

慈濟 247

ものがたり

慈濟基金會
2017 年 7 月

TZU CHI ● ツーチャー



表見返し ●

文・證嚴法師/訳・済運/撮影・涂鳳美

堪忍の世界で 愛を広める

衆生は頑固で

厚い無明の垢に覆われている

怒り、侮辱、中傷、罵りの

習性は変え難い

菩薩は願を持って

一切を哀れみ

堪忍の世界で

愛を広めている





閻玄蘭さん（右）は2012年、四川瀘州での冬季配付活動後、ケア家庭を訪問して親身になって状況を聞く。（撮影／林炎煌）

目次

【社論】

小さな片隅に光を当てよう

慈願／訳 4

【主題報道】

香港 東洋の真珠の暗がり

済運／訳 8

香港の困難な生活

済運／訳 18

【健康ボックス】

指先の力が弱くなったのは、
年のせい？それとも中風のせい？

慈願／訳 34

【菜食生活誌】

菜食でいきいきとした朝を

葉美娥／訳 40

【人文風景】

観音山の「水背負い隊」

高嶋由紀子／訳 44

【證嚴法師のお諭し】

真実の道場ですぐさま精進しよう

慈願／訳 66

【特別報道・四川大地震の九年後】

善事を行わないことこそが困難

慈願／訳 78

綿陽市游仙区慈濟実験小学校

慈願／訳 90

【衲履足跡】

一念をよく守ること

慈願／訳 98

慈濟大事記【六月】

済運／訳 106

小さな片隅に光を当てよう

五月は心温まる感謝の月である。世界四十カ国で五百回を超える灌仏会が催され、仏の恩、父母の恩、衆生の恩に感謝した。三十万人近くの善念が集結し、人心を浄化し天下に災難がなくなるよう祈願した。

慈済は創立五十二年目に邁進している。ボランティアは僻地だけでなく、にぎやかな都会の片隅にまで分け入ってゆき、貧しい人や世の中から取り残された人々に寄り添っている。きらめく東方の真珠と言われる香港でも、ホームレスに寄り添っている。

香港慈済ボランティアは二〇一四年からホームレスへのケア活動を展開している。初めは四カ所だけだった活動拠点は、今では二十カ所にまで増えた。香港の家賃や物価は絶えず上昇しており、多くの人は給料の大部分が家賃として消えてしまう。家賃が高いのに家は狭く、衛生環境が悪いので、街頭で野宿する人が増えている。

夜の帳が降りて商店街では次々に店じまいする頃、ホームレスは今夜身を置く所を探さねばならない。男性ボランティアを主とする思いやりチームも退勤後に集合して、ホームレスを探し、彼らの生活状況を理解して何を必要としているかを聞く。香港城市大学と非政府組織の統計によると、ホームレスは年々増加して、現在すでに千人を越えている。そのうち五十歳以上の中高齢者が多く、彼らの学歴は高くはない。中国大陸やベトナムからの出稼ぎ労働者で、約四割を占めている。中には、仕事で怪我をして働けなくなり、ホームレスになった人もいる。

故郷を離れ、衣食住もままならない大勢のホームレスは、健康上の問題も抱えている。彼らは病気に対する知識があまりないうえ、医療ケアを受けるのは容易ではない。努力して職を探しても、失業の期間が長かったため、益々社会に入るのが困難になっている。貧困から抜け出せず、そのストレスから、アルコールや薬物に依存する比率が高くなっている。

慈済ボランティアが訪問ケアに行くと、ホームレスの置かれた状況が厳しく、人々から軽蔑され、人々と付き合うことがほとんどないことを知る。また、炊き出しをしようにも、建物が密集しているため、火事が起きるリスクがあり、円滑な支援活動を行うことができない。

二年の間ホームレスと親しく付き合ってきたボランティアは、ホームレスと「思いやりホットライン」を立ち上げた。二十四時間彼らの電話に耳を傾け、また一緒に歌を歌ったりしている。

ホームレスの中には「班長」がいて、物資配付の状況を伝達している。ボランティアは食事を供給する以外に、病気の時は受診のため病院へ付き添う。ホームレスの中には感激のあまり、タバコを買うお金を寄付してくれたり、環境保全の活動に参加する人もいる。

ボランティアは「貧困をなくすためには金持ちを批判するのではなく、愛を拡大することが大事」と体得していた。ホームレスの人生は、誰にでも訪れる可能性のある無常をよく示している。だがたとえ貧しくとも、愛の奉仕という潜在能力が啓発されれば、小さな片隅で心が富む者として光を放つことができるのだ。

香港

東洋の真珠の暗がり

香港のビクトリア港には有名なナイトアップショーがある。毎晩八時

に兩岸の四十を超える摩天楼が鮮やかに灯り、大勢の観光客を魅了する。

しかし、それがどんなに明るくても、社会の暗がりにいる人たちに人生の道を照らし出すことはできない。繁栄した華やかな香港は「東洋の真珠」と呼ばれている。

不動産価格は天にも昇る勢いで高騰し、貧富の格差は非常に大きい。人々には生活のプレッシャーが重くのしかかり、数値が異常に高いPM2.5のように、きらびやかな色彩に暗い影を落としている。

◎文・邱如蓮訳・済蓮 撮影・蕭耀華

買い物天国の国際都市

香港から深圳に通じる地下鉄が開通してから、中国人が香港を訪れるのが一層便利になった。

四月二十九日から五月一日のメーデーにかけて連休が始まり、人の波が尖沙咀廣東道に溢れ、世界のブランド品の旗艦店の入り口には中国人観光客の行列ができていた。

HERMÈS

HERMÈS

G001

國風堂書屋

旺舖招租
68280428

67629788

67629788

化妝品批

化妝品批

3110 0668

永昇物業

Mutual Property Consultants Ltd
租 93636681 售

27811682

永昇物業

Mutual Property Consultants Ltd
租 93636681 售

27811682

名成(店舖)代理

租 售 2366 2336

名成(店舖)代理

租 售 2366 2336

名成(店舖)代理

租 售 2366 2336

多寶旺舖

租 陳志寶 售 9279 9996

2770 6661

多寶旺舖

租 陳志寶 售 9279 9996

2770 6661

PrimeShop .com.hk

2111 3555

PrimeShop .com.hk

3555

PrimeShop .com.hk

3555

物業代理有限公司

家賃を払えない時代

九龍旺角的西洋菜街的壁には不動産の広告の
ビラが所狭しと貼られているが、経済的に力の無
い人々は部屋を借りることもできず、道端で寝起
きしている。

不動産価格の高騰は香港人を苦しめている。
大卒の平均月収は一万一千香港ドル(約十五万
円)で、十坪ほどの1DKアパートの家賃は月
七千ドル(約十万円)である。

皆、生活が大変な中、学歴がなく、技能を持た
ない労働者に至っては家賃を負担できないため、
野宿するしかなくなる。

直到 業主
69936341

直到 業主
69936341

互錐の地の争奪

中環地下鉄駅前の歩道橋は、ビルの上から見るととても小さく見える。香港は土地が狭くて人口密度が高いため、海を埋め立て、建物を上へ上へと高くする。建物が隙間がないぐらい立ち並び、蜂の巣のような窓はサイズを大きくした戸棚のように見える。一人当たりの平均居住面積は四・二坪である。





押しつぶされた人生

七十三歳の黄さんは二坪大の部屋で生活している。ほかに「割房」と呼ばれる所も多くの低所得者が暮らす場所である。

「割」という字は広東語で「分割する」という意味で、供給が必要に追いつかない状況下、住居を細かく仕切り、二坪大の部屋に分割して貸し出している長屋である。居住空間は卓球台二つ分の大きさしかない。

香港

困難な生活

◎文・邱如蓮 訳・済運 撮影・蕭耀華

- 不動産価格が七年連続で世界一高い。
- 二〇一六年の不動産価格の上昇率は三十三パーセント。
- 政府は中低所得者層向けに公営住宅を建設して廉価で賃貸に出しているが、今年三月末現在の統計によると、二十七万世帯が入居待ちで、平均待機年数は五年である。
- 公営住宅の家賃は収入の四十パーセントを越え、民間住宅の家賃は公営住宅の九倍である。
- 香港特有の「劏房」は平均二坪足らずで、複数が同居する場合もある。香港全体で約十九万人がその「劏房」に住んでいる。
- 香港政府の「二〇一五年香港貧困状況報告書」によれば、人口七百二十九万人のうち、貧困者はその二割に相当する百三十四万人に達している。

九龍觀塘工業区では借家の広告ビラが低い壁いっぱい貼られている。操業を停止した工場も劏房に分割され、低所得者層の労働者に貸し出している。



窓から日が射し込み、ベッドの縁に座った猫背姿が浮かび上がった。室内は様々な物で溢れ返っている。そこは二坪足らずの黄おじさんの住まいである。扉の外は薄暗い廊下が続き、借家人は風呂と台所を共用している。ほかに五世帯が生活している。

黄おじさんは七十歳を過ぎている。若い頃は学校の用務員をしていたが、収入が少なく、自分の家を持つことはできなかった。退職してからは、政府の高齢者手当に頼りながら、この団地の屋上に建てられたブリキの小部屋に住むようになった。

ブリキ小屋は冬は寒く、夏は暑い。黄おじさんは昼間は外出し、生活の足しにするために、ダンボールや回収できるものを拾い集め、日が暮れてから帰宅する。住環境が悪くても我慢するしかない。

黄おじさんは公営の賃貸住宅への入居を申請し、一昨年やっと順番が回ってきた。比較的安い家賃で入居ことはできたが、香港人はそれを「上楼」と呼んでいる。しかし、黄おじさんは子連れの中国人女性と結婚し

香港島の山の中腹にある高級住宅街で労働者が建設中の高層ビルで作業をしていた。香港は競争が激しく、学歴の低い人は危険な割に収入が少ない肉体労働に就くしかない。どんなに汗水垂らして働いても、それに見合った生活を送ることはできない。



たため、生活空間はもつと窮屈になり、独りで再び深水にある元のビルに戻って来たのだった。家賃は月額千五十香港ドル（約一万六千円）で、九階の二坪の板の間である。

黄おじさんが住んでいた屋上から眺めると、隣接したビルの屋上には全てブリキ小屋が建っている。その周りの路上にはビーチパラソルが立ち並び、様々な露店が各種各様の物を路上いっぱい置いていた。荷車が行き交い、元々広くない路地が一層混雑していた。

深水埗区は九龍の市街地にある。近年、現代的なビルが増える中、経済的に能力のある人は新しく建設された民間のビルに移り、旧市街の住居は買い取りか賃貸かにかかわらず、低所得者が身を委ねる場所となっている。

快適な暮らしが難しいわけ

香港は土地が狭くて人口が多いため、住居の需要に供給が追いつかない。一九九七年に香港が中国に返還されて以降、裕福な中国人が香港で投資目的で不動産を買うため、不動産価格は上昇する一方である。中産階級はほとんど住居を持つことができなくなり、仕方なく賃貸の公営住宅に住んでいる。

香港不動産委員会の統計によれば、二〇一七年三月末現在で、公営住宅への入居を申請した二十七万世帯が待機中である。かつて香港住居委員会に勤めていた慈済ボランティアの吳万里は、「毎年、公営住宅を申請する人は約三万人ですが、平均して四年から六年待たなければなりません」と言った。

需要が増えるにつれ、資金に余裕のある家主は家族が住むのに適した住宅を「板の間」や「劏房」にして貸し出すようになった。香港のメディアの調査によると、それらは平均で一・三坪、卓球台二つ分の大きさしかない。また、近年、通称「棺桶部屋」と呼ばれるものが出現した。

カプセルホテル式のベッドの大きさと、棺桶が並んだように見えるためそう呼ばれている。家賃は月額千香港ドル（約一万五千元）である。

公営住宅への入居待ちをしている人や民間住宅に手が届かない人は、こうした非合法の借家に住むしかない。調査によれば、約八万四千世帯が劣悪な生活環境に耐えながら、非合法の借家に住んでいる。

「劊房に住んでいる人は、家に帰っても動き回る空間さえなく、窓のない部屋もあります。そういう空間に閉じこもって、子供がベッドの上で勉強しているのです。香港人に精神疾患が多いのは、経済的なプレッシャーのほかに、まともな空間や気が休まる場所がないことと関係があります。貧富の格差は益々広がり、若い世代には未来が見えません」と慈済ボランティアの施頌鈴が言った。

そしてもう一つのグループは、小さな借家さえも借りられずに街を放浪している。彼らは野宿者またはホームレスと呼ばれている。

労働者の一日

整然とした身なりと丁寧な言葉遣いの阿源は、彼自身の口から聞かなければ、九龍のある公園で生活していることなど想像もできない。

阿源の家財道具は少なく、公園の一面は彼が夜を過ごすのに足りる大きさである。昼間はレストランの清掃や雑用、配達などを行っている。通勤前にビラ配りの仕事をすることもある。香港の最低賃金は時給三十四・五香港ドル（約五百円）で、計算してみると、阿源の手取り月収は八千香港ドル（約十二万円）である。しかし、劊房一間の家賃は最低三千五百香港ドル（約五万三千円）で、彼の収入の四十パーセントに相当する。

「ただ寝るだけのために、懸命に働いて得たお金がほとんど家賃と光熱費に消えてしまうのです」と阿源が言った。苦労して得たお金を自分の手元に置き、衣と食さえ凌げれば、緊急時のための貯金もできるので

ある。

阿源の状況はホームレスの中でも良い方である。彼と同じ公園で生活しているあるホームレスは、持病で身体が不自由なため、臨時雇いの仕事も見つからず、千〇三千香港ドルの「総合社会保障援助金」で生活をしている。昼間は寝泊まりする場所にいられないので、街をうろつくしかない。三食は慈善団体の救済に頼っているが、食事にありつけない日もあり、貧困と病の悪循環に陥っている。

香港の五つの大学と四つのNGOが二〇一五年十月に合同で調査した結果によれば、過去十年と比較して、ホームレスの数は一気に三倍に増え、千六百人以上に達している。公園のほか、地下道や歩道橋などにも寝泊まりし、中には二十四時間営業のマクドナルドで夜を明かす人もいる。トイレがあつて明るく、街頭で野宿するよりも安全なのである。人々は彼らのことを「マック難民」と呼んでいる。

街頭で野宿するかマクドナルドに行くかは別として、ホームレスは同

夜11時半、香港島の24時間営業のマクドナルドには、夜を明かしに来るホームレスが次から次へと現れる。



慈済ボランティアが旺角地下鉄駅前を通った時、ホームレスが道端に寝ていたので、声をかけた。「怖いと思っは、心から彼らのケアをすることはできません」と吳万里（左から2人目）が言った。ホームレスは街に住む友人であり、友人が困っている時、助けるのは当然なのだ。



じように夏の暑さと冬の寒さに晒されている。政府は暑さと寒さを凌ぐシエルターを設けてはいるが、短期間の滞在しかできない。道行く人から軽蔑の眼差しを投げられ、追い払われる。不衛生な野宿の不快さも、彼らが日々直面する現実である。

スープを飲みながら、悩みを打ち明ける

二〇一一年末、香港慈済ボランティアは縁があつて、「籠屋」（鉄条網で仕切った貸し部屋だが、今はほとんどが取り払われている）に住む低所得者を見舞い、毛布を届けたことがある。その時ボランティアは突然、「風雨を凌げる場所にいる人が毛布を必要としているのなら、野宿している人はもっと必要としているのではないだろうか？」と思いついた。

ボランティアはぶらぶらと近くの歩道橋まで行ってみると、橋の下にはダンボールを被ったホームレスが、はじめじめして寒い中震えていた。

ボランティアは彼らが寒い夜を過ごせるように、とただちに毛布を届けた。

小雨が降って気温が下がった夜、慈済ボランティアは再び、深水埗歩道橋の下で毛布の配付を行った。そして、配付範囲をホームレスが常時集まる油麻地、尖沙咀文化センターにまで広げた。配付を通して、ホームレスが野宿している所では共通の情景が見られることに、ボランティアは気づいた。劣悪な環境の中、多くの人が健康を害しているのだ。恐らく一回や二回の配付活動では彼らの生活を改善することはできず、長期的にケア計画を立てなければならない。

二〇一三年、慈済ボランティアの王長堅は「平等に分ち合う」団体のケア活動に参加し、中環、上環のような繁栄した金融街にも数多くの暗がりが存在し、救いの手を必要としている野宿者がいることを知った。王長堅は香港島の慈済ボランティアと共に、長期的に行動する「ホームレスケアチーム」を立ち上げた。

慈済ボランティアが油麻地澄平街の地下道にいるホームレスに弁当を届けると、ホームレスは嬉しく込むように食べた。いったい何食食べているのだろうか？



吳万里（左から2人目）の呼びかけで、阿威（右から2人目）は毎週金曜日の昼に牛頭角邨でボランティアと共にリサイクル活動をする。動作は速くはないが良い助っ人である。

ホームレスは通常夜の九時を回ってから現れ、安全上、ケアチームは男性ボランティアが主体となった。そして、ホームレスと親しくなっただけで少しづつ女性ボランティアも参加するようになり、ケア活動に家庭的な



温かさをもたらした。

香港人は甘いスープを飲む習慣があるが、野宿しているホームレスが手間のかかるスープを作ることはできない。ボランティアは家から温めたスープを持って行き、その甘い香りのスープでホームレスの身も心も温めた。

毎回のケア活動では物資の配付の他、食事と甘いスープを届けている。スープを飲む時、ボランティアとホームレスは情を通わせ、そこから野宿するようになった経緯を聞き、それによって、より適切な支援を提供するようにしている。

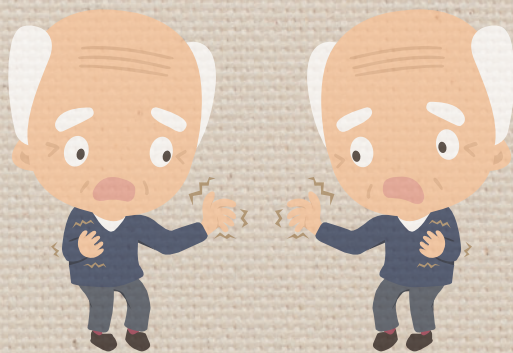
ホームレスケア活動は次第に香港島から九龍区や新界区にまで広がってゆき、今では二十のケア拠点がある。地域ごとに異なる習慣を持ったホームレスがいるため、ケアする方法も異なっている。唯一つ同じなのは、真心で彼らに付き添い、人生のどん底から抜け出せるよう願う気持ちである。

指先の力が弱くなったのは

◎口述・花蓮慈濟病院の整形外科鄭立福医師
文・葉文鶯／訳・慈願／絵・葉晉宏

年を取ったせい？ それとも中風のせい？

さまざまな原因により、
手が麻痺したり足が痛んで、
次第に力がなくなったりする。
もしも転んだら、
神経が圧迫されていないか
検査を受けるべき。
正しい治療を受けて
改善しなくてはならない。



今年の元旦過ぎ、ある画家が私の診察
所を訪れて、自作の年賀状を下さいまし
た。

真紅の年賀状には今年の干支の鶏の絵
が描かれていて、すみっこには古い文字
がまるで絵のように書かれています。羽
を広げたクジャクの羽毛の鮮やかな色
彩、そのクジャクの王は今にも絵から抜
け出さんばかりで非常に見事でした。

画家の字は相変わらず美しいです。新
年を過ぎて八十六歳になった彼は、鄭立
福（私の名前）としたためてくれました。
画家は私の患者でしたが、今回は受診
ではなく新年の挨拶のため来てくれたの

でした。そして九十歳までは創作を続け
る意欲を語ってくれました。私はかつて
彼の症状をすぐに見極め、適切な処置を
して、痛みを取り除くことができたのを
誇りに思いました。

転んで起き上がったその後は？

二年前の十二月末、画家で教授の楊英
鏢氏が、私の診察室に来て一枚の絵を下
さいました。「鄭先生、私の書いた字は
お好きですか？ 最近私は手の力が弱く
なったようで筆をしっかりと握れず、字が
震えるようになりました」と気落ちした

様子で言いました。

そして、教授は右手を伸ばして私に見せました。いくつもの賞を受け、世界的にも名の知れたその画家の手は、言うことを聞かず筋肉が萎縮していました。闘いに敗れた雄鶏のように意気消沈しており、奥さんも心配していました。

画家は「年を取ったからでしょうか？それとも中風でしょうか」と心配そうに聞きました。私は、原因を探ろうと質問しました。「いつごろからこの状態は始まったのですか？何か思い当たることはありませんか？」と些細なことでも思いう出すように聞きました。

しかしどこでしょうか？。そして頸髄は不快ではありませんかと聞きました。実は私は五年前、勤務中の姿勢が悪かったため頸椎間板ヘルニアと狭窄で神経を圧迫したことがありました。首と左側の肘にひどい痛みが起き、その上左手の力が入らなくなり親指が麻痺し、首は曲がって姿勢を正しく保つことができませんでした。その後、頸椎手術と神経圧迫の手術を受けて、左肩と肘の痛みがなくなり、左手の力もだんだん回復したのです。教授はこれに似た症状ではないと言うので、神経科の検査手続きをして圧迫している場所を確かめることにしました。

教授は創作のため、時々国外旅行をしています。「そうだ。一年前に中国に行った時、転んだことがあった」と。それが思い出した唯一の「事故」でした。

「どのように転んだのですか？」と聞くと、「転んだ時は右手を地面に着けて、かすり傷だけで済み、骨折もなく気にしませんでした。その後、絵を描く時何だか指に力が入らなくなり、字が以前のようにならなくなりました」と答えました。

神経内科で受診した際、神経の圧迫と診断されて整形外科に回されたのでした。私は手の治療の経験が豊富でした。「二本の神経に損傷があるようですね。

もしも肘なら、全身麻酔による手術を行なわなければなりません。もし手首なら



局部麻酔で済みます。教授は健康そのものですが、私は教授が高齢なため全身麻酔を避け、麻酔の危険を少なくしようと思っていました。

検査の結果、神経損傷は手首の内側にありました。転んだ時、ここを地面について体重を支えたのでした。手の関節の軟らかい場所で転んだ時の体重を受けていたのです。尺骨神経が圧迫を受けた小指と薬指が麻痺し、筋肉が萎縮して鷹の足のように爪が曲がるのです。

これは私の医者人生の三十年目にして初めて行う手首尺骨神経の減圧手術でした。手術の数日後、教授の右手はこれま



での状態が嘘のように、以前の状態に戻りました。指を握れるまで回復し、だんだん力がついて自由自在に手を動かせるようになりました。

お年寄りには転倒に注意を

ある人が、お年寄りは転んだら、すぐに病院へ検査に行くべきでしょうかと聞きました。私は検査をした方がいいと思います。お年寄りに転倒に注意するように、また骨密度を維持して転倒を予防するように呼びかけています。

お年寄りは骨粗鬆症になっているので、転んだ時に神経が傷つくことが怖いのです。万一転んだ時は、負傷した所をレントゲンで確認するべきです。教授の場合、転んだ後、骨に痛みもなく体も何の不自由はなかったのに、日が経つにつれ

神経が受けた圧力損傷が明らかな症状となって出てきたのです。尺骨神経圧迫例にとると、もしも時間が経過すると圧迫現象がひどくなって筋肉を委縮させ、手術やリハビリをしても元に戻らないため、慎重に処置しなければなりません。

よかったことに、教授は再び絵筆を握ることができるようになり、数カ月後には新作を発表したとの喜ばしい知らせが届きました。誰もが絶賛する繊細な作品を創作する意欲、その教授の笑顔は「九十歳までは大丈夫！」という自信に溢れていました。

（慈済月刊六〇五期より）



菜食でいきいきとした朝を

◎ 撰文・姚茶瓊（臺北慈濟醫院營養組營養師）
相片提供・全植食尚 Anne
訳・葉美娥

- 私たちの選んだ食べ物は、実は生活様式として表れます。
- 素朴な一日を朝から清らかに始めましょう。



栄養士の私は、「美味しいものは体にとって負担」というドキュメンタリーを見た後、私たちの体と食べ物、大地との関わりについて、真剣に考え始めました。地球上のほかの動物の生存権を尊重するため、私は五年前から菜食を始め、肉以外にも卵や乳製品、ハチミツも食べなくなりました。また、動物成分を含む物や動物実験を行った商品も使わないことにしました。

ふだん口に使っている食べ物は、実は生活様式に表れます。私は栄養士というだけでなく、美味しいものも大好きです。だから、動物が傷つくことなく健康で栄養がたっぷりの美味しい食べ物をいつも探しています。

気温が高い真夏の始めは、夏にぴったりの特製の飲み物を頂きましょう。栄養バランスの取れた「抹茶アボカド豆乳スムージー」はいかがでしょう。簡単に作れて、朝食に飲めば一日元気が出ますし、午後にはヘルシーなデザートになります。みんなで手を動かして作ってみましょう。

抹茶アボカド豆乳スムージー (二杯分)

材 料

- 無調整豆乳 2カップ(約480ml)
- 凍らせたバナナ 1本(約70g)
- 熟したアボカド 1/2個(160g)
- 抹茶 2さじ
- バニラエッセンス 1/2さじ



栄養 マメ知識

ベジタリアンの人は栄養を摂取する時、とくにたんぱく質が不足していないか注意することが必要です。この飲み物は高たんぱく質の豆乳をベースとして、普通の砂糖の代わりに食物繊維がたっぷり含まれているバナナの糖質を使います。と

作 り 方

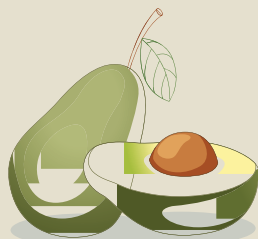
1、ミキサーにすべての材料を入れて、トロトロになるまでかき混ぜる。

2、グラスに注ぎ、抹茶をふりかけてできあがり。

朝食は二杯、午後のデザートにするなら一杯で十分です。

栄養成分 (一杯の量)

- エネルギー 250 kcal
- たんぱく質 16g (12%)
- 脂質 19.5g (32.6%)
- 糖類 74.5g (55.3%)



◎食譜設計：姚茶瓊、全植食尚

アボカド の豆知識

多くの人はアボカドは果物だと思っていますが、実はアボカドには主に不飽和脂肪酸の脂質が多く含まれており、脂脂肪類に分類されます。現在、衛生福利部(日本の厚生労働省に相当する)は、毎日の食事で脂肪類の一日の摂取量を十五〜四十グラムに抑えるよう提唱しています。ですから、カリウムや食物繊維などの利点があっても、アボカドを多く摂摂すぎないようにお勧めします。

【人文風景】

観音山の「水背負い隊」

●子どもの頃、登山者にもらった一杯のお茶に感謝して、二十七年來、水運びの種を蒔いてきた蘇進雄さん。



◎文・洪婉恬（経典雑誌執行編集者）
◎撮影・安培得（経典雑誌撮影収集担当者）
◎訳・高嶋由紀子

遙かに見渡せば幾重にも連なる大屯火山群。視線を落とせば、五股と関渡の間にうつすら横たわる赤い関渡大橋。右に渡れば曲がりくねった基隆河と、傍らに静かに横たわる三角の社子島。陽光を反射してきらめく一筋の曲線は、台北を守る母なる川―淡水河。海拔六百十六メートルの観音山から見渡す視界には、台北盆地の風光がすべて収まり、青空を背景にして、まるで一幅の細やかな水彩画のようです。ただし、この素晴らしい景色

を目にするには、二千段の階段をクリアしなければなりません。

四方八方に広がる観音山頂への登山道のうち、凌雲寺から始まる硬漢嶺登山道は全長千五百六十三メートル。その約千二百メートル地点に観音菩薩像があります。その観音像の前に息を切らせた三人の登山者が立ち止まっていました。汗だくの登山者は、「水を飲んでから、また登ろう」と言いました。手ぶらの仲間らは彫像の下にある蛇口をさつとひねり、水を両手に受けて一気に飲み干しました。のどの渇きが癒え、呼吸が徐々に落ち着くと、彼らはまた山を登っていきま

した。山頂付近の観音像と硬漢嶺の牌樓の傍らには、水を持参していなかったり飲み尽くしてしまった登山者たちのために、それぞれ給水所が設置してあります。

この光景こそ、古い世代にはなじみ深い奉茶文化にほかなりません。やかと茶碗が人の往来の多い辻や木の下に置かれ、道行く人が茶を飲める。それは昔の台湾においては人情味あふれる日常のコマでした。「奉茶の歴史を遡れば、同

●多くの人の協力によって、観音山頂のニカ所の水タンクは絶えることのない甘露の泉となっています。



様の行為は昔の中国では『施茶』と呼ばれていた。『施』とは、仏教の教えでいう『布施』と関係がある。台湾大学歴史学研究科博士課程の呉景傑氏は、「奉茶の歴史」という文章の中でこう述べています。

水が簡単に手に入る現代、かつてどの街角にも見られた奉茶文化が次第に消滅していった一方で、水道のない山中では今でも時折奉茶の味に触れる機会があります。

近年水道が引かれた観音山でも、なお麓から水を背負って登り、登山者に絶えることなく茶を提供して、この貴重な奉

茶文化を伝承している人がいます。労力と時間、そして金銭を「布施」して、山の中にこの心温まる人情味に溢れる光景を出現させたのは、いったい誰なのでしょう。

献身の味

寒波で冷え込んだある朝の七時。木々に囲まれた郊外の空気はいつそう冷たく、吹きつける寒風を遮るにはジャンパーが二枚必要でした。次々に到着するバイク。エンジンを切り、ヘルメットを脱ぐか脱がないかのうちに、「おはよう」「お

はようございます！」と、元気に声をかけ合います。毎週日曜朝七時、「観音山水背負い隊」の隊員は凌雲寺下方の「奉茶基地」に集合し、硬漢嶺に登る準備をします。

コンテナハウスに入ると、整然と並べられた約三十組のしよいこが目に入ります。タンクは五リットルから十リットル、二十リットルまで、自分の体力に応じて自由に選ぶことができます。蛇口がはめ込まれたガラス製ス

クリーンの後ろには、RO逆浸透、紫外線、オゾン殺菌などの機能を備えた浄水器があります。隊員たちはきびきびとした動作で次から次へとタンクを受け取り、殺菌された流水をタンクに汲んでいきます。これらの行き届いた設備は、水背負い隊の創立者である蘇進雄会長が準備したものです。

「十五歳の時、観音山に登り、衆樂園の東屋で水を一杯もらって飲みました。いや

●山頂からは台北盆地の風景が一望できる。緑が多く交通も便利な五股の観音山には平日休日を問わず多くの登山愛好者が訪れる。

あ、本当においしかったですね」と、今年四十二歳になる蘇さんは当時を振り返ります。喜びと満足感に満ちた表情は、今まさに二十七年前のあの甘露を口にしているかのようです。蘇さんが山の上で熱いお茶をもらったのはそれが初めてでした。中学を卒業したばかりの蘇さんは不思議でならず、「このお茶はどこから来たんですか？」と聞きました。登山者は「誰かが背負ってきたんだよ」と答えましたが、蘇さんは納得できませんでした。登るだけでも大変なのに、水を背負って？

半信半疑の蘇さんは、若さゆえの無知

と喉の渇きが癒やされた満足感とに後押しされて、五百ミリリットルのミネラルウォーターを背負って登ってみました。最初は見られるのが恥ずかしかったのですが、こっそりと東屋の大きな水タンクに注ぎました。蘇さんは、苦勞して水を運び上げ、水タンクに注ぐ瞬間、「やったー」と思ったそうです。初めて人に貢献したときの気持ちを語る表情は、満足感でいっぱいでした。ここから蘇さんの三十年近くにわたる水運びのストーリーが始まったのです。

五百ミリリットルから、二リットル、そしてやがて二十リットルになっていき

ました。食堂を開いている蘇さんは夜働いて昼間に休みます。仕事が終わってぐたくたに疲れている時でも家で休む前に、真っ先に一人観音山に行き、水を背負って登りました。その量は日増しに多くなっていきま

した。

十年一田のいっく

なぜそんなにも情熱を持って水運びを続けることが



●登山者が登山途中で空になった水筒にタンクの水を注ぐ。

●毎週日曜日に各地から集まった隊員らが水を背負って硬漢嶺に登る。

できるのかと尋ねると、衆楽園の登山者たちが喉を潤して満足している様子、またその後、喜んで感謝を伝えてくれた時の表情を見ると、一番エネルギーが湧いてくるのだと答えました。来る日も来る日も、彼は毎日のように観音山に通いました。「徴兵中に休暇で帰省した時も水運びに行っていました」と、当時は恋人だった妻の黄静怡さんが補足します。

そのうち蘇さんと登山者らが一緒に衆楽園へ水運びをするのが慣例行事となっ

ていきました。しかし、幸せな時は長続きせず、金銭、政治、商売などが原因でトラブルとなり、互いの溝が深まってきました。蘇さんは「これほど苦労して山を登ってまで、どうしてこんな問題が起きるのだろう」と嘆き、「何も欲しがらない団体ができればいいのになあ」と心の中で一人祈りました。何年も経った今、この願いが実現したのかもしれない。現在の水背負い隊長の一人、潘俊文さんは、「なぜなら、彼らはいつも先を争うように水を背負って行くからです。つまり奉仕の何たるかを理解しているのです」と話します。和気藹々とした雰囲気



気に引きつけられた潘隊長は、水運びに加わって十二年になりました。

二〇〇〇年の元旦、蘇さんはにわかに奮起し、いとこの協力で観音像を観音山上に運び上げました。「観音山というからには観音様がいなければと思ったんです」。観音山の名の由来には、北投から見える山の形が観音様の顔に見えるという地形説、山上の廟の多くで観音菩薩を祀っているからという信仰説などいくつかの説がありますが、いずれにせよ、観音像を祀ったことで、観音山の名に「実」がまた一つ加わったわけです。蘇さんが観音山水背負い隊を結成したのもその年

でした。

観音像を安置してからというもの、水運びの参加者はますます増えていき、水背負い隊は活動開始から二十年目に入りました。隊員が取水しやすいよう、二〇一〇年には奉茶基地をつくりました。地主に年間二万円の地代を払って土地を借り、コンテナハウスを置いて、製水器、しよいこ、タンクなどの道具を準備しました。「彼が基地を建てたがっていると知って、私たちもお金を出そうとしましたが、彼は断固として受け入れませんでした」。毎週日曜に新荘から観音山へ体を鍛えにやってくる、水運び歴十年にな

る元小学校教師の戴さんはこう話しました。

善念と衝突

「観音山に来るたびに、鍋を作ったり、お茶をいれたり、二年余りの間、この水を使わせてもらってきました。そろそろ恩返ししなければならぬ頃だと思っていますでしたが、ずっと忙しくて……」と話すのは水運び歴一年余りの燕子さん。ようやく昨年一月に暇ができました。「夫と一緒に水運びを始め、それからずっと続けてきました」と嬉しそうに話します。

蘇さんは衆楽園の教訓から隊での金銭のやりとりを禁じました。明文化された規定のほか隊員たちの間には暗黙の了解があります。しかし、もし悪いことを考える人がいたらどうすればいいでしょうか。「コインは二枚で音がするのであって、一枚では音はしません」。蘇さんは智慧あるお年寄りのように微笑んで答えました。

他人に指示することなく、何でも自分からやる蘇さんの影響で、隊には自発的に活動する雰囲気が生まれました。観音

●現在チームの事務を担当する杜清安隊長が隊員に声をかける。





山の水運びに参加する隊員は皆、自ら進んで行動します。新隊員が加われれば積極的にサポートし、皆で和気藹々とした雰囲気をつくっています。ベテラン隊員はそれぞれ鍵を持ち、いつでもコンテナハウスを開けて水を運べるようにしています。

二〇一一年に日本で東日本大震災が発生すると、蘇さんは悲しい雰囲気を取り除こうと隊員を集め、山上で福を祈る音楽会を催しました。音響設備や楽器は皆で協力して山に運び上げました。音楽会の目的は、善念を結集して世界のために幸せを祈ることでした。しかし、山林に

反響する音楽は登山者たちの怒りを買ってしまいました。

蘇さんは進むためには引くことも必要と思い、登山者に謝罪しましたが、やはり悲しい気持ちでいっぱいでした。人のためにしているつもりが、ただの独りよがりで、かえって人に迷惑をかけることになっていた……。失意の中、彼は当時一緒に水運びをしていた杜清安さんと潘俊文さんに隊長を交代してもらいました。

しかし、蘇さんは決して引退したわけではありませんでした。思いを力に変え、観音山に立って一つ一つの山に大願をか

け、他の山に向かって、奉茶の感動をより多くの人と共有しようとしたのです。「まずは台北で一番高い七星山から始めました」と蘇さんは顔を上げて言いました。

観音山の静けさと蘇さんの善念を引き裂いた夜の音楽会は、蘇さんをどん底に突き落としたかのようでした。しかし、そこそが実は三十年目のスタートでした。水背負い隊はより多くの山の頂に広

●20リットル、30リットル——。隊員たちは各自の体力に応じた量の水を運ぶ。一緒に善念を載せて、一歩一歩甘泉を山上まで運び、必要な人に心身を潤してもらおう。



●初春を迎え、桜がほころび始める観音山の山頂。隊員たちは自分の体力を捧げて20リットルの茶を山上まで運ぶことで、尊い奉仕の精神を伝えている。

がつていったのです。

手始めに蘇さんは一人で各山に登り、奉茶に適した場所を探しました。初めて七星山上に水を運んだ蘇さんは、寒い山上では冷たい水はあまり飲まれないことに気がつき、熱いお茶のほうがいいのではないかと考えました。

台北市内の繁華街、林森北路にある食堂で、蘇さんはひっきりなしに

訪れるお客にあいさつする一方、暇を見つけてわざわざ私にお茶を出してくれました。見るとカウンターには生姜酒の瓶があります。ガラス瓶につまった黄金色の生姜は蘇さんのこだわりです。「私たちが運ぶ水と同じです。飲んでもらうなら最高のものでなければ！」と、蘇さんはきっぱり言いました。

枸杞に棗、黄耆……。蘇さんは漢方薬のティーバッグを使って養生茶を入れることにしました。しかし、問題はどうかやって熱いままのお茶を運ぶかでした。アイディアマンの蘇さんは、二十キロのブリキのタンクを探してきて、お茶と合わ

せて四十キロ近くになる荷物を山に運び上げました。初めて蘇さんと一緒に七星山に登った奥さんも、「登った後、夫は顔が真っ青になっていたんですよ」と不思議そうに語りました。蘇さんは同様の方法で四度、お茶を運び上げました。その後、断熱効果のある帆布と軽くて保温性のある茶の容器を発見し、帆布を容器の形に合わせてカットしてもらって、ようやく奉茶の「苦しみ」から解放されました。

そんな活躍にもかかわらず、蘇さんのフェイスブックには水背負い隊の活動についてはずかに数回の投稿があるだけ

です。そのうちある投稿のタイトルは「二〇一四年、十カ所で奉茶。メンバー三十名募集中」となっており、大崙頭山、剣潭山、茶壺山、皇帝殿など十の山が列挙されています。観音山の観音像の後ろにある貯水基地には、木の仕切板の外にポスターが貼られています。二〇一五年、三十カ所で奉茶。メンバー三十名募集中」と、同様のスタイルと内容です。下の方に蘇さんの電話番号がはっきり書かれていることに、蘇さんの決意が見て取れます。

ブリキタンクの時のように、蘇さんは実行しながらやり方を修正していきま

す。彼は決して全ての山で奉茶をする必要があるとは思っていません。人氣もない場所もあるし、すでに水道やタンクが置いてある場合もあります。現在、定期的に奉茶を実施しているのは、七星山、九五峰、天上山で、それぞれの山に隊長がいます。「こうやって彼に騙されたんですよ」。観音山遊歩道を歩く道すがら、七星山を担当する楊隊長が私たちを追い越しつつ、冗談を言いました。

水運びであれ奉茶であれ、この善行は隊員たちにとって言わば嬉しい負担です。体も丈夫になり、人を喜ばせることもできるからです。善念の種が多くの力

によって発揚されているのです。

「温かい気持ちになりますね。他の山で奉茶と言えば、普通はタンクがそこに置いてあるというもので、人が一杯ずつ手渡してくれることは少ないですから」。多くの山を制覇した高さん夫妻は、もらったばかりの養生茶を手にして言いました。

二〇一五年の元旦、奉茶をするのにいい場所を見つけ、奉茶の設備一式を揃えた蘇さんは、合計十個のタンクで七星山の奉茶を始めました。それが二〇一六年には二十二個に、二〇一七年にはさらに三十六個にまで増えました。不思議なの

は、どれだけ運んでも終わる時間はいつも同じ午前十時過ぎだということです。タンク一つにつき百人分ですから、二〇一七年元旦には延べ三千六百人が七星山で水背負い隊の差し出す熱いお茶を飲んだというわけです。

強固な後ろ盾

このように水運びを続けてきた蘇さんが口にするのは、各山の隊長たちへの感謝です。彼は観音山水背負い隊の歴史の中でいつも離れずに黙々と奉仕してきた隊員たちに感謝し、「もし後ろからの支

援がなかったら、前進し続けることはできなかったでしょう」と話しました。

蘇さんの最大のサポーターは妻の黄静怡さんです。蘇さんは奉茶の費用を細かく計算したりせず、いつも事後報告だったり、夫婦げんかを避けるため、実際の費用より低く報告するのですが、それでも黄さんは彼を応援して、「寺社へのお布施と同じで、良いことをしているのだからいいんです。あれほど多くの人が影

響を受けているんですもの。本当に感動しています」と話します。

以前、隊員が水代を分担しようとして申し出ましたが、蘇さんが断ったので、あやうく喧嘩になりました。最近、顧問と呼ばれるベテラン隊員が借地料を負担

●硬漢嶺の2000段の階段を一生懸命登った水背負い隊員は、両手で養身茶を持ち、登頂してきた登山者たちに親しげに声をかける。一杯の心温まるあいさつである。



すると断固主張しました。「いいことは全部君がやってしまうんだから。僕にも少しはいい顔させてくれないか」と冗談混じりに言って、ようやく蘇さんを説得することができたのです。しかし、不必要な金銭のいざこざを避けるため、蘇さんは顧問から直接地主に支払いをしてもらうことにしました。

養生茶を飲んだ後、お返しをしたいと言う登山者もいます。このような場合、蘇さんは現金をくれる代わりに養生茶のティーバッグを買ってくださいと頼むとともに、ぜひ一緒に水運びをして奉茶の楽しみを味わってみたいかと誘っていました。

他の人助けにしろ、日頃から積み重ねておけば、自分が必要になったときに返ってくるのかもしれない」と言いました。

水背負い隊の正式名称は「アジア形上観音山水背負い隊」です。「形上」というのは、蘇さんの説明によると、人は空のコップのようなもので、善を行う時に天地の正しい気をそこに集め、誰かが必要になったときにその力で助けるという意味だそうです。母親の事故をきっかけに、蘇さんは長い間の水運びの過程を思い返しました。あるいは清い心が願いを叶えたのかもしれない。

す。

蘇さんの母親は昨年の初め、林森北路の交差点で時速五十キロで走ってきたトラックに衝突されました。深刻なくも膜下出血のため集中治療室で治療を受けましたが、医師は回復の見込みは少ないと言いました。しかし、あきらめることのできない蘇さんは、「山の神様、母を助けてください」と言いながら、母の頭をなで続けました。すると十日後、お母さんは奇跡的に回復したのです。医師も驚き、首をかしげました。

蘇さんは決して水運びを神話化したくないと断りを入れた、「水運びにしろ

たった一人から一つのチームまで、三十年近く水運びを続けてきた蘇さんは、これからも水運びと奉茶を続けるつもりです。「私たち水背負い隊は一粒の種です。いずれ森となり、火星にさえ草を生やすかもしれませんよ！」と目を細め、水背負い隊の今後に思いを馳せる蘇さんの顔には、笑みが絶えませんでした。真剣な中にも遊び心を忘れない蘇さんは、観音山で奉茶の大願を立てた時と同じように、自信たっぷりに語るのです。

(経典雑誌225期より)



【證嚴法師のお諭し】

◎訳・慈願 絵・林淑女

真実の道場ですぐさま精進しよう

衆生が苦難にある時が

菩薩が精進し修行をする時

普段聴いている法を

社会で応用することができれば

修行の道場になる

六月二日に梅雨が全台湾を覆いました。稀に見る豪雨により、至る所で山崩れが起きて道路は寸断され、洪水や浸水するなどの災害が発生しました。極端な気候変動による大自然の威力に驚くばかりですが、人間は敬虔な心で自らを戒めなければなりません。

大勢のボランティアが自分の持ち場を守って黙々と奉仕していました。電気技師は危険を冒して切れた電線を直し、技師たちは寸断された道路を補修していました。次々に襲いかかる災難に際し、私たち一人一人が資源を大切にし、大地を護って節水節電すること

が、天地に恩返しする最良の方法です。さらに日頃私たちの生活を便利にしてくれている人たちにも感謝しなければなりません。

各地のボランティアから次々と災害状況の報告がきました。早く救済に行かなければと心を焦らせながら、雨足が少しでも弱くなると行ける所まで行って救済をしていました。水も電気も通っていない所では、すぐに温かい弁当を作って届けました。ある被災者はこの生涯で心まで温かくなる食事だったと言っていました。

慈済ボランティアはふだんから里長

（隣組長）や社会福祉課と連携し、地域のお年寄りや病人などの、自分では家を片付けられない人のゴミや汚物の処理をしています。中には十数年もゴミがたまった家に住んでいる人もいます。できれば家族も一緒に清掃して、生活環境の改善に協力してほしいと願っています。

里長や社会福祉課から、サポートが必要な人がいるという知らせを受けると、慈済人は訪問ケアに行きますが、門前払いに遭うこともあります。それでもあきらめずに何度でも粘り強く足を運びます。そうして最後には頼み込

んでやっと入れてもらうということがよくあります。それでもボランティアは苦労も汚いことも恐れず、清掃した後は家具などを元の位置に運んで、彼らに寄り添っています。

しかし、予告なしに襲ってくる水害は泥水を家の中まで流れ込ませ、家具や地下室を水浸しにします。広い被災地の救済には大勢のボランティアが必要になります。

慈済人は辛いという言葉を口にしません、清掃は辛いものです。七十、八十を超えたお年寄りまでが泥を運びリレーに参加していました。私は、

休息の時間に疲れ切って、肩を寄せ合って休んでいる写真を見て、感動で胸がいっぱいになりました。

山の上に住んでいるお年寄りをボランティアが支援に行く時は、予め被災状況を詳しく調べてから必要に応じてお手伝いをします。あるお年寄りが、奉仕を終えて帰ろうとするボランティアの手を握って放そうとしないことがあります。

車の通れない所では、ボランティアたちは隊伍を組んで生活用品を背負って前進し、その人たちが安心して暮らせることを見届けて初めて、自分たち

も安心します。それは、人の苦を取り去った後に自分が法悦に満ちることです。

皆が菩薩になって
随時善念を発し
奉仕の手を差し伸べる

六月四日は以前から台湾の慈済人が精進共修を行う日でしたが、大雨と救済のため取り止めました。「菩薩の縁は苦しむ菩薩との縁」と言います。衆生に苦難のある時が、菩薩が精進し励む時です。ボランティアは温かい弁当を届けたり、清掃したりという行動を修

行としていました。被災者に温かな思いやりを伝え、清潔な環境を取り戻すの手伝うことは、真の精進といえます。

菩薩として慈悲心を表す時は常に気をつけなければなりません。修得したものが身につけていると、相手は自分を信じてくれ、困難に遭っている人は、安心して助けを受けることができます、一時的な煩悩をなくすことができるのです。

日々聞いている法を社会で応用しなければなりません。一旦境地が現れた時、聴いていた理と行っていることが理になっっているなら、奉仕は困難な

ことはありません。衆生が受けてい

る苦しみと同じ苦しみを自分も受けていると感じられれば、自分の家族や友人ではないからと分け隔てることなく、無私の精神で助けることができます。

掃除をする時、全身泥にまみれても心は泥に染まらず、帰って洗えば明日また参加することができます。心が清浄無垢であれば、どんな境地でも良い感じを受けます。なぜなら参加することによって、座る所もない被災者の苦しみを知って、さらに無常を警戒し、どんな立派な住居も一時の災害に遭えばひとたまりもないことを体得するこ

とができます。

見返りを求めない奉仕は、相手が普段の生活に戻ったことに喜びを感じます。道場で円満に修行が終わって回向する時のように法悦に満ちることができます。

新北市双溪区の慈済ボランティアは、七十歳で一人暮らしの翁さんの世話をして数年になります。翁さんには妻と子がいいますが、同居していません。豪雨の来る前日、ボランティアたちは、異臭を放つ山のようなゴミの整理をし終わった時、ボランティアの王再発さんが「自主的に来たのだから、その人

の身になって何事も克服しなければ」と言いました。

そして入浴を手伝った後、誰も世話をする人がいないから老人ホームに入るように優しく説得すると、翁さんがやっと承知したので、社会福祉課に手続きをしました。

ボランティアたちは根気よく、嫌がったりせず、仁智勇の菩薩心を持って、十年あまりも翁さんに寄り添ってきました。このような難儀な道やひどい環境も甘んじて克服し、険しい道を平坦な菩提大道とみなして歩いていきます。遠くにいる菩薩を求めるのではなく

ません。菩薩とは自分の心の内にあるもので、善念を立てるとすぐさま奉仕の力が湧きます。災難が頻繁に起きているこの世では、善悪が偏り、種々の原因によって人心の不調が起きますが、皆がお互いにいたわりあうならば、安楽の世界になるのです。

戒、定、慧を修め
わずかな偏りもなく
誠を以て導き
一歩一歩しっかりと善導する

中国の北京に住む張玉宝さんは、二〇一四年に慈済委員になる訓練を受け

た時、法師が「どのボランティアも地

域の中の堅実な種子です」と言われたのを聞いて、環境保全ボランティアを担当することに決めました。空気汚染や大地を傷つける環境問題のすべては人類によって造られることを知り、環境保全は人々に責任があるため避けては通るべきではないと思うようになりました。

始めた頃は腰を曲げて人が捨てた物を拾う時、人目を気にしていましたが、他のボランティアたちが堂々とやっているのを見て、大地と人類のための奉仕だと思い、積極的に宣伝をするまで

になりました。

その後も慈済の環境保全回収車を運転して、地域の人たちにも一緒にやるように呼びかけ、毎週の環境保全日にはおやつを用意してふるまっています。

湖南省長沙の慈済委員、金蓮さんも環境保全をするように人々を誘っています。環境がよくないので引越を考えましたが、夫はここが安住の地だと言うので、彼女もここで自分を変えようと思いました。

政府も慈済人も環境保全に力を入れています。始めた時は困難なことと思っていました。法師の開示の中で、「一

羽のスズメが森林の大火を消そうと羽を濡らしては森へ飛んで、滴を落とすことを絶え間なく続けていることに感動した天の神は、大雨を降らせ大火を鎮めました」というお話を聞きました。

このお話に啓発された彼女は、自分もこのスズメになろうと粘り強く地域の人たちに説き続けてきました。そして三年が経った今、各家庭に環境保全が着実に根を下ろしています。環境が良くなって皆は喜び、地域に環境保全所を提供しています。

小さな発願でも大きな環境に影響を及ぼすことができます。心を変えれば

困難なことではなく、正しいことならやればいいのです。自分が先に立って身を以て励み、一心に偏りのない志を貫くなら、自然に善道へと向かって、清らかな大道へ邁進することができます。

善行は一人では成就できるものではなく、正しい方向に向かって導く人が必要です。さらにどの人も欠けてはならず、皆が一緒に行わなければなりません。環境保全は世界的にも重要視されている問題です。人々は本分を守って天地を尊重し、お互いに空間の浄化に努め、汚染をしないように心がけなければなりません。備えあれば憂いな

しです。戒があれば不安はありません。

戒定慧を修め、人や物に接する時は悪因を造つてはなりません。心が乱れていなければ智慧が生じて福が増し、福縁を造るものになります。

自分の心の世界を治め
煩惱に打ち克つて
智慧を伸ばそう
人心が穏やかであれば
この世は浄土

曲がりくねった山道を通り過ぎると高い峰に到着します。眼下には広々とした境地を臨むことができます。仏に

学ぶ者は修行の途中においてさまざまに障礙を受けても、慎重に細心に一步一步、愛と忍耐を発揮して道を切り開くことです。

無明を抑え、智慧を養うことです。心は一国と同じです。もしもうまく統括できなければ煩惱が起き、善と悪が交戦すれば、心の世界は動揺して不安になります。屈強な心の魔を調伏し、非を防いで悪を止めるためには、身口意を清く保ち、汚染を受けないことです。

凡夫の小我は私的な愛です。小我には、「欲しい」と求めても求められない

苦が伴います。狭い心で何事も気にかけていると、煩惱に終始取りつかれることになります。いちいち悩まされ、煩わされ、苦しまされ、かき乱されます。でも、このような小さな愛、こだわる愛を天地の間にとばしてしまうと、天地と一体になる大我を目指すことができます。

人々は自分自身の心の世界を治め、寛大で清らかな念の心根を一片一片合わせていくと浄土になります。もしも煩惱が積み重なって複製されると、停滞して前へ進めず、善根が中断してしまいます。限りある貴い命が時と共に

流れ去ると同時に、慧命も消失してしまいます。

法を聴いて心に留め、その善法を日常生活の中に応用しなければなりません。人々に利益し、善縁を養うと、自然に煩惱に費やす時間がなくなります。身体は道器であり、一日やればそれだけ多く得ることができます。一分多く奉仕すれば、一分の善縁と福縁が得られます。

心を善に向けて修行すると、悪念が心に入り込む隙がなくなります。一瞬でも一秒でも、心の世界を護って、智慧を凝集し、散漫にならないようにし

ましょう。皆さんがよくよく用心されますよう願っています。

□ 静思語

【受法】

法 を聞いたあと、日常生活の中で身をもって力行することができの
を「受法」という。



善事を行わないことこそが困難

◎文・邊靜 訳・慈願

「三人寄ればその中に師がいる」と言う。慈済のボランティア活動の場では、いつも達州市のおばあさんたちの白髪頭がひときわ目立つ若者よりも軽やかに、心は自然体で、「善を以て師としている」。

證嚴法師を護持する達州市のおばあさんたちに困難はな

い。達州市に根を下ろした一粒目の慈済種子となった閻玄蘭さんは「善事を行わないことこそが困難」と言って、探し求めた道を勇敢に進んでいる。

仏に学び苦難を救う

この世の菩薩

一九四五年に、中国四川省の達州渠県に生まれた閻玄蘭さんは、達州市から四十キロ離れた村に住んでいた。家は農



●自分を叱咤激励し奉仕に励む

閻玄蘭さん。（撮影／邊靜）

業と猟で生計を立てており、貧しいながらも両親は四女の玄蘭さんを学校に通わせていたが、五年生に上がる時、授業料が捻出できず退学するしかなかった。

彼女は十九歳の時、仲人に紹介されるままに結婚したが、新居は「四方を板で囲っただけの家」だった。夫の収入は不安定で、一畝の畑に陸稻や小麦を植えて

苦勞の連続だったが、六人の子供を育てた。

幼い時から体の弱かった彼女に、近所の人は仏様を拝むように勧めていた。一九九〇年に母親が亡くなった時、仏式で葬式を執り行った際、因果観を理解することができた。以前は他人ばかりを怨んでいたが、それを改め、体も日増しに健康になったので、寺院へお参りすることが多くなった。

「私はお寺へ行つて、観音菩薩を拝むのが大好きでした」と言う。よく病氣していた幼い頃に、観音菩薩は苦しむ人だけでなく、病の人も助けて下さると聞いていた。

被災地へ支援に行きたいと思っていたが、政府は被災地に入ることを禁じていた。

「ある日、私は徳陽へ集金に行った時、『洛水に被災者が大勢いるから見に行こう』と誘われてついに行きました。その時、ボランティア活動をする慈済人の姿を見て、私も慈済ボランティアになりました」と話す。

永興公園に設置された臨時避難所では大勢の被災者が避難していて、ボランティアたちが食事を作っていた。彼女はこれが仏教というものだと思った。そして「野菜を切ったりご飯を炊いているボラ

ていたからだ。そして、慈済によって、自分も苦難の人を助けるこの世の菩薩になることを願っていた。

六十歳になってから 救済活動に参加 炊き出しボランティアの喜び

「成都で青稞酒（チベットのお酒）を売っていた息子を手伝いに行っていた時、大地震に遭いました」と言った。彼女は二〇〇六年に店を開業した息子を手伝うために成都へ行き、二〇〇八年五月十二日の大震災を目の当たりにしてい

ンティアたちや、被災者までが楽しそうに手伝っているのを見て、私は思わずその中に入って皆と一緒にやりました」と言った。

当時洛水はまだ重度の被災地で泊まる所はなく、ボランティアは三星堆まで戻ってホテルに泊まっていた。慈済ボランティアの呉丕玉に誘われて、一緒に泊まったのが慈済と共に歩ききっかけになった。二〇〇八年の七月に被災地へ入ってから九月までの間に、ボランティアが成都市で読書会を催していると聞いて、家に帰らず、廟参り仲間だった陳学玉さんを誘って参加した。

●2015年末、金堂県の冬季配付物資を仲間と運ぶ閆玄蘭さん（一番右）。「若い時に鍛えているから大丈夫」と話す。（撮影／邊静）

彼女は家を出て以来、家族に消息を知らせていなかった。夫は彼女が邪教に入っていないかと心配して、「もしも帰らなければ家にはいけない」と人を通じて伝えてきた。そして夫は電話で、学玉さ



んを妻を誘拐したと叱りつけたと聞いて、荷物を持って帰った。

しばらくして夫が手術のため入院することになった。優しく看病し、慈済で習った和やかな顔と優しい態度ですべての人に当たっていた。夫と子供たちは閆玄蘭さんの変わりように驚き、慈済の善行に参加することを認めてくれた。

無から慈済を始める

困難だったが喜びもあった

閆玄蘭さんを始めとして、一人から二人へ、さらに多くの人へとボランティア

の輪は広がっていった。たくさんの方達のおばあさんたちが、家の中から環境保全を始め、至る所で慈済のことを話うちに、毎月成都へ慈済の講座を聞きに行く人が増えていった。「仏に学ぶことを皆が伝えていたから、この概念に賛成することができたのです」と言った。

そしておばあさんたちは家々を回って慈済を紹介して、「今、災難が多く発生しています。私たちは毎日自分の家の中から環境保全に努めましょう。そして愛の奉仕を行えば、地球環境を保護することになります」と伝えている。

達州から被災地の成都や洛水までは、

道が遠く、当初は道路が開通していなかった。達州ボランティアは百七十人民元（二人民元は約十六円）を払って大型バスに十二時間揺られ、慈済の活動に参加しなければならぬ。

「私たちがこの世の菩薩を招集するには、達州の人たちに安心のできる場所を提供しなければなりません。そうしなければ法師の法髄と慈済の活動を学ぶことができません」と言って、彼らは費用を集め、成都慈済奉仕センターから十五分離れた所に、宿泊用として、台所つきの部屋を三つ借りた。「最高記録は三部屋に二十六人も泊まり、ぎゅうぎゅう詰め

でしたが、皆喜んでいました。ホテル代は高く皆自腹ですから。それに竹筒精神にならって儉約しなければなりません」と閻玄蘭さんは話す。

二〇〇九年、達州のおばあさんたちの念願がついに叶った。台湾へ行って證嚴法師にお会いすることができることになったのだ。初めて乗る飛行機は緊張した。「飛行機の中に入った時は恐ろしくて、心の中で一心に『法師様、私をお守り下さい』と願ひ続けました。心が落ち着いて窓の外を見たら真つ白い雲の上でした」と話す。

しかし、法師にお会いした時の緊張と

感激はそれに及ばなかった。「法師は私たちの手首に数珠をつけ、声をかけて下さいました」と。あれから八年の歳月が過ぎたが、今もすべての事がありありと心に浮かんでくる。そして「あの時、目の前

●達州のおばあさんボランティアは成都へ奉仕に出かけた。どこへ行っても人後に落ちず、仲間はいつも一緒だ。
（撮影／林炎煌）



に法師様を見た時は感動して、なぜだか泣いてしまいました。まるで身内に会ったようでした。もしかしたら法師様とは終生の家族なのかもしれないと思います」と記憶を辿っていた。

「その時、私たちは台湾の師姐（スージー）（慈済の女性ボランティアの呼称）が洛水にきた時に教えてくれた台湾語の「ママ」と「法師の長情大愛」という二つの歌を歌いました」。その歌詞の一句一句には、おばあさんたちの法師に対する真情が込められている。

お年寄りが互いに護り合う

二〇一二年、達州のおばあさんたちは再度台湾海峡を超えて、慈済委員の認証を受領しにやって来た。彼女は「初めて法師にお会いした時は、心からの感動で泣いたけれど、今回慈済委員の認証を受けた時は嬉しくてとても幸せだった。法師の認証をお受けして、私たちの責任と使命はさらに重くなりました。達州の人々を多く呼び集めて共に善事に尽くさなければなりません」と覚悟を込めて言った。

達州のおばあさんたちは年齢が増すにしたがって、家族を世話する必要が生じてくる。熊運蘭さんの夫は前立腺癌を患

志業も家業もよくなる

達州のボランティアの足並みは止まらない。白髪ながら行動力があり、多くの若者に精進を呼びかけた。

二〇一〇年七月に達州で水災が発生した際、達州のおばあさんたちは重要な役割を担った。四川の慈済基金会代表の黄崇発さんが「当時、閆玄蘭さんと陳学玉さんに、ボランティアの訓練が終わって洛水から達州に帰った後、すぐに被災状況の情報を集めて担当者に報告するように頼みました。そのおかげで支援物資の配付が無事に終わりました」と言った。

い、郭容さんの母は九十歳になった。閆玄蘭さんの夫も今年八十五歳で狭心症などの持病があつて、あまり家を空けられないために、成都のボランティア活動に参加する機会が少なくなっていた。その代わり一心に地域のことに気を配っている。

今年の三月二日、成都でボランティア一日研修会が終わった後、達州のボランティアたちは、時間を節約するために夜中一時の夜行列車で帰った。夫の世話に忙しい玄蘭さんは、「慈済の書物をよく読んで、自分に鞭打って人後に落ちないようにと心がけています。慈済の活動に

は一刻を争って参加し、組長にも協力しています」と言う。

達州のおばあさんたちが住む達州市は、七百万人以上の人口で面積は広い。それぞれ住んでいる所も離れているため、おばあさんたちが活動のために集まるのも容易なことではない。

達州の福田はともて大きい、ボランティアの人数が少ないので、彼女と学玉さんは一人二役で駆けずり回っている。そして一日空いていたら一秒でも多く善用しようと言々話す。

「今私たちは至るところを回って、家庭環境保全と学生の補助をしています。

また家を借りて環境保全センターにしたいと思っています。成都や洛水には出られないけれども、家業と志業はおそろかにしていません」と話す。

「私は老いてもなお体は若者に負けず真面目にやっています。夫は十年間も病気で、一人では何もできません。ですから私は何でもやる自分は幸せだ 생각합니다」。今年七十二歳の閆玄蘭さんの志とは、一心に慈済を達州に根付かせ、皆と福田を耕すことだ。その志は強く、今日もまた奉仕に邁進している。

（慈済月刊六〇五期より）

●2012年、什邡市の方亭中学で親子研修会を行った。閆玄蘭さん（前列右から3番目）は隋い係で、やれることは幸せだと体得した。（撮影／陳慧琦）



綿陽市游仙区慈濟実験小学校

普通の子でも勉強できる学校に

中国四川省綿陽市は歴史ある都市で、遠い昔には涪県や綿州と呼ばれていました。その後、城址が綿山の南に位置することから「綿陽」と呼ばれるようになりました。漢の時代から群県、州府が置かれてきた都です。

中国が誕生した早期、この地は人類が居住していた所でした。ここにある邊堆

山遺跡からは四千五百年前の新石器時代の石器や陶器が出土しています。中国の神話に出てくる黄帝の妃で「養蚕の母」と呼ばれる元妃（嫘祖）の故郷であると考えられ、また、治水の神と崇められる夏朝の創始者、大禹が誕生した地でもあります。さらに中国医学や鍼灸の発祥地でもあります。双包山にある漢王朝の墓から出土



した経脈漆木桶は、世界最古の人体経穴模型です。

古代から続く栄光は今なお不滅で、国务院より全国唯一のテクノロジー都市として認可された電子工業生産基地を擁する四川省第二の都市です。この綿陽市に位置する游仙区慈濟実験小学校は、二〇〇八年の四川大地震の後、慈濟が支援し建設されました。建設期間は仮設の教室で授業

● 游仙区慈濟実験小中学校の生徒は体操、サッカー、柔道、陸上競技バレーボールなどで優秀な成績を修めている。試合の前日、各団体は昼休みを利用して猛練習をする。

を行い、台湾と中国の教師と学生による交流を活潑に行っていました。

游仙区慈濟実験小中学校の張鯤校長は、「被災後の復興支援に当たって、慈濟は一つだけ希望を提示しました。それは、游仙区域に普通の子供たちが勉強できる良質の学校を建設できるようにしてほしいというものでした。この言葉はずつと私たちにとって、貴重な教訓となっていました」と話します。さらに、「開校以降、授業の水準と質は年々向上しています。何の変哲もないかつての普通の学校は、綿陽市有数の有名校になりました」と誇らしげに語りました。

規定があります。しかし、多くの保護者が子供の将来を考え、自宅から離れていても良い学校を選びます。

九月の新学期開始まで五カ月前の四月の末、慈濟実験小中学校の事務室には、毎日保護者が入学願書を提出にやってきます。まだ子供が小学校五年生なのに、早めに申込み親もいます。

学生募集主任の任遠慧先生は、「今学期の募集定員は千人の予定ですが、今の時点ですでに四千六百人を超えています。全員、四川省各県市の小学校卒業生です」と言いました。

保護者の楊献琳は、「游仙区に良い中

親のような心で学校経営に尽くす

游仙区慈濟実験小中学校は、質、量共に綿陽市で一、二を争う学校となることを目指してきました。二〇一六年、七百八十人が中学試験を受けました。そのうち二百七十一人が綿陽中学と南山中学（国家重点校）に合格し、五百九十四人が師範高校に合格しました。綿陽市の同レベルの学校のうちトップの成績を収めました。

高校入試も大学入試も、どの段階も非常に重要です。中国は小中九年間の義務教育制度で、小中は学区内の学校に通う

学校があると友人から聞いたので、北京の学校に通わせている子供をこちらへ帰らせようと思っています。転校はできませんか」と尋ねていました。

開校から六年を経て、游仙区慈濟実験小中学校は大きく発展しています。進学と質を保証すると同時に、特待生として芸術やスポーツの才能に長けた生徒には、音楽や体育、絵画などの修得を奨励しています。四川省の江油から来た龍木建は、こうした特殊な技能を持つ子供の才能を伸ばしてくれると聞いて、子供の賞状を持って申込みきました。

教師は熱心に子供たちを教え、学校は

●張校長は現在3校の校長を兼任。

教育に必要な設備やシステムの構築に全力を挙げています。コンピュータ、書道、音楽、美術などの科目では、生徒が教科書の知識を得るだけでなく、さらに視野や思考力を広げる工夫を凝らした授業を行っています。

優秀な成果を修めた張校長に、教育局は新たにもう一校を管理するよう要請しました。二〇一六年、張鯤治校長は忠興鎮の香港馬会中学校、二〇一七年二月には新橋鎮の博愛中学校の校長にそれぞれ就任しました。



こうして三校の校長を引き受けた張校長は、重責の中にあっても強い信念で当初の計画を進め、拡張や新築などの建設許可を政府から受けることができました。慈済の人文を新しい二つの学校にも生かしたいと考えています。

優秀な大学へ行きたいなら良い高校へ行かなければならないと言います。そのため中学から高校に上がる試験は、将来の希望に満ちた生徒にとって、重要な岐路となっています。その中でも特殊な技能を具えた特待生は、順調に進学することができます。

慈済実験小中学校の体操、サッカー、

柔道、陸上競技、バレーボールなどのスポーツは優秀な成績を修めています。同校に勤務する鄧礼軍先生は「この数年、子供たちが省や市の大会に出場し、優秀な成績を修めてきました。表彰台に上がった時は、自分たちを誇りに思い、自信につながります」と言いました。

学校は課外活動を設けて、卓越した技能を持つ生徒には、その特性をさらに生かせるようにしています。成績のあまり良くない子も、この機会に自信をつけることができます。毎週木曜日の最後の授業が課外活動の時間となっており、芸術や体育の特待生はこの機会に猛練習をし

ています。

体操の得意な張麗莎は小学校の頃から体操を始め、成績を認められて、付近の重点高校への入学が内定しています。顧洲は陸上競技の待生で、卒業前に南山中学への入学が確定しています。体育は体を鍛えるだけでなく、進学にも大きく影響するのです。受験という精神的なプレッシャーがありません。

趙紫涵は小学三年生から舞踏を習っています。数々の賞を取っている上に成績が良く、二〇一三年には台湾慈済中学の人文教育交流活動に招かれて踊りました。彼女は「毎回の試合出場ではプレッ

シャーを感じますが、その分勇気も増し、得るものが大きいです。誰もが挫折を体験しますが、私の場合、挫折した時はそれを挫折と受け止めず、経験と思うことにしています。そしてそれを乗り越えた時、あの時感じた挫折は大したことはないと思え、良い思い出になって残ります」と言いました。

張校長によると、課外活動はこの数年で四十種以上の科目を設けており、生徒が多く選択肢の中から自分の未来を築く選択ができるようにさせていると言います。「この学校を卒業した生徒たちが、優れた品格と学業を兼ね備え、自分の興

味を発掘し、努力して成功し、豊かな人格を備えた人間になってほしいと願っています」と張校長は言いました。

学校は慈慧文化の精神で経営し、教師は良知ある教育を生徒に与えたいと努力しています。

（慈済月刊六〇六期より）

●現在、開校当時の2倍の3000人が在籍する。1クラス80人いる。





一念をよく守ること

生命の良能を発揮しよう。

慈済科技大学の看護学科の学生、李孟秦君は多くの医療用品や医療教学用品を発明し、特許権を獲得しました。また慈済大学医学部の陳柏威君は支援隊を組織して僻地へ奉仕に行っていました。二人ともこうした成果が認められ、台湾の大学および専門学校の優秀青年に選ばれる栄誉を獲得しました。證嚴法師は、青年

◎文・釋德侃／訳・慈願

が社会に関心を持って公に奉仕したことは、社会にしさと平和な力量を発揮したと言われました。

日本の有名な歌手の森進一さんは、台湾と慈済人が東日本大震災で行った援助に感動して、その感謝にこられました。振り返ってみると震災後も複合型の災難が相次いで起きており、今でも被害の影響は深く残っています。法師は「世間で起きているそれぞれのことは、みな因縁の会合によって成り立っています。数十年という短い人生の中で、この世に利益する人、あるいは悪業を造る人など、この世の諸相を見ていると、自分

●日本の有名な演歌歌手の森進一さんは、慈済が東日本大震災で行った支援に対して感謝をのべるために花蓮へきて、證嚴法師にチョコレートを贈りました。森進一さんは、「日本の人たちは震災から立ち直っても、この温情はいつまでも忘れることはありません」と言いました。



自身の警戒心を高め一念をよく守らねばなりません」とおっしゃいました。

嘉義県の中埔郷に住む環境保全ボランティアの郭桂春さんは、以前夫が博打に明け暮れて家庭を顧みなかったので、一人で三人の子供を育てました。そんな状況でも、子供たちに当たり散らすことはありませんでした。その後、慈済の環境保全センターに入って皆と良い縁を結んでいると、心が晴れ晴れするようになりました。あらゆる道には監視カメラが設置されていますが、人生においても二十四時間自分の監視カメラで一挙手一投足を漏らさずに記録しなければならないと言いました。

法師はその智慧を褒められ、皆に因縁果報を重視するよう教えられました。「空」にとらわれないことです。諸法は空といっても、万物は持つていくことができず、ただ業のみが身に付随します。善行、造悪の因子はすべて業識の中に収められ、生々世々

身につきまとい、因縁が集まれば業の報いは顕らかに現れます。

現在争っているのは「我」のことと思いますが、実は「有」に捉える必要はありません。無常の人生において今日という日が無事に終わるだろうかと思案し、限りあるこの世での時間を大切に、価値ある人生を創造することです。衆生に利益することが有益な人生です。

桃園県中壢市に住む張明人さんの夫は以前、博打による借金を抱えたうえに酒におぼれて、一家は彼女が支えていました。毎日早朝の二時に暗い山道を歩いて豆腐屋へ豆腐を卸しに行っていました。恐ろしい山道を行くのに《三十七道品》を勇気づけに唱えていたのが、時が経つにしたがって心まで変わり、占いや神頼みなどをしなくなりました。夫までが彼女の影響を受け、悪い習慣を改めてボランティアに参加し、長男も慈誠隊員（慈済の男性ボランティア）になりました。



法師は、逆境に向かった時は因縁果報を甘んじて受け、法を用いて信念を転じることと教えられています。心が善に向くと生活の中で善の力を發揮することができます。この世がいかに苦しくても、凡人の業がいかに重くても、聖人もまた凡人から修養鍛錬した結果成功したのです。ですから心して修行しなければなりません。

希望の光を灯して

インド南部のカルナータカ州は深刻な旱魃に襲われ、野生動物さえ渴きに耐えられず、全長三・六メートルものキングコブラがジャングルから集落に侵入しました。村人は野生動物救援隊員に救援を求めて観察した結果、キングコブラは喉の渴きに耐えられずに侵入してきたと分かり、ペットボトルに水を入れて

飲ませると、頭を擡げて一心に飲み、体にも水をかけていました。この光景を人々は驚いてみていました。

三月三十一日の朝会の時、法師はこのニュースをごらんになって、人と動物が互いに心を通わせている光景を讃えられ、また自然環境の不調和による衆生の生命の危機を心配されました。「世の中の衆生はもともと平和に共存しなければなりません。ただ人心の不安定による環境破壊が気候に影響を及ぼしているのです。衆生の重い業が天地不調和の災難を引き起こすのです」とおっしゃいました。

国連難民高等弁務官事務所の発表によりますと、シリア戦乱が始まってから六年目、難民の数はすでに五百万人を超えています。国連は各国に難民の受け入れを速やかに行うよう促しています。法師は平穏な国土に暮らす私たちは福を知って大切に、さらに造福して、実際の行動で愛の心を伝達しなければならな



いと呼びかけています。

インドネシアのバトンに住む五十一歳のアリゾさんは、長期にわたって慈済の援助を受けています。糖尿病のため足を切断されて意気消沈していました。慈済は義足を取りつける補助金を支給し、今では奥さんと店を開く準備をしています。

法師は慈済人が海外で慈悲心を發揮して、彼らが苦しい生活から抜け出し、自力更生していることに感謝されました。澎湖島に住む三十歳の阿成君は中学生の時、硬直性脊髄炎が悪化して頭を上げて前を見ることができませんでした。慈済大林病院副院長の簡瑞騰医師は硬直性脊髄炎の治療で成果を上げています。昨年、阿成君はインターネットでこの消息を知って台湾へ来て、二回の頸髄変形矯正の手術を受け、二カ月後の旧正月の前には退院し、胸を張って故郷へ帰ることができました。

退院の時は、簡副院長と看護師は澎湖島まで付き添って、生

活環境を調べ、改善が必要な部分を指導しました。また後続ケアとして現地の人医会（慈済の医療ボランティアチーム）の医師とボランティアにリハビリのバトンを渡していました。法師は、医療チームと澎湖島の慈済人が真心をもって衆生を済度していた情はまるで親子のようだと言われました。

花蓮慈済病院に十七歳のチベットの少年、トテンアンブ君がやってきました。トテンアンブ君は脳腫瘍に脳が圧迫され発育が遅れ、ほとんど失明状態になっていました。三月二十七日に母親と通っている高校の校長先生につき添われて病院へ来ました。そして昨日神経外科医の邱宗朗主任がすぐに手術をしました。

法師は、校長先生が生徒を自分の子のように愛していることに感動して「病苦に苛まれている人たちが命の恩人に巡り合い、希望の灯火を灯して、前進することを願っています」とおっしゃいました。

（慈済月刊六〇五期より）

慈濟大事記六月……………

訳・済運

06・02	◎フィリピン・マニラのリゾートワールドマニラで2日、銃撃事件が発生し、30人以上が死亡した。フィリピン慈済ボランティアは報道を聞いて葬儀場を訪れ、犠牲者のため助念（8時間念仏を唱え死者の冥福を祈る台湾の風習）を行うと共に家族を見舞った。犠牲者には4人の台湾人が含まれており、ボランティアは台湾駐フィリピン事務所
-------	--

06・04	に協力し、駆けつけた遺族をサポートした。遺族が帰国した後も、台湾慈済ボランティアがサポートを引き継いだ。 ◎梅雨前線と南西気流の影響で、台湾全土が豪雨に見舞われた。各地で浸水や土砂災害が起き、とくに基隆北海岸や内湖、雲林で甚大な被害が発生した。慈済基金会は2日午前9時に防災指揮本部を立ち上げ、各地でも合心防災協調センターが設置され、支援活動を開始した。動員されたボランティアは被災者を慰問し、自宅の清掃を手伝ったり、炊き出しをしたりした。 ◎5月26日、スリランカ、カルタラ県パリンダヌラ地区で大雨による土砂災害が発生した。慈済ボランティアは避難した住民を見舞い、ウェディアバンダラ学院で毛布と多機能福慧ベッドと食器や鍋、布巾
-------	---

06・10	06・07	
花蓮県豊浜郷の農場に空中撮影をしていたヘリコプターが墜落し3人が死亡した。その中には世界的に著名なドキュメンタリー映画プロデューサー、齊柏林さんも含まれていた。慈済基金会は知らせを受けて	午前11時頃、新北市五股工業区の産後療養施設に食事を提供する工場でガス爆発事故が起き、12人が負傷、亜東病院、淡水馬偕病院など7つの病院に搬送された。現地の慈済ボランティアはただちにケア体制に入り、各病院に駆けつけて負傷者と家族を見舞った。9日までに延べ25人が動員され、緊急災害支援慰問金を4世帯に届けた。	実質的なケアは1244世帯に及び、慰問金は417世帯、物資は960世帯に配付され、新たに42世帯が長期救済対象に指定された。

06・06		
慈済基金会は6月2日に発生した豪雨災害のケア活動を行ってきたが、災害が一段落したため、この日花蓮防災指揮本部と各地の合心防災協調センターを閉鎖した。その後の支援は各地のボランティアに委ねられる。12日までに延べ3516人が動員され、3783人分の炊き出しと88世帯の清掃、1591世帯への安心訪問ケアを行った。	慈済基金会は豪雨被災者を見舞うため4日、台湾全土でボランティアを総動員した。北区では398人が40カ所以上の地域に分かれて安心家庭訪問活動を行った。基隆、内湖、石門、万里、南投、嘉義、雲林、彰化などで慰問金と物資を配付した。この日合計で1408世帯を訪問し、863世帯に物資、311世帯に慰問金を配付した。	などの物資を44世帯に配付した。

06・13	桃園慈濟ボランティアは3月から桃園刑務所で「慈悲水懺で心を啓発する」活動を開始、読経や受刑者が参加する手話劇の練習を行っている。2カ月を一区切りとして週1回行われている。期間中に8人の受刑者が毎月切手を寄付し、慈済の会員になった。6月から9月まで4日間8回の公演が行われ、受刑者が出演して懺悔の意を表す。この日初回の公演が行われ、150人の受刑者が参加した。	ただちにケア体制に入り、静思精舎の師匠たちと慈済ボランティアが葬儀場を訪れ、犠牲者への助念と遺族の慰問を行った。12日、遺体は台北に運ばれ、北区のボランティアが引き継いで家族に付き添った。
06・16	◎慈済基金会と法務部矯正署の新店藥物依存更生施設が合同で「薬師琉璃光如来本願経」を基にした手話劇を施設の中正堂で催した。出演	

06・17	した21人を含む124人の受刑者と52人のボランティアが参加した。 ◎花蓮市中原小学校の卒業式が、慈済が支援建設した新しい講堂で行われた。同校は生徒数が増え、旧校舎に入りきれなくなったため、特別クラスと美術クラスは防空用の地下室を使っていた。しかし風通しが悪く、学習に支障をきたしていたため、慈済はその学校を「減災希望工程」の一つに指定し、2016年2月から新校舎の建設を始め、2017年5月に竣工した。これで子供達は健康的で安全な教室で学べるようになった。	◎台中市大智路に近い忠孝路の民家で火事が発生、近隣の住宅8戸に延焼し、母親と娘が犠牲になった。慈済台中支部は15人のボランティアを動員して慰問に駆けつけ、被害が大きい6世帯に慰問金を届けた。

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 # 4002
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 台東県関山镇和平路 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 台北市立德路 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7月17日発行・247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 慈済基金会
〒112 台湾台北市北投区立德路2号
編集 慈済日本語翻訳チーム
杜張瑤珍・張涵・王麗雪
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

證嚴法師のお言葉、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れば幸いです。(日文組編集同人)



2017年元旦、蘇進雄さん（中央の青い服）と熱意ある水背負い隊の隊員たちは、寒さの中、36桶の養生茶を台北最高峰の七星山に運び上げ、山頂で登山者にふるまって新年の祝福を伝えた。

（図 / 観音山揸水隊提供）

