は、きつとこのような生き方の中で育まれていくでしょう。

ただ、そうは言っても一人ではなかなか難しいと思います。しかし、お寺という心の修養道場で一緒に苦楽を分かち合い、仏さまの教えに学ぶことで、その生き方は必ずできると信じます。誰しも悩みや苦しみを抱えながら生きています。それぞれの心に寄り添えるお寺、お坊さんでありたいと願い、これから

もご縁いただく場所へとお出かけしていきます。

浄泉寺ではイベント情報満載の手づくりの頁版が発行されています。

