慈濟 244 ものがたり

慈濟基金會
2017 年 4 月

TZU CHI ● ツーチー

表見返し●

文・證厳法師/訳・済運/撮影・李白士

忍辱を受け入れて
慈悲の智慧で立ち向かう

順境の時に警戒心を持ち
言動を慎み
良因を作って良縁を結ぶ
逆境の時は因果を理解し
悪を善で解釈し
忍辱を受け入れて
慈悲の智慧で立ち向かう

目次

【社論】
心の風景を自分で営む　慈願／訳　4

【主題報道】
▪動の中で静を修行する生活の智慧　済運／訳　8
▪目に見えない技　劉済雨　済運／訳　18
▪静かな心こそ悟りの力を生む　高嶋由紀子／訳　28

【子供の心】
分けて楽しく食べよう　心嫈／訳　40

【国際の慈済・フィリピン】
愛が溢れる街　黒川章子／訳　46

【特別報道】
散る桜の花に祝福を託して　心嫈／訳　52

【證厳法師のお論し】
大智、大仁、大勇　慈願／訳　60

【特別報道・静思語読書会】
刑務所工場での講義　済運／訳　72

【ボランティアスケッチ】
訪問ケアの生き字引　慈願／訳　86

【衲履足跡】
善と愛があれば自ずと人からも愛される　葉美娥／訳　98

【法を聞く心得】
慈悲と忍耐に我を忘れて　慈願／訳　102

慈済大事記【三月】　済運／訳　107

表紙

静思精舎では「一日作さざれば一日食らわず」をモットーに、労働と修行をする生活が定着している。環境がどう変ろうと、心の境地を常に静寂清澄の状態に保ち、動の中で静を修行し、煩悩と縁を切っている。（撮影・黄筱哲）

【社・論】

心の風景を自分で営む

◎訳・慈願

朝日が昇り、葉先の露は、小さいながらも安らかな大世界の奥義を醸し出している。四六時中の循環、巡りくる昼夜には自然界の定律が延々とつむがれている。

しかしせかせかした環境に身を置く現代人は、常に「間に合わない」という焦燥感に襲われ、どれだけの時間にどれだけの金銭を得られるかにばかり気を取られ、人生にあるべき安らぎと快適さを体得することができない。

人々は絶えず流れ去る時に対して、時を善用しないだけでなく、反対に疲労感に落ち込み、いかに処置すべきかと苦悩する？

今月いろいろな人々をインタビューして、忙しい時の間にいかに静的な力を探し求めているたか、話を聞くことができた。ボランティア、林月雲さんは、慈済に参加して三十年以上になる。はじめは宗教に興味があり、仏教各宗派の道場を巡るだけでは気がすまず、インドの聖堂にまで行ったこともあるが、最後に慈善利他を実践している慈済の一員となった。

ボランティアの任務は多忙で、禅修行とは程遠かった。法師は彼女に「すべてのことに気をつかい、この世を道場だと思うこと」と言われた。この教訓を胸に、何事も細かく観察し、「忘我」を以て「生のある現在」を深く会得した。この心の鍛錬によって癌告知も、一人息子を事故で亡くした悲しみも乗り越えることができた。

證厳法師に従って七年あまりになる徳松法師は、出家前は台北のある商社で秘書をしていたが、大都会の喧騒になじめず、心の空洞は日増しに大きく

なっていた。出家した後の生活はやはり忙しいが、規律のある生活の中で心が澄み切ったように感じている。

徳松法師は《法華経》の中に「その心海のごとく安らかなり」とあるのは、仏陀の安らかな御心をそばにいる人たちも感じていることを描写していると話す。例えば大海の水面は波もなく静かに見えるが、その下では荒れているように、「動」と「静」は表裏同体である。外面は雑然としていても、人心はそれに抗おうとしたりせず、反対にこの機をかりて規律を整えるなら、内心はさらに細やかにゆったりと安定して静かでいられる。

西洋医学は人体をロボットのように見なして、絶えず修整を必要とする。医学治療は機器を用いて機能を回復させることを主としている。西洋医学から自然医学に入った許瑞云医師は、「心は身体疾病の根源だ」と話す。心が忙しさに左右されると、人は事物に対して過度の期待を抱き、心身のバランスを失い、心は注意力散漫となって混乱する。この混乱が生理の混乱を引き起こす。それは疾病のはびこる根源になっている。

生気が溢れる春、大地が私たちに多くの霊感を与えてくれている。松の葉の先の露を凝視するように、日常の些細な事々を静観すれば、私たち皆は至る所で得ることができる。心が環境に左右されず、今まさに流れ去る一時の中で、私たちは無限に心の風景を自分で営むことができるのだ。

動の中で
静を修行する生活の智慧

人々は生活のために否応なしに引っぱられてしまうことが多く、
借金の奴隷となったり、ネットの情報に縛られたりしている。
世の中を騒がせている環境問題に対しては無力で、
騒がしい場所から遠ざかるが、静かになるとまた落ち着かなくなる。
混乱した世の中で、静かな心の桃源郷を見つけるにはどうしたらよいか？

◎文・李委煌　訳・済運　撮影・黄筱哲

●掃除をしながら「心地を掃除」する。
薪や水を運ぶのも全て禅である。

「五色は人の目を盲ならしむ。五音は人の耳を聾せしむ。五味は人の口を爽わしむ。馳騁畋猟は、人の心を発狂せしむ」と中国古代の哲学者、老子は二千五百年以上前に未来の人間をこう予言している。

現代社会は外的環境からの刺激を多く受ける。とくにネットの世界からの音声や画像が人を惑わして心を攪乱し、虜にして自制できなくさせる。下を向いて見つめる携帯電話の画面の方が、顔を上げて見える人間社会よりももっと現実的に感じられ、夢中になっているのである。

一九七〇年代、仏教を北米に紹介したチョギャム・トゥルンパリンポチェは現代人の思慮と矛盾に関する本を著し、「世界は目まぐるしく変わり、人々は流れに呑み込まれて止めどない思

●「暁に目覚め法の香に浸る」時間、世界11カ国３００余りの道場は静思精舎の本堂とネットで繋がれている。この時を共に過ごし、ボランティアは精進と静心に励んでいる。

●慈済ボランティアは社会奉仕や国際慈善災害支援に励み、無償で忙しく働く。それは行動を通して自分と家族の健康と平安に感謝するからである。動態は世俗の欲望を抑えることができ、一挙手一投足や気持ちの変化など全てが修行の対象なのだ。

考や情緒、欲望が起き、心と日常の生活はまるで二つに切り離された全く別の出来事のようになってしまっている」

現代人は全般的に心が浮わついていてせっかちで、長らく自分の心を粗雑に扱ってきたため、次第に心が鈍感になり、環境の変化と危機を察知しにくくなっている。雑音だけが聞こえ、静かに心の声を聞くことができなくなっている。

刻々と変化する世の中の動態的な日常生活の中で学び、心の中に静定の道を確実に見つける方が、静かに何時間も座禅するより有効な方法かもしれない。「実際もしこの外の世界がなかったら、修得禅定の可能性はほとんどないでしょう」とチョグヤムトルンパリンポチェは言っている。禅宗《六祖壇経》にも、修行して悟りを得ようとするなら、世の中から離れていては得ることはできない、と書かれている。

チョグヤムトルンパリンポチェは「仕事中の禅定」または

「外向性禅定」を提案している。これは、よく耳にする動態禅や生活禅のことである。禅定または静定の境地とは、長年苦行をしたり、精神を離脱した状態に自分を置く必要はなく、善なる方法や智慧を日常生活に取り入れることでも到達できるものだ。

一般的に言う静修とは主に自分の心と向き合うことである。慈済ボランティアは逆に外での慈善活動を通して世の苦難に近づくことで、真の自分を映し出している。言い換えれば、彼らは異なった方法で自分を認識、観察しているのである。

慈済ボランティアも修行活動で静座することはあるが、必ずしも長時間座禅するわけではない。彼らは毎日早朝に證厳法師の講釈を聞くが、仏法経典の知識面における徹底した理解を重視していない。

ボランティアが厳格に護っている「慈済十戒」(註)は、「規則」であって「規制」ではなく、一定制限を課して日常の心身の安全と安らぎを護るものである。

それは古めかしくて型にはまったしきたりのように見えるが、実は彼らが仕事で多忙な時、外的環境や人事の影響を受けて心が乱れる時に護ってくれている。彼らは静定を修得するが、それは心が頑なに変化に順応せず、得意になるに任せることではない。それなら決まった時間に静定する必要はない。

●静思精舎の法師が板を打ち、皆さんに晩の勤行を知らせる。規則正しい生活で、混乱した心が平静になれる。

動の中から静を修得する

静定を求める心は日常生活から切り離されて考えることはできない。動と静が全く別の事柄であるというのは、言葉と行動が全く異なるような馬鹿げたことと同じである。

体は静座していても、思考が遠く離れている状態が動なのか静なのかを試しに考えてみたらよい。日常の仕事で精神を

集中させている状態は動なのか静なのか？

「四六時中、座禅と礼拝と数珠を数える方法で何年も修行してきた人が、悪習を変えず、煩悩を持ったまま、性格も考え方も変えていなければ、本当の修行とは言えません」「あなたの職業が何であれ、自分の仕事を受け入れ、境地や物事、人に接して習性や心を正す必要があるのです」と中国の現代の哲学者、南懐瑾は言う。

ボランティアは群衆の中で慈善奉仕をしながら、その行動を機会と捕らえて心を鍛えている。一日一日が過ぎる中、見返りを求めない奉仕により、自ら進んで行えば喜びが得られることを知り、「執着しない」ことを学ぶことができる。奉仕によって身についたこうした心の持ちようが、慈済ボランティアとしてのライフスタイルを形成している。自分で意義があると思う行動をし、慈善の方式が心の静定をもたらす公益修行法となっている。

今回数多くの「多忙な人たち」をインタビューして静定の道を伺った。その結果、規律正しい生活と正念の育成、慈悲深く人に接すること、絶えず心することなどに集約することができた。騒々しい世の中にいても常に心に余裕を持ち、研ぎすまされた眼光を持つことができることが分かった。

結論を言えば、心の平静と自在感は見かけや物質的条件とは直接的かつ必然的な関連はない。群衆から離れて独居し、気楽で快適で何の煩わしさもない環境の中で静けさを求めるのは申し分ない。しかし、社会で人々と抱擁するのはもっとよいことかもしれない。というのも、苦難に深く係わり諸々の試練を経た後、ふと振り返ってみると、悪習を失くしていく過程で知足、感謝、静定の心境を体得しているのが分かるからだ。

註：慈済十戒

一、殺生しない
二、窃盗しない
三、邪淫しない
四、嘘をつかない
五、酒を飲まない
六、タバコを吸わない、依存薬物を使わない、檳榔を咬まない
七、博打をしない、不正に自分を利さない
八、親孝行する、大声を出さない
九、交通規則を守る
十、政治活動やデモに参加しない

目に見えない技
劉済雨

良い事を実践し、良い言葉を口にすれば、他人にも分かるが、心に思うことは自分にしか分からない。

自分と向き合って、動態の中に静態を修行し、乱の中に定ができれば、それは真の技である。

●劉濟雨は頻繁に講演を依頼されるが、謙虚になるよう自分を戒め、智慧や法話を日常生活に取り入れている。とくに一人の時は用心しなければならない。

◎文・李委煌　訳・済運　撮影・黄筱哲

■劉済雨

マレーシアで成功した台湾の企業家。２００１年に事業を終結し、約５０００坪の工場跡地を慈済に寄付。２０１２年まで慈済マラッカ支部長、シンガポール支部長を歴任した後、現在台湾に定住。『心路』『修と行』など８冊の著書を上梓している。

機智に富んだユーモアな語りに加え、ボディーランゲージを豊富に使い、人生の道理を日常生活に組み込むことに長けた劉済雨は、慈済ボランティアから評判の話し上手である。リラックスした会話の中にも博識で機智に飛んだ言葉が光り、時には諧謔詩のような面白い言葉も飛び出してくる。

話し上手というと、今の世の中ではあまり褒め言葉にはならず、世が乱れるのを喜ぶような報道関係者に多く、社会の不安定要因の一つになっている。

劉済雨は話し上手だが、話すということに非常に慎重である。言葉を話すというのは情報の伝達が目的であるが、言葉自体は人間関係の中で意志の疎通を図る役目を果たしているのは七パーセントにすぎないことを科学者が証明している。ということは、

人間関係で重要なのは決して口にだけ頼るわけではないのだと彼は言う。

しかし、俗世間ではとくにその七パーセントを重視し、「とりわけ言葉を発しない時の考え、情緒、顔色、態度こそが本当の心の現れのはずです」と劉済雨は言う。「これは内にある『静寂』の質と関係があります」。現代人は動と静のバランスが取れず、とくに忙しい生活を送っている人は暇になると落ち着かなくなる、と彼は思っている。

常に多忙でも人生の方向が分からず、盲目に社会の風潮に追随する現代人にとって一番難しいことは、「静かに何もしない」ことである。それは休まる暇のない脳が何もしないのは時間の浪費で、人生を無駄にしていると思うからである。

多くの人は、「忙し過ぎて家族サービスもできないのに、静かになる時間がどこにある?」と言う。劉済雨によると、その言葉は「自分の車はとても速く走っているので、ハンドルを握る暇はない」と言っているようなもので、真の道は正反対で、正に車を速く走らせているため、いつでもブレーキを踏み、ハンドル操作ができるようにする必要があるのだと彼は言う。

心身共に忙しさで疲れきり、その忙しさで方向感覚を失くしたり、間違った方向に走ったりしたら、それは「生活上の危機」と言える。それはアクセルしかなく、ハンドルもブレーキもない車のようなもので、「いつ事故を起こすか分からない」のだ。

酒で気を紛らわせようとすればするほど憂鬱になる

人が安心感を失くした時、より多くの金や権利、物質を手に入れようとするのは、それらが幸福や平穏をもたらしてくれると思い込むからである。

もし、消費や娯楽によって質の高い無害な快楽をもたらそうとするなら、それは間違った快楽だと言えるだろうか。これこそ現代人の憧れではないのか? それを追い求めること自体に問題はないが、「危機はそういう思考の中に潜んでいる」と劉済雨は言う。

というのは、それが当たり前になった時、「それを生涯の目標にしてしまうから」だ。かたや物質面で享受し、かたやより深く心の平静を求めようとすると、本質的に相反するものであるため、より強烈に心に物足りなさと恐怖を感じてしまう、と劉済雨は言う。

劉済雨は、物質はもちろん重要だが、「ほどほどのところで止めるべきです」と言う。成功した企業家として、彼は世俗的な事業の忙しさを経験し、「本質的には無駄な時間だった」と思っている。というのも、損得ばかりに心を悩ましていれば、例え利益が目標に達しても、「智慧や幸運の下にその財を使えるとは限らない」からだ。金儲けのために健康を犠牲にするのは、将来を心配して現在を楽しく過ごしていないことである。

生活が多忙で、仕事のプレッシャーが大きいと、休みの時は旅行に出かけたくなる。「観光地でどんなに交通渋滞に巻き込まれても、彼らは家を離れようとする」。遠く離れた所に頭に描いた静けさと快楽が待っていると思っているのかもしれない。「しかし、故意に追求する快楽は往々にして重荷になることがある」と劉済雨は言う。人生の究極的な快楽の道は心の中にあり、外にあるのではない。したがって、近いものを棄てて遠いものを求め、自分で静寂と思い込んでいるものを求めれば求めるほど、渋滞に巻き込まれ、酒で気を紛らわせれば紛らわせるほど憂鬱になるのだ。

かつてそうやって追い求めて来た「経験者」である劉済雨は、求めたものを手に入れた時、予期していたような幸福と快楽感は得られず、「貪欲」はあらゆる煩悩の根源であることに思い当たらされた。それ故、「捨」を選んだ。心配したり悲しんだりのあくせくした日々を捨てた後、それに取って代わったのは軽やかで自在な生活だった。慈済の一員となってから二十年後、事業を辞め、縁を大切にして全身全霊、楽しいフルタイムのボランティアとなった。

事業を終結するのは容易なことではな

●劉濟雨の娘はアメリカに住み、妻は慈済マレーシア・クアラルンプール支部長で、彼は1人花蓮に住んでいる。宿舎では読書に没頭する。

かった。「創業も容易ではないが、結業も大変である」。智慧と運が必要だ。人生の方向を変えることを決意し、高く飛び立つ人生目標を持てば、心に安定した力が宿り、より自在になれる。

心はどうあるべきか

以前、劉済雨が浄土宗に出会った時、母親や妻と一緒に念仏し、西方浄土に生まれ変わることに憧れていた。二十三年前、慈済の「群衆に混じる」「自分の手で布施する」慈善志業に参加して、静も動もある修行方法がとても性に合うと彼は感じた。

彼はとても忙しかったため、智慧を絞って自分の本分である家のことや事業と関係ない雑用を減らすようにした。悪いことは見聞きせず、多忙な生活を身につけることで精進に励んだ。しかし、こういう精進も方向と方法が正しくなければいけない。

「透き通った水は不純物がないということではなく、沈殿すればいいのです」と、劉済雨は例えて言った。「清浄な心とは雑念がないわけではなく、何を捨て、何を残すかを知っているのです」。現代人は何を心に残し、何を捨てて執着しないようにするかを学ぶべきである。

「敵を押さえ込むのではなく、努力して自分を壮大にすればいいのです。情緒やふとした思いが出て来るのは日常的なことで、故意に押さえ込もうとしなくても良いのです」。静定の道を修行する方法は至って平凡なもので、心の煩悩を素早く転化させることだと劉済雨は言う。「人、事に対する煩悩がなければ、悟りはないでしょう」。静の中で多く修行するよりも動の中で一つ修行した方がいいと劉済雨は強調する。

劉済雨が体得したのは、群衆の中にいても心は別にあり、混乱した環境に身を置いていても心はそこにあらず、ということだった。心がその環境から離れるのがすなわち「禅」であり、逆が「纏」である。「善行して善い言葉を口にすれば、誰にもが分かるが、心の中で思っていることは自分にしか分かりません。自分と向き合い、心を静め、反省して修行し、動の中に静を養い、乱の中に定を養うのです。『行動する時は逃げる兎のごとく、静寂の時は処女のごとし』と言われるように、これこそ真の技です」

劉済雨はマレーシア、マラッカとクアラルンプール及びシンガポール支部の責任者を歴任した後、四年前に台湾の花蓮

に定住し、毎日證厳法師のそばで学んでいる。

彼は時には慈済を代表して海外で災害支援や講演を行い、そのほかは「精舎で静かに過ごしている」そうだ。落ち着かなくなることはないのか、と聞かれることが多い。そんな時は、『待機する』ことで忙しい」と答える。以前と同様に多忙だが、心境が違うだけである。

忍耐強く待機するということは、いつ何時重大なボランティア任務が来るか分からず、必要ならどこでも出向くということである。例えば、臨機応変に速やかにネパールの被災地に向かったり、慈済がカンボジアで米を配付するのを手伝ったりすることである。消防隊員が待機するように、または長い平和な時でも兵を養って一瞬にして出撃できるようにする。

「サッカーの試合で、もし時間をかけたドリブルとパスの過程がなければ、ゴールに向かってシュートするチャンスはやって来ないでしょう」。劉済雨はこう言った。「成否の分かれ道はその過程にあるのです」。ボランティアの仕事は見返りを求めないが、何事も心して準備することが必要で、そうすれば、行動を起こす時に自信を持って簡単に事を処理することができ、機会を逃すことなく成就することができるのである。

❖心身を静定する秘訣・良友を見つけること

◎口述・劉済雨　整理・李委煌　訳・済運

仏法では「善知識」に近づくよう教えている。孔子は「実直で思いやりがあり、知識に溢れた友」のような有益な友を作れ、と言っている。どういうのが良友なのかはお分かりだろう。子供に良い友達と仲良くしなさい、と教えるように、良友を多く持つべきではないだろうか？

良友と仲良くすることは、「残すものと捨てるもの」を見極めることを知らなければならない。誰が損友であり、誰が益友か？　一緒になるといつも飲み食いしたり娯楽に興じるのなら止めた方がいい。金や権力のある人は、いかにも世の誰とでも知り合いのように見えるが、実際は誰とも心を深く通わせることなく、心の支えとなる「恩人」が一人もいないのかもしれない。それ故、多数の友人よりも一人の恩人の方が望ましい。

蜜蜂と一緒なら、花と蜂蜜を見つけることができる。慈済ボランティアと一緒なら、心の桃源郷を見つけられるだろう。いつも善人と一緒で、正念に接していれば、知らず知らずのうちに智慧のある善人になるはずである。

静かな心こそ悟りの力を生む

心が静かであれば万法を感じる力が生まれ、
真に法を求める心、法を悟る力が生まれる。

◎文・釋徳俱　訳・済運　撮影・黄筱哲

●静思精舎に在住する出家修行者が野菜を洗っている。天地はコインの裏表で、心身は相互に作用し、労働と心念も相互に影響しあう。慈済に身を投ずることは、いわゆる生活の禅、仕事の禅を行うようなものである。日常の労働の慌ただしさの中で心を静め、落ち着かせることを学ぶのである。

湖の水が風景をはっきり映し出せるのは、湖水が清らかで、さざ波が立っていないからです。人が大いなる智慧を得て、真理に通じることができるのは、心が静かで穏やかだからです。

毎日早朝五時半、上人は朝のおつとめで私たちに仏典を説法してくださいます。上人はこうおっしゃったことがあります。「時折、空が暗いうちに書斎を出て、経を教える本堂に着くまでの間、回廊に立って空の果てを眺めていました。果てしない夜空に浮かぶ満天の星と月が、静かで穏やかな気持ちにさせてくれました」

穏やかな静けさの中、上人は万物はいつでもそこにあることを悟りました。晴れの日には、大地の穏やかな呼吸が聞こえてきます。森の木の香りがします。雨の日は、雨水のリズムが聞こえます。心が静かであれば、天地万物の変化を自然に、敏感に感じ取れるのです。

『法華経　序品』の中にお釈迦様が霊山会で行った説法の様子が書かれています。お釈迦様が入定するその時、眉間にある白い巻き毛から一条の光を放ちました。端座していた人々はお釈迦様の柔和な光に包まれました。爽やかなそよ風が吹き、花びらが香りを放ちながらヒラヒ

ラと舞い落ちました。お釈迦様は大法を説こうとしていましたから、心は広々と自在でした。大衆の心は喜びと敬虔に溢れ、お釈迦様から衆生に以心伝心で法が伝わったのです……。

霊山法会に集った人々の心は穏やかになり、自然と求法求道の心が湧いてきたのです。

天理に従えば 理に適い心安らかになる

心が静かであれば万法を感じる力が生まれ、真に法を求める心、法を悟る力が生まれます。

それでは、いかにすれば心が静まるのでしょうか。倫理道徳を守り、品性と徳性を持てば、自然と妄想雑念は消え、心が静まり、真理を悟ることができます。

上人は仏典の中の「野良犬がライオンに恩を返す」という物語を語ってくださいました。

ある森の中に一匹のライオンと五百匹の野良犬がいました。ライオンは百獣の王。体格も立派で、ライオンを見た動物たちは一目散に逃げ出します。野良犬は身体は痩せて、力もなく、いつも他の動物たちにいじめられていました。野良犬はライオンに守ってもらおうと、いつもライオンの後ろについて回っていました。愛の心を持ったライオンは、いつも獲物を食べた後、その一部を野良犬たちに残してやりました。

ある日、ライオンはうっかりと大きな穴にはまって這い出すことができなくなりました。四百九十九匹の野良犬はライオンが困難に陥っているのを見て、四方に走り去りました。ただ一匹の野良犬だけが、今までライオンから受けた恩情に感謝して、なんとかしてライオンを救おうとしました。智慧のある野良犬は、一生懸命、土を穴の中にかき入れました。そうするうちに、だんだんと土の山ができていき、ライオンはその上に跳びあがって、穴から出ることができたのです。

そのライオンはお釈迦様の、小さな野良犬は阿難尊者の前世の姿でした。阿難尊者は生生世世にわたり、お釈迦様の修行に付き従いました。いつも敬う心を持ち、恩を忘れない人でした。そのため、お釈迦様の身の回りの世話をしながら、説法を聞いて忘れないという福徳と智慧を得たのです。

あの四百九十九匹の野良犬は、提婆達多（だいばだった）に付き従ってお釈迦様の僧伽（そうぎゃ）（僧団）を離脱した比丘たちで、いつもお釈迦様

●嘉義大林慈済大愛幼稚園の園児が茶道を学んでいる様子。落ち着いた静かな心は品性と徳性の涵養から生まれ、礼儀と人文を通じて浸透する。

を陥れ、僧伽を破壊しました。その因果応報は常に彼らについて回り、輪廻の苦しみを味わうこととなりました。

阿難は品性と徳性があったゆえに、心が静まり、心が静まったことで智慧が開けました。これは自然の法則です。

天には天理、人には人理があります。天理とは、天体に軌道があり、規律の中で安定して動くことです。地球にも四季の循環があり、秩序の下で天候は穏やかで順調に変化します。人理とは倫理道徳で、一人ひとりが倫理に従って行動すれば、世界は平安になります。

天理と人理は相通じます。天理が自然の法則であれば、人理もまた自然の法則です。自然の法則というのは、自然の一定の秩序のことです。自然の法則の特徴――それは、道理が本来あるがままということ、これまであったとおりということなのです。

したがって、行いが倫理道徳に適っていさえすれば、自然の法則にも適い、いつでも心が落ち着いて、真理に対して超越的な悟りの力が生まれるのです。

自己を律してこそ影響力を発揮できる

中華民族は「礼儀の国」と呼ばれ、古来より礼を重んじ、礼を守る伝統があります。中華文化において、礼の本来の意味は「音楽を奏で、美玉を捧げ、祖先の神霊に礼拝して、福を祈る」というものです。そこから派生して、礼服、礼楽、礼器など儀式に用いる衣服や品物を指すようになり、社会秩序や良好な人間関係のための規範やルールを指すようになりました。例えば、規則、戒律、家庭のしつけ、校則、法律、組織制度などは、い

ずれも礼に含まれます。また、一切の道徳修養、例えば、感謝の心、敬いの心、敬虔な心、愛の心なども指します。これらもすべて礼です。

中華文明では、一人の話し方や表情が上品で礼儀があるかどうかが重視されます。その意味は、礼儀正しい態度で人や物事に接することによって、心を訓練し、抑制し、管理して、気の向くままに人を傷つけないようにするということです。やられてもやり返してはいけません。寛容と尊重、いたわりで人に接しなければなりません。これこそ「己を制して礼に復する」の道理です。自分の気持ちに打ち勝ち、礼に適った行為を行えば、素晴らしい品性と徳性が身につきます。

一人ひとりに徳があってこそ良い制度に

秩序と調和の美に資するものは、すべて礼に含まれます。組織制度や生活ルールなどもそうです。

上人は、制度は重要だと考えています。異なる環境で育ち、様々な考えややり方を持つ人々が集まっている集団において、皆がともに遵守すべき方向性や規範がなければ、物事はスムーズに進まず、混乱してしまいます。

上人は、組織制度がうまくいくには、職位、権限、責任の所在と作業プロセスを明確にしなければならないと考えています。リーダーに権限と責任がなかったら、物事はうまくいきません。順調に事が進む時、一人ひとりに規律があるがゆえに集団にも秩序があり、秩序があるがゆえに安定した雰囲気があります。それでこそ一人ひとりが安定した環境の中で、心が定まり、心が静まり、それによって智慧が開けるのです。

このように制度は重要ですが、しかし、上人が強調するより重要なのは、一人ひとりの品性と徳性を養うことだとおっしゃっています。いかに厳格で完全な制度であっても、もしメンバーに自覚がなく、規範を守れないとしたら、何の意味もありません。

どうやって一人ひとりの徳を育てればよいのでしょうか。上人は自ら手本を示すことが非常に重要だと考えており、「リーダーは、見た目の振る舞いが立派でも心の中が雑念や妄想だらけであれば、『威ありて徳なし』であり、習気や煩悩がしばしば現れてくるため、皆を信服させることはできない」とおっしゃいます。

もし心の中から外まで皆戒律を守れ

●掃除をしながら「心地を掃除」する。薪や水を運ぶのも全て禅である。何の変哲もなさそうな日常生活も、心身の鍛錬や落ち着いた静かな心を育てるきっかけになる。

ば、内には修まり、外には形が整って、心の内の品性と徳性が外の振る舞いに現れます。それでこそ「威儀の欠けたる所なし」ということになる。見るからに徳相があり、長くつきあっていても、いつも穏やかで、親しみ深く、浮つかない、このような人こそ、衆生を調伏させることができます。説法しなくても、一挙手一投足に法があり、ちょっとした振る舞いで衆生を教育することができます。

生活教育で品行を涵養する

身だしなみ、住居の清掃、人に対する礼儀、家事の学習などの日常生活における礼の行いは、上人が非常に重視するものです。

上人はかつて弟子たちに掃除の仕方を教えました。掃除にも「掃除の法則」があり、その方法を一生懸命学ばなければならないのだと、上人はおっしゃいます。「現在の子供たちはほうきの持ち方も知らない」と上人は嘆きました。「ほうきで地面を掃くのではなく、片手にほうき、片手にちりとりを持ち、あちこち歩きながらちょっと掃いてみるといった感じ」という状況を目にするたび、「これが掃除といえますか。これでどうしたらきれいになるのです」と、ため息をつくのです。

上人曰く、昔は掃除の時にはまず土埃が舞わないように水をまいて、それからほうきで隅から掃き始め、掃きながら後ろに下がり、最後は土埃を一カ所に集めてから、ちりとりに入れたそうです。そして、毎朝掃除をする時、「人生を美しくしている」ような気がし、地面がきれいになると、自分の心もきれいになったような感じがするのだそうです。

上人はこう話します。「掃除の動作は簡単ですが、そこから人としての学びが始まります。お年寄りが若者に掃除を教えるのは、取るに足らないことでも手を抜かず、清潔を大事にするということを教えたいからです」

「昔、子供たちは決して学校に入ってから教育を受けたというわけではなく、子どものうちから家庭で教育を受けていました。起床後、まず自分の身だしなみを整えること。女の子は髪をとかし、おさげを結いました。ぼさぼさ髪などもってのほかでした。男の子も髪を短く切って、潑溂として格好良かったのです。様々な家事もそれなりの水準になるまできちんと学ばねばなりませんでした」と上人は話します。

お年寄りは子供たちに行儀も教えました。きちんと座って食べる、使った物は放っておかず元に戻す、席を譲る、お年寄りを敬う、お客が来れば自分からあいさつをし、丁重にもてなして尊重し礼をつくす、学校では先生を見たら足を止めて、ぴしっとして、お辞儀をするといったことです。

学校は道徳教育を行う場所です。上人は昔のような師を敬い道徳を重んじる教育に戻ることを願っています。ですから、慈済学校の校長や先生たちに対しては、自分の仕事の重要性を理解し、教育の使命をしっかり果たしてほしい、と切に話して聞かせていらっしゃいます。教育は生活教育から始め、生活教育を通じて高尚な品行を育て、よい人格の基礎を固めなければならないのです。

礼のある人は真理に到達する

人は人らしくあらねばなりません。外在の美と内在の美が揃って内外ともに美しく、礼儀正しく、威儀が整っていること。これが仏法の教育、中華文化の教育であり、上人が重視する教育でもあります。

礼あれば理に達す。礼は人としての道理です。人として、常に感謝と敬いの心を持ち、目上の人を尊敬し、親孝行し、たくさんよい行いをし、礼を知り、それを守る人は、倫理道徳の情操が育つと、上人は考えています。倫理道徳の情操があれば、心は落ち着き、感じる力、悟りの力が向上します。一切の人、事、物の理に自然に通じ、最終的な解脱に至ることができるのです。

分けて楽しく食べよう

◎口述・林銘軒、文・黄慈諭／訳・心瑩／撮影・黄慈諭

二〇一六年八月、慈済人文学校の先生が、農場で飼育している動物を屠殺するところを映したビデオ映像を見せてくれました。僕は、動物がかわいそうだと思いました。その動物は僕たちに何も悪いことをしていないのに、殺して食べてしまうなんて。そんなことをしないで、動物たちを愛さなければならないと思います。

それから一週間の後、「静思堂」で済厚師伯（師伯…年配の男性ボランティアに対する呼称）が「経蔵演繹（経蔵劇を演じる）」に参加するため自ら願を立てて、百八日間菜食した経験を語るのを聞きました。僕はそういうことなら自分にもできると思い、家に帰ると、「百八日間菜食をしてみる」と母に伝えました。人間が菜食をすれば動物は死なずにすむとの単純に考えたからです。

母と妹は僕の考えに賛成してくれ、翌日のお弁当からおかずが変わりました。

地球を愛し好き嫌いをなくそう

僕は今十一歳です。慈済人文学校に入学する前には、食べ物の好き嫌いがとても激しく、手がかかる子でした。鶏肉が嫌いで、一番嫌いなのが野菜です。母が取ってくれた野菜は、必ずいちいち取り除いて、食べないことにしていたのです。

でも、今の僕は、あらゆる野菜を残さず食べるようになりました。師公（子供

毎月の第２、第３日曜日はマレーシア・ペナンの慈済人文学校の授業がある日です。両親と共に銘軒兄妹は楽しい時間を過ごしました。

から證厳法師への尊称）のお諭しのように、「食べ物を大切にして環境保全に力を尽くそう」と思いました。地球と動物を保護すべきです。僕は、師公のお諭しが正しいと思っています。だって、もし動物が全部殺されてしまったら、この世に動物がいなくなってしまうではありませんか。

菜食を始めて一カ月になると、僕は、何だか疲れて時々眠くなると感じました。妹も僕に肉食をするよう勧めましたが、僕は心を動かさなかったのです。昨年の十二月二十二日が百八日目でしたが、僕は菜食を続けました。

菜食を始めてから身体が以前と違うようになりました。だんだん病気もしなくなって丈夫になり、まともな考えもできるようになったような気がしました。以前の僕は気が荒く、おもちゃをやたらに買い求めたり、母にあらあらしく振る舞ったりしていましたが、去年人文学校に通い始めてからは、すべての悪い習慣を改めたのです。おもちゃを買う時には、ちゃんと考えてから買う。そして、物を大切に扱い、環境保全の重要さや地球を護ることを知りました。

僕が通っている小学校の給食には肉類が含まれていたので、母は僕と妹のために毎日菜食の弁当を作り始めました。最初のうち友達の僑峰君が不思議そうに聞いてきたので、「人類が肉を食べるから動物がどんどん殺されてしまう。僕たちは動物を殺してはいけないと思う。それに菜食をした方が健康だよ。だから僕は百八日間菜

食を実行すると決めたんだ」と言いました。

僕の話を聞いた僑峰君は、「君のお母さんが作ったお弁当は美味しそうだね。僕にも作ってもらえるかなあ」と言いました。彼が僕と同じく菜食をしたいと言うのを聞いて嬉しくなり、家へ帰るとすぐ「僑峰君にも弁当を作ってあげてね」と母にお願いしました。母は、「友達にどんどん勧めてきてね。母さんは喜んで菜食弁当を用意してあげるよ」と言ってくれました。現在、僑峰君も僕と一緒に百八日間の菜食を実行しています。

師公のお諭しを心して聞こう

僕は小さい時からマレーシア・ペナンの国際学校で英語教育を受けています。それなので、中国語をすらすらとしゃべったり書いたりすることができません。でも、大愛テレビで「人間菩提」と「證厳法師が語るおはなし」という師公の番組を毎日見ていました。

そのおかげで一カ月で僕は中国語のコミュニケーション能力が進歩しました。まだ流暢とは言えませんが、師公のお諭しの内容が分かります。「よく心してください」というお言葉がとくに好きです。僕は、師公のお考えについていきたいので、師公のお諭しを心してよく聞かなければなりません。

人文学校に通うようになってから、僕は物事をポジティブに考えるようになり、毎日家族と一緒に楽しく過ごせることを願っています。

将来、僕はコックになり、みんなに美味しい菜食をたくさん作ってあげたいです。

お昼に友達の許僑峰（右）と銘軒のお母さんが作った弁当を一緒に食べます。「もっと友達に菜食を勧めたい」と銘軒は言いました。

【国際援助・フィリピン】

愛が溢れる街

◎撰文、撮影・Jamaica Digo　訳・黒川章子

生活が苦しいときは、人の情けが一層身にしみるものです。配付された白米のおかげで、その日の家族の食糧を心配することがなくなったので、昼間に資源回収をすることができました。

「今日は慈済に助けられた日ですが、それだけではなく、私も誰かの力になることができました」

ここはフィリピンのヴァレンズエラ市にあるゴミ処理場である。虫の羽音を耳障りに感じながらも、ジョスリン・ダガールはゴミの分類に精を出していた。二歳になる子供は静かに隣に座っている。マニラ首都圏にあるヴァレンズエラ市だが、多くの住民は資源回収を生活の糧としている。ダガール家も例外ではなかった。

運がよい日には、ジョスリン夫婦は瓶の回収で二百ペソ（約四百四十円）稼げる。これを計画的に使わないと家族を養うことは難しい。子供は三人いるのである。もし資源回収がゼロだと、その日は

一食で過ごさなければならない。一食も食べられない日さえあるのだ。

今年一月十九日、ダガール家に転機が訪れた。慈済基金会より二十キロの台湾愛心米が送られたのである。ヴァレンズエラ市人民公園で慈済の物資配付活動が行われ、四百五十世帯の低所得家庭が援助の恩恵にあずかった。

「このお米で私たちの生活はとても助かりました」と三十八歳のジョスリンは

●ヴァレンズエラ市454世帯の低所得家庭が慈済に感謝の気持ちを表した。

言う。「ここで生活していくのは容易ではありません。収入が少ないと食べることができない日もありますから。これで食費の予算を子供達の学費にあてることができます」と話す。

援助を受けたのは、市によって生活条件および収入源に起因する低所得家庭という認定を受けた人々である。その中にはフィリピン政府の麻薬取り締まり政策によって一家の大黒柱が強制治療を受けることになり、生活が困難になった家庭も含まれる。慈済ボランティアは家庭訪問を行い、彼らの貧困状態を理解し、長期ケアが必要であると判断したので毎月白米を送ることにしたのだった。

この素晴らしい知らせに、五十二歳のマー・テレサ・マヒデンは歓喜した。配付があった日は早速昼食にご飯を炊いた。「平日は一食なのです。一日一キロ買い、また翌日余裕があれば一キロ買います。売り上げがあった日だけお米を買っていました」と話す。

テレサの夫は三輪車タクシーの運転手である。昨年麻薬中毒の強制治療を受けることになり、その間一家は大黒柱を失った。建設作業員の長男が一家十二人の暮らしを背負い、テレサも小さな店を開いて家計を助けていた。

慈済ボランティアが訪れると、小さな店先にサンダルや子供服が並んでいた。運がよいと一日の売り上げは五十ペソ（約百十円）、食べるだけがやっとの金額だ。

毎月愛心米をもらえるようになり、その分のお金を店で売る品物の仕入れに回すことができるようになった。彼女にとっては宝物を得たのと同じだった。うれし涙を拭いながら、「本当に嬉しいです。今までこんなに私たちに関心を持ってくれる人なんていませんでしたから」と話した。

掌を上に向けることになったきっかけ

家庭が貧しく、援助を受けている人でも愛を発揮することはできる。貧しいからこそ、助け合うことの大切さを理解できるのだから。

配付活動では、慈済ボランティアが竹筒歳月の様子を語る。「上人はこうお諭しになりました。『善行はお金持ちだけがするのではなく、誰でもできることなのですよ。一滴の水は大河と成り得るのです。金額はいくらでも、積み重なれば、より多くの善を行う力になります」。

●ジョスリン・ダガールはゴミの分類に精を出していた。2歳になる子供は静かに隣に座っている。家庭が貧しくでも愛を発揮し、人助けをしたいと願っている。

五十年前、慈済は五銭募金から愛の心を集め始め、助け合う力を積み重ねてきたのだという話を聞き、多くの人が感銘を受け、自分も掌を上に向けられる人間になりたいと願うようになった。

マリンタ区からやって来たギギ・アラジャールは、竹筒に募金しただけでなく、集めたペットボトルや瓶、缶を差し出しました。「昨年の十一月、お墓参りの時期に、慈済ボランティアが墓地で資源回収をしているのを見ました。それをどうするのかと聞くと、資源は毛布や衣服の原料になり、被災者を助けることができるという答えが帰ってきました。だから私は、次にあなた方に会うことができたら、私も資源を提供したいと思っていたのです」

三十七歳のギギは、夫が自ら進んで麻薬中毒患者の強制治療に参加したので、昨年の十月以来、二人の子供を自分で養っている。昼間は菓子やミネラルウォーターを売り、一日多くて三百ペソ（約六百六十円）の売り上げがある。これでは足りないので、資源回収をして家計を補っているという。彼女は慈済が貧しい人たちに米を配付すると聞き、わざわざ自分が回収した分を提供したいとやってきたのだった。「今日は慈済に助けられた日ですが、それだけでなく、私も誰かを助けることができました！」。彼女はとても嬉しそうに満面の笑みを浮かべて話した。

（慈済月刊六〇三期より）

散る桜の花に祝福を託して

◎文・何陳美盈、蕭恵玲／訳・心嬰

寒風が吹きすさぶ夜、ボランティアは一斉に合掌して念仏を唱えています。目の前に遺体が一体一体と増えてきて、見るも無残な光景に涙がとまりません。

大空に念仏の声が広く行きわたる中、その念仏の一句一句が祝福に変わって、死者と一体になったのでしょうか。

■悲惨な夜

二月十三日の夜九時ごろ、一台の観光バスが桜の名所の武陵農場を見学した後、台北に戻る途中で交通事故に遭いました。バスは国道五号線から国道三号線に接続する大きなカーブで土手に転落し、死者三十三名、負傷者十一名を出す大惨事となりました。

その時、南港区のボランティアの陳美盈が勉強会を終えて帰宅するや否や、ある男性の新聞記者からの電話を受けました。記者は、緊迫した口調で陳美盈の名前を確認した後、国道で大きなバス事故が起こったことを告げ、事故現場から近い南港区の慈済ボランティアに救援に協力してほしいと要請しました。

（撮影・徐啓衡）

ボランティアはまだ事故の報道もされていない時、慌てて名乗るのも忘れたあの記者の言葉を信じて、夜更けに教えられた辺鄙な事故現場へと向かいました。

夜十時を回ったところに、ボランティアの許睦燦が車を運転し、陳美盈、蕭恵玲、陳秋蓮そして宗教処職員の許美雀を

乗せ、現場に向かいました。南港の横科インターチェンジから高速道路に入って現場に向かう途中、救急車のサイレンがひっきりなしに鳴り響いていました。道路封鎖の標示がずっと前方から表示されていたのを見て、この事故の深刻さを感じとりました。

立入禁止の横に車を停めて歩いてゆくと、慈済のユニホームを見た国道警察がすぐに手を差し伸べ、平均年齢六十を越えた私たちの手を引いて、段差の大きな土手をはい上がらせてくれました。

現場に入ると救助隊員から「すでに死者がでているので助念（死者の霊を慰める念仏）が必要です」と指示されました。そこで目に飛び込んできたのは想像もつかない悲惨な光景でした。

山沿いに転落したバスの傍らに大型クレーン車や救急車が待ち受けているのを見ました。救助隊は二人一組でサーチライトを照らし、死者を続々と担いで出てきました。すぐ目の前には、薄い青色のシートで被われて冷たい地面に安置された遺体もありました。

災難が発生した時、地域ボランティアによる救援チームを立ち上げ、精進組のボランティア陳美利と葉美雲に、死者への助念を行うため、大勢のボランティアに呼びかけるよう依頼しました。瞬時の出来事で命を落とした方々の霊が少しでも安らかになるよう、祈りを捧げたいからです。また、陳秋蓉は、生姜湯やミネラルウォーターやパンなどを調達し、バス事故の救助に当たっていた救助隊員に体力を補給すると共に労を労いたいと考えました。

二〇一五年、復興航空が南港区に墜落した事故がありました。当時、救助隊の大がかりな捜査が九日間に亘って続き、慈済ボランティアもその間ずっと救助隊員に炊き出しを行うなどの支援を行いました。それら積み重ねた経験が今回実を結んで、深夜にもかかわらず物資や人手をすばやくかき集めることができたのです。真心で奉仕できることが一番大切だと思います。

三十人の慈済ボランティアは次々と姿を現して助念を行いました。クレーンの騒音が響く中で、すすり泣く声が聞こえてきました。死者の遺族はまだ現場に到着していませんが、ボランティアは寒さや恐しさに耐えて、一心に念仏を唱えました。

事故現場での消防隊救助対策拠点では、救出された十一人の負傷者の搬送先の七つの病院、仁愛病院、慈済病院、三

軍総合病院、台北医学大学付属病院、汐止國泰病院、台北國泰病院、萬芳病院が標記されていました。

午前二時、すべての死者の遺体がバスの中から黒色の霊柩車に移されて、台北第二葬儀場へ移動することになりました。ボランティアは敬虔に頭を深く下げて見送りました。そして、台北第二葬儀場でも死者への助念をするよう新たに手配しました。

このような大きな交通事故を見ると、「人生は無常である」と思わざるを得ません。誰しも災難が起きることを望んではいませんが、いざという時ボランティアは勇気を奮い立たせて力を尽くします。それが慈済ボランティアの本分なのです。今回のように無残な姿となった遺体を目の前にしても、誰一人怖いとは思っていません。『父母恩重難報経』の中の、仏陀と阿難の対話が思い起されます。仏陀と阿難は、路上で遺骨を見かけました。仏陀は「この骨の主は過去世で私たちの親だったかもしれませんよ」と阿難にお諭しになりました。

衆生を自分の家族のように見なして親身になって世話することは、すなわち證厳法師の教えに報いて、皆様の恩を返すことです。

■死者の家族をケアしよう

◎文・江孟倩／訳・心瑩

無尽の悲しみ、無尽の付き添い

二月十三日の夜に事故が発生した後、死者の遺体は台北第二葬儀場に安置されました。ボランティアは葬儀場へ出かけ、徹夜で死者の家族に付き添い、助念を行いました。遺体を確認するのに時間がかかるので、ある男の人が堪えきれず家族の控室で倒れました。慈済人医会のボランティアは、応急手当をしてから救急車を呼んで病院へ運びました。

翌日の早朝、葬儀場に来た古株のボランティア、呉静姝は、「肉親の死がまだ確認されないうちは、家族は一縷の望みを抱いているのですが、一旦冷たい遺体に対面すると泣き崩れてしまいます。ボランティアは、家族の救いようのない気持を少しでも慰めてあげたいと願っています」と語りました。

霊安室で助念を行っている最中、悲しみに耐えられず控室に戻る遺族もいました。ボランティアは遺族に付き添うと共に、家族が応急の品を買うための見舞金を贈呈しました。夫妻の一人が死亡し、

●慈済ボランティアは第2葬儀場の霊安室と家族の控室で飲食物を提供したり、家族の悲しみに寄り添い慰めたり、遺体を確認したり遺品を受け取るのを手伝ったりして付き添いました。（撮影／陳清漢）

●法鼓山と慈済のボランティアは霊堂の両脇に座って敬虔に仏号を唱えました。（撮影／呉万智）

助かったもう一人が病院で救助されていました。家族だけでは手が回らないのを見て、病院と葬儀場が手を貸しました。

ボランティアの宋秀端は朝から葬儀場に来て、午後一時過ぎ、家族に付き添って事故現場に戻り、招魂（台湾の習俗で事故で亡くなった人の魂を呼び戻すこと）を行いました。その夜、悲しみに沈んでいた家族のことが心から離れず、再び葬儀場に戻って来ました。この心温まる気配りが家族に届き、今回の花見ツアーを引率したツアーコンダクターの妻の黄さんは、「家族の代表として、ずっと付き添ってくれた慈済ボランティアに感謝の意を伝えたい。あなたに託してもよいですか」と宋秀端に言いました。

寒波で気温が急激に下がった夜でしたが、大勢のボランティアが続々と集まってきました。仕事で昼間来られなかった人も来ました。皆は、静かに手を合わせて霊安室に入り、死者への助念を行います。

法鼓山と慈済のボランティアが合同で助念を行い、それから二月十四日の夜八時半には回向（仏事を営んで死者の成仏を祈ること）も一緒に行いました。真心で死者の霊を慰め、そして家族の心が安らかになる心を込めて祈りました。

【證厳法師のお諭し】

大智、大仁、大勇

◎訳・慈願　絵・林淑女

大智、大仁、大勇を以て

群衆の中に入り

慈悲忍辱、柔和剛強を以て

正しいことを貫く

三月五日は台湾慈済（ツーチー）人の精進の日です。十一カ国の地域において二万人以上の人たちが、テレビ回線を通じて同時に修行をしていました。静思精舎では海外からマレーシア、ミャンマーのボランティアが帰ってきて活動の中で心得たことを話していました。

ミャンマーでは二〇〇八年にサイクロン・ナルギスが発生して、慈済のボランティアが支援をしていました。その中で近隣国のマレーシアボランティアは長期にわたって関心を寄せています。ミャンマーの菩薩たちを誘って共に現地の苦難の人々を救済してきまし

た。

慈済が貧しい農家に配付した種籾は「福の種籾」といいます。その種籾を植え、その収穫で豊かになった農家は、さらに自分よりも困っている人を助けていました。農民のウ・ティントンは、早期の慈済ボランティアが一日五銭貯金し浄財を貯めた竹筒精神に感動して、毎日お米を洗う前に一握りの米を甕に入れて、一杯になったら貧しい人に分けていました。そのうちに近所の人たちもウ・ティントンに倣って、「お米貯金」と言って実行するようになりました。

また慈済の不殺生の理念を理解した後、ウ・ティントンは農薬を使わずに真心こめて農作物を育て、年々豊作になっていきました。経済状況が良くなった後、彼は田んぼを買い、ここで採れた収穫物は貧しい人たちを助けるために寄付しています。この畑は村人たちから「福田」と呼ばれています。

また、農民のウ・ゼンティンが近隣の八つの農村の人たちに呼びかけて始めた「お米貯金」は毎月五百キロ以上になり、二十八世帯の貧しい人たちに分けています。一粒の米も愛の心を以て集めると俵になるのです。その愛の

力は無限大ではありませんか。

心の内に修めることは功
外面の行いは徳
内に修め外面の行いが真の功徳

慈済はミャンマーで貧民救済をしているだけでなく、病の人にも関心を寄せています。二〇〇八年からミャンマーの慈済人医会のメンバーは定期的に僻地を回って施療を行っています。この九年間で、白内障手術だけでも五千回を超し、多くの人が暗闇の中に光りを見出しました。

現地の病院を借りて施療を行っていますが、病院の設備が乏しく、患者に食事を出すことができません。そこで慈済人は毎週一回患者にお粥を提供し、九カ月の間に七万回の食事を出しています。

仏教国であるミャンマーの人々は純朴です。二人が一つの茶碗を持っておかゆを取りにくるので、ボランティアが「なぜ一個の茶碗なの」と聞くと「二人で一杯のおかゆで充分です。後は必要とする人たちに残しましょう」と答えました。なんと善良な人たちでしょう。感動しました。

マレーシアのボランティアが長年ミャンマーで善の種子を撒いて福田を耕し、人々の愛の心を結集してきたことは感謝に耐えません。一粒の種子は一抱えもある樹木に成長すると、また無量無数の種子を生みます。こうして菩提の林が大きくなってゆけば、さらに多くの苦難の衆生が救われます。

何を功徳と言うのでしょうか？　内なる心は功を修め、外面でする行いが徳ということです。絶えず奉仕に励み、この世の苦しさを見ることにより無常とは何かを体験することができます。もしも内に自習し外で奉仕するという両面があれば、真の功徳というものです。

理を以て自責
忠を以て自恕
任せられた労を恨まず
やれば正しい

《法華経・勧持品》の中に霊山法会の席上で、比丘と比丘尼が仏の授記を得た後、《法華経》を奉持すると発願して、他の国土でこの法を説き弘めることを誓ったとあります。しかしながら娑婆世界では法を説きたくない、なぜなら

この地の衆生は傲慢で正直でないからと言いました。

仏陀は生々世々にわたって衆生を済度することを発願され、弟子たちに法を聴いた後は発心して、娑婆世界で法を教えるように諭されました。しかし弟子たちは仏の志を継ごうとしませんでした。悪濁の娑婆世界はどれほどの堪忍を以っても済度は難しいと恐れて、無心ながら罪を犯してしまいました。

仏陀は静かに弟子たちを見回され、仏の御心を理解して苦労を恐れない者が自ら担うことを願っておられました。この時、ある菩薩たちがその場で立ち上がり、仏の前に進み出て合掌して言いました。「もしも世尊が私たちにこの経を講釈されるなら、仏教として広く弘めることを喜んで引き受けます」。その後、これらの菩薩たちは十方世界を行ったり来たりして、衆生に写経や読経、その意義を解説し、法の通りに修行して正念正智を実践しました。

この菩薩たちは仏のおっしゃられた妙法を聴き、仏が弟子たちに授記をされているのを見て、仏の御心の細やかさを知りました。ただ仏陀の関心護念の境地を忍耐強く、その教義を弘めるなら道理の通らない所はないと信じ、

また済度できない人はいないと堅く信じていました。

仏陀はどんな人をも見放されず、弟子たちがいつ、どこでも普遍的に法を伝えるよう願われました。「四弘誓願（衆生を無辺に済度することを誓う、無尽の煩悩を断つことを誓う、無量の法門を学ぶことを誓う、無上の仏道の成ることを誓う）」を発願してほしいと。

しかしながら、人はたいてい恐ろしい苦しみや険悪な所よりも心地よく安全な場所にいたいと思うものです。たとえ修行者であっても、娑婆世界には多くの落とし穴があることを知っているので、衆生から遠く離れ関わり合いたくないのです。でも私たちは衆生の苦しみを見るに忍びず、仏の御心を深く感じて、法のため人を募り、大智、大仁、大勇を以てこの世で奉仕しなければなりません。

この菩薩たちは末法世界において、人心がこの上なく傲慢で悪いものと知りながらも、なお勇ましく正法を護持し、たとえその身を捨てても惜しまなかったのです。

現在の世界情勢を見ますと、確かに末法世界です。人心は複雑、邪知、邪見を極めて、あらゆる方法を用いて人を誹謗します。さらにそれに先進の科学技術が合わさって、一人の虚言を万の人が伝え、真実となる世の中です。

そうであっても、発心立願したからには、堪忍が必要で、娑婆世界の悪影響を受けません。「大慈悲を心に、柔和忍辱の衣」を以て柔和の愛で剛強な悪を感化して、自分の実直なソフトパワーを培い、一切を包容することです。

理不尽な侮辱に遭った時は「理を以て自責」することです。つまり自分に間違いがあったのではないかと反省して、善に解釈します。深い愛で責を断ち切るのです。気にかけず、怨みには徳を以て報いることです。そして、正しい理念を信じ、その任務の重さを怨まず、やれば正しいのです。

＊＊＊

「私は仏を敬い信じることによって忍辱の鎧とする」とあるのは、忍辱の衣をつけると自然に心身ともに安らかになるという意味です。また丁寧に「四修」を己の心に刻み、外では衆生をよく護りましょう。

四修は次の四つです。

尊重修―仏法を敬い、心を広く純粋に人事物を敬い、謙虚に修行を怠らず退かず。

無餘修―群衆の中で喜びの縁を結び、見返りを求めず、福徳を以て智慧道の糧を培う。

無間修―勇猛に精進、善を持って悪を断つ、今の一刻を把握して、永久に休まず。

長時修―人生の苦は短く、気にすると煩悩が増す、気にせず時間があったら一心菩薩道を志し、生々世々にわたって前進するよう努める

法を聴いて心に留め
精進に時を惜しまず
恐れず重責を担う
大愛を世間に注ごう

「一日が過ぎると命もそれに従って少なくなります」とおっしゃいました。時を把握して、聴いた法を心に留め、人々のためによいことをしてよい縁を結んでこそ、この一生を無駄に過ごすことになりません。

中国の雲南省昆明市のボランティアは、長年山へ登ったり村へ下りたりして、遠く険しい道も厭わずに、病の人や寄る辺のないお年寄りの世話をしています。今年の三月、彼らは善法を学ぶために台湾を訪れ、何カ所もの慈済の道場を回りました。帰ったらさらに故郷の人たちを集めて、貧しい人や病の人たちの世話をすると言っています。

慈済ボランティアは険しい道と知りながらも、さまざまな国で支援をしています。一九九四年にはカンボジアの支援に行きました。現地の人は戦乱に痛めつけられた上に、洪水や旱魃などの災害にも遭っていました。

慈済は一九九四年から一九九七年の間、八回もカンボジアの支援に行きました。十以上の省で慈善活動の足跡を残しています。そして今年の三月半ばに台湾、マレーシア、ベトナム、シンガポールの人医会メンバーは現地のボランティアや各組織の人たちと合同で施療を行いました。

コンポンチャム省で三日間行った施療では、延べ三千人以上の貧苦の人たちが施療にきていました。現地の若いボランティアたちは、医師が診察をしている時の通訳や、診察を待つ患者を呼び入れていました。

同じ頃、南米のエクアドルで、米国慈済ボランティアがカノア教会地区の

建設支援の起工式に参加しました。昨年四月に大地震が起きた際、米国慈済ボランティアが、被災者雇用制度で被災住民たちを清掃員として雇い、自分の手で自分の町を整理しました。この地震で倒壊したカノア教会の再建はずっと目途が立っていませんでしたが、住民の心の寄り所であることを重視して、慈済は建設支援を決定しました。

お互いに言葉は通じず、信仰が違っても、慈済は被災者の身も心も安らかになることを願っていました。三月十日、マンナピ省総主教ロレンソ主事が主宰して教会起工式が行われました。六百人以上の住民が参加して和やかな雰囲気でした。

皆さんが、この世に温かくて明るい希望の光を灯してくれますよう願っています。

❑静思語

【助けを必要とする人に奉仕する】

人に頼られ人の役に立つことができる人生は最も幸せな人生である。

静思語読書会

刑務所工場での講義

◎文・林敏悧／訳・済運／撮影・陳群誠

十年、二十年という刑期、どのようにして気の遠くなるような日々をやり過ごしているのだろうか。

例え出所しても改悛者として人生をやり直すプレッシャーは並大抵のものではない。

傷だらけの心を持ったこの生徒たちに、寒空の先には春が待っていることをどうやって分からせたらいいのか？

そこでは彼らは名前で呼ばれることはなく、四桁の数字が名前の代りである。彼らのことを普通、「同級生」と呼ぶ。

高い塀の中で同級生たちに講義するのはもう慣れている。この数年間、異なった刑務所で講義するのはいつも一番面白いストーリーで、精一杯話した後、拍手の中で終了する。鉄の扉が背後で閉まるその瞬間、この人生で彼らと縁を結ぶのは今回一回限りであることを思い知らされ、心の中で獄中の彼らを祝福するしかない。

今回の任務は少し違った。数回にわたって同じ人たちを対象に三十五分間の講義を行うのだ。講義の準備は簡単だが、毎月講義するので、聞く方が飽きないようにしなければならない。その上彼らが何か収穫を得るよう期待するので、少し難しいところがある。これら刑期がとても長い同級生たちに何を話したらいいのか？　十年、二十年と服役している様子を思い浮かべてみる。彼らはどうやってその何千日もの日々をやり過ごしているのだろう？　ある日出所できたとしても、「改悛者」であることのプレッシャーは並大抵のものではないはずだ。険しい道を歩んで来たこれらの衆生に対して、私は何をしてあげられるのだろう？

行いを改めるにはまず考え方を変えなければならない。考え方を変えるには心のあり方を調整するしかない。考えていくうちに、少しずつ方向が見えてきた。仏陀が説いた「心と仏と衆生に違いはない」ことを彼らに知ってもらい、本来持っていた清らかな心を取り戻してもらいたい。

第一回目の講義：悟り

君は誰だ？　君は自分のことが好きか？　かつてどんなことがあったのか？　どんな未来を願っているか？　今の日々をどう過ごしている？　自分以外の人をじっくり観察したことがあるか？

もし、これらの問題をよく考えてみたことがないのなら、確実に「悟り」は大事な一回目の講義になるだろう。

大愛テレビ番組「地球の子供」の第一話《僕と僕の欠点》の動画を見せた。主役の林彦良は脳性麻痺を患い、幼い頃から真っすぐに歩くことができない。勇敢な父親は毎日彼の足をマッサージする。映像の中の彦良は強くて楽観的で、足が痛くて大声を上げても、面白おかしく自分を笑ってみせる。他人が走ったり跳んだりするのを見てとてもうらやましく思う。一度恨み言を同じ境遇にある子に言ったことがある。「どうして僕らはこんなに運が悪いのだろう？　皆ちゃんと歩けるのに、どうして僕らにはできないのだ？」

もう一人の子は、「仕方ないさ。僕らはこういう星のもとに生まれたんだから。だけど、神様は片方の扉を閉めても、もう一方の扉は開けてくれている。だか

●長年教育ボランティアをしてきた林敏惻は、「変わり始めれば、きっと家族はあなたを受け入れてくれるでしょう」と同級生たちを励ました。（撮影・林淑懐）

ら人に負けてはいけないんだ。そうだろ？」と応えた。

「苦」はこの世の真実である。「理解できましたか？」と同級生たちに言った。「あなたたちの人生では、自由という扉は閉ざされていても、悟りという窓があなたに開けられるのを待っているはずです。準備はできましたか？」

第二回目の講義：空

二回目の講義は「空」について話した。仏陀は衆生に宇宙、人生の真理である「苦、空、無常、無我」を教えた。「空」は一番分りづらいが、最大の慰めでもある。

この世界で起こるあらゆる物事は一時的に存在するだけで、全ては絶えず変化している。全ての生命は「生老病死」から逃れることはできず、あらゆる思いには「生住異滅（しょうじょういめつ）」がある。全ての物体も「成住壊空（じょうじゅうえくう）」から離れることはできず、苦労して蓄えた財は一夜にして烏有（うゆう）（＝無）と化してしまうかもしれない。私たちの心の境地は、朝には自慢げに喜んでいても、心の持ちよう一つで一瞬にして谷底に落ちてしまうほど苦しいものである。空の性質が分かれば、私たちに無限のパワーを与えてくれる。

ネットにこんな文章が載っていた。

ある人が過ちを犯し、刑務所に入れられた。セルの扉が閉まったその時、鋼鉄のぶつかり合う耳障りな音で彼の心は谷底に沈み、自分の人生は絶望の境地に陥ったと感じた。

運動する時間に彼は石垣の前に来て、まだら色の壁に字が彫ってあるのを見つけた。「これも過去のことになるだろう」。彼はそれをしばらく凝視してから悟った。その時から失望や苦痛を感じた時、彼は自分に「これも過去のことになるだろう」と言い聞かせた。そういう心境で彼は人生の暗闇を乗り越えることができた。

彼は遂に出所した。困難や逆境に出くわした時、自分に「これも過去のことになるだろう」と言い聞かせてきた。その考え方は人生の中で挑戦を受けた時、彼に勇気をもたせてくれた。徐々に彼の人生にも転機が訪れ、思うに任せた順調な生活を送ることができるようになったが、順風の境地でも彼は自分に「これも過去のことになるだろう」と言い聞かせた。このような悟りは彼に人生の美しさを大切にすることを学ばせた。

歳を取るにつれて病気するようになっ

たが、そういう時も「これも過去のことになるだろう」と言って聞かせ、病気の間も比較的愉快に過ごすことができた。臨終の直前も、彼は忘れずに「これも過去のことになるだろう」と自分に言い聞かせ、安らかにこの世を去った。その言葉は残された家族にとって最も美しい贈り物となり、彼らが悲しむ時、それも過去のものとなることを彼は知っていた。

「親愛なる同級生たち、あらゆることは変化し、過去の迷いも変わり、目の前の苦しみも永遠には続きません。こういう智慧が分かりますか？」と問いかけた後、口と足で絵を書く画家の謝坤山の話をした。彼は誰にも負けない忍耐と意志の力で障害者として成功し、模範的な存在となった。

ある日、彼が上人に会った時、「あなたは本当に素晴らしい。他の人には手足があっても、あなたは良い手足があります」と上人が言った。彼はどういうことだろうと心の中で思った。「僕は明らかに手足に障害があるのに、どうして良い手足だと言うのだろう？」。上人は続けて、「正しい行いをするのが良い手であり、正しい道を歩むのが良い足なのです」と付け加えた。

いつか自由な所で会おう、と私は同級生たちと約束した。「その時には、どうぞ手を上げて『自分には良い手と良い足がある』と口に出して言ってください。そうすれば、あなたがすでに善行の仲間になっていることが分かるからです。」

第三回目の講義：縁

都会のコンクリートジャングルで生活していると、植物を育てる環境はバルコニーの植木鉢しかない。ある日、一つの鉢から何か瓜類の蔓が長く伸びていた。ヘチマのように見えるが違うようだ。はたして何の瓜だろう？　しばらくすると丸いメロンがなった。熟すのを待ってから家族で分けて食べたが、その小さなメロンはみずみずしくとても甘かった。そのころちょうど「法は水の如し」という経典劇の練習をしていたので、一瞬警戒心が起きた。

誰が植えた「因」なのか？　私だ。剥いた皮と種を土に埋めたのだった。育てる「縁」は誰がしたのか？　それも私だ。毎日水やりをした。誰がその「果」を受け取ったのか？　もちろん私だ。美味しく食べた。

因果を心から信じるのが修行の基本である。《大仏頂首楞厳経》で言っている

ように、因縁の所在を理解しなければ、どうやって煩悩を起こす「因」を断ち、既に存在している苦の「果」を受け入れることができるだろう？

第三回目の講義では「因縁」についての話をした。人生ではよく異なった形で悟りに導いてくれることがある。目の前の苦に対して、その中に潜んでいる因を理解し、勇気で以て人生を転換させる力を持ち合わせているのだろうか？

第四回目の講義：生まれ変わる

芝居は面白くなければ作り直すことができる。人生が思うように行かない時、やり直すことはできるだろうか？　汚点のついた人生は失敗した脚本のように見える。改悛者は一生幸せな人生を送れないのだろうか？　実は、考え方一つで人生はそこから変わることができる。

寒い冬の先には春が待っていることを、私はどうやったら心が傷ついたこの同級生たちに理解させることができるか？　彼らの眼差しが初めの頃の空虚なものから今では真剣に変わっていた。今がチャンスだ。自分の過去を話すことにした。

「私の記憶に最も遠いものとして残っているのが六歳の時の「扉」です。あの日、母は私たち兄弟姉妹を連れて出かけました。あちこち歩いた後、大きな扉の前に来て静かに待ちました。どれだけ時間が経ったのか分かりませんが、扉がゆっくりと開き、中からあまり見覚えのない父が出て来ました。それから、皆で石門水庫に行ってピクニックをしました。母は

●林敏惻（写真左）と林玲惻（写真右）は昔のことを回想した。以前手形法があった時代、父が法律に抵触して刑務所に入ったことがある。しかし、父は失意することなく、それまで以上に努力した。その精神は娘たちを善に向かわせ、今では台中慈済教育チームの構成員になっている。（撮影・賴明坤）

バッグから新しい服を取り出し、父はそれに着替えました。長い年月が過ぎてから、記憶の中の扉は桃園亀山刑務所の門だと気づきました。父は改悛者だったのです。

私は、父が改悛者であることで大変な苦労が付きまとい、大きなプレッシャーを感じていたのを知っていました。父はどんなに苦労しても絶対にあきらめませんでした。この道が駄目なら別の道を選びました。いつも引っ越ししていた関係で、小学校時代は毎年学校が変わりました。私たち兄弟姉妹はそれによって素早く物を整理する術を身につけ、一日であらゆる物をあるべき所に戻すことができました。

父は大したもので、経済的に困窮していたにもかかわらず、私たちに貧しいと感じさせませんでした。一家で夕食をとる時、大きなテーブルの上におかずが一皿しかなくても、笑い声が絶えませんでした。どんな苦しい生活でも、私たちは幸せでした。また、父はよく童話や世界の名作を取り出してきたので、幼少の頃から読書する習慣が身についたのは父のおかげだと思っています。

「楽観」は父がくれたもう一つの贈り物です。父の人生は浮き沈みがありました。父は機械の設計が好きで熱中していましたが、成功するよりも失敗する方が多く、毎回失敗した時は失敗を認めていました。しかし、その翌日にはまた食卓で製図していて、耳に鉛筆を挟んで頑張っていました。ある日、父はオートバイで機械のパーツを運ぼうとしましたが、重過ぎてオートバイが倒れ、起こすこともできませんでした。父はそれを笑い話にして聞かしてくれ、皆で大笑いしました。

父の人生は五十歳を過ぎてから少しずつ良くなりました。初めて家を買った時、還暦を迎えていましたが、何もない新しい家に座って満足そうでした。皆、父の苦労を見ていたので、誰もが心配をかけまいと頑張りました。私が台湾大学に合格した年、妹は一番良い女子中学校に合格しました。父は多く言いませんでしたが、目に涙を浮かべていました。今でもその光景が忘れられません。

親愛なる同級生諸君、私が言いたいのは私の父は改悛者でしたが、私の心の中では英雄であったということです。

あなたも父親ですか？　頑張って子供の心の中の英雄になってください。」

最後の二回：現実のストーリーで相手を変えた

改悛者も幸福な人生を送ることができるのをどうやって証明すればいいか？刑務所を出て総統府にまで足を踏み入れた高肇良師兄が第五回目の講義に最高にふさわしい講師となった。

最良の自分を望むなら、いつから変わるべきか？　慈済教師懇親会の李文義先生がこんな話をしたことがある。ある学生はいつも李先生に嘘をついていたが、李先生はいつも彼の言葉を信じ、不良グループから脱けるよう説得し続けた。

ある日、彼は李先生に電話をしてきて、「先生、ちょっと来てくれませんか？」と言った。「先生の言う通りに不良グループから抜けることにしました。抜けたいというと、兄貴は二つの選択肢から選ぶよう言いました。二十万元払うか、指を一本つめるかだと」と続けて言った。この子はお金がなかったので、指をつめるしかなかった。この子のことを思うと胸が痛んだ。その子はどんなに大きな決心をしたことか？　そのような勇気は私たちにあるだろうか？　いつになったら自分を変えるつもりだ？

禅問答にこういう話がある。ある日一人の将軍が地獄と天国が本当にあるか知りたいと思い、白隠禅師を訪ねた。禅師は「あなたは誰ですか？」と聞いた。「私は大将軍です」

「誰が盲目にあなたを大将軍にしたのですか？　私には乞食のように見えます」と禅師が続けた。将軍はそれを聞いて腹が立ち、刀を抜いて禅師を切ろうとした。禅師は落ち着き払って、「地獄の扉が正に開こうとしています」と言った。将軍はすぐに自分の失態に気づいて詫びると、「天国の扉が開かれました」と禅師は言った。

天国と地獄は考え方一つで、それを変えるのも一瞬の念である。最後の講義は「変わる」ことについて話した。変わるのなら今すぐに始め、自分の心を戒めれば、例え劣悪な環境にあっても、善に向かった美しい人生を送ることができるのだ。

（慈済月刊六〇三期より）

訪問ケアの生き字引
呉碧桃

経済的な困難を慈済ボランティアが差し伸べてくれた手によって脱出した。精神的な苦しみも慈済の訪問ケアによって出口を見つけた。呉碧桃は苦しみが自分の人生にとって養分となったと話す。そして今自分が訪問ケアボランティアとなって苦難の淵にある人を助けている

◎文・張国雄　訳・慈願

今年で六十四歳になる呉碧桃は、新北市板橋地区で初めて誕生した慈済委員（慈済の幹部ボランティア）です。訪問ケアの活動に身を投じて三十年余り、経験豊富なだけでなく、後輩ボランティアにとって生き字引になっています。

解決が難しいケースにあった時、ボランティアが助けを求める力強い人です。呉碧桃はなぜ訪問ケアが必要となったのか、その原因を探り出し、その人に合った最適の援助をします。

「私自身、貧しさと病に取りつかれた経験があります。ですから、貧困に喘いでいる人たちの気持ちを、ほかの人たちよりもよく理解できます。私がどうやって困難な道を通ってきたかをボランティアに語り、私たちが

●今年の1月、新北市の板橋区冬季配付を行った。呉碧桃が訪問ケア家庭に新年の物資を送った。

（撮影・呂瑞源）

奉仕しているケースの数々は自分の心の良知を呼び覚ます教育でもあることを話しています。人生は無常です。何を気にかけることがあるでしょうか？　とにかく相手の気持ちになって、一歩一歩その家庭に寄り添い、共に難関を突破することです。

辛い人生を生きる人たちを よい方向へ導く

呉碧桃は雲林県台西郷で生まれました。幼い頃、農家の両親は叔父の結婚費用をつくるために借金をしました。その

┣訪問ボランティア　呉碧桃┫

１９５３年生まれ。１９８１年、慈済委員の認証取得

訪問ボランティア歴：３２年

訪問時の心得：精一杯やること。全力でやっても、どうしてもうまくいかない時は、その重荷を一度下ろしてみる。重荷を下ろすことはあきらめることではない。また縁があればその時に手を差し伸べる。失敗しても、苦しんでいる人を助けることをあきらめない。

後収穫が悪く田畑を手放し、それからの三食は芋ばかりでした。寒い冬ともなれば、両親の古着を着て我慢していました。

小学校卒業後は菓子や靴下工場の雑用をして、一日六元ばかりの日給をすべて母に渡して二人の弟の学費に当てました。小さな時から貧しく苦労のしどおしでも、自分の境遇を恨まず、人を憐れむことを知っていました。

裕福ではない家庭であっても、母から「将来食べるご飯に恵まれた時には、困っている人に一口でもいいから分けてあげるように」と言われていました。

その後、台北市蘭州街に引っ越した時は十四歳になっていました。父の勧めで美容院に勤めましたが、一日十二時間以上の重労働で、休暇は月に二日だけでした。一日中立ちっぱなしでお客の髪を洗わねばならず、腰痛に悩まされ、指先に血がにじむこともありましたが、雇い主は従業員を少しも気遣ってはくれませんでした。その時呉碧桃は将来、自分の店を持つことができたら従業員によくしようと心に決めていました。

十九歳の時、姉の開業していた美容院に移って美容師になりましたが、その後、姉は別の事業を起こして店を彼女に任せました。従業員には労働に見合った給料

●北部の慈善研修会で30年来の訪問ケアの経験を話す呉碧桃。（撮影・陳坤富）

を与え、忙しい時には手当や食事もつけ、自分が受けたような苦しい思いをさせないよう努めました。

自分だけ安泰ならよいのではない

二十四歳の時、父の勧めで見合い結婚をした後、人生は暗転しました。「私と夫は性格から生活習慣、人生観までまるで正反対で、平行線のように考えが交わることはありませんでした。結婚前には優しかったのですが、結婚後は一転して冷淡になりました。家のローンのために一生懸命働いて、心身ともに崩れ落ちてしまいそうになった時、追い打ちをかけるように子宮筋腫と心臓弁幕不全と診断されました。

健康状態が悪くなっても夫は家のことは構わずしたい放題で、離婚を考えましたが、母に反対されたのと、子供たちの将来を思って、歯を食いしばって子供を一人前にするまで辛抱することを決意しました。過ぎ去ったことですが、涙で過ごした日々を思い出す度に感情が高ぶってしまいます」

不幸な結婚に呉碧桃は宗教に救いを求めようとしました。そんな時、故郷が同じ雲林県出身の従業員が急性腎臓病を患いました。美容院の客だった慈済委員が、見かねて慈済の補助を申請してくれて、この従業員は毎月二千元の補助金を受け取ることができました。当時の二千元は大きかったです。

あの時、慈済団体の浄財は委員が毎月五元、十元と会員から集めた貴重なお金だということだと知りました。そして二十九歳の時、慈済委員の引率で花蓮県の慈済精舎を訪れます。ここで慈済が慈善と医療の奉仕に尽力していることを知って感動し、すぐに證厳法師に帰依することを願い出ました。

證厳法師が「私の後について修行する

のはとても辛いことですよ。怖くはありませんか？」と聞くと、呉碧桃は「怖くありません。私は一生法師についていく覚悟です。法師にお会いできたことは私にとって最高の幸せです」と笑いながら答えました。

こうして帰依した呉碧桃は「静姝」という法名を賜りました。その後の人生はまさに百八十度変わりました。貧しい日々は過ぎ去り、肉を断って菜食にし、食べ物があるだけでも感謝し、服装も簡素に変わりました。

これまではモダンな服装を好んでいましたが、今では慈済の制服が最も美しいと言います。口数が少なく冷たい感じを与えていた表情は消えて、柔らかく優しくなり、慈済のことや訪問ケアで経験したことなどを、店の客や近所の人たちに話すようになりました。慈済人になってから、法師の開示によって得た心霊の解脱の経験を、困難に遭遇している人たちと分かち合い、その人たちが一日も早く朗らかになれるように努めると言っています。

時間を作って人々に寄り添う

静姝は三十年来の訪問ケアの経験があり、それぞれのケースにはこの世の無常と離合が込められていると実感しています。

その中でも、一九九八年に中華航空機が着陸寸前に大園で発生した遭難事件は思い出すだけでも動悸が止まらないと言います。二百人以上の遭難者がひっきりなしに板橋の葬儀場に運び込まれ、中には大型の黒いビニール袋に入れられているのもありました。彼女は慈済ボランテ

●美容師の呉碧桃はケア対象家庭の子供が自分に自信が持てるようきれいに髪を切ってあげる。（撮影・劉対）

イアたちと遺族に付き添って遺体の確認を手伝っていました。

その中で身なりのきちんとした婦人が、手に数珠を持って冷静にしていました。近寄って、「どうなさったのですか」と聞くと、息子は機内乗務員だとの返事でした。「念仏を唱えましょうか」と言うと悲しそうに、無言のまま「ありがとう」という意味の笑みを浮かべていました。

こんな場合は手を握ってあげて、「お食事は？　お水を飲みます？」と聞いて、静かに寄り添い、あまり余計なことをしゃべらないことにしています。家族が亡くなった人に対して何をしてあげればいいかと聞かれた時、「祝福してあげましょう、すべてを放下するように」と答えます。また、「法事の必要はありますか」と聞かれた時は、「あなたが法事をすることによって心が安らかになるなら、亡くなった方も喜ぶでしょう。ご自分でよく考えて、慈済が必要でしたらすぐにお手伝いします」と答えていました。

あるケースで、台北の木柵に住む女性が、夫の亡くなった後三日間飲まず食わずに泣きながら、亡骸を抱き続けて放そうとしませんでした。ボランティアは経験の深い静姝にこのケースを頼みまし

●慈済ホランティアが退役軍人の施設を訪問した。陽気な呉碧桃は年長者を誘って、一緒に歌った。（撮影・張素燕）

た。彼女はボランティアたちに、どんなケースであっても当事者の同意を得ることが大切ですと教えました。そしてボランティアが悲しんでいる女性にお手伝いすることはありませんかと聞くと、ありがうと言って、ただ心の落ち着く時間が必要だけですと言いました。

ボランティアがすべき最も大切なことは、相手を尊重することです。時にボランティアは熱心になりすぎるあまり、相手が必要としているだろうとの思い込みであれこれ手伝おうとしますが、何を必要としているかよく観察し、見極めなければなりません。ある人には寄り添って心の傷を慰めてあげることが必要ですが、人の助けを受けたがらない人には静かな空間が必要になります。多くの場合はその心に寄り添い、ただ黙って話しを聞いてあげて、心にたまっている辛い思いを吐き出させるのも慰めの方法です。

＊

静姝の訪問ケアの記録手帳には、ある三十歳の女性が夫の暴力にあったケースが記されています。夫は度々酒に酔って暴力をふるい、女性は逃げ出して保護令の申請をしましたが、半年の期限が切れたので、家庭暴力防止センターの紹介で慈済ボランティアに協力を求めてきました。

静姝は「どのケースも最良の生命教育です。私の結婚は円満とは言えませんが、夫は酒を飲まず、暴力をふるうことはありませんでした。さまざまな境遇の人たちを見て、いろいろと気づかされます」と言います。

北部の慈善研修会に出席した呉碧桃は、三十年間訪問ケアに携わって会得した人生の智慧を皆に話しました。訪問ケアを行う中で人生の無常を体得し、足るを知って常に感謝し、今の一刻を大切に過ごさなければなりませんと話しました。さらに慈悲の心と同理心を培い、苦を見て己の幸福を感じています。證厳法師は「苦しみを経てきた今の幸福な人は、さらに前進しなければなりません。なぜなら奉仕をして社会にお返しする能力がある人は、最も幸せな人だからです」とおっしゃいました。

（慈済月刊六〇三期より）

善と愛があれば自ずと人からも愛される

衆生の苦を取り除く菩薩として

◎文・釋徳仴／訳・葉美娥

中東に位置するシリアで二〇一一年に内戦が始まって六年目の現在、数百万人のシリア人が故郷から脱出し、他国に流入して難民となりました。證厳法師は朝会で、難民のことを思うと悲しくなるとおっしゃいました。「かつてどれほどの財産や名望があっても、いったん国や社会に動乱が勃発すると、命を守るため他国へ逃げ回る難民とならねばなりません。心身とも苦しくて、多くの子供たちは病気になっても、適切な医療を受けられなくなってしまう」と話されました。

ヨルダンには多くのシリア難民が身を寄せています。ヨルダンの慈済人は昨年の十一月から今までに百人以上の子供に医療を援助し、今なお三百人以上の子供が手術や治療を待っているようです。慈済人医会（医療ボランティアチーム）の林俊龍執行長や台中慈済病院の簡守信院長など、三十人以上のスタッフとボランティアで構成した施療チームは昨年の十二月ヨルダンへ出発し、現地の貧しい住民と難民家庭に施療活動を行いました。

近年、中東諸国では次々と動乱が発生しています。證厳法師は動乱で生じた難民を十分に助けてあげられないことを悲しむ

とともに、施療チームもくれぐれも安全が第一だと言付けられました。「皆さんは愛のためにあちらに行かれます。大きな愛のエネルギーを衆生に注いで彼らの役に立ってください。医療の良能を発揮し、人々の心身を暖めてあげましょう」と教えられました。

海外慈青（青年ボランティア）と慈懿スタッフの研修キャンプで證厳法師は次のように若者に語られました。「享楽に溺れずにこの一生の福を大事にし、うまく時間を利用し、因縁を把握して菩薩の良能を発揮しましょう。自分自身の楽しみを求めずに、衆生の苦難を解脱させるお手伝いができれば、自分の心も安らかになると感じられます。これはいわゆる『無縁大慈、同体大悲』（注）の菩薩心です」と仏陀の理念を説明なさいました。

教育で最も重要なのは、正しい一念を持つことです。「慈済の宗教教育は自分と人を等しく愛することです。自愛（自分を愛すること）であれば、業因を作ることがありません。善念を保つことで、善念を持ち続けていけば、心の中に愛が満ちていて、自然に人から愛されるようになるのです」と證厳法師はおっしゃいました。

「少数の善人だけではこの世は和やかな社会にはなりません。自分を愛するだけでなく人も愛し、互いに愛し合い励まし支え合っていくように。そうすれば人を幸せにすることができ、自分もまた幸せになります」とお教えになりました。

（慈済月刊六〇二期より）

＊注：無縁大慈とは無縁の者にも大きな慈しみをかける大きな愛のこと。同体大悲とは人の体も自分の体と同じように感じること。人の痛みを自分の痛みとして感じ、衆生の苦しみを自分の苦しみとして受け取るという意味。

各国の連絡所

本部
971 花蓮県新城郷康樂
村精舎街 88 巷 1 号
TEL:886-3-8266779
886-3-8059966
志業中心（静思堂）
970 花蓮市中央路三段 703 号
TEL:886-40510777 # 4002
0912-412-600
花蓮慈済医学センター
970 花蓮市中央路三段 707 号
TEL:886-3-8561825
玉里慈済病院
981 花蓮県玉里鎮民権街 1-1 号
TEL:886-3-8882718
関山慈済病院
956 台東県関山鎮和平路 125-5 号
TEL:886-89-814880
大林慈済病院
622 嘉義県大林鎮民生路 2 号
TEL:886-5-2648000
台北慈済病院
231 台北県新店市建国路 289 号
TEL:886-2-66289779
台中慈済病院
427 台中県潭子郷豊興路一段 88 号
TEL:886-4-36060666
FAX:886-4-36021123
慈済大学
970 花蓮市中央路三段 701 号
TEL:886-3-8565301
FAX:886-3-8563604
台北支部
106 台北市忠孝東路三段 217 巷 7 弄 35 号
TEL:886-2-27760111
FAX:886-2-27761244
慈済人文志業センター
112 台北市立徳路 2 号
大愛テレビ局
TEL:886-2-28989999
静思人文
TEL:886-2-28989888

アメリカ
総支部（San Dimas）
TEL:1-909-4477799
北カリフォルニア支部
TEL:1-408-4576969
ハワイ支部（Honolulu）
TEL:1-808-7378885

カナダ
TEL:1-604-2667699

メキシコ
TEL:1-760-7688998

ドミニカ Santo Domingo
TEL:1-809-5300972

ブラジル　Sao Paulo
TEL:55-11-55394091

イギリス
TEL:44-20-88699864

フランス
TEL:33-1-45860312

ドイツ　Hamburg
TEL:49(40)388439

オランダ　Amsterdam
TEL:31-629-577511

スウェーデン　Goteborg
TEL:46-31-227883

オーストリア　Vienna
TEL:43-1-7346988

南アフリカ　Gauteng
TEL:27-11-4503365

中国蘇州
TEL:86-512-80990980

香港
TEL:852-28937166

フィリピン Manila
TEL:63-2-7320001

タイ　Bangkok
TEL:66-2-3281161-3

ベトナム　Hochiminh
TEL:84-8-38535001

マレーシア Penang
TEL:604-2281013

ミャンマー Yangon
TEL:95-1-541494

マレーシア
Penang
TEL:604-2281013
Malaka
TEL:606-2810818

シンガポール
TEL:65-65829958

インドネシア　Jakarta
TEL:62-21-5055999
大愛テレビ局
TEL:62-21-50558889

ヨルダン　Amman
TEL:962-6-5817305

トルコ　Istanbul
TEL:90-212-4225802

オーストラリア Sydney
TEL:61-2-98747666

ニュージーランド
Auckland
TEL:64-9-2716976

慈済

２０１７年４月１７日発行・２４４号
中華郵政台北誌字第９０９號執照登記為雑誌交寄
Printed In Taiwan

発行人　釋證厳
発行所　慈済基金会
〒 112 台湾台北市北投区立徳路 2 号
編　集　慈済日本語翻訳チーム
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

■

慈済基金会日本支部
〒 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

證厳法師のお言葉、委員や会員の体験談、慈済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に存じます。（日文組編集同人）

静思精舍では「一日作さざれば一日食らわず」をモットーに、労働と修行をする生活が定着している。環境がどう変ろうと、心の境地を常に静寂清澄の状態に保ち、動の中で静を修行し、煩悩と縁を切っている。（撮影・游錫璋）