

# 慈濟 232

## ものがたり

慈濟基金會  
2016年4月

TZU CHI ● ツーチャー



2016 ● 4

慈濟ものがたり

NO. 232

慈濟基金會

今月の表紙

2月6日朝3時57分、高雄県美濃地方でマグニチュード6・4の大地震が発生し、台湾南部を揺るがした。台南市永康区の維冠金龍ビルが倒壊し、四方から集まった救助隊が180時間を超えるマラソン式の捜索を行った。

(撮影・黄筱哲)



表見返し●

文・證嚴法師／訳・濟運／撮影・涂鳳美

# 無明の網を破り 広く菩薩の網をかける

無明は心を彷徨わせ

心が振れて執着してしまいます

無明の網にかかれば

逃れることは難しいのです

固い意志で

仏道を歩む心を守り

善の種子を蒔き

菩薩の網を広げて

菩薩道を歩みましょう



# 目次

【社論】			
「同体大悲」の至情		慈願／訳	4
【主題報道・台湾南部地震】			
□台湾南部地震の支援に駆けつける		濟運／訳	8
□第一線を支援			
フライ返しを握り、様々な料理を作り続ける		濟運／訳	30
移動式厨房で近づいた			
【健康ボックス】			
色とりどりの野菜で食卓に健康をプラス		黒川章子／訳	40
【骨髓の愛】			
慈濟骨髓バンクは台湾の愛の代理人		濟運／訳	46
【證嚴法師のお諭し】			
誠を以って相對し、愛を以って奉仕する		慈願／訳	58
【ボランティアスケッチ】			
雨のち晴れの人生		黒川由希／訳	70
楊密			
【慈善台湾】			
庇護		慈願／訳	88
【衲履足跡】			
マスコミは心を清める泉たれ		慈願／訳	98
慈濟大事記【三月】		濟運／訳	106
無明の網を破り、広く菩薩の網をかける		濟運／訳	表見返し
静思語 慮愍／訳 57		問答 慮愍／訳	105
漫画		濟運／訳	裏見返し

## 「同体大悲」の至情

◎訳・慈願

除夜の早朝三時五十七分、静思精舎では拍子木を叩いて朝の礼拝の準備をしていた。ちょうどその時、台湾南部ではマグニチュード六・四の激しい地震が発生して、轟音と共にビルが崩壊し、百人以上がセメントの塊の中に閉じ込められた。楽しいはずの新春の団欒は瞬時にしてうち砕かれ、台湾は驚愕と沈痛な雰囲気に入れられ、四方から救援の人たちが続々と被災地へ集まった。

家族は身内の安否を気遣い焦慮の色を隠せず、救出に期待をかけ奇跡を願った。

う心は潰れそうになっていた。時が流れるにしたがって犠牲者の数は増え、多くの人が辛いショックを受けていた。

證嚴上人は沈痛な思いを隠せずに、「待ち焦がれている人たちは最も辛いものです。家族は瓦礫を掘ってできた空洞に一筋の期待をかけていますが、できることをすべてやっても救出できず、希望が薄れてもあきらめられないでしょう。信仰によって人は自由闊達な人生観を得られますが、当事者にとっては口で言うほど簡単なことではありません。仏法はこんな時無用ではありませんが、救援とは言葉ではなく、それは無縁大慈、同体大悲を体現した実際の行動です」と言われた。

当日の早朝四時から台南では、慈済ボランティアの動員を開始していた。彼らはまず温かい食事を提供した後、負傷者を見舞って、見舞金、生活必需品、毛布、福慧ベッド（多機能折畳式ベッド）、防寒用品を配付した。ある

ボランティアは被災地に入って救助隊員を労い、救助を待つ家族に温かく寄り添っていた。

慈済はただちに台湾各地から物資を調達し、またボランティアを百余りのルートに分けて、修繕に必要な物を提供していた。地震発生後の一週間は急難援助を行い、慈済は延べ一万人以上のボランティアを動員した。学校が始業する一日前にあたり、さらに被災地を片づける救援が必要だった。最も重大な損害を受けた玉井小学校に協力し、地域の学校と地域の人たちに長期にわたる支援も準備した。

支援に来ていた多くの民間団体には、非営利組織、専門のソーシャルワーカー、カウンセラーの人たちが交代で奉仕にきていた。炊事係では、飲食店を開いている人たちが食事を作り、農家は野菜を提供し、震災の苦しみを体験したことのあるミャンマーの僧侶はお経を唱えて死者の冥福を祈り、日本人たちも街頭募金をして支援してくれた。そして寒空をもとめせず、あ

またの人たちは、連休を返上して救援にきていた。

慈済が催した「祈福会」には「同体大悲」の至誠があふれていた。ある消防隊員は「あらゆる方法と力を尽くしていました。しかし救いを求めている声が聞こえても発見できず、救えられなかった時はどうすればいいのかわからずに心が苦しかった」と目を赤くして言った。しとしとと降る雨にも会場を離れる人はいなかった。

私たちの社会はもとが互いに助け合う社会である。受難の人は優しいいたわりを得られる。余分に持っている物資は乏しい方に流れる。国土がいかにもろく危くても、柔軟な愛といたわりはそれを超越することができる。

【主題報道】

# 台湾南部地震

## の支援に駆けつける

◎文・鄭雅孺／訳・斉運／撮影・黄筱哲

二月六日、旧暦大晦日の前夜、高雄県美濃地方で大地震が発生し、台湾南部を揺るがした。台南市永康区の維冠金龍ビルが倒壊し、四方から集まった救助隊が百八十時間を超えるリレー式の捜索を行った。

被災地では旧正月を過ごすことはできなかったが、人と人との間に流れる愛で互いを頼り、共に困難を乗り越えた。



維冠金龍ビルが倒壊した後、百世帯余りと連絡  
が取れなくなった。旧大晦日前夜から旧正月6  
日までの8日間、救助人員は昼夜を問わず交替  
で捜索活動を続けた。余震と二次災害の危険の  
中で時間と闘いながら瓦礫の壁により上り、わ  
ずかなチャンスもあきらめることはなかった。



維冠金龍ビルは永大路二段と国光五街の角にある。倒壊現場は警察と軍隊が封鎖線を設けて捜索隊のみの出入りが許可され、家族は日夜、その外で待ち続けた。



# 大

晦日の前夜、彼らは私たちと同じように、家族と共に正月を過ごすのを楽しみにしていた普通の人たちだった。

二月六日午前三時五十七分、ほとんどの人が寝静まっていた時、高雄市美濃区を震源地とするマグニチュード六・四の地震が発生して天地を揺るがした後、台南で数多くのビルが倒壊、あるいは傾くなどの被害が出た。中でも永康区にある十六階建ての維冠金龍ビルが最も倒壊し、多くの死傷者を出した。ビルは底辺の部分が折れて横倒しになり、百世帯以上の住居はすでに元の場所にはなく、一

瞬にして多くの人の人生を変えた。

維冠ビルの近くに住んでいるボランティア消防団員の蔡重義は地震で夢の中から飛び起きたが、嫌な予感がした。同じ消防団員の友人から災害状況を聞いた後、まだ暗い四時過ぎにバイクで維冠ビルに向い、瓦礫の山に登って人々がリレー式で救出しているのを見た。間もなく、遠くから救急車や消防車のサイレンが近づき、もつと多くの救急や警察、消防隊、捜索隊及び軍隊が被災地に集まってきた。

陳美恵と陳百成は比較的被害が小さかった地区に住んでいたが、自力で脱出した。陳百成は二人の子供の助けを求める

声を聞き、危険を冒して戻り、瓦礫の中、穴を掘って子供たちを救出した。一家四人は無事に危機を脱したが、耳元には誰かの助けを求める叫び声がこびりついていた。

慈濟ボランティアの李杏蓉は永康区に

## ●大晦日前夜

維冠金龍ビルが加速度的に倒壊した時、隣接した平屋はその瓦礫の衝撃で壁に大きな穴が開いた。家主は家に住めなくなったことを嘆いても、一家9人が無事だったことを喜んだ。2月7日の大晦日、家には水も電気もガスもなく、現場で提供されていた炊き出しの食事で彼らは年越しの食事をした。彼らに付き添ったのは各地から来た救助人員と慈善団体だった。





●焦りの中での長時間の待機は人を疲労困憊させる。慈済ボランティアは行方不明者の家族に付き添い、彼らの情緒や飲食状態に気を配った。

住んでいたが、自分の家に問題がないことを確認してから慈済の制服に着替え、五時に被災地区に到着した。同じように自発的に集まっていた数人の慈済ボランティアに出会い、手分けして慈済の奉仕センターとして使える場所を探した。

李杏蓉は奉仕センターに待機し、近隣から送られてきた善意の物資やボランティア人員の調整に忙しかったほか、さまざまな問題を抱えた警察や消防、救助人員や被災者家族を支援した。

混乱した被災地で真っ先に行ったのがボランティアの配置である。ボランティアの中には来る途中で、手当たり次第

五十食分の朝食を買ってきた人がいる。また、自主的に救助人員にニーズを聞いたり、バケツに水を汲んで仮設トイレを清掃し、近隣のリサイクルセンターでお茶を沸かした。

六時二十分、慈済台南静思堂に「合心防災指揮センター」が立ち上げられた。ボランティアはインターネットを通じて互いの安否を気遣うと共に、手分けして台南の災害状況を把握し、その後の支援計画に役立てた。

情報チーム、厨房チーム、訪問チーム、事務チームなどそれぞれの能力を活かして最新の救出情報を集めたり、食事や日

用品パックを準備したりした。また、東部や南部に支援物資の応援を求め、被害の大きな被災地と各病院で付き添う家族や負傷者のために緊急見舞金を用意した。

ボランティアはその晩と大晦日に交替で家族の元に帰った。李咨蓉は年越しの食事をする時間もないほど忙しかったが、舅と姑は理解してくれた。彼女は家に帰って簡単な食事をした後、再び被災地で夜の交替番のために出かけた。

被災者にとってこの年の瀬は悲しいものになり、余計にボランティアの支えが必要であることを彼女は知っていた。

食糧や防寒服、簡易医療用品の整理などを行った。

林さんの家は被災区域の東側にあるが、一階のガレージは捜索隊の休憩所と食堂、装備の保管場所に使われた。地震の時、三階建ての家の半分余りが倒壊した。維冠ビルのコンクリートの塊などで押しつぶされたり、その瓦礫に埋もれてしまったが、幸いにも一家三世代九人は皆無事だった。林さんは「救助が先決で、ここ数日の冷たい強風の中、ここで彼らが休息できることが一番です」と楽観的に言った。

## 民間が捜索の後押しをする

維冠ビル被災区域西側の市街地には玉皇大帝を祀った「大湾凌霄宝殿武龍宮」、通称天公廟があり、廟前の広場と周りの住宅には全て各方面から持ち寄られた様々な団体の旗が立てられた。

その中には真仏宗華光功德会、一貫道総会、キリスト教救助協会、法鼓山慈善基金会など宗教団体の他、ライオンズクラブ、国泰生命保険慈善基金会なども含まれていた。ボランティアは春節に家族と過ごす時間を削り、愛と思いやりで被災地に駆けつけ、炊き出しや弁当の配送、

被災地の捜索は八日間続き、台湾全土二十に及ぶ地域から二千人余りの捜索専門家が集まって二十四時間態勢で交替しながら救助に当たった。

## 共に奇跡を祈った

天気は雨になったり晴れたりして朝晩の寒暖差が大きく、第一線での救助に試験を課した。慈濟ボランティアの林秀卿は熱心な友人から千個余りの毛糸の防寒帽子を寄付してもらい、寒さで捜索の進捗に影響が出ないことを願って、それを救助隊員に贈った。

初めの頃、救助隊員は休憩の時も椅子を並べて横になったり、道具箱を椅子代わりにしていた。ボランティアはそれを見て、座ることも横になることもできる「多機能福祉ベッド」を取り寄せた。そのほか、台中と大林慈濟病院からの医療人員及び心理カウンセラーも駐在し、一般医療や漢方、カウンセリングをすることで救助隊員の心身の健康管理を担った。

各方面からの支援によって、捜索隊員は温かい食事としばしの休息をとった後、引き続き時間との競争を強いられる捜索活動に戻って行った。

しかし、多くの時間は徒労に終わった。

ボランティア消防隊員の蔡重義は「声が聞こえても人が見つからないのです。心が締めつけられ、気が気ではありません。隙間がとても小さいのです。時には遺体を踏んづけてしまいますが、どうしようもなく、『ごめんなさい！ 後で出してあげますからね』というほかありません」と重々しく言った。

彼の母親は病院のICUに入っていたが、彼は救助活動のため、見舞いに行くこともできなかった。捜索活動が終わってから、彼は被災地を離れたが、母親は旧正月の七日に亡くなった。「私は台湾中部大地震と台風モラコット災害で支援し

ていましたが、ここ数年は病院のターミナルケア病棟でボランティアをし、数えきれないほどの死を見ました。そういう時はやるべきことをやるだけです」

旧正月の四日、地震から六日目、慈濟ボランティアは「凌霄宝殿」前の広場で祈りの集いを催し、捜索隊員や軍人、被災者家族、近所の住民及び各宗教団体のボランティアを招いて、共に善意を結集

●朝晩は気温が下がり、慈濟人医会の医師とボランティアは毛布を持って忍耐強く待機した。住人が生きて救われた時にすぐに温かくしてあげるためである。





●一貫道、佛光山、法鼓山等の団体も積極的に被災現場に出向き、救助隊や被災家族に炊き出しや読経、医療関係の後方支援を行った。

して被災者のために祈った。その晩、台南は時折、大雨が降り、傷ついた大地と人々のために涙を流しているかのようだった。

## 二十四時間

### 行方不明者の家族に付き添う

時間の経過と共に被災地での捜索状況は益々膠着した状態になり、死亡者数が増えて行った。待合室にいた多くの家族はテレビのニュースで繰り返し放映される死亡者に関する報道に心身共に疲れきっていた。

ボランティアは過去の人生経験と所属地域での家庭訪問ケアの経験から被災者家族の思いを理解することができた。慈濟からの見舞金のほか、これから政府からの方針と合わせて段階的な安住方法を見出していかなければならない。

林秋鳳によると、ある母親に水を一杯持って行った時、逆に彼女に水を飲むように促された。「家族は非常に理性を持っており、皆に感謝していました。皆、一日でも早く自分たちの肉親が見つければ、捜索隊員やボランティア団体に苦勞をかけなくて済むと思っていますのです」



●旅行に出掛けた肉親が突然、遭難したことに、家族は悲しみに暮れた。ボランティアは葬儀場で24時間、交替しながら付き添った。

慈濟ボランティアは二十四時間、家族たちに付き添った。

### 遺族に付き添い 死者を見送る

今回の地震で百十七人が亡くなった。慈濟ボランティアは台南市立葬儀場で二十四時間、交替しながら家族に付き添い、市政府は葬儀場に相談窓口を設置した。嘉南療養院と社会福祉局の職員と慈濟ボランティアが待機し、遺体に入った冷凍庫が葬儀場に到着すると、家族に付き添って司法上の手続きと遺体の化粧を済ませ、霊安室で追悼した。

悲しみに暮れる家族は急には肉親の死を受け止めることができない。中には乳

飲み子に温かいミルクを用意したり、子供が寒がるから、とボランティアから毛布をもらって遺体の下に敷く人もいた。また、来てしばらくしないうちに他の肉親の生還を期待して被災地に戻って行く人もいた。

地震から七日目、各方面から法師たちが集まって葬儀場で遭難者のために初七日の法事を営み、遺族は涙を流した。当日は強い風雨で、大地も悲しんでいるようだった。

ボランティアは霊安室をしつらえる手伝いのほか、遭難者に供える料理を心を込めて準備し、法師に昼食やお茶を出し

た。その後は霊安室の周りでの読経にも加わった。

霊安室の脇には火葬にする遺品の置かれた机が並んでいた。その中には遭難者が好きだった食べ物や友人からの追悼の手紙、家族写真、通学用鞆、教科書、おもちゃ、哺乳瓶などさまざまなものがあった。

六人家族で唯一難を免れた頼冠戎は紙に両親と兄弟の名前を書き、「いっぱい食べて温かくしてね。食べ物は無駄にせず、喧嘩しないでね」と言い聞かせるように書き添えた。二言三言から家族間の絆を窺うことができた。

### 旧正月期間中も世話し続けた

救急外来の待合室に掲げられたホワイトボードには被災地から運ばれた負傷者の名前が書かれてあったが、負傷の度合いは皆それぞれで、毎日の入院で内容は変化して行った。ボランティアは永康奇美病院、成功大学病院、高雄榮民病院、衛生福利部台南病院などに手分けして詰め、随時、名前のリストを更新すると共に

●地震から6日目、慈濟は「安心祈福会」を催した。雨の中、人々は被災家族に対して、生存者の心が落ち着き、犠牲者の霊が安らかになるよう祈った。



に病院に待機し、入院している負傷者とその家族に注意を払った。

成功大病院院で待機しているボランティアの曾貴雀は「私たちは一般病棟に移った患者の世話をしており、今までなかった食欲が出てきたり、憂鬱だった心が晴れて口を利いてくれるようになるなど、毎日進展があります」と言った。

黄洗偉は瓦礫に閉じ込められていた時、壁の向こうから二人の女の子の泣き声を聞いた。彼は自分と同じようにまだ生きている人がいるんだなと思い、暗闇の中で彼女たちを励まし、互いに声を聞いて慰め合った。やがて三人とも救出された。

ボランティアの励ましで見方を変え、次第に落ち着いて行った。「無事だったことに感謝しなければ。お金はまた稼げばいいのだから……」

地震から五日目、慈済は家庭訪問活動を開始し、四日間続けて永康維冠ビル重度被災地区と安南、玉井、新化、帰仁など被災地区の住宅を訪問した。中でも七日目は台湾全土からボランティアが駆けつけ、百五十余りの小グループに分かれて一軒ずつ訪問し、證嚴上人からの見舞いの手紙と慈済で作っている食品を送ると共に、世界中の慈済ボランティアの祝福を届けた。

れ、成功大病院院で顔を会わせ

た。黄寶月は幸いにも軽傷で済んだが、昨年、やっと二十年のローンを返済し終わったばかりの住まいが一瞬にして砂塵と化してしまった。入院した日の夜、彼女はショックで落ち着かず、寝返りを何度も打って眠れなかった。ボラ



旧正月の六日、即ち地震から八日目の午後三時五十七分、捜索隊が最後の遺体を運び出した後、捜索活動は一段落した。次々に捜索隊員が交替で凌霄宝殿で天公に任務の完了を報告した。

地震発生以来、各方面からの支援は途絶えることはない。人々の善意が結集し、一人ひとりが力を出した。それは人と人との間に愛が流れ、苦難の中での助け合いながら、共に困難を乗り越えることができるということを示している。

この先、慈済ボランティアは関係者と共に引き続き心身の傷ついた人々に付き添い、長い道程を歩んで行く。

# フライ返しを握り、様々な料理を食事を作り続ける

◎文・陳淑貞、王鳳香、蘇湘允、蘇慧智／訳・濟運／撮影・黄筱哲

地震から数時間後、慈濟は数百人分の熱いお粥を被災地に届けた。

その時から百人を超えるボランティアが毎日、数千個の弁当を作った。

各方面からの寄付金で買った食材は食事の提供を後押しした。

大晦日の夕方六時頃、慈濟台南支部の食堂で鍋料理の用意ができた。香り豊かな葉膳鍋が、地震で家屋が損壊したり断水した二世帯の人が年越しの食事に来るのを待った。

厨房の責任者である李慶揚は厨房で翌日の弁当に使う食材の準備に忙しかった。右手にフライ返しを握り、休むことなく中華鍋の「八角干竹の子」を返していた。地震発生から三十分、李慶揚と仕事仲間の呉俊廷は、弁当とお茶、菓子などを被災地へ届ける用意をして待機した。そして、彼らの助手は近隣の仁徳、帰仁、東区のボランティアが交替で引き受けた。



## 第一線を支援

慈濟は緊急災害支援に於いては後方支援を行う団体であり、第一線を支援する。救助隊員の指示に従って支援区域を担当すると共に被災者の面倒を見る。

慈濟ボランティアは普段から役割別のチームに所属し、災害時には迅速に出動してそれぞれの役割を果たす。台南支部と花蓮本部は連絡を取り合い、被災地の前線にいるボランティアの後ろ盾となって、随時、物資の供給や人員配置の調整を行っている。被災地では誰彼の別なく、今年の年越しの食事は弁当になったが、逆に祝福と大愛の雰囲気にも包まれた。



●食材の準備に忙しかった李慶揚。(撮影・莊慧貞)

災害は突然やってきました。李慶揚は支部に来て冷蔵庫を開けて調べると、必要な物がなかったため、経験豊富な彼は身近にある慈濟

の「即席飯」で対応することにした。彼は素早く数百人分の「即席粥」を作り、被災地に朝食を届けた。

李慶揚によると、ほとんどの店はすでに正月を迎えるために故郷に帰り、閉店していたので、野菜も食材も手に入れることが難しかった。彼が頭を悩ませていた数時間後、次から次へ善意の人たちからキャベツや白菜、カリフラワー、ニンジン、大根、ジャガイモ、トマト、及び生姜や生姜湯などが届いた。それらはちょうど、地震後初めての昼食となる約七百人分の弁当に使うことができた。

李慶揚は料理ボランティアの中に買い

つけ専門のチームを作った。「私たちはいつでも使えるよう、できるだけ多くの食材を買ってきて冷蔵庫に保存しました。善意の人たちが野菜や米を静思堂に届けてくれ、本当に感謝しています」と彼が言った。

正月期間中、李慶揚は料理チームをしっかりと率いた。毎日早朝からつめ、毎日、第一線で働く人たちや怯えている住民にできる限りのことをした。

●被災地周辺の数多くの店や住民が公衆に場所を提供した。捜索隊員の休憩場所になり、慈濟ボランティアはそこで炊き出しを行った。



## 移動式厨房で近づいた

移動式厨房は、元は台湾中部大地震の支援経験から開発されたものであるが、幾度もの改良の末、機動性に優れ、大量の食事を提供できるようになった。炊き立ての食事が人々に早く届けられ、彼らの心を近づけた。

永康区の永大路は広くて賑やかである。地震の後、交通規制で道の両側には数多くの警察の車や消防車が並んだが、全ての車は維冠ビルの方角に向けて停められており、あたかも民衆の善意がそこで集結し、心から被災者を祝福しているようだった。

夕方、倒壊現場から遠くない天公廟の屋根に黄色の灯が多く灯されたが、その光には眩しく温かみを感じられた。各地からやって来た慈善団体は順に廟の周りに駐屯し、全力で支援した。頼まれもせずやって来た慈悲深い菩薩は一緒に困難を克服しようとしている。



天公廟の脇に「仏教慈濟移動厨房」と書かれた車が停まっていた。ボランティアの王翠杏は熱意を込めて、食事を受け取りに来るよう呼びかけた。彼女が大きな鍋の蓋を開けた瞬間、濃厚な白い蒸気が立ち上った。具がいっぱい入ったスープだ。「熱いスープをどうぞ！ 出来立てだから熱いですよ！」。王翠杏は雨靴を履き、大きなおたまでお椀に注いでいた。

これは新竹の慈濟ボランティアが二〇一三年に開発した二代目の移動式厨房で、被災地の現場で炊き出しをすることが出来る。一台に六つのコンロがあり、ご飯を炊いたり、炒め物をしたりスープ

種類のおかずと一種類のスープがそろった弁当を九百食作ることが出来る災害支援の大きな助け舟である。その厨房にはLED照明がついており、夜間でも作業ができる。

## 深夜食堂

移動厨房は二月十日に台南に到着し、ボランティアは車の前方に「静思福慧食卓」のプレートを置いた。現場で待機していた被災者家族がやってきた。ボランティアが両手で丁寧な熱いスープを差し出し、彼らを心から祝福した。

を煮たりできる。蒸すことができるのも一つの特徴で、タンクには一トンもの水を蓄えることができる。三時間以内に四



台南市の消防隊員である廖峰谷は地震が発生した時、出動指令を受けた。それから連日の作業で体力を消耗した上に、濡れた服を着たままにしていたため、熱を出してしまった。移動厨房のところに来て、ボランティアから熱いスープの麵をもらった時、彼はとても感謝した。彼は一口ずつ満足した様子で食べた。

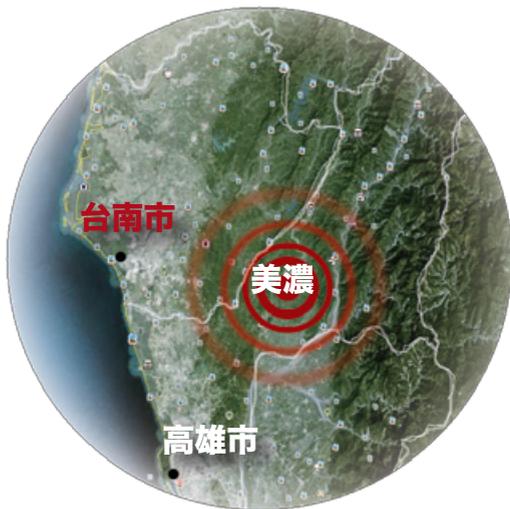
「こういう移動式厨房は利便性が大きい、被災地で料理ができるほか、土ぼこりでいっぱい現場から少し離れて作業することができ、食べ物は衛生的で安心して食べることが出来ます。人々が炊き立ての美味しい夕食を食べられるのは実

に素晴らしい！」

真つ白なボディーの移動式厨房は臨時駐車しているダイニングカーのようだ。温かい麺やスープ、お茶、コーヒーなどが提供され、二十四時間開いている。それは年中無休の慈済ボランティアの愛のように、黙々と被災者に付き添い、お腹が空いている人に麺を与え、温かさを求めている人に灯を灯している。

二月十三日、捜索隊は任務を完了し、その晩、移動厨房も店じまいした。その時、数多くの人とその機能に興味を持って見守った。

「タンクの水を流してください」。移動



## 台湾南部地震に於ける慈済支援統計

2016年2月6日 午前3時57分

高雄美濃でマグニチュード6.4の地震が発生

死者 117名

負傷者 510名

危険家屋 151棟

学校の被害見積もり 1億395万元

慈済ボランティア動員数 延べ15,462人

(統計：2月19日現在)

式厨房を片付ける前にタンクを空にするが、それは長い間、溜った涙が流れ出したかのようだった。任務が完了したと同時に別の感慨が湧いてきた。毎回、出勤する時、それは災害が発生したことを意味しているからだ。

遠くから天公廟を眺めると、廟全体の灯で聳えたっているのが見え、玉皇大帝は台南に住む人々を加護している。最も困難な時期に、台湾人の愛が集結して人々の情が余韻を持って続き、慈済ボランティアの善意が共振することで、その情は永遠に留まるところを知らない。

## 色とりどりの野菜で

# 食卓に健康をプラス

植物栄養素といわれるファイトケミカルには抗酸化作用があるので、癌を抑制し、免疫力を高めるなど健康維持に役立つ効果があるのではないかと期待されています。

赤、緑、黒、黄、白といった色の野菜をバランスよく摂取すると栄養も豊富ですから、病気を遠ざけられます。

今年から食卓をよりいっそう彩り豊かに。



(撮影・陳輝明)

◎文・黄小娟／訳・黒川章子

## 菜

食について、栄養不足になるのではないかと誤解している人が多い

ようですが、慈済大林病院の栄養士・黄金環先生は、菜食には「植物栄養素（ファイトケミカル）」を取り入れるという意味があり、色のついた野菜を上手に摂取するようにすれば、栄養的には肉食よりも優れているといえる、と説明しています。

黄先生は、菜食者は野菜の種類をできるだけ豊富にとるようにと提案しています。穀物と豆類を同時に摂取し、調理に必要な油脂の代わりにナッツを使ったり、色の濃い野菜や果物をとるよう心がけた

り、旬のものやその土地の食材を選ぶようにすると良いそうです。そしてシンプルな調理方法にすれば菜食はさらに健康に役立ちます。



衛生福祉省が用いている「素食栄養指標」には「菜食により健康を維持するために」という原則が以下のように掲載されています。

「穀類は最低食事の三分の一の量を、豆類を加えるとさらに良い」

「調理の油脂は毎回新しいものを使用し、

ナッツを欠かさず」

「緑黄色野菜とキノコ類海藻類の組み合わせで栄養価は満点」

「果物は食事とみなし、その土地の季節の物で十分」

「味つけは薄味にし、油と塩分、糖分は控えめに」

「玄米と野菜と海藻類は味わい深いので塩少々で、加工食品は食材を厳選」

「健康のための運動三十分、適度な日光浴二十分」



バランスのよい食事とは何でしょう。

果物と野菜、穀類と根菜類を選び、タンパク質は豆や肉、魚、卵で、乳製品は低脂肪の物を、油脂にはナッツ類を組み合わせると大部分の栄養素を摂取することができます。黄先生の説明では、菜食者だけが肉食者と違い、豆類から取っているのだそうです。

もしカルシウム不足が心配であれば、緑黄色野菜を多く摂りましょう。イヌホウズキの茎と葉、カイラン、ウンナンヒヤクヤク、ヒメウマノミツバ、キクラゲ、ノリ、昆布、黒胡麻、スイゼンジナ、アマ

に、適量を守ること重要です。

「適量」とは、一人一人の活動量により決まります。もし重労働をしていなければ、毎食ご飯一膳に主菜と豆食品、果物で十分でしょう。一日の油脂は多くて大さじ二、そのうちの大きじ一をナッツ類に変えることもできます。天然の物だからといって多く摂りすぎるのはよくありません。

### ファイトケミカルは自然界の宝物

植物には豊富な栄養素が含まれています。ビタミンやミネラルはもちろんのこ



ランサスやドライフルーツのイチジク、デイツ等には豊富なカルシウムが含まれています。同時にビタミンCをとると吸収率がよくなります。生食できるグアバ、ナツメ、柑橘類、ピーマンなどです。そうすれば牛乳で補わなくてもよいのです。加工食品でない食べ物を選ぶこと以外

と、もう一つ「ファイトケミカル」という物質があります。アントシアニン、ルテイン、リコピンなどです。

近年科学者たちがこの分野の研究を重ねてきたことで、今では二一世紀のビタミンと言われるほど重要視されるようになりました。体の働きを調節し、健康を保つ効果があるのではないかと考えられているのです。ファイトケミカルはさまざまに色をした植物や野菜果物に含まれています。それぞれがもつ多様な栄養素を取り入れるため、赤、緑、黒、黄色、白といった色の違う野菜を撮ることが「彩色野菜摂取の原則」なのです。

穀類、豆類、野菜、果物のどれでも色とりどりに摂取することを心がけましょう。例えば、穀類には黄色のトウモロコシもあれば黒い米、白い玄米もありますし、豆類にも小豆や黒豆、大豆、枝豆などがあり色の違う物を選ぶことができます。野菜や果物になるとさらにさまざまな色がありますね。

黄先生の説明では、色のついた野菜を摂ると抗酸化力がアップするので、老化の速度を弱めたり、癌の原因となる物の人体に及ぼす影響を少なくするのだそうです。例えば悪性リンパ腫の増生を抑制し、癌細胞を死滅させたり、良性に変化

させたりするのです。ほかにも体の免疫力を高めることにも役立つそうです。

最後に慈済大林病院の栄養治療科から特別に「和風ごま風味ベジタブルサンド」のレシピを教えてくださいました。皆さんもご家族と一緒に作るなど試してみてください。簡単でしかも栄養があり美味しいですよ。このようなすばらしい菜食主義を取り入れて、食卓に元気をプラスしませんか？

### ★和風ごま風味ベジタブルサンド

食材：全粒穀物饅頭

カイワレは洗い、キャベツとマイタケなどのキノコ類は下茹でする。トマトは薄切り、ニンジンも下茹ですて千切りにする。干し豆腐適量。

ソース：黒ごまペースト、白ごまペーストに和風ドレッシングを適量加えてごまソースを作る。

作り方：饅頭に切れ目を入れ、野菜を挟んでソースをかける。

(写真提供：慈済大林病院)



# 慈濟骨髓バンク 台湾の愛の代理人

◎文・李委煌／訳・済運

台湾の骨髓ドナー登録率は非常に高く、世界の模範である。彼らは医療段階での恐怖に打ち勝って自ら苦痛を忍び、見返りを求めず見も知らぬの患者を助け、患者とその家族に生きる希望をもたらしている。

統計によると、世界では三分に一人の割合で血液疾患と診断され、その中の一部の白血病患者は唯一骨髓移植して生き延びるしかない。残念なことにこの治療には医療技術の他、それ以上に人類の白血球抗原（HLA）のマッチングと同意するドナーがいなければならぬ。そのドナーはあなたかもしれない。

血液疾患患者の親族に適合するドナーが見つからない時、志願登録したドナーの血液データがある骨髓バンクが彼らの唯一の生存のチャンスとなる。一九九三年、慈濟は政府の要請を受けて「慈濟基金会骨髓寄贈データセンター」を設立し

た。台湾唯一であると同時に、アジアの骨髓バンクの先駆けの一つとして、全世界の中華系白血病患者の希望を担った。

二〇一五年末現在、全世界で二千七百万人弱が骨髓ドナーの登録をしている。世界の人口を七十億人として計算すると、二千三百万の人口を抱える台湾が四十万人のドナーデータが骨髓バンクに登録されていることは、優に世界平均の四・五倍に当り、ドナーの愛の密度の高さは世界の模範と言える。

慈濟骨髓バンクはこの二十二年間に四千例以上の移植を行ってきたが、その中の三分の一は台湾の患者である。命の

血縁は何と不思議なものか。その他は二十九カ国の患者が恩恵を受けた。



二〇一五年、慈済骨髓バンクは三百七十五症例のマッチングと移植に成功した。言い換えれば、平均して毎日、善意の人が顔も知らない血液疾患患者を救ったことになる。

今、世界では毎年、数万症例に及ぶ骨髄移植が行われ、白血病やリンパ癌及びその他悪性疾患患者に生存の機会を提供している。一般に言われてきた「骨髄移植」に於いて、幹細胞の出所は「骨髓幹細胞移

を募って、マッチングの成功率を高めようとしている。

データバンクは患者とその家族が新たな人生を切り開くきっかけを温存しているだけでなく、密度の高い大愛に満ちている。集められた小額の寄付金で高額な検査や一連の医療行為及び事務費用などをカバーしている。世界各国の団体で運営されているデータバンクは多かれ少なかれ政府から経費の補助を受けているが、台湾の慈済骨髓バンクは全部、民間組織と善意の寄付金で賄われている。

それだけに留まらず、最初の宣伝活動からマッチングした後の本人との連絡や

植」、「末梢血幹細胞移植」または「臍帯血幹細胞移植」であるが、今では一般的に「造血幹細胞移植」という名称に統一されている。慈済骨髓バンクは二〇〇二年、名称を「慈済骨髓幹細胞センター」に改め、その下に免疫遺伝子実験室、臍帯血貯蔵庫、データバンクなどがある。

骨髓データバンクは常にアップデートする必要がある。それは登録したドナーが歳を取ったり、病気や他の原因で寄贈に適さなくなったりするため、最新のデータを入力する必要があるからだ。それ故、慈済は毎月、台湾全土で「骨髓ドナー登録活動」を展開して、絶えず若い人

寄贈するまでの付き添いなど諸々の作業は慈済ボランティアに任せられている。慈済「骨髓寄贈ケアチーム」はドナーと患者の双方が一連の過程を終えるまで付き添い、人助けするドナーは尊重の下に、続けて健康状態を追跡する。ボランティアは患者とその家族も世話し、仮に生活に支障をきたすようなことがあれば、慈済基金会にケース報告をし、家庭訪問後の評価を経て経済的な支援を提供する。

「慈済骨髓幹細胞センター」は大衆の支援と愛護を必要としており、そこで初めて血液疾患患者とその家族は希望を見出すことができる。

## ◆移植を受けた患者の声・黄采緹

### 私の血液には愛が詰っている

七年前、私が三十歳の時、突然、腹痛に見舞われて救急外来に行った時に白血球の数値が低いことが判明しました。血液腫瘍科で検査してもらったところ、急性骨髄性白血病と診断されました。私は頭が真っ白になり、病院の椅子にぼーっと三十分間も座って、これは夢なのだと自分を騙しました。タバコもお酒も飲まず、水泳の選手なのだから絶対にそんなことはない。心の整理がつかないまま、入

った時は天国から地獄に突き落とされたような感じでした。二人目のドナーが見つかり、その人は寄贈意欲がとても高かったのですが、健康診断した時に糖尿病に罹っていたことが分り、不適合となりました。そして、やっと二人目とマッチし、移植が成功しました。

この数年間、この病気で四百二十三日も入院していました。自分で排泄物を処理することもできず、便座のある椅子を使うしかありませんでした。七十歳になる父が私の便器を清掃するのを見て、肉体的な苦痛だけでなく、精神的にも心理的にも苛まれ、苦しみました。

院して治療を始めました。入院前夜に食事してから次の食事はその十四日後でした。というのも、高濃度のキーマセラピーを行ったため、丸二週間、吐き続け、ベッドから下りる力もありませんでした。

キーマセラピーを終えた後も再発し、医師は余命二ヶ月だが、骨髄移植すれば助かるかもしれない、と言いました。しかし、二人の兄の血液は私とはマッチングしませんでした。本当に幸運だったのは、私が慈済の有る時代に生きていたことで、慈済骨髄バンクでマッチングしたドナーが見つかったのです。しかし、ドナーが寄贈を拒否したと医師に告げられ

八回の入院で、キーマセラピーと骨髄移植を行いました。二度、生命を危ぶむほどの感染症に罹った他、一度は大がかりな頭部の手術を行いました。時々、生きて退院できるのだろうかと思いましたが。その過程で、絶望的になり、病床から両親に別れを告げたこともありました。

生命はカウ  
ントダウンし  
ており、シー  
トベルトをせ  
ずにジェット



(撮影・陳中豪)

コースターに乗っているようなもので、無常が追いかけて来るのをつくづく感じました。こういう病気を通して、患者が助けを待つ気持ちと肉体の苦しみを理解しました。今、私の体に流れる赤血球や白血球、血小板にはドナーの愛が詰っています。私は愛を伝える者として終身、ドナー登録を呼びかけるボランティアになり、慈済ボランティアと歩みを共にし、あらゆる所で人助けの理念を分かち合いたいと思います。

慈済は毎月、異なった県や市で骨髓ドナー登録活動を行っており、ボランティアは街頭で道行く人々に宣伝し、呼びか

けています。あなたにも善行するチャンスが訪れた時、それを拒否しないでください。拒否されるのは助けを必要としている人たちなのですから。

移植の過程は辛くて危険性もあるが、数多くの患者は最大限、努力して生きる望みを託しています。彼らを慰めるだけでなく、行動に移すことで、彼らに生きる僅かな望みを探す手伝いをしましょう。年の瀬を迎えるに当たり、私は相手の身になって、生死の境を彷徨っている人々が健康を取り戻し、退院して家で年越しの団欒ができることを期待しています。

(資料の提供・人文真善美ボランティア)

## 一 骨髓寄贈三部作 一

### 1 ドナー登録活動の情報に留意

造血幹細胞は感染症に対抗する白血球と酸素と養分を送る赤血球、血液凝固の機能を持つ血小板とに分けられる。血液疾患患者の骨髓は造血の働きが弱く、生命に危険を及ぼす。造血幹細胞移植とは、健康な造血幹細胞を患者の体内に移植することによって、新たに健康な血液細胞と免疫系統を作り出す。

もし、街頭で「骨髓寄贈・人の命を救えて自分には無害」と書かれたプラカードをもった慈済ボランティアを見かけたら、近々、その地区でドナー登録活動が行われることを意味している。それに参加する前に、自分で符合するかどうか評価してみるとよい：

- 1、満十八歳から四十五歳までの人。
- 2、家族の同意を得られる人。

3、来場時は写真付きの身分証明書を携行し、別の連絡先二人の氏名と連絡方法を提供できること。

4、B型肝炎ウイルスキャリアまたは高血圧、糖尿病、ヘモグロビンが異常に少ない人は寄贈者と患者の双方の健康に配慮して不可とする。

## 2 ドナー登録活動に参加する

活動会場ではドナーや患者及び専門医療人員が解説している。詳細を理解した後、人類白血球抗体（HLA）の検査で十CCの採血を行い、造血幹細胞データバンクに登録する。データの保存期間は五十年で、マッチングして人助けするチャンスが訪れる可能性がある。ドナー登録した人で、連絡方式が変わった場合は自主的に慈済に変更届をしてもらえれば幸いであり、マッチングし



（撮影・蕭嘉明）

た時に直ぐに連絡が着き、いち早く治療することができる。

台湾では、血液疾患に罹るとマッチングするドナーを探すことが困難な人の部類が幾つかある。客家人と先住民及び移住者の子孫であるが、それらに関連した部類の人は積極的に登録してもらいたい。

## 3 造血幹細胞の寄贈

慈済造血幹細胞センターは移植する病院から申請があると直ちにマッチング対象を探す行動に移る。もし、初期的なマッチング符合者が見つければ、慈済「骨髓寄贈ケアチーム」のボランティアがドナーを訪問し、一連の過程を説明する。即ち、ドナーが再度血液検査を行い、それが適合すれば、健康診断に進み、その後は患者の病状に合わせて寄贈の準備をする。

最近は多くの場合、「末梢血幹細胞寄贈」の方式を採用している。寄贈する五日前から

毎日、顆粒球コロニー刺激因子（G-CSF）を注射して、骨髄より末梢血へ多量の造血幹細胞を送り出すようにする。採集過程は血小板を献血する時に類似しており、片方の腕の血管から採血して分離器に送り、造血幹細胞を収集してからその血液をもう片方の腕の血管に戻す。所要時間は六時間から八時間である。

患者が非親族間骨髄移植を行う場合、ドナーからの採集関連費用は十一万円である。しかし、患者が経済的に困難である場合は、慈済基金會に費用の補助を申請することができる。

患者の健康状態はドナーにとっても気になることだが、疾患の種類やキーマセラピーを受けた回数、年齢などの要因によって移植の成功率は変わってくる。ドナーの無私な奉仕が患者に最大の希望をもたらす。

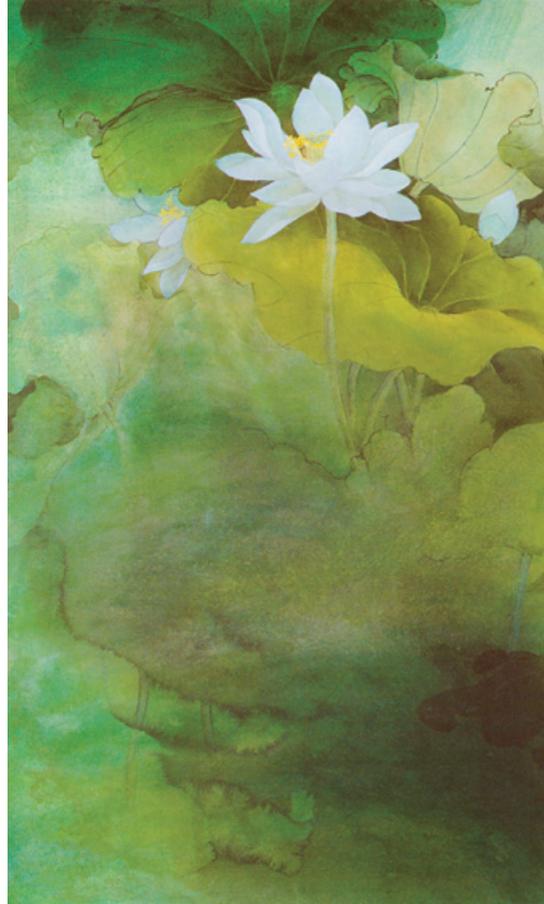
（慈済月刊五九〇期より）

### ■ 静思語

#### 【三毒の破壊】

人生に煩惱が起こるのは、人の心に三毒があるためである。毒とはすなわち破壊である。世に戦乱が相次いで、国家が動揺し社会は贅沢におぼれ、事業が衰え、人間関係がうまくいなくなる、というのはすべて三毒——貪、瞋、痴に起因する。





【證嚴法師のお諭し】

◎訳・慈願／絵・林淑女

## 誠を以って相對し 愛を以って奉仕する

娑婆の世界は

堪忍事が多い

誓願を立て

心に平らかな道を敷こう

誠を以て相對し

愛を以て奉仕しよう

勇気と知恵と慈悲の心を常に培おう

シリア内戦が発生してから五年目になりました。当初シリアではデモ行進くらいでしたが、暴動に変わって、また内戦になり収拾がつかなくなりました。美しい古都は瞬時にして戦場となり、楽しいはずの家々は廃墟と化しました。四十七万人が命を落とし、四百万人以上が国外へ脱出、国家の半数以上の人口が難民に成り果てました。

海であっても陸であっても、脱出の道のりは困難を極め、砲火だけでなく高波や遭難の危険をも冒さなければなりません。幸いにして他国に逃げることができても、難民の身分では衣食ど

ころか家もなく風雪に耐えねばなりません。ニュースで見ると、難民たちは一時的にテントの中で寝起きしており、傍には濡れた衣類がかけてありました。……本当に気の毒です。シリア難民の悪夢はいつになったら覚めるのでしょうか。自分ではどうすることもできません。

近年来、シリア、イラク、アフガニスタンの中東国家の難民は「バルカンの路」を経由して北上しヨーロッパに逃れる人が多く、セルビアはこの通り道にあたるため、毎日のように千人以上が国境を越えてきています。昨年末、台湾の外

交部（外務省に相当）を通じて慈濟<sup>ツイ</sup>へ、セルビアが国境を超えてくる難民に手を差し伸べてほしいと希望していると支援の依頼の書簡が送付されてきました。

二〇一四年ボスニアで水害が起きた際、ヨーロッパの慈濟ボランティアが三度にわたって被災地のサマチ鎮で配付活動を行いました。昨年十一月、同鎮の議長が台湾までお礼にこられた時に隣国のセルビアが慈濟に救助を求めていることを知り、その時は自分も慈濟に協力したいと申し出ていただきました。

の状況を調査して、物資の準備作業のため数回セルビアの首都ベオグラードの難民事務委員会を訪問しました。三月に配付をしている時、ボスニアのサマチ鎮の議長はかつて慈濟の援助を受けたことのある十六人の人々を連れて、慈濟の配付を手伝いました。

中東からヨーロッパに逃れる難民はますます多くなって、毎日のように大勢の難民が国境を越えています。ギリシアのバルカン半島各国は、その負担に耐えられないばかりでなく、難民と当局の衝突が絶えなかったために、国境は開けたり、閉めたりしています。

十数カ国の慈濟ボランティアは、三月一日にバルカン半島のセルビアに集まって、国境を越えて来た難民に一人分ずつの防寒衣を提供しました。しかし思いもよらずマケドニア国境が閉鎖され、難民はセルビアを通ることができずギリシアとマケドニアで足止めされ、引き返す人もいました。

突然の状況変化にもかかわらず、慈濟はあきらめずに難民収容所や駅で奉仕していました。そして、注意深く寸法を確かめて合う服を選んで着せ、幼い子どもたちは温かい着物にくるまれ笑顔を見せました。それに比べ、青少年たちは

無表情で、それは彼らの年では辛すぎる苦しみに遭ったためでしょうか。ボランティアたちは心を痛めていました。

臨時の難民避難所で、生まれたばかりの赤子を抱いている母親は、栄養不良のため母乳が出ないので、すぐに粉ミルクを買ってあげました。長時間硬い保存食ばかり食べていたので、温かい食事は彼らをお腹の中まで温めました。

難民たちは一秒も早くこの門が開けられ、未来の希望へ向かって通り抜けられることを願っています。慈済は彼らに安楽の地を提供できないものの、厳しい運命が待ち受けている彼らに真心を以

て寄り添い、いたわって希望を持たせ、

彼らがこの世にも温かさがあることを感じ、記憶に残してほしいと願っています。そうして心に愛の種が成長し、いつか将来故郷に帰って人を助けられる人になることを望んでいます。

彼らはいったいいつになったら難から逃れることができるのでしょうか。その答えはありません。ヨーロッパ各国の難民政策は刻一刻と変化しています。最近国際社会ではシリア戦火を収めるための調停に各国が努力して、難民が再び流浪することなく、自分の故郷で家を再建するよう願っています。

人と人による対立は社会を不安に陥れ、その上戦火が生じると人々に悲劇をもたらしませす。天下の人心が調和し、互いに愛し助け合うと、この世は平安幸福になることができます。

## 命を尊び、宗教の分け隔てなく 互いに努め励み、助け合って 愛を循環させよう

二十日間、十カ国あまりの慈済人は、リレー式にセルビアで配付を行いました。テレビ会議で彼らと顔を合わせましたが、小さい会議所に集まった大勢の人

の、どの人の顔も慈しみに溢れているのが見られました。私は皆に言いました。「ご苦勞様です」と。皆は少し疲れたけれど、難民の苦勞を見ていると、自分ももっと福を大切にして、奉仕する機会があったことに感謝しなければ、と言いました。

ヨーロッパ各国から来ている慈済人は、皆同じ信念を持っています。だから自発的に異郷のセルビアへ来ているのです。ドイツからセルビアまで五カ国を越え、車で十数時間も走らせなければなりません。自費で来て誠を以て皆と集い愛の心を以て奉仕しているのです。一カ

月にわたる配付を皆で交代してやったものの、その過程では、初めての土地である上に異なる言語、入国管理規制など多くの困難がありました。しかし彼らは、智勇悲の心を抱いて精進から退かず、努力して一步一步進んできました。

この精神は当地の人たちに称賛され、新聞の第一面に慈済の難民援助の様子が報道されていました。これが反響を生んで、慈済ボランティアにNGOの識別章が発行され、また当地の食糧提供の慈善団体 Repair S.O.S は、慈済人に厨房を使わせてくれました。こうして、難民たちに温かい食事を作ってあげることが

できています。この国境を越え、宗教、民族の別のない愛は実に感動的です。菩薩は衆生の苦難を憐れみ、力を尽くして衆生を苦から救っています。そして、慈済人は菩薩を志とし、すべての人の命を尊重して愛の力を發揮し、苦難の人に寄り添い励ましています。濁世にいても汚染を受けず、喜んで奉仕していることが「覚有情」です。

群衆の中では衆と和し

直心とは道場

深い心は浄土

できました。

三月下旬、慈済は大量の即席飯と食器を当地に送り、現地ボランティアが温かいご飯を炊いて難民に提供することができました。慈済ボランティアは人数に限りがあるため、難民の中から希望者を募って即席飯の作り方を教え、同胞に奉仕していました。

苦難の多いこの世ですが、愛の心を持つ人たちがセルビアへ集まっています。各国の難民援助の団体は自分の家族のように、宗教の分け隔てなく励まし合い、助け合って難民に温かい衣類や食べ物を提供すると同時に心の苦をも慰め

協力して共に善事を行うように

釈迦の弟子の中で「説法第一」と言われるフルナ尊者が、釈迦に荒れくれた地に行って人々を教化したいと願い出ました。たとえ罵られたり、暴力をふるわれたり、はては生命の危険に遭っても喜んで行きますと。

そして釈迦の祝福のもとに、フルナ尊者は堅い決意と願力を以て彼の地へ行きました。彼は医薬に精通していて、病の人を見ると薬を調合して与え、貧困や飢えている人を見ると鉢で得た物を恵み、煩惱で苦しんでいる人には説法

をしていました。こうして様々な逆境に遭っても自分の発心立願は片時も忘れていません。柔軟堅実な力で頑な衆生をも感化し、すべての難関を勇猛に克服して、終に荒野で仏法を信奉する人々を導いて菩提心を發揮しました。

フルナ尊者の思いやりの仏心、力行誓願はどんな衆生をも見放さず、たとえいかに遠くても助けに行き、艱難であればあるほど発心立願を強めていました。過去、現在、未来、絶え間なく仏法を宣揚し、説法し、法を伝え、数知れない衆生に益しました。ですから《法華経・五百弟子受記品》の中で、釈迦はフルナ尊者

謗の言を發します。

しかしながら、人々は発心立願して、フルナ尊者の不独善を学んでいると、群衆の中に入っても和の精神を發揮することができません。ただ自分に合う人を選択して一緒に仕事するのではなく、他の人にも機会を与えなければいけません。もしも人々が今の時を把握し、心して仏法の薫陶を得て絶えず精進奉仕し、愛で以て人々の心に平らかな路を引くと、ついには娑婆世界のうねうねとした路も平らになると信じています。

直心とは道場で、深い心は浄土です。深く群衆の中に入って、群衆の無明煩惱

のために授記をしました。未来の成仏名を「法明」、国名を「善浄」としたのです。

「善浄」の意味とは「衆生を善化し心を清浄にさせる、国土の清浄」です。つまりこの地の人民の過去は尊者が度化した結縁の衆で、修行のために来ている心身浄潔、行は法の中にあり、刻々法喜と禅悦に溢れているということです。

法明如来の仏土は平坦で美しく、莊嚴にして清浄、善人の集まっている何人もあこがれる所です。それに反して娑婆世界は、うねうねとして人心は絶えず無明を複製し、好い事に随喜なく、その上誹

の中で、自分の発心と志願が堅いかと試すのです。そして人々の心に広く善の種子を蒔く、その心がすなわち清い国土であって、この世は平安和楽になることができます。

深い心と願力で

無名の網から抜け出し

菩薩の網で広く

善縁を結び善根を養う

花蓮県の万栄郷に住む五十歳を過ぎた林さんは妻が亡くなった後、意気消沈して終日酒びたりで仕事にも行かず、終

に半身不随になり仕事に行けなくなりました。

花蓮県瑞穂郷の慈濟ボランティア蔡秀鳳が、ある時彼の家の前を通った時、彼は地べたに横たわって、傍には水だか酒だか尿だか分からない液体が一面に見られました。「師姐助けてくれ。助けて！」と、ろれつの回らない声、それにひどい酒臭さに近寄ることができませんでした。

家へ帰っても三日間眠れません。どうして助けてあげなかったかと。そして数人のボランティアと一緒に再び彼を尋ねました。家の中に入ると、十字架が

あるのを見て初めて彼がクリスチャンだということがわかりました。その傍の一枚の紙には、「自分に対しては誠実に、一日に飲んだ酒の量をきちんと記録すること。家を資源回収物の分類所に使ってください」と書いてありました。

人に禁酒を勧めるのは容易なことではなく、秀鳳は彼に失望して世話をしあげませんでした。しかし上人の言われた、一粒の種を撒いて大樹になるには長い時間がかかるとの言葉を思い出したのです。それから彼を見離さず世話をしている中、彼は遂に禁酒に成功して環境保全の力強い一員になりました。

人を助けるには自分を変えなければ、相手を変えることはできません。この世には苦しいことが多く、無明の網にかからないようにしなければなりません。もしも見極めることができなかつたら、道理も明らかにならず、道心はだんだんと退き、煩惱は一波一波と押し寄せ、浮き沈みするのは実に辛いことです。

心は広く豊かに持ち、願力を発奮して菩薩の網を広げるのです。衆生を一粒一粒の種と見て、菩薩は大地の農夫のようにその一粒一粒を丁寧耕し、感化し、善根を成長させると砂漠も終には豊かな緑になると信じています。菩薩道を

行くには群衆から離れずに、大衆の中に入っても法を心にしてこそ揺るがない道心になることができます。奉仕をするにも相手が真に必要なものを見極めることです。その実、奉仕とはそれによって自分が喜びを得て自在になり、心の内に徳行を積むことで、さらに菩提大道に一步進むと慧命が増します。

皆さんの一層の精進を願っています。

## 《ボランティアスケッチ》

楊密の占いの結果は、いつも決まって「不運」だった。精神的な束縛を捨てて、ようやく答えが見つかった。考え方を換えさえすれば、雨の日にだって雨の日の意義があるのだ。

◎文・邱如蓮／訳・黒川由希／撮影・邱祥山

## 楊密 雨のち晴れの人生



●息子を相次いで亡くした阿琴（仮名）は、外でゴミを捨ってくるようになった。家にはだんだんにゴミが堆積し、日夜ゴミと暮らす彼女に近所の人々も近づかない。楊密（右）は慈済ボランティアとともに定期的に彼女を訪ね、思いやりと温もりを伝える。

## 海

を臨む台中市清水区、夏には湿った海風が吹き寄せ、冬には東北の季節風が肌を刺す。人が住むのに適した町ではなさそうだが、しかし土地は肥沃で水質も良く、清朝の時代から開墾が行われ、米の集散地となり商業も発展、日本統治時代には相当な賑わいを見せた。

しかし都市の発展とともに清水区の繁栄は衰え、農業を主とする田舎町となった。一九五四年、この町に一人の女の赤ちゃんが生まれた。家族は女の子が大人しく、人と争わず平和に育ててほしいと願い、密と名づけた。

長女だった楊密は、子どもの頃から物

**プロフィール：**1954年生まれ。1995年慈済委員の認証。

**訪問ケア経歴：**25年

**訪問ケアの秘訣：**家庭訪問はまた、社会の悲劇を防ぐことを願うことでもある。私たちが全力を尽くして、それでも起こってしまったなら、それは因縁というほかない。もし全力を尽くさなかったなら、きっと後悔する。



●楊密（右写真の右）は子どもの学校でママさんボランティアを組織した。後には中退生徒にも寄り添い、因縁を大事にし人助けを行う。  
●楊密（左写真の左）は慈済教師交流会に招かれ、愛をもって子どもたちに寄り添ってきた経験を語る。（写真提供／楊密）

分りがよく、小学校を卒業する時には成績優秀だったため、クラス担任の教師から中学校を受験するよう強く勧められた。しかし彼女は父親が自分の学費のために苦労するのを見るに忍びなく、教師の勧めに従って受験に行くには行かなかった。しかし考えはすでに決まっていた。「帰って来ると父にやはり中学には行かない、と言いました。言い終わってふり

向くと、涙がこぼれてしまいましたけどね」

楊密は進学をあきらめ、家計を助けるため、台北の親戚の経営するパン屋で働き始めた。近くに学校があったため、パン屋は大変に繁盛しており、彼女はレジ打ちのほか、コーヒーを淹れたり、コップを洗ったりと、眼が回るほど忙しかった。しかし人生の不公平も目の当たりにすることになった。裕福な家庭の子どもの朝ごはんはサンドイッチにコーヒー、一方貧困家庭の子どもは、一つ一元の食パンで三度の食事に当てていた。「将来もし余裕ができれば、きっと助けを必要として

いる人を助けよう」、彼女はよくこんな風に考えた。

### 販売業で活躍

パン屋に勤めていた六年間、楊密は祝日や病気で熱のある時でさえほとんど休まず懸命に働いた。給料は安定していたものの、しかし彼女はよく、「私の人生ってこんなものでしかないのかしら」と自問した。自分の人生のさらなる可能性を見つけ出したいと、楊密はパン屋を辞め、友人の紹介で当時台湾に一つしかなかったスーパーマーケットに就職した。

「当時仕事を探すには保証人が必要でしたので、以前働いていたパン屋のメーカーに保証人になってもらいました」。望みどおり職を得ると、楊密は着実に基礎から学んでいった。すると一カ月後、思いがけずオーナーから幹部になってほしいとの申し出があった。小学校しか出ておらず、会計を学んだこともなければ事務もできなかった楊密は、驚いて、「無理です。私はまだ何もできません」と断った。しかしオーナーはそれでも人事異動を言い渡した。楊密は否も応もなく、ルームメイトにソロバン、記帳を習い、商品名を覚えやすいようにと英語を丸暗記

していた。彼女はすぐにデパートの専門店での仕事を見つけたが、台北の元の雇用主が、勤務態度の真面目な彼女に戻って来てほしいと何度も清水までやって来た。一方新しい雇用主は、こんなに良い従業員に逃げられては大変だと、新店舗を開設して楊密にその管理を任せた。

## 新婚時代、心は茫然

生活のためあくせく働いていた楊密は、自分の結婚のことなど考えたことはなかった。台北で働いている時、始終誰かに言い寄られたり、誰かを紹介されたり

した。

故郷の弟は師範学校と台北工専の推薦入学の資格を獲得したが、父が生活費を節約でき、また安定した教職につけるという理由から師範学校に進むよう望んだのに対し、弟の興味は工科に向いていた。楊密は自分が進学をあきらめた当時の心情を思い出し、家族と相談して、自分が生活費を負担して弟を台北で就学させることにした。このため楊密は、弟が台北工専を卒業するまでスーパーに勤め続け、弟が卒業すると退社して台中へ戻った。

十四歳で故郷を離れた楊密が、再び清水区に戻ってきた時には二十四歳になっ

したが、彼女は全部断ってしまった。ただ小学校時代の同級生の卓清龍だけが、どこで彼女の足跡を探り出したのか知らないが、たびたび台北にやって来ては遊びに誘い、楊密が清水に戻ってからは、その誘いは一層頻繁になった。

「私は一度も誘いに応じたことはありませんでした。ただ一度だけ、彼がもう家の前まで来ていて、このままずっと待たれても困ると思って、一緒に夕食に行っただけなんです。でもその後、父にどんなに説明しても、卓清龍と正式に交際していると思われてしまいました。保守的な時代でしたから、噂はとつくに隣近



●楊密が一人住みのお年寄りに洗濯機の使い方を教えていた。(撮影・童正雄)

所にも知れ渡ってしまいました」。楊密はこう話す。

卓家の家族が来て縁談を申し込み、二人はこうして結婚した。結婚後楊密は仕事を辞め、病気がちの姑の面倒を見た。大人しい彼女はよく家の中でミシンを踏んで内職をし、いくばくかの生活費を稼いだ。

楊密が大家族の生活に慣れる前から、夫はよく友人と飲み歩き、酔っ払って帰って来るのは真夜中だった。「どんなに理

由を聞いても、夫は答えません」。楊密は悩みを打ち明けられる人もなく、誰かに答えを教えるという身重の体であり、こち占いに行った。「一体私のどこがいけないのでしょうか」、こう問いかけても得られる答えはいつも「不運」というものだった。

心の重しが外れず、妊娠後期、体重が四十八キロにまで減った。実家の父はそんな娘の様子に心を痛め、彼ら夫婦に夫の実家を離れ、生活環境を変えたほうがよいとアドバイスした。楊密は姑を新家に引き取り面倒を見、生活はようやく安定し始めた。

### 儉約して良いことをする

ある日、楊密は新聞で慈済功德会の記事を読んだ。創始者の法師は彼女と同じ清水区出身、慈善事業に挺身しているという。彼女が夫に自分たちも寄付して人助けをできないかと尋ねると、夫は「自分たちも満足に食べられていないのに、他人のことなど構ってられないよ」と答えた。

しかし楊密は、多少儉約すれば、自分たちの生活はまだ何とかなる、儉約したお金で人助けができる、と思った。そこで彼

女は電話で慈済とコンタクトを取り、こうして慈済ボランティアが毎月寄付を集めに来るようになった。

当時、末っ子が小学生で、楊密は何人かの保護者とママさんボランティアチームを組み、学校でのボランティア活動を行った。保護者たちは楊密が「慈済」について話すのを聞くと、やはり人助けの善心が起こり、楊密と共に毎月寄付するようになった。

やがて楊密は、寄付金を集めて来ている慈済委員から一冊の募金ノートを渡され、正式に募金を担当するようになった。その後まもなく家庭訪問にも参加するよ

つげ出した。ある時、朝ご飯を食べている一人の子どもの顔色が優れないのを見かけ、事情を尋ね、その子が困難な状況にあるひとり親家庭の子どもであることを知り、すぐに学校の教師に連絡して家庭訪問してもらった。

楊密が家に帰り、夫にこのことを話すと、不意に夫は泣き出し、「昔、僕にも君のような母親がそばにいたなら、辛いことを全部心に溜め込むこともなかったのに」と言った。

当時結婚してすでに十年がたっていたが、初めて夫の心のしこりについて知ると楊密は言う。実はかつて、何の原因

うになり、台中のベテランボランティア張雲蘭と一緒に、貧困家庭をあちこち訪ね回り、最も遠いところでは雲林まで行ったこともある。

貧困家庭訪問のボランティアの誘いを、楊密は一度も断ったことがない。公共交通機関を利用して集合地点の豊原まで行き、帰りも自分で公共交通機関で帰って来た。一九九五年、四十一歳の彼女は、慈済委員の認証を受けた。

家庭訪問と学校でのママさんボランティアを続けることで、楊密は助けを必要としている人への敏感な感覚が養われ、たびたび学校で配慮の必要な子どもを見

からか、舅が夫に対しかんしゃくを起し、天秤棒で打ち据え、夫が鶏小屋に逃げ隠れても追いかけて来て打ち続けたことがあった。病弱だった姑も夫を守ることができず、これをきつかけに夫は心の扉を閉ざし、二度と自分の思いを口に出すことはなくなったのだ。

### 別れの苦しみ、共感する心

だんだんと夫の卓清龍は楊密がボランティアをするのに賛成するようになった。ある時、夫婦で子どもを連れて委員交流会に参加した際、證嚴上人がこう開

示した。「血の通った私たちが、どうして四柱推命などに縛られなければならないのですか」

それを聞いて楊密は、自分が背負ってきた「不運」という重荷に思い至り、涙があふれた。車に乗るや彼女はすぐ夫にこう言った。「今日で重荷は捨ててしまおう。これまで背負ってきた本当に疲れた」

二〇〇九年、楊密は夫の歩く姿勢に異変があることに気づいた。どこか悪いのかと尋ねたが、どこも悪くないという答えだった。その後のある晩、楊密が子どもたちと居間でくつろいでいると、夫が下りて来て動悸がして気分が悪い、と言

い出した。楊密が夫を救急センターに連れて行くと、MRIで脳腫瘍が見つかった。

入院して検査すると、肺腺がんが脳に転移したものと判明し、医師は余命約半年と告げた。当時楊密は既に長年家庭訪問に携わっており、過去の経験から病人の心を安定させてこそスムーズに治療ができることを知っていた。そこで彼女は長い時間をかけて夫の恐怖心を静め、良い心を持ってこそ手術がうまくいく、と励ました。夫も徐々に以前の荒っぽい性格が直り、心静かに療養するようになった。

「その後、夫は自分から医師や看護師のケアに感謝するため、謝恩会を開きたいと言い出しました。夫は謝恩会の日取りを六月六日に決め、自分の生前告別式も兼ねることにしました」。卓清龍はこのイベントの打ち合わせにすべて参加したが、謝恩会の直前、楊密に家に帰りたと言った。

「別れの時が来たのだと分かりました

●計画されていた生前告別式は、卓清龍の死後、追悼会となった。楊密がボランティアをするのを応援してきた卓清龍は、人生の最後に3人の子どもを引き連れ、妻の後に従って慈善の道に入った。（撮影／曾秀英）



が、心はやはり痛みました」。楊密は夫の心を乱したくなかったので、たびたび車の中で隠れて泣いた。三日後、卓清龍は眠るように安らかにこの世を去り、献体をするという大願も果たした。

夫の死後、楊密は夫の心の安らぎを願った当時の思いを忘れず、引き続き何人もの死期の迫った患者に寄り添った。患者が安らかに逝くのに寄り添ってこそ、家族もその後の日々を安らかに過ごせることを彼女は知っていた。

●  
今年六十三歳になる楊密の、過去の人

生は平穩無事なように見えるが、しかし心の中では苦悩を味わってきた。どうして自分にこんなにも多くの試練を与えるのかと天に問うたこともある。しかし半世紀以上を生きた今、苦しみを体験したからこそ人への寄り添い方を知ったのであり、天は自分がより多くのことをなすことを望んでいたのではないかと思うようになった。このように考え方を変えたなら、雨の日には雨の日の意義がある。雨の後の青空こそ、より一層すがすがしく輝くのだ。

●小学校しか出ていないが、楊密は人生で様々な可能性を切り開いてきた。彼女と共に家庭訪問を行うボランティアは、「彼女がもしちゃんと教育を受けていたら、きっと大きな事を成し遂げていたに違いありません。」と話す。しかし楊密は人生の因縁は定められたもの、人助けという自分の人生の道を歩めたことを、幸せだと感じる。



◎口述・楊密 整理・邱如蓮

問：人助けをする時には、どうしてもその人がより良くなってほしいと願ってしまいます。何か良い方法がありますか。

答：家庭訪問をする時には因縁を考えなければなりませんし、それぞれにふさわしい導き方も考えなければなりません。万能の方法などなく、すぐに成果が現れることを期待してもいけません。時間をかけて相手の性格や来歴を理解してこ

そ、その人の状況に応じて導くことができるのです。また私たち自身も正しい方向を見極め、よく考えてから行動するようにならなくてはなりません。

阿軍は小学校の頃から盗みを繰り返して、たびたび警察に補導されてきました。警察から連絡があるたび、私が身元保証人となって引き取りました。阿軍は実は不幸な子なのです。小さい頃から父の同居人から、その人の手が習慣性脱臼になるほどのひどい暴力を受けていました。しまいには阿軍は、誰かがそばに近寄るだけで、反射的に身構えるようになってしまいました。

阿軍との付き合いは何年にもなりません。彼が家に帰ってこないで、辺りを探し回ったこともあります。その時あの子は「おばさん、すごいねえ。僕がここに隠れても、見つけ出すんだね」なんて言いました。阿軍はその後何度も補導されたので、最後に私は言いました。「もし私と約束したことを守れないなら、おばさんはもう助けに来ないからね」。そして阿軍が再度補導された時、私は心を鬼にして、彼を引き取りませんでした。

本当に少年院に入れられると知って、警察に連れられて出てきた彼は泣きじゃくっていました。私は警察の人に少し彼

と話をさせてほしいと言い、彼にこう言いました。「安心して中で勉強しなさい。おばさんは約束は守ります。きっと面会に行きますよ」。阿軍は誠正高校（矯正学校）で学ぶことになり、何はともあれ規律ある生活を送るようになりました。私と会う時、私が抱きしめようとするのを嫌がらなくなったのも、大きな進歩です。

私は一つ一つの決定をする前、先によく考えてから行動に移すようにしています。心が「定」まってこそ、慈悲心が同情に引つ張られてしまうこともありません。上人がよくおっしゃるように、慈悲には智慧が必要で、互いに補い合っ

そ本当に相手を助けられるのです。

問：苦しみには色々なものがあります。心理上、身体上の苦しみで、支援によって困難な状況を脱することができない病苦もあります。重病患者の家族をどのように支援すればよいでしょうか？

答：家族に病人がいた場合、苦しいのは病人だけでなく、家族もまた苦しいのです。私たちは家族に慈濟という後ろ盾のあることを知らせ、家族が安心して病人に付き添えるよう支援します。



美君は卒業して働き出したばかりの時、ひき逃げ交通事故に遭い、遷延性意識障害を起こしました。美君の母親は娘にずっと付き添うため、ビーチチェアを病床のそばに持って来て寝ていました。年月が重なると腰や背に負担がかかり、背も曲がってしまいました。それに気づくと私たちは、お母さんが多少でもよく休めるよう、すぐに折り畳みベッドを持って行きました。

時には王佳玲師姉を誘って一緒に家庭訪問を行うこともあります。彼女は看護師の資格があり、看護上のより良い知識を提供できますし、患者家族が自信を持

つことにもつながります。

遷延性意識障害の患者はただ身体が動かないだけ、心は正常なのだと思えます。言葉に出すことはできなくても、美君も両親を心配しているはず。「慈濟人がやって来ましたよ。家のことは私たちがお手伝いしますから、心配いりませんよ」、私はよく彼女の耳元でそつとこうささやきます。彼女がこの社会の温もりを感じてくれればとも願っています。

●美君は青春の真つ只中に交通事故に遭い、遷延性意識障害者となった。長年寄り添ってきた楊密は、美君を励まし、家族の心に安らぎを与える

## 庇護

◎文・李穆齡、温燕雪／訳・慈願

スイカ老夫婦は黙々と、畑を耕し子供たちを育ててきた。

慈済ボランティアは古くなって雨漏りする家の修繕を手伝った。



●スイカおじいさんの家の屋根瓦は暴風に吹き飛ばされ、ビニールで覆っていた。修繕するため、慈済宮建所の職員が詳細に調査している。  
(撮影／温燕雪)

## ス

イカ老夫婦は、二〇〇七年から慈済彰化支部より長期に亘って貧困者援助ケアを受けており、ボランティアが長い間世話してきました。三男一女が生まれいますが、長男は早逝し、次男は小児麻痺の上に二〇一四年に肝臓癌を発病して、老夫婦は貯金を治療費にほとんど使い果たしました。現在、嫁の稼ぎに頼るほかになく、末の息子はそんな家庭を顧みずほとんど家に寄りつきません。七十歳を越したスイカ老夫婦の生活は簡素で、政府から老農補助金を受けていますが、ほとんどは息子の治療費と借金返済に消え、いくら畑を耕しても追いつきません。

つきません。そんな子供たちに対しても親としての愛は変わらず、自分の痛みをも顧みずに毎日スイカや野菜を作って忙しい日々を送っています。

スイカおばあさんは長年透析治療を受けているほか、右肩関節が習慣性脱臼である上、さらに医師から甲状腺の手術を進められています。「前世でどんな悪いことをしたのでしょう。この世でこんな辛い目に会うなんて」と涙ぐんでいるおばあさんをボランティアは慰めました。左手だけをを使って農作業をしているのを見る度に心が痛み、農作業を少なくして日雇いに変えた方が楽ではないかと勧めま



●スイカ夫婦は早朝畑仕事に出る。ボランティアは畑でスイカ夫婦を探し、部屋の修理について相談する。(撮影／温燕雪)

した。

「誰もこんな老いぼれを雇ってくれませんよ。親戚にただで使わせてもらっている農地を耕して、少しでも借金を返したいの。親戚に長い間借りるのは悪いと思っているけれどね。でも、去年の収穫は悪くて元手さえ返ってこなかったわ」と溜息をつきました。

二〇一五年は二度の台風だけでなく、追い打ちをかけるような酷暑に農家は多大な損害を受けて、スイカ老夫婦の経済

状況もさらに悪くなっていました。その上癌を患っている次男の治療費が毎月一万元近くかかり、ボランティアは話し合った結果、次男を訪問してまず一万元の緊急支援金を送りました。

スイカ老夫婦の苦境をおもんばかって、次男の住んでいる地域の慈済基金会が新たに次男を貧困者援助長期ケアのケースに登録することにしました。

訪問ケア専属のボランティア、高秀玲は「慈済の支援金は委員が会員から毎月五十元、百元と集めている貴重な浄財の中から、緊急または長期ケアの救助に当てています。ですから私たちは一元たり

とも無駄に使ってはならず、本当に必要なかと慎重に見極めなくてはなりません」と言いました。

そして彰化県福興郷を訪問し、台風で破損したスイカ老夫婦の家の被害状況を調査して修繕費を見積もりました。

人家の少ない郊外は道路の脇に人の背丈よりも高い雑草が繁っており、その間から高圧電線の塔が聳え、後ろ側に畑が広がっています。その中の一甲分の土地を老夫婦は背を丸めて懸命に耕しています。ちょうどエンドウ豆の収穫をしています。スイカおばあさんは、ボランティアたちが来たのを見て一緒に家へ帰りまし

た。

屋根は傾き、床はひび割れ、長年壊れる度に修繕していましたが、暴風には耐えられなくなり、屋根の隙間から雨水が部屋の中へ滴り落ちていきます。営建所担当者の陳文亮は詳しく調査して「屋根瓦の部分は梁がまだ大丈夫だから、修繕してペンキを塗りましょう。屋上の囲いは傾いて使い物にならないから柵に変えましょう。床のひび割れは隙間を特殊な材料で埋めることにします」と言いました。

経験豊富な彼はボランティアに「壊れた部分の撤去は安全第一で行わねばなりません。階下で誰かが見張りをし、人や

車の往来を止めなければなりません」と注意事項を指示しました。ボランティアが、「撤去の時に廃棄物を機械で吊り下げの必要はありますか？」と聞くと、「骨組みがもろくなっているから、ボランティアを動員して運搬して下さい」と注意しました。

正月三日、連休を一日返上して六人の師兄が雨靴に軍手のいでたちで、シャベルを手に小型トラックでやってきました。二階のはがれているセメントの塊をシャベルで袋に入れると、一袋で二、三十キロになるのを、師兄は肩に担いで四往復しました。師兄は笑って「鍛えられても

つと健康になる」と言いました。二時間半作業し、腐った木切れや雑物も取り払うと二階はさっぱりしました。

二十日、陳文亮と営建所の人たちがまた来ました。防水ペンキを塗って、トタンの柵を作って、すべての修繕が終わりました。すっかり新しくなった家で、これからはスイカ老夫婦は雨風の心配をせずにすみます。

● 普段忙しい老夫婦の家の中は足の踏み場もないほど乱雑。ボランティアが整理する。(撮影／梁棉彬)



●ボランティアが20〜30キロもある廃棄物を肩に担いで二階から下ろす。(撮影／黄平禮)

## 低気圧がやってきた でもボランティアもきた

正月二十五日、陳文亮と宮建所の職員と十六人のボランティアが再びスイカ老夫婦の家を訪れ、修繕工事の出来具合を確かめました。スイカおばあさんはソファに座って、「昨日の夜は息苦しくなったので急いで薬を飲みましたよ。こんな天気が続いたら畑に出られませんよ」と訴えました。

ボランティアは男女に分かれ、男は屋

上の片づけ、女は農作業で忙しいおばあさんの部屋を片づけることにしました。飲み薬や軟膏などが乱雑に椅子やテーブルの上にあるのを集めると、薬の中には期限を過ぎたのもありました。「おばあさん、この布団はもう古くなっていて新しいのと取りかえましょう」「それは私の嫁入り道具だから駄目よ」と言うように、いちいち聞いては、いらぬ物を片づけると、家の中と台所はさっぱりしてきれいになりました。

●屋根の修繕作業。破損した屋根を取り除き、新しい板につけかえた。これから風雨を心配しなくともよい。(撮影／梁棉彬)



## ☆弱者家庭の家屋修繕を支援

慈済は弱者家庭が安心して暮らせるように、毎年、平均して五百世帯の家屋の修繕を支援している。その対象は一人暮らしのお年寄りのために出入り用の通路を作ったり、浴室に手摺を付けることや電気の配線を新しくすることで照明を明るくし、お年寄りの生活の質を高めると共に安全を確保している。

慈済基金会建設処の幹部である陳文亮によると、二〇一五年、中部地区だけで二十戸を超える家屋の屋根を取り壊している。「火災で焼けたものや老朽化した家屋があり、住めなくなっていました。それらケア対象世帯は中部の海辺や山間、または遠く南投県信義郷の山奥の部落まで及びました。」と彼が説明した。地方の町長や村長の中には支援を必要とする時、慈済を思い出す人もいる。申請して慈済ボランティアが現場を訪問した後、支援の必要を認めた時、慈済基金会の社会福祉課の人員が建設処の人と共に一歩踏み込んで状況を把握し、支援を行う。

修繕する時は、品質が良くて長持ちする建材を選ぶ。現地の専門家も一般のボランティアも参加し、迅速に工場を完了させる。陳文亮は住居は最低限必要なものであると思っている。「彼らに落ち着いた暮らしと健康で安全な環境を与えるべきだと上人はいつも言っています。上人は更に、自分たちの家を建てるように、最高のものを建ててあげなさいと言っています。」(資料の提供/袁淑珍・訳/済運)

市場へ野菜を売りに行っていたおじいさんは「低気圧がやってきたので野菜が少なくなつて、値上がりしたから、良い値で売れたよ」と喜んで帰ってきました。そしてきれいに片づいている家の中を見て満足そうに笑い、屋上に上がって男たちの手伝いをしました。

午前の仕事が終わって師姐たちが作った大根餅や杏仁五穀茶などのご馳走のおかげで、新築祝いと少し早めのような年越しは和気藹々とした雰囲気でした。

\*

九年間慈済ボランティアたちは、老夫婦が二人の息子たちが同時に癌に冒された事にショックを受け、長男を亡くした悲しみに打ちひしがれていた時、終始寄り添って慰め、毎月生活援助をしてきました。

しかし老夫婦はボランティアたちに、逆境に遭った時は受け入れ、老いや病の痛みも受け止めなければならぬ心構えを無言の中に教えていました。子供たちを菩薩のように寛容に、無私で悔いのない愛でいたわることを、ボランティアたちは教えられていたのでした。

(慈済月刊五九一期より)



## マスコミは 心を清める泉たれ

社会が平安で仲睦まじく、この世から災難がなくなるには、人心の浄化から始めなくてはならない。

### 正義の声を挙げて

科学技術の発達にともない、インターネットによって様々な情報が飛び交って

◎文・釋徳仇／訳・慈願

います。誰でもネット上に真実でない情報を掲載することができ、多くの人がそれに扇動され興奮します。二〇一五年の最後の日、フランシスコローマ教皇は、マスコミが社会のよい面についてもっと多く報道し、人々の良心を啓発して、暴力、恨みなどの邪悪な面が十万しているこの世の中の平衡を保たねばならないと発言しました。

朝会の時間に、上人もこのローマ教皇の呼びかけに同感され、「現在の社会は『無明の網』に天地を覆われ、人の心をかき乱し、是非を錯乱させられています。もしも世界に影響力のある人が正義の声を挙げ、世界の人々を導いて、各々が自己反省し行為を改めるなら悪の力は消滅します」と言われました。

「大愛テレビ局は清流を流して人心を浄化するという使命を負っています。愛の心を以てこの世の苦難や温かい出来事を報道し、混乱している社会を浄化して社会がさらに平穏になるこ



とを願っています」と続けられました。

この混乱した世の中にあつて、上人はスタッフが細心に人心を啓発する番組を制作していることに感謝されました。人々が番組を見て広く天下に目を向け、良能を發揮してほんの少量であつても愛を累積して、天下の苦難の人々に造福することを願つておられます。

世の人々の心が浄化することを

「慈濟にとつての今日という日」

一九八三年一月二日、上人は慈濟聯誼会一回目の時に「自分の体の健康を求めず、ただ智慧が鋭敏となるよう求める。すべて思い通りにゆくことを求めず、ただ気力と勇気があるよう求める。負担を軽くすることを求めず、力量が増加するよう求める」と自分に「三つの求めず」の願をされました。

十二年後にまた、「人心の浄化、社会の平和、天下に災難になきように」と「新春三願」を提起されました。そして歌仔劇（台湾オペラ）の役者・楊麗花さんと談話された時、『三つの求めず』あるいは『三願』も、そのすべては世の人々に対しての発願です。社会を平和にしこの世から災難をなくすためには、人心の浄化から始めねばなりません。大愛テレビ局が人心を浄化するとの使命を負つて、よい面のニュースと番組を通して社会で起こっている衝突や暴力を鎮め、人心の悪を調伏するように願っています」と。

「人の心が汚染されると悪業を造成し、この世の大空もまた汚染されます。仏法は衆生の造った因、結縁、果の報いを受け、道理をはつきりと分析しています。もしも皆が因縁果報の道理をはつきりと見極めることができると、共に知識を高められ



共に行動することができます。

上人は、大愛テレビ局の番組「菩提禅心」について、観衆がこの歌仔劇を鑑賞すると同時に仏法の道理を理解し、仏法の妙薬によって心霊の煩惱無明を治すようにと説明されました。

仏法は神話の中のような実在のストーリーではなく、真に身体を以て体験し励んだ道理です。上人は、菩提禅心番組の内容は著作や文章に過ちの多い劇ではなく、仏典の物語または慈濟人が体験した実際の話でなくてはならず、出演者はみなたんなる芝居でなく、本人の心持ちになって投入し、説法、法を伝える心持で慎重に、観衆が仏法に接触して道理を思考し努めるよう期待しているのです。

「五十年来、慈濟の事業を行ってきたこと、天下の衆生を愛してきたことに、私は少しの悔いもありません。たとえ困難や批判にあっても、『天の試練があっても勇者になる』という感

謝の気持ちを抱いています。慈濟人が日々天下の苦難の人に奉仕し、自分を気にせず良能を発揮していることに心から感謝しています」

\*\*\*

世界の各地にいる慈濟人が菩薩の心を以て、苦難の地に入つて衆生に寄り添い助けている感動的な真実のすべての事は、人間蔵経の中で伝える価値があります。上人は「人々の中へ入つて修行する時、善行を阻まれても過去世において造つた悪縁によるものと自分に言い聞かせ、柔軟謙虚な態度で悪縁を善縁に転ずれば煩惱は起きません。こうすることによって、如何なる苦勞も飴のように甘く、安泰に大乘菩薩道を歩くことができます、喜びの心で見返りを求めない奉仕ができます」とおっしゃいます。



す。

苦難の多いこの世、中でも地球の温暖化や病は天下の一大事です。上人は溜息をつかれて、気候変遷、環境悪化の原因は人々の尽きない食欲の心によると話されます。「マスコミは人心浄化の泉たるべきであって、仏法は人心教化の妙法です。途切れることのない清浄な法水が人心を洗い清め、人々が教化を受け入れ、地球温暖化を防止する行動を起こすよう願っています」

(慈濟月刊五九一期より)

## 社会の問題について

問い：「現今の社会は多くの問題をかかえています、その原因はどこにあるのでしょうか」

「多分『人』にあるでしょう。一人一人が集団の中の一つの個体なのです。国家や社会が繁栄するためには、一つ一つの個体がそれぞれ責任をもたねばなりません。たとえばゴミの問題ですが、ゴミが山と積まれたから問題が起きたのではなく、それぞれの家庭から捨てられたゴミがあまりにも多いのでゴミが問題となったのです」



# 慈濟大事記三月 ……………

訳・済運

03・01	<p>ドイツ、フランス、イギリス、ボスニアからのボランティアが2月28日から順次セルビアに到着し、物資配付活動の準備を始めた。この日、慈濟ヨーロッパ配付チームはアデセヴィシ難民中継所とシド駅難民キャンプで冬服と帽子、手袋などを配付した。</p>
-------	--

03・04	<p>慈濟フィリピン支部は「2016 国際慈濟人医会フォーラム」を開催した。「普く所に大愛の種子を植え、慈濟人文を行動に移そう」を主題に、参加者は慈濟の医療人文と專業の領域をどうやって結合させるか、意見交流を行った。アメリカ、オーストラリア、台湾、フィリピン、インドネシア、マレーシア、シンガポール7カ国から93人の人医会メンバーが参加した。</p>
03・06	<p>慈濟フィリピン支部は志業パークで第206回の施療を行った。フィリピン、シンガポール、台湾、マレーシアからの人医会メンバーによる外科、内科、歯科、眼科、小児科の西洋医、漢方医が3150人の患者の診療を行った。</p>
03・08	<p>◎慈濟大学付属高校1年生の生徒と教師らが8日から10日まで「シリアに愛を・未来があるように」と題したチャリティーバザーを催し</p>

	03・10	03・12
<p>その日、学校で既に到着した難民に石鹸や歯ブラシなどの日用品と20カナダドルの買い物カードを配付した。</p>	<p>セルビア難民事務局は慈済ヨーロッパ配付チームに対して、炊き出しとトイレットペーパーやオムツなどの日用品の配付を要請した。</p>	<p>◎オーストラリア、パースの慈済人医会メンバーは西オーストラリア・オーラルヘルスセンターで第五回目の歯科の施療を行った。赤十字社とセントバーツ慈善団体から紹介された難民やホームレス、低所得者など118人が診療に訪れた。</p> <p>◎慈済基金會は防災予防校舎建て替え工事で、屏東県公正中学校、内埔中学校、里港中学校、高泰中学校、枋寮高校等の工事が完成した。当日、5校の校舎の合同起用式典が行われ、教育部義務教育及び入学前教育署</p>

	<p>た。生徒は自分たちでポスターとピラを作るほか、食品を作ったり中古品を集めてシリア難民のために愛の募金を募り、慈済基金會の国際災害支援に役立てる。</p> <p>◎慈済フィリピン支部は第2回マニラ災害復興會議に参加し、即席飯や多機能折畳式ベッド（福慧ベッド）などの災害支援物資を展示した。フィリピン支部長の李偉嵩は招待されて慈済災害支援の理念について講演した。</p> <p>◎中華仏教青年會は「第15回国際仏教傑出女性賞（OWBA）表彰式」を初めて台湾で行った。慈済功德會の協力の下に花蓮の静思堂で行われ、タイ、マレーシアなどから傑出した比丘尼や居士ら116人が出席した。</p> <p>◎カナダ、バーナビー市エドモンド地区小学校と慈済は合同で、間もなく到着する25世帯の難民に対する日常生活物資を準備すると共に、</p>
--	--

03・17	<p>慈済ヨーロッパ配付チームはプレセボ難民キャンプで冬服の配付を行った。17日までに2830枚の冬服と帽子など物資を配付した。同日、宗教処海外事務部の職員陳祖淞がセルビアに到着した。</p>
03・14	<p>インドネシア西ジャワのバンドウン県は8日から13日の連日の大雨でチャルム川が氾濫し、災害をもたらした。バンドウン慈済ボランティアは14日、重被災地であるボジョンソアン村九番街と十番街でインドネシア赤十字社と協力して840世帯に麺、油、衣類などを配付した。15日と16日は炊き出しを行った。</p>
03・21	<p>セルビア中部のルザーニは3月6日、大雨に見舞われ、12時間の間に水かさ3メートルに達し、大きな被害をもたらした。慈済ヨーロッパ配付チームは難民キャンプと中継地の世話をすると共に、21日、7人のボランティアが当市のスタンボリック市長と共に被災地を視察した。</p>

	<p>の鄭來長副署長、潘孟安知事、慈済基金会林碧玉副総執行長らが除幕式を行った。</p> <p>◎慈済ベトナム支部と妙禱病院が協力して眼科の施療が行われ、12日から14日まで118人の白内障患者に手術を行った。今回は慈済と妙禱病院が協力して行う第10回目の活動で、5人の中国の医者も参加した。</p> <p>◎慈済ヨーロッパ配付チームは12日から難民に炊き出しを行ったが、現地の法律規定で料理を禁じているため、加熱した弁当を提供するに留まった。また、現地での物資の供給に限りがあると共に、難民に多様化した食事を提供するため、ボランティアは14日、難民事務局に出向いた。その結果、即席飯とその調理方法を紹介した後、事務局員は慈済が即席飯を提供することに同意した。</p>
--	--

# 慈濟

2016年4月15日発行・232号

中華郵政台北誌字第909號執照登記為雜誌交寄

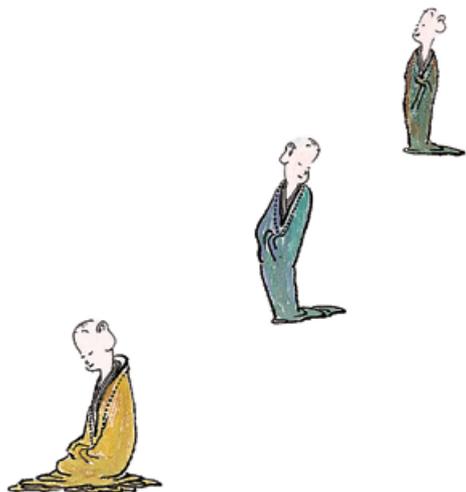
Printed In Taiwan

発行人 釋證嚴  
発行所 慈濟基金会  
〒112 台湾台北市北投区立德路2号  
編集 慈濟日本語翻訳チーム  
杜張瑤珍・張涵  
校閲 山田智美  
電話 (886)02-2898-9000  
FAX (886)02-2898-9920  
E-mail: 019874@tzuchi.org.tw

慈濟基金会日本支部  
〒169-0072 東京都新宿区大久保1-2-16  
電話 (03)3203-5651 ~ 5653  
FAX (03)3203-5674  
E-mail: jptzuchi@yahoo.com.tw  
tzuchi@tzuchi.jp

證嚴法師のお言葉、委員や会員の体験談、慈濟に関するニュース等を日本の方々にお知らせする目的でこの小冊子を編集しました。日本文への翻訳は素人である私たちがしましたので、不備な点や、つたないところがあると思います。ご感想やご教示がいただけますれば幸いです。(日文組編集同人)

仏教を学ぶ上で「短期間に悟る」方法があるのですか？  
本性はどう違うのですか？



私がお飯を食べても貴方は満腹にはなりません。仏と言っても即刻、悟りを得ることはできません。心の病は欲、争い、愚かの三つしかありませんが、薬はいっぱいあります。八万四千の仏法。これは異なった状況に適應させる為です。人間の性は同じですが、三種類の本性に別れます。下品、中品、上品。簡単に言えば、下品の性の人 は行動から道に入り、上品の性の人 は行動と道理の両方から入ります。自分を他人とは違うと思ひ込んでいる中品の性の人 が正しい道に入るのが難しいのです。自分の足元をしっかりした上で、現実的な道理を實踐し、人の言うことに囚われないことです。さもなければ、僅かな偏差が取り返しのつかない方向に行ってしまうこともあります。