

慈濟

ものがたり

ツーチャー 2018年9月 267





この人生で善行し、慧命を成長させる

大地を労り、

衆生を護る。

悪業を善に転換すれば、

苦しみが消えて楽になる。

この人生で善行し、

慧命を成長させる。

● 表見返し 文・證嚴法師

訳・濟運 撮影・黄筱哲

目次

【社論】	一粒の米も集めれば俵となり、 慈悲の糧となる	慈願／訳	4
------	---------------------------	------	---

【主題報道】	生まれ変わるミャンマー サイクロンから十年 ゴムの木の元に積もる大きな願い ひとつかみの米	高嶋由紀子／訳 惟明／訳 高嶋由紀子／訳	8 26 35
--------	--	----------------------------	---------------

【菜食生活誌】	美のある夏を迎えて	呉國禎／訳	42
【書籍情報「再一次認識自己」】	自分を見つめ直す	心夔／訳	46

【特別報道 人文風景】	パイワン族文化の伝承者	慈願／訳	52
-------------	-------------	------	----

【證嚴法師のお話し】	寿量の宝蔵は無限にあり 今日のあることに感謝を	慈願／訳	66
------------	----------------------------	------	----

【お板さんが法の香に浸る】	少し辛くてもそれが案外幸せ	葉美娥／訳	78
---------------	---------------	-------	----

【慈済台湾 桃園】	故郷を蘇らせよう 災害を乗り越え村にとどまる	慈願／訳	82
-----------	---------------------------	------	----

【衲履足跡】	「忍」という刀	済運／訳	90
--------	---------	------	----

【人物誌 中国上海】	強い環境保全の意志 慈済大事記【八月】	本諦／訳 済運／訳	98 106
------------	------------------------	--------------	-----------

表紙



サイクロン・ナルギスがミャンマーを襲ってから、慈済は10年間災害支援で縁を結んできた。今年5月の灌仏会の日、岱枝鎮の住民は貧困者救済のために貯めた米びつ貯金箱を持ってきた。灌仏会が終わった後、皆、楽しく家路に着いた。(撮影・蕭耀華)

一粒の米も集めれば俵となり、 慈悲の糧となる

《法句譬喻經》の〈双要品〉に「心為法本心、心尊心使、中心年善、即言即行、福樂自追、如影隨形」とあります。これは、心が一切を主導しているため、もしも善念が言葉や行動に現れれば、福と喜びがやって来る、という意味です。

この経文は今、ミャンマーで行われている「米貯金」によって実証されています。十年前、サイクロン・ナルギスが地球の穀倉であるこの地に甚大な被害をもたらしました。慈濟は種籾を被災した農民に配付し、復興に尽力しました。これら支援を受けた被災者は、今度はそのお返しとして、収穫した

米を貯めて貧しい人に施す「米貯金」を自発的に始めたのでした。

当時村人を指導していたウディントンは、「以前は自分の貧しさばかりを気にしていました。ですが今は、自分よりもっと貧しい人がいるのに気付かされました」と言った。ウディントンは一昨年の末、慈濟ボランティアの認証を受けるために台湾に来ました。「もし、その時に支援してもらっていたのがお金だったら、すぐに使い果たしてしまっただでしょう。しかし、その時に得たのは『慈悲』であり、一生使いきれない糧なのです」と喜びに満ちて言いました。

当時、イラワジデルタの田畑は破壊されて塩害を受け、全国で十三万人が死亡、二百四十万人が家を失いました。もともと貧しい農村は活気を失いました。当時はミャンマー軍事政権下で鎖国状態にありましたが、慈濟は国際NGO組織として早くから入国を許可されました。初めは一日だけの入国許

可でしたが、後に継続滞在が許可され、さまざまな援助を行うことができた。

マレーシアの慈済ボランティアは支援を続けると同時に、現地の台湾企業や華僑、そして現地ボランティアに参加を呼びかけました。以前は借金して農耕していた農民は、慈済の種籾と肥料の支援を受けて、収穫が増え、経済的に次第に良くなって行きました。古来小乗仏教を主に信仰するミャンマーの村民は布施の信念を強く持っています。慈済の種籾配付活動を手伝った現地の僧侶の呼びかけの下に、毎日ご飯を炊く前に、一握りの米を櫃に入れて「貯金」しています。

これが「米貯金」が始まった由来です。毎日善を施すこと。これは、主婦が毎日市場へ買物に出かける前に小銭を竹筒の貯金箱に入れて貯めて、貧しい人への支援金とした「竹筒歳月」と呼ばれる慈済の慈善活動の発端と同じものです。彼らはボランティアの激励を受けて、貧困救済活動を展開し、毎月村の一人暮らしのお年寄りを訪ねて、貯金した米を贈っています。

この八年間、ほかの村でも六百人以上が「米会員」になって「米貯金」をしています。ゴム園で働く村民は米を生産せず、米を買っていますが、布施に参加し、伝統的な現世解脱の信仰の下に慈善の隊列に参加しています。

今年の五月はナルギス風災十周年に当たり、本誌の記者が再び種籾を配付した村を訪ね、「米貯金の里帰り」活動をカメラに収めました。米貯金をいくつもの大きな袋に入れているのを見て、深く感動しました。今期のテーマ報道の中で、取材した記者は、村民が貧困者に米を届けているのを見て、「一粒の米も集まれば俵となる」慈悲の力をその目で確かめました。それは、無数の人々にとって、身心の糧となっていたのです。（慈済月刊六二〇期より）

文・黄秀花 撮影・蕭耀華
訳・高嶋由紀子

生まれ変わる

ミャンマー

サイクロンから十年

二〇〇八年、

ミャンマーを襲ったサイクロン・ナルギスは
十三万人もの犠牲者を出し、
世界を震撼させました。

それからまもなく、

半世紀にもわたって閉ざされていた国は

次第に開放され、

現在では東南アジアの

新興マーケットとなっています。

サイクロンから十年、

慈済ボランティアが

被災地の貧困地区を再訪すると、

うれしいことに、

善意の力が住民の中から

湧き起こっていました。

● 仏塔スレー・パゴダを中心に広がるミャンマー第一の都市ヤンゴン。外資の流入により次第に発展が加速しています。



● ミャンマーのヤンゴン市中心部。街角で托鉢する沙弥尼（出家した少女）。主に上座部仏教が信仰されているミャンマーでは、出家修行は称賛され、家運を高め功徳を積むことになるとして、貧富にかかわらず喜捨をする習慣がある。

●ヤンゴン環状線は市内と郊外を結ぶ重要な線で、速度は遅いものの住民の重要な足となっている。大きな青果市場を通るので、列車内は買い物帰りの客であふれかえっている。農村からやってきた豊かな農産物は、こうして四方八方へと運ばれていく。(左図)

●ヤンゴンタンリン郡区タナピン村のテイン・タンさん(Thain Tun)は貧しい農民。耕作する時は畑に話しかけ、常に人助けをしている。毎日ひとつかみの米を蓄えて寄付する「米貯金」は、彼を通じて瞬く間に農民たちの間に広まった。(下図)





むせ返るような暑さの五月。バゴー地方アラニ村にあるAung Theikti 寺院学校 (Aung Theikti Monastery)

の木陰で、二十三歳の若い教師ナイン・ウインさんはベンチに腰かけ、これまでの出来事を詳しく話してくれました。十年前の災害は、彼の心に深く長い傷跡を残しました。

彼の故郷は、ミャンマー最大の米どころであるイラワジデルタで、二〇〇八年に強烈なサイクロン・ナルギスの直撃を受け、十三万人もが犠牲となるなど最も深刻な被害を受けた地域です。十年後の今で

生になった彼は、学業の合間に塾講師のアルバイトも始めました。

Aung Theikti 寺院学校にはナイン・ウインさんのようにイラワジデルタからやってきた生徒が二十人以上いますが、経済的な理由で中退してしまう学生もいます。寺院の住職、アガダマ法師はやるせない気持ちでいっぱいです。「去年、四点足らずに大学に不合格だった生徒がいました。私たちはあと一年勉強させて再度入試を受けさせようと思ったのですが、彼の両親はすぐに働いてほしかったのです」

も村の産業の立て直しはままならず、農村からは絶えず外へ人が流出しています。多くの子どもが親を失くしたり、経済的に困難であるため、学校を辞めていきます。

イラワジデルタにあるMaw Kyun の小さな村で生まれたナイン・ウインさんは、中学卒業にあたる八年生まで学校で学びましたが、両親には彼を高校まで行かせる経済的余裕はありませんでした。その後、幸運にも一人の僧侶に出会い、バゴー山脈にあるこの寺院学校で十年生まで学んだ後、西ヤンゴン大学経済学科に合格し、アルバイトで生活費と学費を工面しながら学んでいます。今年大学三年

ナイン・ウインさんもこのような状況は理解できると言います。サイクロンによる水害で、イラワジデルタの農業や水産業は大打撃を受けました。土壌の塩化により作物が育たず、収穫は半分にまで落ち込みました。漁船が壊れ、漁ができなくなった漁民は、仕事を求めて故郷を離れて行きました。

大災害の後、多くの子供が親を失い、学業の道を断たれました。ナイン・ウインさんは両親とも無事で、農地も耕作してくれる人がいるので、遠くに進学できたのです。

サイクロン・ナルギス 恐ろしい一夜

サイクロンが襲った二〇〇八年、ナイン・ウインさんはまだ十三歳でした。その夜、強い雨と風が村を襲った恐ろしさは、並大抵のものではありませんでした。「水がどんどん入ってきて、多くの人は逃げる間もなく水に飲み込まれてしまったのです」とナイン・ウインさんは言います。また、村の男性の中には、妻と子を船や浮かんでいる板きれなどの上らせ逃がしたものの、自分は激しい水の

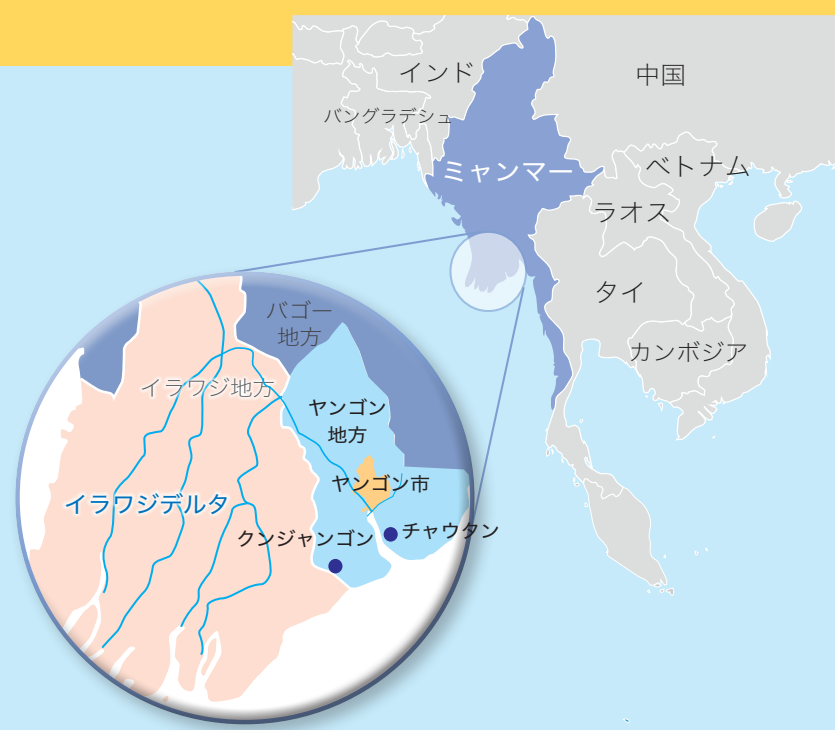
勢いに流されてしまった人が何人もいたそうです。村には多くの未亡人が大勢の子どもたちを抱え、困窮した日々を過ごしています。

ナイン・ウインさんの家は比較的高いところにあつたため難を逃れましたが、家財は一つ残らず流されてしまいました。恐ろしい一夜が明け、風雨が収まるのを見計らって、父親は家族全員を小船に乗せて、一旦村から避難することにしました。水面の至る所に死体が横たわっていました。慎重に死体をよけながら、櫂をこいで進まねばなりませんでした。



「本当に辛かった」。彼の目に、こらえきれず涙があふれました。彼はため息をついて、話を続けました。「もともと貧しい村でした。サイクロンが来る前に政府は警報を出していましたが、テレビどころかラジオを持っていない家でさえ、十世帯に一世帯もありませんでしたから」。そのよ

●2008年、サイクロン・ナルギスがイラワデルタを襲い、数多くの死傷者を出した。災害で収穫の失われた農地の上に牛の死骸が横たわる。



ミャンマー被災地支援概要

2008年サイクロンナルギスから現在まで、慈済が毎年ヤンゴン地方域に寄付した種籾の統計

- 2008年7月、クンジャンゴン郡区及びチャウタン郡区計32村1466戸に種籾416t（耕作面積4573ha分）
- 2010～2012年、タンリオン郡区29村6795戸に種籾1436t（耕作面積18205ha分）
- 2015～2016年、タイチー郡区及びモビ郡区計34村26322戸に種籾3754.68t（耕作面積69532ha分）

うな村ですから、誰かが情報を聞いたとしても、風雨がこれほどすさまじく、恐ろしいものだとはいえ、ましてや簡素な家が洪水に耐えられず、命さえ奪われるとは、想像できなかったに違いありません。

幸い命が助かったとしても、すぐに残酷な生活問題に直面することになりました。サイクロンで作物が全部だめになった農民は、借金して日々を過ごすしかなく、翌年また種をまくにしても、借金して種籾を購入しなければならなかったのです。四月に陸稲を収穫した後も、収入の大部分は借金返済に消え、足りなければまた

政府や民間組織に借金しなければなりません。土地を持っている自作農でさえ貧困から抜け出すことは困難でした。まして土地を借りて耕作する小作農は言うまでもありません。この悪循環から抜け出すのは困難でした。

そのため、彼の故郷では大部分の子どもは長くても八年生までしか学ぶことができず、中学卒業後は農村で働き手となるか、そうでなければ故郷を離れて大都市に働きに行くしかなかったのです。できる仕事と言えば、工場作業員やレストランのウェイター以外にはありません。



●ヤンゴン市西のラインタヤ工業団地には違法建築の家が集まる（上図）。バイクタクシーで生活する青年タン・ニンさん（左図右）とヤン・ナイン・シュエさん（左図左）。エーヤワディー地方からやってきた彼らは、大都市で生活の糧を得、ここに定住することに決めた。



新たな土地に根を張って

二〇一〇年から軍事政権による改革開放が始まり、半世紀にわたり閉ざされてきたミャンマーは、今では各国が注目する新興市場となっています。ヤンゴン市の西にあるラインタヤ工業団地には中国や台湾、香港の商人が投資する多くの工場が集中しています。工場の向かいや周囲は違法建築が軒を連ねています。住人の多くはイラワジ地方から移り住んできた人たちで、巨大な集落を形成しています。

慈濟ボランティアの蔡重吉、郭敏姿夫妻は、二〇一五年に上海から顧客とともにミャンマーに移り、污水处理工程を手がけています。主な顧客企業があるこの地区を頻繁に訪れるうち、地区の様子が分かってきました。

郭敏姿さんは言います。「ここでは家の前にちよつと何か並べれば、すぐ飲み物や軽食、デザート、麺などを売る屋台になります。バイクタクシーを運転する人もいます。工場で働くよりいい稼ぎになるのです」

彼女が三年前会社をミャンマーに移転



●災害から10年後、慈済人がクンジャンゴンを訪れると、当時支援した農家の生活は改善し、村の道路もきれいに舗装されていた。4月の陸稲の収穫後には二毛作も期待できる。

した時、違法建築は何軒かぼつんぼつんと建っているだけだったそうです。しかし、工場が増えるにつれ、向かいのあばら屋もどんどん増え、次第にこんな景色ができていったと言います。

通りを歩いてみると、大工場の車両が絶えず出入りする一方、道路の向こう側では、子供たち

が走り回り、男性が井戸を掘っています。

しばらく歩くと、二人の男性がバイクタクシーを雑貨店の前に止めて休んでいます。郭敏姿さんと運転手のリン・タンさんに連れられ、彼らに話を聞きました。二人の男性はまさにデルタの同じ村から引越してきたそうです。

二十五歳のタン・ニンさんは、八年生で学校を辞め、一度は農業をしましたが、収穫が上がらず、五年前に都会に出て働くことにしています。三十一歳のヤン・ナイン・シュエさんも、「故郷では食べて行けませんでした。村人のほとん

どが出て行きました」と語ります。

今のところ二人はここに定住するつもりです。バイクタクシーの月の収入は三十万チャット（一チャットは約〇・〇七三円）になります。工場勤務の月給が残業代込みで多くても二十数万チャットなのに比べると、はるかにいい収入です。

何百メートルにもわたり延々と続く大小の違法建築の中には、ロビーや裏庭のあるものまであります。屋根にずらりと太陽光パネルを設置して発電し、家賃を払う必要もなく、生活も便利です。しか

し、違法建築が増えると、どうしても環境が乱れ、排水も悪くなって蚊や虫の発生を招きます。道が狭くなって、車両の出入りもしにくくなりました。

郭敏姿さんによると、付近の企業はみな抗議し、ミャンマー政府も土地を留意して引越しを呼びかけていますが、遠すぎて引越したがる住民はほとんどいません。

農村の今と昔

ミャンマーの産業はここ数年で農業主

場で働くようになりました。家から通勤する場合もあれば、都市に住む場合もあります。最近、政府は基本月給を十五万チャット（新台幣ドル約三千三百元、日本円約一万二千円）に引き上げました。収入は農業を営む父母世代に比べて安定し、経済状況が改善した家もあります。

農業から商工業への進歩は、社会発展の必然ですが、農業人口に影響を与えないでしょうか。数十年の間、人手による伝統的な農業を続けてきたミャンマー農業は、この五年で、耕耘、種まきから収穫、

体から商工業へ移行してきました。慈済が援助したいくつかの田舎の農村も次世代の子どもたちが都市に進学や就職するようになっており、経済状況も次第に改善してきています。

被災した農村は次第に生まれ変わりつつありました。スマートフォンは今や贅沢品ではなく、農民は一人一台持っています。泥だらけのあぜ道は、政府の補助や村民がお金を出し合ってコンクリートの道にしました。十年の間に農村の子供の教育水準は向上し、農業は唯一の選択肢ではなくなりました。一部の青年は工

乾燥、精米まで、機械化が急速に進みま
した。

変化には時間や資金が必要です。ミャンマー新政府が誕生してたった二年余りですが、各方面から期待を集めています。農民に、以前より生活がよくなったかと尋ねてみると、ほとんどの人が「よくなった」と答えました。サイクロン・ナルギスから十年。農民たちが次第に災害の影を脱し、豊かな実りを得て、「世界の米倉」としての地位を取り戻せることを期待しています。

（慈済月刊六二〇期より）

ゴムの木の元に積もる 大きな願い

文・黄秀花 撮影・蕭耀華 訳・惟明

暗闇の中、ゴムの木から滴る樹液、ラテックスに、山村に生活している住民の生計がかかっている。このゴム農園で働くある夫妻が「米を寄付して人助けをしよう」と村人に米貯金を呼びかけた。

「私たちがこのくらいの恩返しをするのは当たり前前のことです」と夫妻は話す。

ミャンマーのバゴー省アライニ村は、標高二千メートルの山腹の草原に位置している。経営者がそれぞれ違うゴム農園に囲まれており、それは住民にとつ

ての収入源である。毎朝二時、三時になれば、村人たちはヘッドライトを頭につけて家を出る。わずかな照明の中、ナイフでゴムの木に傷をつけ、滴る樹液をバケツに

集める。

木一本分のラテックスを収集する賃金は九チャット。大人一人の日当は三千チャット(約二二〇円)で、収集に時間のかかる子供は千五百チャット。早朝から一家総動員で汗まみれになって働くのは、米を買うためである。なのに、なぜ多くの村人が買ってきた米を寄付してまで米貯金のメンバーになるうとするのか？

●次女が診察を受けていた時に慈済と出会ったアン・ミヨウ・キャウさん一家は、ゴム農園の住民たちと毎日一握りの米を貯金する活動を始めた。



森の難点を克服し、教育を興す

心に善のある人たちは十二年前からバゴーにあるアンテイクテイ寺の僧侶であるウアガダマ師のことをよく知っている。山の麓に住む帰依者たちは師のことを「バゴー森の灯火」と褒め讃えている。皆、師が山奥に教育を興し、閉鎖された世界にいる子供のために、外への道を切り拓いていることに敬意を表している。ウアガダマ師が寺の学校を受け継いだ時、全校生は最高学年の四年生を筆頭にわずか五十八名だった。生徒たちの親は全員がゴム農園で働いている。

の子供を十五名収容しており、宿泊や食事の費用は全てが寺の負担になるので大変なものだった。

教室建設と無料診療

山の中のゴム農園と良縁を結ぶ

アンテイクテイ寺が膨大な量の米を必要としているのを見て、慈済のボランティアは二〇一六年に台湾の行政院農業委員会に対して米の対外援助を申請し、二百袋（一袋五十キロ）の米が寺の学校に届けられた。その後、慈済工科大学の先生と生徒たちが現地を訪れて、子供た

「以前、学校の運営を維持するにはさまざまな困難を克服しなければなりません。僧二名が一年生から四年生までの授業を受け持っていました」。当時、茅でできた一軒屋を教室として使い、いくつかのクラスに分けて授業をしていたと師は言った。教科書を買う資金を捻出するために、子供達は週二日薪や筍を拾い、それらを売っていた。後になって、善意のある人が教科書の購入を引き受けてくれたので、やっとこの悩みから逃れることができた。

山村の家庭はもともと裕福ではない。その上、寺にはイラワジ省の風災被災者

ちに勉強に励むことができるようにと文具を配付した。

長く付き合っているうちに、ボランティアはこの学校には粗末な教室が七室しかなく、スペースが全く足りないことに気づいた。二〇一七年五月、経験豊かなボランティア十三名がマレーシアからやってきた。そしてミャンマーの男性ボランティアと力を合わせて、四日間という短い期間で簡易教室を四室建てた。その後まもなく、十年生が大学受験の補習授業を受けるために泊まる宿舎が必要になったので、マレーシアとミャンマーの男性ボランティアが再度力を出し合い、



●バゴー省アライニ村には配電施設がないので、ゴム工場は自家発電に頼っている。職人たちは作業場の蒸し暑さに耐えながら作業をしている。

宿舎を四軒建てた。

引き続き、ミャンマーの慈済人医会（慈済の医療ボランティアチーム）が十一月に村で無料診療を行った。その際、ゴム農園で働いているアン・ミヨウ・キヤウ夫妻の五歳になる娘が先天性の心臓病を患っていることが分かった。医師は夫妻にすぐヤンゴン大病院で精密検査を受けるように勧めた。

バゴーのボランティアがこのケースを引継いで、彼らが診察を受けるためにヤ

家が、毎日米貯金をするのは容易なことではない。慈済ボランティアは彼らの真心を倍に大切にしている。

一握りの米貯金を続けることは簡単ではない

慈済の呼びかけで、アンテイクテイ寺の僧侶たちが生徒たちに米貯金を呼びかけて人助けをしていることを知り、アン・ミヨウ・キヤウ夫妻も参加することに決めた。そして同じゴム農園で働いている人たちにも勧めた。このように、一世帯から十世帯、そして二十、三十世帯へと増え続け、今では四十世帯が米貯金に参加している。米を生産していないゴム農

この山奥のゴム農園で働いている人々は、アンさん夫妻のように共働きをしている世帯が多い。収入は多くないので、経営者は仕入れた米を時価よりもずっと安い値段で従業員たちに提供している。ヤンゴンからやってきたボランティア、陳秀宝によれば、山奥は交通の便が良く



ないので物価は市内よりも高くなっているようだ。例えば、タマゴ一個の値段は、市内では百チャットなのに対して、ここでは二百チャットで売られている。塩の値段も倍になっているという。もし村人がオートバイで市内へ買い出しに行く場合、ガソリン代だけで六千チャットかかる。一日の稼ぎでは往復のガソリン代を賄いきれないので、村人は市内に買物に行くことすら考えていない。

陳さんによると、何年前に台湾花蓮の慈濟本部に戻って上人に現地報告した時、世間知らずだった彼女は、自分は農民たちの米貯金について、とくに感動し

ないと言ってしまった。その場で上人から「あなたはヤンゴンで同じことができますか」と聞き返された時、彼女は返す言葉が見つからなかった。

その後、彼女はドイツー町ルイナグン村の農民と付き合うようになったり、アライニ村のゴム農園の住民の面倒を見るようになったりして初めて、米貯金を続けるのはどれだけの決心と堅い意志が必要かを体得した。

ルイナグン村へ行く一本道は、雨季になると太っている彼女の身にこたえる。履いている雨靴が泥にはまり込むと、人の手を借りなくては抜け出せない。ここ

のゴム農園で働く村人は、早起きしてラテックスを集め、三時になると男性たちはゴム工場でゴム・シートを作っている。扇風機がないので、彼らは機械の騒音だけではなく、作業場の蒸し暑さにも耐えないといけない。それにもかかわらず毎日一握りの米を貯金しようとしているのである。「それを見るだけで、私は大いに懺悔しないとイケません」と彼女は言った。

●アンテイクテイ寺の学校の教室は粗末で使い物にならなかったため、マレーシアとミャンマーのボランティアは生徒たちが安心して勉強できるように力を合わせて簡易教室と宿舎をそれぞれ四室建てた。

(撮影・黄露尧)

難行だが実行する
それが村の人々の願い

現在三十五歳のアンさんによると、彼は当時ゴム農園にお金儲けの機会があると思っ、中部の町からこの山奥にやってきました。今は結婚して子供もできた上に、仕事場では班長になったが、三人の娘をこの山奥に閉じ込めておきたくないという。

「こんな苦しい生活を送るのは私たちの代だけでいい。私は次の世代にはもつと出世してほしいと思っています」とアンさんが言っ。彼は子供にできる限りたくさん勉強させ、知識を積んでここから出、勇氣を持って夢と理想を追い、

それぞれの世界を切り開いてほしいと思っている。

山奥の苦しい生活を経験した故に、人の苦しみがよく分かるのだという。子供たちが手にしている米貯金箱は村人の言う小さな行いだが、難しくても実行しようと思えばできることを善なる行いで証明したといえる。法師がこの山に学校をつくりたいと固持なさつたおかげで村人と良縁を結ぶこともできた。若い世代は懸命に勉強しているのだから、たとえこの森の中から出ても互いに支え合うことだろう。この人助けの力がさらに多くの若い人生を変えていくことを心から期待してやまない。

撮影ノート

ひとつかみの米

私は『慈濟』月刊スタッフとして、二〇〇八年のサイクロン以来、十年で五度ミャンマーを訪れています。ですから、ひとつかみの米の話については聞いていましたが、今年四月に五度目のミャンマー出張の時、「ひとつかみの米」の仕事をする地元の慈濟ボランティアに同行したことで、はじめてその意義と重要性を理解したのです。

文 & 撮影・蕭耀華 訳・高嶋由紀子





簡単で大きな喜び

五月の午前、気温は摂氏四十度近くにのぼりました。ヤンゴン市内から三時間あまりの百世帯ほどの小さなシユエ・ナ・グウィン村は人であふれかえっていました。村の両端を結ぶ土の小道

は人と乗り物でごった返していました。近隣の村々から連れ立って次々とやってきました。徒歩で、あるいは借りてきた農業用運搬車に乗り合って、米をつめたプラスチックの筒を抱え、まるでお祭りのようににぎやかです。静かな村がにわかに熱気に包まれました。



もちろんお祭りではありません。慈濟が呼びかけた灌仏会にやって来たのです。現地の慈濟人はこの日を「米貯金箱の帰省」という愛称で呼んでいます。人々は筒の米を嬉しそうに米袋に入れ、それから恭しく灌仏しました。灌仏を終えると、空いた筒を持ってめいめい木陰に集まり、立ったり座ったりして楽しくおしゃべりをして、やってきた運搬車に乗り合わせて昼食に帰って行きました。催しは単純で気取らないものでした。

「米貯金箱の帰省」は、ミャンマーで流行っている喜捨の方法です。喜捨はミャンマー人の生活に溶け込んでおり、わざとらしさもなく、全てが自然に行われています。運搬車は、楽しいな村人たちを載せて、土埃を巻き上げながらゆっくりと原野に消えていきました。砂埃が収まっても、笑い声は強い日差しの中にずっと漂っています。愛の心がつまった米は、これから一体どこへ行くのでしょうか。私は聞きました。

しつかり支え合って

別の日差し強い日、地元の師兄イェンゴン、師姐ジヨに連れられ、ヤンゴン市中心から車に三時間あまり揺られて、バゴ―地方の山間部にあるアラニ村へやってきました。車は土の道の行き止まりで停車しました。私たちが車を降りると、地元の若くて力持ちのボランティアが二人、車の上の二袋の米を担ぎ上げました。みんなの後について行き止まりの横の歩く人の足で踏み固められた道を下ると、一軒の家にとどり着きました。家の主人は早くか

ら門前で待っていて、温かく出迎えてくれました。私たちは中であれこれと世間話をしました。

主人は五十二歳で貧しい生活を送っていました。大酒を飲み、健康状態が悪くなったため、妻は耐えきれなくなり、子供五人のうち二人を連れて出て行き、再婚しました。男性は自分の子のほかに、亡くなった妹夫婦の四人の子の世話をしなければなりません。今は人の水牛の世話をして稼ぐ一日三千チャット（一チャットは〇・〇七四円）で一家八人の生計を立てています。

世間話の後、あの二袋の「ひとつかみの米」を置いて、私たちはそこを離れました。子供たちは名残惜しげに師兄、師姐をぎゅつと抱きしめ、車の所まで私たちを見送り、車が走り出すまでずっと見ていました。車はもと来たでこぼこ道をガタゴト走って行きました。二袋九十キロの米を下ろした車の走りはずいぶんと軽やかに感じられました。あるいは私の心が軽くなったせいでしょうか。

（慈済月刊六二〇期より）



美のある夏を迎えて

◎文・姚茶瓊（臺北慈濟病院栄養科栄養士）
 撮影・全植食尚 Anne 訳・吳國禎

**糖分を含む飲み物の摂取を減らし、
 自然の食材で自作しよう
 高繊維で夏バテ防止、腸の動きも活潑に！**

暑い夏、誰もが渴きを癒してくれる冷たくて甘い飲み物を求めます。ですが、清涼飲料には糖分が多く含まれており、カロリー過多が気になります。冷たくて甘いけれど、カロリーも抑えられて、腸の動きも活潑にしてくれる飲み物はないでしょうか？ それならば、ぜひ食物繊維が豊富で見た目にも美しい、マンゴーとチアシードの豆乳ドリンクがお勧めです。



マンゴードリンク（2杯分）

考案：姚茶瓊、全植食尚

▶材料

チアシード 30 g
 豆乳 240 g
 キウイ 半分（薄切りにする）
 マンゴー豆乳：
 マンゴー 3個（約180 g）
 豆乳40 g

▶栄養成分（一杯分）

エネルギー 225 kcal
 たんぱく質：7.1 g（13%）
 脂質：7.2 g（29%）
 糖質：36.3 g（58%）
 植物繊維：5.5 g

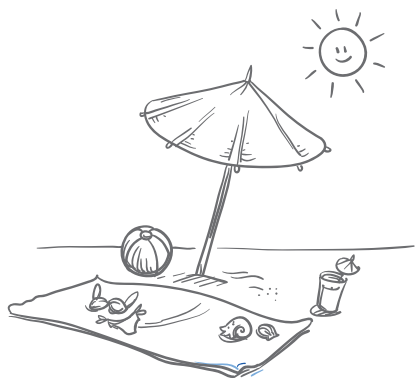
▶作り方：

1. チアシードと240 gの豆乳を混ぜ、冷蔵庫で一晩置く（もしくは3時間以上）。
2. マンゴー豆乳：マンゴーの果肉と豆乳40 gをなめらかになるまでミキサーにかける。
3. キウイを薄切りにし、グラスの内側にくっつける。チアシードと豆乳を混ぜたものを注ぎ込み、最後にマンゴー豆乳をグラスが満杯になるまで注入注いで完成。



市販の清涼飲料のかわりにチアシード入りのマンゴードリンクをどうぞ。チアシードは食物繊維が豊富で満腹感が得られ、腸の動きも活潑にします。豆乳を吸ったチアシードにマンゴーを合わせれば、タンパク質も摂取できて美味しさもアップ。さあ早速作ってみましょう！

(慈済月刊六〇七期より)



【透き通ったガラスが織りなす色と美の世界】

少し前にレインボードリンクと呼ばれる色とりどりのグラデーションがかかった飲み物が学生の間で大流行した。グラデーションの美を楽しむのにお金をかけずとも、素敵なガラスのコップが一つあれば、好きな食材と色を取り合わせて、オリジナルの芸術的なドリンクを作ることができる。使い捨てるコップの使用も減らして地球にも優しい。

【繊維より水の摂取が必要】

食物繊維を多く摂取する際には水分も十分採らなければならない。もし一日当たりの水分摂取量が二千CC以下であれば水分不足になって、繊維が豊富な食品を大量に摂取すると便秘になる。

【たくさん飲むのがよいか】

マンゴードリンクの一杯当たりのカロリーは約二百二十五キロカロリーで、タピオカミルクティーのカロリーの半分だ。さらに豊富な食物繊維を含んでいるので、整腸効果も期待できる。栄養バランスを考えると、一日当たり一〜二杯くらいが適当である。

【美しい体型を保つには】

夏にこそ美しい体型になりたいという人は多い。美しい体型を保つにはバランスの取れた食事と適度な運動、そしてよい生活習慣を心がけることだ。早寝早起きは美しいスタイルを保つための基本である。正しい飲食と運動で体脂肪を燃焼させよう。



自分を見つめ直す



作者・李文殷、朱妍綸、朱妍綾など

発行元・慈濟道侶叢書出版

皆様のご支援を歓迎いたします

カスタマーサービス

☎ + 8 8 6 - 2 - 2 8 9 8 9 0 0 0

内線 2 1 4 5

送付の申し込み・ページへようこそ

<http://web.tzuchiculture.org.tw/index.php?s=3>

「暁の鐘に目覚め、法の香に浸る」という朝の説法をノートに取って三年。混乱した思考を清らかな智慧に変えることができた。煩惱が取り憑く中、次第に心が開き、「分別心がなければ、煩惱もない」ことを悟った。人間関係での是々非々から処世の妙法を見つけ、「逆境は最高の祝福である」ことを知った。そして、肉親の情や愛情にとらわれながら、次第に大愛の道が見え隠れし、「正しい道を堅持して進む」ことを理解するようになった。

二〇一四年九月十八日、高雄慈濟教師

懇親会の教師たちが花蓮の静思精舎で、『無量義経』に関する感想を述べた時、證嚴法師は、「先生たちは、朝の説法を聞いていますか？」と優しく聞かれた。

同年の十二月十七日、教師懇親会の教

師たちが高雄の静思堂で、『教育が無量

義経に遭遇した時』という本を法師に献上した時、法師は再び、「先生たちは、朝の説法を聞いていますか？」と優しく聞かれた。

教師たちは法師のお言葉をしっかりと受

け止め、早朝に『法華経』の説法を慎んで拝聴すると共に、感想を書き留めるようになった。そして、ますます多くの人が「聞法筆記読書会」で朝の開示を筆記するようになった。

思いというものは実に不思議である。二〇一五年一月から高雄地区の慈済ボランティアは、「法の香に浸る」朝の説法をノートに書くことを始めた。私が最初の説法を聞いて書いた「行入」（実践）と「領悟」（悟り）は二〇一五年一月六日の法師の説法を書き留めたものだ。その要点は、「聞いた法を信じて理解しなければ、富豪に雇われてその家の中にあ

ふれていた財宝の管理をしていても、それを自分のものにしてしまうとすることさえなかったのと同じである」という部分だったことを今でも覚えている。

この世に仏法があれば、望みがある。読書会ではメンバーが、ボランティアが見たこと、聞いたこと、感じたこと、思ったこと、行ったことを小チームに分かれて述べ合う。メンバー同士の交流によつて法の喜びに触れ続けられ、次第に『法華経・信解品第四』で述べている「如彼窮子、得近其父、雖知諸物、心不希取、我等雖説、佛法寶藏、自無志願、亦復如是」の状況になる。すなわち、「貧しい子が

父親の元に戻り、全ての財産を目の前にして、自分のものにして思うことさえしなかった」ように、私たちも、仏法という宝に接しても、それを自分のものになりたいと思わないのと同じである。法師の言う、「七宝（金、銀、瑠璃、玻璃、砗磲、珊瑚、瑪瑙）は私たちの心の中に存在しており、外で貸金庫を借りることも、お金を払う必要もないため、皆、裕福で、宝に溢れている」という意味を理解することができた。

朝の説法を聞き出してから、次第に心が柔軟になり、人との間のわだかまりが、以前のようになどわりつくことがなく

なった。また、他人を思いやり、生活の質も向上し、是々非々による煩悩がなくなると共に、説法を聞いた感想を次々に書けるようになった。

千を超えた日々で書き上げたノートの数は数百

ハイハイ

冊に達した。その過程で、先輩の慈濟委員である陳也春師兄が語ってくれた心得のおかげで、私たちは混迷した思考を徐々に清らかな智慧に変えることができ、抱えていた悩みや葛藤が智慧の力で思考を変えることができた。「分別心が必要になれば、煩惱もない」とも悟った。「逆境は最高の祝福である」ことを知り、肉親の情や愛情にとらわれながら、次第に大愛の道が見え隠れし、「正しい道を堅持して進むべきだ」ということを理解するようになった。

『法華経・法師品第十』の中に、理解する、読む、朗唱する、解説する、筆記

する五つの仕事をする法師がいる、と書いてある。「たった一人のために説くのもよし、法華経の中のある一句だけでもよし、人のために説いてあげるならば、正にその人は如来の使者であり、如来が行っているのと同じであり、ましてや大衆に広く教えを説くに至ってはなおさらである」という部分がとりわけ印象深い。この人生で、慈濟の菩薩道を歩みながら理解と読書、朗唱、解説、筆記で、以て、より多くの人に朝の説法を書き留める喜びを知ってもらい、無量義経の法を皆と分かち合いたいと思っている。

(慈濟月刊六一七期より)

善の扉 「慈濟ものがたり」をご自宅までお届けします

各慈濟連絡所では無料でお配りしています。

ご自宅までお届けする場合は送料は年間NT\$120。

2冊以上ご希望の方は読者サービスセンターにお電話ください
日本に在住されている方は慈濟基金会日本支部にご連絡ください

● 送料のお振込み：(月1回発行。1冊)

台湾郵局口座：19905781 口座名：慈濟傳播人文基金會

● 読者サービスセンター電話番号：

02-28989000 内線1165

● 上記の送料は台湾国内に限ります。

海外または離島の方は読者サービスセンターにお電話ください。

● インターネットでもご覧いただけます。

URL <http://web.tzuichiculture.org.tw/index.php?s=7>

オンラインでの送付
申し込みはこちらへ



パイワン族文化の
(上)

伝承者

チャマク・ ヴァラウル氏

文・頼英綺 訳・慈願 撮影・安培博

二〇一四年、東元賞（東元科技文教
基金会による表彰）受賞式典の席上
において、泰武小学校の古謡伝唱隊は
パイワン族の伝統歌謡を歌った。

チャマク（中）は学校の教師である
だけでなく、さらに伝統文化を守護す
る人物である。

彼は歌を教える中で、子供たちに部
落の歴史と文化を理解してもらったと
同時に、祖先の智慧を伝えている。



写真・チャマク・ヴァラウル提供



屏

東県の北大武山の麓にあるウラルズ部落（またの名を泰武部落）は都市の喧噪から離れたパイワン族の集落である。数人の年寄りが輪になって世間話をし、子犬や子猫は道端に寝そべって気持ちよさそうに太陽を浴びている。こは世の争い事に関わりのない桃源郷だ。太陽、百歩蛇、百合の花や陶器の甕などの凶案を並べたモザイクの壁は、パイワン族の伝統精神を鮮やかに表している。

昼休み、静かな学校から透き通った歌声が伝わってくる。二階の舞踏教室から伝わってくるその旋律に、私はしばし耳

を傾けていた。教務主任のチャマクが生徒にパイワン族の古い歌を指導しているのだ。

二〇一七年九月に優秀な教師に贈られる台湾政府教育部の師鐸賞（優秀な教師に授与される賞）を受賞したチャマクは、学校の教務主任と体育教師を担任しているだけでなく、パイワン族の伝統文化を伝えることに惜しみなく力を注いでいる。パイワン族の知識を収集して教材を作成し、さらに古の歌を歌うことで生徒に集落の文化を認識させたことが、賞を獲得した主要な功績だった。

大学生時代に、先住民青年サークルに

参加して、多くの先住民伝統歌舞に触れたことが、パイワン族の古い歌謡を収集するきっかけになった。それ以来、もっと多くのパイワン族の古い歌謡を収集したいという思いが沸き上がった。二〇〇二年、泰武小学校に配属された彼は、熱意を以て、いかにクラスの特徴を打ち出していくかを考えていた。

翌年チャマクが指導した生徒のルマサンが、全国伝統歌謡独唱コンクールで一等賞を獲得した。それ以後、パイワン族の伝統文化を大衆の前に再現し、また次の世代に古謡伝承隊の希望の種子を播くことに専念した。そしてフィールドワー

血に宿る封印された

記憶を呼び覚ます

クを行い、泰武、佳興、二カ所のパイワン族集落の古謡を収集して、これらの歌をクラスで教えたいと願っていたのである。

「古謡を集め始めた頃は簡単ではありませんでした」と、大柄で逞しいチャマクは笑いながら話す。「お年寄りの中には伝統に背いていると認めてくれない人もいましたし、子供たちは古謡は古臭い歌だと興味がありませんでした」と語つ



●学校の天井に描かれた各国の文字とローマ字綴りは、異なる民族の生活用語である。学生に心を広げて世界に向けるようにと促している。

た。貴族階級制度の存在するパイワン族では、集落内での階級の差が明らかで、各家族の地位は同じではない。ある地位の高い年長者は、祖先伝来の古謡を他人に伝えたくないだけでなく、ましてや貴族ではない者に吟唱をさせたがらなかつたのだ。しかし何度も重ねてお願いするうちに、幸いにも年長者たちはやっと同意をしてくれた。

当時の子供たちは、台湾の人気歌手が歌う流行歌を好んでいた。その子供たち

に古謡の美を発見させようと、彼は休み時間に流行歌と古謡を交互に流した。その結果、次第に古謡を受け入れ、口ずさむようになった。

チャマクは言う。「パイワン族には文字がなく、ただ言語があるのみで、集落の歴史、知識や文化に関するすべての記憶は、パイワン語の歌謡に織り込まれて今に至っているのです。しかしパイワン族でなければ歌詞を深く理解することができないために、お年寄りにインタビューする時など、意思疎通の妨げになっていました」

幸い、同僚の歴史教師の邱青鳳がパイワン語に精通しているので、彼女の通訳で古謡のどの一首の意味も徹底的に理解することができた。彼は録音とメモにより、お年寄りたちの歌う古謡とその説明を記録して懸命に練習し、自分が十分歌えるようになってから生徒に教えた。「現在、百曲近い恋愛の歌、仕事の歌、勇士の歌から童謡に至るまでの歌を各地の集落から収集しています。歌詞と歌い方がそれぞれ異なっていることによって、パイワン族古謡がいかに豊かであるかが分かります」

どの歌が好きかと言う問いに、「オウ
ワライユイー！」と彼は答えた。この歌
は集落を賛美する歌で、全校生徒が歌え
ると言う。そして何事も始めは困難だつ
たと当時を振り返った。生徒たちは次第
に古謡の旋律に慣れ、驚くべき学習能力
をもって数時間で歌えるようになったそ
うだ。まるで、血の中にある古謡の記憶が
目覚め、叫んでいるかのように言った。

生徒らは歌えば歌うほど会得し、各界
からの注目も受け始めて、二〇〇六年「泰
武小学校古謡伝唱隊」が正式に誕生した。
ちょうどその年に団体でレコーディング
した伝統音楽撰集「素晴らしい歌を唄お

合わせ軽く体を動かしながら悠揚と古謡
を響かせ、満場の拍手を受けていた。終
わった後、今年六年生の邱家凱は私に、
伝承隊に参加して半年、「最も好きな古
謡は？」と聞かれた時、すぐに「勇士の
歌！」と答えたと言った。

今思えば古謡収集を始めた当初は艱難
な過程に遭い、伝承隊の存続もおぼつか
ない大変な時期があった。ある家長は練
習時間が長過ぎて学業に影響するのでは
ないかと心配し、また山地に散らばって
暮らす子らを集めて練習するには、送
迎の時間と経費もかかってしまう。また
いかにしてチームワークを築いたらいい

う」のレコードが、十八回金曲賞の原住
民音楽撰集賞を獲得して、伝唱隊の名声
を社会に響かせた。

古謡伝唱隊は 世界の誉れを獲得した

寒気がやってきた初冬のある日、冷た
い北風が容赦なく往来の人々に吹きつけ
ていた。しかし台北の松山文化創意地区
の四号倉庫では、泰武小学校の古謡伝承
隊の生徒らが純真な魅力溢れる歌声で、
会場の観衆の心に温かい活力を与えてい
た。舞台上の子供たちは、ギターや弦に

のか、歌唱指導はどうしたらいいのかなど、
大きな課題があったが、幸いにしてすべ
てを克服することができた。

二〇〇九年のルクセンブルク、ベルギ
ー、フランス、ドイツでの巡回演奏では、
世界にパイワン族古謡の美を披露した
が、子供たちがちように輝いている時に、
無情な暴風雨は彼らの校舎を無残にも破
壊してしまった。その年、モラク台風が
台湾南部を襲ったのだった。学校は被害
にあった校舎を後にし、今日の泰武小学
校に移転してきた。

しかしながら、暴風雨でさえ彼らの情
熱を消し去ることはできなかった。その



●屏東県の泰武小学校は交通の不便な辺鄙な土地にあり、学生はわずか100名あまりでほとんどがパイワン族である。先生たちは生徒の個性を伸ばすことを考慮し、バイオリン（左上）あるいはパイワン族伝統の木彫り（左下）や刺繍（右図）など多くの科目を設けている。



時以来、彼は毎年高学年の古謡隊の生徒を連れて大武山に登っている。それはパイワン族の聖山を伝統歌謡によって慰撫し、この機会に生徒らが永遠に大武山の子らであると目覚めさせたいからなのであった。

被災後、伝唱隊は韓国、日本、米国、マレーシア、スイスなどへの公演を継続した。公演の足跡はヨーロッパ、米国、アジアに渡って「歌の中から山が見え風の音が聞こえる天籟の音」という誉れを受けた。去年の八月には二〇一七年夏季世界大学生運動会の開幕式に彼らの精彩な演出が見られた。また、伝唱隊は異な



る分野の音楽家や団体と合作している。例をあげると琵琶演奏者の呉蛮、スイスにいたるバイオリンリストの黄義方、台北フィルハーモニックユースオーケストラやナショナルチャイニーズオーケストラなどである。

二〇一三年、彼らと六個のグラミー賞を受けた米国籍ウクレレ演奏家のダニエル・ホーと提携して「山並みを飛び越えて」の歌をレコーディングし、西洋音楽とパイワン族の吟唱技法とが結合した作品を作り上げた。その年にロスアンゼルスで巡回演奏を行い、翌年には「最優秀原住民

民語選集賞」を獲得した。ダニエル・ホーは伝唱隊の純真で魅力溢れる歌声を称賛し、「泰武古謡伝承隊を紹介する言葉は実に『感動!』の一言しかありません」と言った。

そのアルバムは大好評を博したので、二〇一五年、伝承隊は再度要請を受けてアメリカ公演を行った。ヒューストンのミラー・アウトドアシアターのステージでは、子供たち

●過去のパイワン族に文字記録の歴史と知識はなかった。多くが口伝えや歌謡によって先人の故事を伝えている。伝唱隊は1週間に少なくとも3回の練習があり、反復吟唱によって、古謡の中の智慧を学び取っている。

は百合の花を頭に飾り、赤、青、褐色など色とりどりの生地に刺繍の施された民族伝統の衣裳を着ていた。そしてダニエル・ホーのウクレレ演奏とコラボした天籟の感動的な吟唱に、観衆は酔いしれた。中でもラテン系の観衆たちは、その歌声を聞いて、自分たちの同胞に思いを馳せ、感動に涙していた。

「有名になろうなどとは思ってもみま
せんでした」。続けて彼は、また突然気
持ちを込めてこう言った。「団体の本当
の目的とは、古謡吟唱によって子供たち
が自己認識に目覚め、自分は誰なのか、

どこから来てどこへ行くべきかを認識さ
せることでした」

子供たちは古謡を通じてパイワン族の
伝説や文化と制度を知るだけではなく、
舞台上立つことによって、他の民族にも
それぞれ良さがあることを理解し、さら
に進んでパイワン族自身的美を自覚して
いる。かつてある子供が、別の先住民団
体の発表が終わると、その素晴らしさに
心打たれ、自分はとてもパイワン族の古
謡を歌えないと言ったところ、チャマク
は「勇敢に歌えばいいんだよ。どの民族
の歌も各自の優れた所があつて、舞台上で

は優劣を競いあうわけではないんだ。異
なる民族の芸術はすべて美しいのだよ」
と励ました。

集落文化の認識だけでなく、自分探し
のために歌はもう一つ重要な側面があ
る。「対話」である。歌い合う中で、お
互いの間に「共有」の概念が生まれるの
だ。公演はただ歌謡の付加価値に過ぎな
い。例にあげると、歌い手の歌声がその
時の心情によって抑揚が頓挫した時は、
注意して聞かないと相手に喜怒哀楽が明
白に伝わらない。「そのためにお互いが
心情を共有するには、歌い手たちがさら

に聞き手を思いやらねばならない。この
他人を思いやる精神がパイワン族がとく
に重きをおいている伝統なのです」

彼は、生徒らがパイワン古謡の練習の
最後に「人生の美意識」を悟ることがで
き、それが美意識の教育の最も価値のあ
ることだと信じている。「いわゆる人生
の美意識とはあなたが真心の愛（関心）
を相手に示した時、その中で美意識が自
然に現れ、なおかつ人に対するだけでな
く、大地、万物、祖先の霊にも愛がある
ことに気づくことです」

（経典雑誌二三四期より）



【證嚴法師のお諭し】

◎訳・慈願 絵・林淑女

寿量の宝蔵は無限にあり 今日のあることに感謝を

人生の年輪は宝であり、心を老化させぬこと

皆で五十年を「寿命の宝蔵」に貯金しよう

若返って改めて年を数えてみる

頭脳明晰、身体健康であるなら善用に努めよう

自ら進んでボランティアになって

社会に入り人々と付き合って善縁を結ぼう

これこそが慧命の成長になる

六

月二十三日から台湾各地の慈濟支部を回る行脚を始めました。

どの支部へ行っても会場では皆が素晴らしい法の講座を設けて、一分一秒を着実に過ごしていました。その中では、

私だけが説法をしていたのではなく、

「如是聞法，如是身体力行」と言われて

いるように、皆が着実に努め励み、話

す言葉の一句一句がすべて法になっ

ていました。

台北では四つのプランを一つにまとめた「世界幹部精進研修会」に参加しました。つぶさに海外慈済人の活動を聴き、世界で起きている無常の災難や長期にわたる貧窮困苦の様子をスクリーン越しに見ました。多くの人生の真実がありました。一言で言うなら、「苦」というたった一文字に尽きますが、幸いにもこの世に具現している菩薩が力を尽くして救済をしています。どの奉仕の過程でも非常な困難が見られましたが、最後にはみな円満に達成していました。彼らに「本当にご苦労でした」と労うと、一様に「私たちは幸せでした」

と答えてくれたのです。

苦勞がなければ、苦難の人たちの笑顔がこれほど満ち足りたものにはならなかったでしょう。彼らの笑顔を見出した時が、心からの安らぎを覚える時です。

新店の静思堂へ来た時のことです。隣の新店病院に救急車がサイレンを鳴らしながら頻繫に出入りする音を聞く度に、患者に病院に入ったら病状が安定しますようにと祈らずにはおられません。慈済新店病院のスタッフ全員が人々の生命、健康を愛で以て護っていることは、感謝にたえません。また、ボランティアたちが私の病院建設計画

に呼応して、レンガ、砂、セメントから募金に至るまで協力してくれたおかげで、今の貴い命を護る堅固なこの病院が成り立ち、日々人々の命を護っているのです。

台湾慈済人医会のスタッフもまた、苦難の淵にいる人が出て来られない時は、山を越え川を渡って巡回施療に行っています。各科の医師、看護師、スタッフが一つになって行動している様子は、まるで動く病院のようです。画面を見ながら報告を聞く度に感動でいっぱいになりました。皆涙ながらに報告しているのです。病の苦と貧困の苦、

医療と医薬品の欠乏による苦、それが休む間もなく現地の人たちに降りかかっているのです。

奉仕している中で、仏教の經典にある「観身不淨」を実証することができます。人間には言い尽くせないほど多くの苦しみがありますが、感謝したいのは、無数のこの世の菩薩が苦難から救ってくれているということです。どの診察室へ行っても、よい医師だと言いますが、ボランティアはその前に水道管や電線を取りつけるだけでなく、患者が診察台上がりやすいように手すりをつけたり、器材が買えない時は、

万難を排して自分で作っています。その人たちはお金だけでなく、労力と時間を費やして奉仕をしているのです。

皆、ただ一様に「法師が言われたことを私たちはしているだけです」「法師に感謝しています」と話すだけです。私は長年に亘って真心から人々に尽くす弟子たちに心から感謝しています。世界各地に集う慈済人は、たとえ民族や言葉や肌の色が違っていても、心と力を一つにして愛を当地に根づかせ、人々の苦難を取り除いています。皆さんが私と同じ志をもって、相互の成就と、無限の力量を発揮しますよう願っています。

発心立願すれば力が湧く
志あれば無数の人を助けられる

うです。積極的に善行に参加すると、人々の利益になることがこんなにも楽しいことであることを、体得することができましたと語ってくれました。私は、なぜ反感をもっていたのかと聞きました。彼は、金儲けはとても大変なことなのに、なぜ献金することかという考えを抱いたまま、何年も過ごしていたそうです。それがついに慈済と出会う機会に恵まれ、真実の答えを得られたことに喜んでいると答えたのです。

慈済を深く理解していない人がいることを恐れてはおりません。ただ残念

行脚で桃園に着いた時、ある実業家が「この二カ月の間に私は人が変わったようになりました」と言いました。以前は慈済に対して反感を持っておられたようですが、「静思生活精進会」に参加して見たことと聞いたことすべては、以前想像もしなかったことばかりであり、これほどまでに多くの人たちが何の見返りも求めずに奉仕しているのかと深く感銘を受け、会が終わるとすぐボランティアに登録されたのだ。そんなことは、慈済が歩いてきた五十三年間に何をしてきたかを理解してくれないことです。行脚で中部に着いた時、台湾中部大地震の直後に慈済が校舎の支援建設（希望工程）を行った時の校長と今の校長が一堂に集って、震災当時のことを思い出しながら語っていました。当時の校長は、「崩れた悲惨な姿の校舎を目の前にして茫然自失でした。その痛みは、慈済が校舎建設を行うまで続きました」と話し、今の校長は「これからは堅固な校舎で理想の教育を実現させることができます」と話してくれました。

台湾中部大地震が起きた後、慈済は台中、南投、台北・土城で五十カ所の校舎支援建設を実施しました。未来を担う学生の教育は一時も猶予は許されないとの考えで、世界各国に呼びかけました。感謝すべきは十三の国々から続々と台湾へ寄付金が贈られてきたことでした。その一点一滴が集まって希望工程の支援建設が完成したのです。その時、どの学校の建設現場でも慈誠隊員、ボランティア、建設委員が全力投入し堅固で斬新な現在の校舎を完成させたのです。

大災難後、慈済はさらに危険家屋の再建工事に取りかかりました。この数

年間に慈済は屏東、高雄、台東、花蓮と苗栗などに続々と「減災希望工程プロジェクト」を実施して、老朽化した危険家屋の補強工事をしました。近年来極端な気候変動、活発に起きる地震に対し、災難が発生する前に校舎を補強すれば、教師や生徒は安全で、保護者も安心できます。

二十一年間にわたって、慈済は台湾の七十七カ所で永久に使用できる堅固な校舎を建築し、世界にいる慈済人に未代まで社会貢献のできる優秀な人材を育成しようと呼びかけていたのです。

たったの一元と軽く見ず、少額でも集まれば多くの善行ができます。発心

すれば力が湧き、その気さえあれば無量無数の人を助けることができるのです。慈済が社会の資源を社会で活用し

実の道を開いて皆の理解を願い、奉仕する中で喜びを体得しています。

ている慈済志業は、五十七カ国に及んでいます。ボランティアは慈済の精神

人は歲月の中で老いていく鏡に写る自分を見て

理念を受けて、当地で得た所得は当地に還元し、また、現地でも募金をして

「知識を智慧に」と励まそう一分一秒もおろそかにせず善縁が続くように

貧しい人や病気の人を助ける努力をしているのです。助けられた人からは、「台湾に感謝、慈済に感謝」という言葉を

今回、行脚に出かける前は自分に自信がありませんでした。一歩一歩しっかり歩けるだろうか、皆さんに向かつてお話ができるだろうかと思案して

いただいています。多くの人が私たちの助けを待っていませんが、そんな中でもやらなければならないことが多々あります。慈済は社会に一つの真

まは、家を出ると、一つには自分にはまだ気力のあること、二つ目はこん

なに多くの人たちが日々精進し、その愛のエネルギーが私を元気づけていることを発見し、感謝の念が溢れてきたのでした。

「寿量（天から授かった寿命）宝蔵」を唱えはじめ、私も三十歳の頃に戻ったつもりでいます。三十年前を思い出せば、それはちょうど仏教克難慈濟功德会の成立時期に当たります。貧困の中から少しずつ善の力を集めて教富濟貧（富める者を教え貧を救う）を行っていた当時は、困難重々でした。その時は心筋梗塞の発作が起きて胸がしばられるような痛みを覚え、ある時は夜

も明けきらぬ間に気を失い、気がついた時に手足を伸ばして「まだ今日という日があるのだ」と安心し感謝していました。

五十年後の今日は、《法華経》の中で「白髪また顔に皺」と言われていますように、外形は自然の法則にそったものとなりましたし、身体機能もそうです。以前は話をする胸がしばられるような痛みでも、深く深呼吸をして胸を広げると自然に声が出ましたが、今はそうはいきません。気力を起こしてやつと話ができるのです。

身体状況は年齢の痕跡と言われます

が、私は精神面では若い時のように恢復させて、必ず行脚には出かけるように決めていきます。しかし、弟子たちの慧命は成長しているでしょうか？と関心を寄せています。また、目指す方向と精神理念は確かなものではないでしょうか？と。静思法脈は途切れるわけにはいきません。私は仏法が永遠にこの世に伝わって、菩薩の道が平穩に広く敷かれることを願っております。

いつもボランティアが「最後に息を引き取る時までやり通します」と言う度に、私もそうであることを願っています。ですから、どんなに辛くても、人々

が仏法の真髓を体得して、仏法の教育によって人々の中に入り奉仕することを願っています。皆さんが「仏法のため、衆生のため」に心力と時間を投入して、すでにある堅固な志業の基礎がより堅固になるように望んでいます。もしも半ばにしてなくなれば、悲しいことです。

科学技術がどれほど発達しても、私たちに永遠の不老を与えてはくれませんが、永遠に消滅しない命は非常に価値があります。自分を顧みただけでなく、家庭、子孫、または視野を広く天下に向け、世間の出来事に感心

を持って、長老を敬い、若者をいたわって、この世に自分が生を受けている間に、人々を助けるよう努めなければなりません。

自分は年を取ったと思わず、若いことも多くのことをして、ぼんやり過ごさないことです。人の中に入って喜んでボランティア活動をしていると、慧命は成長していきます。年を取ると、恐いのは退化ですが、進んで活動に参加して人と付き合い、日々人と縁を結んで累積し、軽安自在に最後の時を迎えましょう。

過ぎゆく歲月の中で、人は、一面の

鏡に自分を映して見るように、「転識成智」見識を智慧に転じて、煩惱をなくし、智慧をつけるようにと促しています。無駄に時を過ごさず、休みなく縁を結んで、良い心を護り来世まで業を引きずらないようにするには、自分に智慧の力のあることです。智慧の力があると、どの方向に向かうか明らかに分かりますから。

時は私たちのために一分一秒も止まってくれません。しかしながら、自分の慧命が成長して、菩提のよい因縁が生々世々にわたって続いてゆくことを、私たちは知ることができます。

●

慈済の大家庭に入った人々は、「皆有情人（人みな思いやり有り）」であることを悟るのです。法の仲間は互いに寄り添い、悟りを目指して励む修行者で、また菩薩の伴侶でもあります。この真情は実に得難いものです。

やっと開かれた菩薩道の方向を進む時、道はさらに平坦でなくてはならず、でこぼこのまま放っておいてはなりません。以前どれだけのことをしたかと、少しのことに捉われていることは偏見です。もしも凡夫の心をもって人の話

を聴くと、聴いた面白くないことに激動し、恨みの心が起きます。過去を放下し、悪いことは気にせず、良いことは心に止めると、やっっている中で福があり喜びが得られ、炯眼けいがんを持ち善解することによって自在を得ることができます。

自主的に人に関心を持つと人がいます。しかし、一人では天下人に感心を寄せることはできません。皆で心を一つに手を取り合い、和してお互いの持てる力を発揮すれば、衆生の平安を護ることができます。

（慈済月刊六二二期より）

少し辛くても それが案外幸せ

「人生は確かに辛い時もありますが、疲れるわけではありません。それこそ私たちがもっと強くなって、もっと多くの責任を担うことができるからです」。中国アニメに出てくる一禅小僧は、「いつの日か、揺るぎない意志と執着が甘い考えにかわって、そして頼もしい人になり、少し辛くても幸せな人になれます」と言いました。

人生は確かに辛く感じる時があります。大きく深呼吸する時、疲れがどっと出て、どうも未来のことが心配になってしまうこともあります。

しかし、もっといい人生にしたかったら、やるべきことの意味をもっとよく考えて、思い切って前に進むことです。一步一步注意をはらって進むうちに、苦しみや悩みがなくなるでしょう。全力で自分の使命を果たすことだけを考えるうちに、はつきりと解決できるはずですよ。



◎ 訳・葉美娥

● 注：《一禅小僧》は中国で2016年11月から放映されたアニメ番組です。





風に吹かれ、雨に打たれる人生もあるはずですが、大樹の枝葉のように人のために自分を広げれば、それらの雨水は自分の養分となってくれるでしょう。

慈濟では辛いと言わずに幸せと書いています。なぜでしょうか。その理由を突然悟りました。それは、ボランティアとしての私たちは、皆少し辛くても幸せと感じているからです。ですから、もしも担った仕事が少し辛く感じた時には、きっと大きな幸せが待っていると思うようにしましょう。

(慈濟月刊六一九期より)

●作者：凌宛琪（お板さん）。慈濟基金會の職員で、毎朝の「法の香に浸る」朝会でPCなどの設備セッティングを担当している。そして自身の心得をイラストを添えてインターネットで発表し、分かち合っている。





故郷を蘇らせよう 災害を乗り越え村にとどまる (上)

二年前台風十三号で発生した土石流が、
桃園市復興区合流集落を飲み込んだ。
被災後、四方へ避難していた村人は
今年の八月ようやく故郷に戻り安全な土地に堅固な家を築いた。
災害に遭っても「村を捨てない」精神は台湾で称賛されている。

休日の正午近くにもなれば、いつものように観光客の車両でラッシュになる

桃園市復興区の角板山、小烏来、拉拉山などの観光スポットは、西北部の古い街



の大溪や慈湖、石門ダムと連なり、国道七号線のハイウェイの上を湾曲して連なっている。面積は台北市よりも広く、人口はわずか数万人の先住民自治区だが、北部の著名な景観として人々を魅了している。

しかし、にぎやかに往来する観光客も、合流集落に足を留める人

●合流集落の支援住宅が完成し、鄭文燦・桃園市長（前列右から3番目）、林日龍・原住民族局長（前列右から2番目）、林碧玉・慈濟基金會副総執行長（前列左から3番目）、ボランティアはテープカットをして祝福した。

は少ない。そこは大漢溪と霞雲溪の合流地点であるため「合流」の名がつけられている。かつては観光名所のひとつに数えられていたが、二〇一五年の台風で村は瞬時に土石流に飲み込まれた。

それ以来、合流という二文字が書かれたバス停の標識だけが立っているが、崖下の集落に人影はなく、流れてきた土石や壊れた家屋と水害後に築かれた砂防ダムのそびえ立つ様が、土石流の恐ろしさを物語っている。

今年の夏、住民はやつと仮住まいから解放されて、故郷から一・七キロ離れた合って酒を酌み交わし、家内安全を祝った。

「私たちは今、羅浮里という集落にいますが、タイヤル族には元々自分の集落を持ち、それぞれで暮らすという習慣があります。私たちは合流集落を構えていたのですから、ここに越してこられたことに感謝しなければなりません」と住民の洪輝金が言った。タイヤル族の伝統では、他人が勝手に自分の地に入ることは、たとえ親兄弟でも許されない。それが今ではこのように羅浮集落の祖先代々の地に新居を築くことになったので、互いに

新天地で新たな生活を展開している。桃園市政府と慈済基金會の合作によって、一年目に行政手続きを終え、二年目には効率よく建設を進め、被災者に堅固で気持ちのよい家を提供することができた。

二〇一七年八月十九日、市長や職員たちと慈済人が集まって入居祝いを行った。ボランティア達は「円満」という願いをこめたお団子と、「幸せが石油のように湧き上がる」ことを表したおこわを用意していた。集落の人口の大部分を占めているタイヤル族は、彼らの伝統的儀式に従い、持ち寄ったご馳走を皆で分け

親密な関係を築いていかねばならない。

素早い避難で

家は流されても皆は無事

自分の地によそ者の侵入を容認しない伝統は、タイヤル族に強烈な防衛意識を植えつけていた。例えば一九〇七年五月、日本政府が角板山の山林資源の開発のため強硬に集落へ侵入した時、タイヤル族の激しい抵抗にあった「枕頭山事件」がある。

勇敢なタイヤル族は、陰しくとも故郷



である山を死守するため、日本兵と警察に立ち向かって、百日以上の激戦を繰り広げ、日本軍は二百人以上の犠牲者を出した。しかしながら槍や刀だけでは近代的な武器に敵わず、ついに昔からの居住地を失ってしまった。生き残った人たちは村を追われ、あるものは大漢溪と霞雲溪の合流地点において、艱難辛苦の中で合流集落を築いた。ある者は他の集落の者と結婚しているが、血脈と文化は脈々と受け継がれている。

「私は宜蘭の南澳のタイヤル族で、ここへ嫁にきてから五十六年になります」と、洪金輝の母、洪彭鳳さんは語った。



●災害から2年経ち土石流災害の痕跡は草木に埋もれているが、残っている柱や屋根は当時の凄まじさを残している。政府当局は安全のため、倒壊した家への立ち入りを禁止している。

十七歳の年に父の言いつけで、山の反対側の当時の桃園県復興郷へ嫁にきた。それから半世紀以上が過ぎ、故郷を偲んで泣いていた娘は四男一女に恵まれ、今では幸せに孫に囲まれている。しかし静かな晩年を過ごすはずの彼女に、突然集落が一変するほどの災難に見舞われようなど、どうして想像できなかったらうか。

雑貨店とバイクを営む黄明忠の家は、七号線に面して商売するには良い地点

だったが、まっ先に土石流に襲われた。十四世帯が土石流災害に遭ったが、幸いにして被害者は一人も出なかった。桃園市政府が前日に土石流警戒区域の住民を避難させたからだだった。

早めの避難により集落全員の命を守ったことは、政府当局と民衆に避難の重要性を認識させた。次には仮住まい生活と復興作業という重大な試練が待ち受けていた。

家内安全が全住民の期待

洪金輝は「被災後、私たちは大溪へ避

事を探さなくてはなりませんでした」と嘆いていた。

被災した当時、民間の人たちがすぐに支援に駆けつけ、牧師やシスター、慈済ボランティアは羅浮小学校の避難所を慰問し見舞金を贈った。学校が始業を迎えると、被災者は各自に復興区内や山の下の大溪、桃園で家を探し、仮住まいをしていたが、慈済ボランティアは被災者がちりぢりに分かれていても訪問ケアを続け、寄り添っていた。

すべてはゼロからの始まりであり、「全てを失った合流集落の人たちの大部分は、臨時雇いや道端で野菜や果物を売る

難しましたが、母はどうしても山に残ると言い張りました。私たち四人兄弟は妻と子を連れて、役所の指示通り羅浮小学校に避難しましたが、授業が始まると政府当局の家賃補助を受けながら各自借家を探しました」と説明した。

黄明忠は「私の家は水に流される運命にあるようです。石門ダム建設の時には家がダムの水底に沈められ、山の上上がったら一九九六年の台風九号で家は倒れませんでした。土石流で穴が開き、十四台の新品のバイクが流されました。バイク修理の仕事ができなくなって、それからは草刈りや果物売りなどやれる仕

細々とした生活を送っていました。五、六百万円（一元は約四円）の家を買う能力はありません」と桃園市原住民局長の林日龍が言った。

彼らが立ち直るには政府と民間による支援が必要だった。慈済基金会は桃園市政府の要請を受けて、家屋の建築という支援を引き受けた。そこで、桃園市政府の市長から復興区役所に到るまで一丸となって、土地変更などの行政作業の短縮に努力していた。

（慈済月刊六一一期より）



「忍」という刀

◎文・釋徳仇／訳・済運

マイナス要素の感情を持たず、感謝の気持ちだけで接すれば、自ずと人と和することができる。

元々何事も起きていない

五十人のフィリピン慈済ボランティアが慈済五十二周年記念行事に合わせて台湾に帰ってきた時、上人は座談会で、縁を大切にし、社会が平和になる力を發揮するよう励ました。社会を変える力を發揮するには、まず人と調和する必要がある。

上人はとくに、人と「合」うようにならないが、それは「忍」すなわち、我慢することではないことを強調した。「忍」が必要になるのは、人に対しての先入観などのマイナス要素の感情が残っているからである。もし、過去の不愉快な出来事を忘れて、広い心で以て人や事に接することができれば、「我慢する」必要はなく、自ずと人と調和することができる。

『忍』というのは心に突き刺さる刀のようなもので、とても苦痛で、どうにもならないものです。仏法を聞いて心で理解することができれば、『心になれば生じることはない』と言われるように、元々何事もなければ、恨みや憎しみを持つ心は生じません」

慈済人は心一つにして同じ志を持って共に菩薩道を切り開いているため、互いに感謝以外の感情は生まれず、と上人は言う。「世の大衆を利用する善行は大勢で努力して成し遂げる必要があるのです。善行する人が多ければ多いほど、社会は平和になり、幸福で平穏なものとなります」



真心で接する

インドネシア慈済支部の二十五周年記念行事に関する計画を聞いて、上人は、「初心を忘れず、初期に努力した人間菩薩たちと、現在同じ道を歩む同門の修行者たちに感謝すべきです。もし、これほど多くの人が心を一つにして投入していなければ、志業を成就する力もなかったでしょう」と開示した。

「二十五年前、インドネシアで慈済志業を始めた数人の委員が当時の現地社会の環境の中で、苦勞して慈済志業の道を切り開いてくれたことを忘れてはいけません」。以前、インドネシアは貧富の差が大きく、民衆の不満が暴動に発展した。しかし、数人の在家信者や志ある女性が黙々と志業を展開し、一九九八年から企業家が参加して自ら貧困対策をするようになってから、志業は順調に発展した。

「当時、数人の企業家たちにも、事業が発展したのは自分一人の力ではなく、従業員のおかげで会社が運営できていることに感謝しなければいけない、と言いました。そして、経営者として感謝の気持ちを行動に表すべきだと話しました。真心で彼らを支援すれば、彼らも心から感謝し、頑張って仕事をしてくれるのです」

近年、インドネシア経済は急速に発展し、国民は不満を持たなくなつた。国家が裕福になつたのは幸福なことである、と上人は言う。「それでも常日頃、警戒心を持ち、生活が安定したからと言って怠惰になつてはいけません。自分の幸福を知って感謝し、人々が向上心を持ち、善に向かうよう導き、世界を覆う菩薩ネットワークを作ることができれば、苦難に喘ぐ衆生を助けることができるのです」

あるインドネシアの師兄スィンヨンが失業者に就業の機会を与えるために五百台の「大愛ラーメン屋台」を支援すると言つたことに對して、



上人は五百もの家庭生活が改善されるのは素晴らしいと賞賛した。「大企業家はもつと多く発心し、貧しい人の自力更生を手伝うことで社会の安定を促進すれば、彼らの事業も平穏な社会で発展するでしょう」

インドネシアの四大志業は強固な基盤ができているが、上人は二億人以上の人口と広大な国土がある国で、どんなに遠い所でも愛と善の種子を蒔き、誠意のある心で奉仕する機会を逃してはいけない、と念を押しした。そして、引き続き「竹筒会員」、すなわち、善行して人助けする心を習慣づける運動を推し進めるよう開示した。

「ある台湾の慈済会員が一時、他人と争って理性のないことをして報復しようとしたが、『自分は定期的に寄付する慈済会員であり、見知らぬ人を支援している。それなのにどうして顔見知りの人に怨恨を持つのだろうか?』』と思いつ返し、持っていた悪念が消えた、と

いう話を聞きました。もし、誰もがこういう風に人を恨むことがなければ、社会は平和になるでしょう」

また、上人は、経験豊富な者はもつと精進して新参者を導くよう諭した。「人心の浄化は縁があつて初めて悟つてもらうことができます。上人は、それは身の周りの人から始めるべきです。仏法を用いて衆生を感化すると言っても、信仰の違いには関係ありません。慈済の宗教観は人生の主旨や生活教育であり、誠意のある態度で大衆を正しい道に導き、教育することです」。

大道を切り開く

慈済五十二周年記念行事を明日に控えて、国内外の慈済人がひっきりなしに、常住師匠たちの引率の下に敬虔に五体投地しながら



本山に向う「朝山」活動をしていた。

皆が各自の席に戻って（帰依文）を朗唱した後、上人は大殿と中庭、慈悲広場の大衆に向って開示した。「皆さんが今一度精進したこと、そして、私自身、いつものように皆さんの前でお話できることを嬉しく思います。常に感謝の気持ちを持ち、その時々縁を大切にしてく福と慧を成長させなければいけません」

「慈濟はまもなく満五十二年になります。世界のこれほど多くの場所に善の種子を蒔き、苦難に喘ぐ人々を支援し、苦しみを取り除くことができたのも、台湾の慈濟人がその基礎を打ち立てていたからです。そうでなければ、世界に踏み出すことはできなかったでしょう」。また、五十数年前、数人の家庭主婦の慈濟委員が人手も物資も極度に欠乏した状況下で、一步一步着実に慈善活動を行ったことで、次第に多くの人が参加するようになった。そして、彼女たちは自ら

の家族を感動させたことで慈濟精神が家庭に根つき、家庭の和から社会に善と愛を大切にする心を広めた、と上人が言った。

「道を切り開いてくれた先人に感謝すると共に、その後について平坦な道にしてくれた人にも感謝しなければなりません。前進し続けながら道を切り開き、後に続く人が道をならすことができるよう、善と愛の精神を集結し、その力で以て心の大地を勤勉に耕し、世に普く善の種子を蒔かなければなりません」

「説いていることを行動に移し、実践していることを人々に話すのです。仏法を聞いて心から理解すると同時にそれを信じて菩薩道に励み、人々を感動させることが、身で以て説法し、仏法を伝えていくことなのです。皆さんが聞いたことを実行に移していることに感謝します。先程の朝山の敬虔な心を持続して精進してください」

（慈濟月刊六二〇期より）



強い環境保全の意志

「環境保全をよびかけ続けているのに、なぜできない人がいるのだろうか？」やがてその疑問が解けた。活動の時だけ訴えても、口先でしかないからだ。生活にしっかりと密着させるのが、真のリサイクルボランティアなのである。

●2017年初頭、張志剛は江蘇省の宿遷市泗陽県での冬季物質配付活動に参加し、総務の仕事を担当した。彼は、「多く責任を担えば、大きく成長する」と言った。（撮影 楊寒）

張

志剛は一九七八年江蘇省泰州の農家に生まれた。父親は大工で、毎日畑仕事を一通り終えてから仕事に出か

けた。しかし、それほど苦勞しても、家庭の暮らし向きはあまり良くならなかった。張志剛には一人っ子にありがちなわが

ままな性格は見られない。十歳過ぎから両親と野良仕事に出て、田植えや稲刈り、落花生の栽培を手伝った。同年齢の子供たちが遊んでいる時も、暑い日も働いていたが、文句一つ言わなかった。労働を通じて、日常生活で必要な物は、容易には手に入らないことを知った。

一九九七年に専門学校を卒業してから上海で働き、一九九九年から嘉定馬陸のある鉄鋼会社に入社して以降、今日まで倉庫の管理の仕事をしてきた。二〇一三年に、妻の周玉香が慈済委員である王韶岑の会社に勤めたことから、慈済に参加するようになった。妻がいつも遅く帰宅

したり、「薫法香」や「菜食」などの話をしているのが、彼は好奇心を抱くようになった。初めて慈済を訪れた時、「福は実践するのだから喜びを感じ、慧は人を善意に解釈することから自在が得られる」という言葉を目にした。

二つ目の言葉を理解する前に、一つ目の言葉に深く感銘を受けた。彼は少年時代、田圃での仕事を思い出し、「労働を通じてこそ、心に安らぎを得ることが出来る」という言葉を理解した。《無量義経》の勉強会に参加し、映像を見て、證嚴法師のお話は全て道理が通っており、生活の中に応用できると実感した。



●上海市の嘉定区宝城新村で、張志剛氏は実物を展示して、住民に分別と回収の仕方を教えている。
(撮影・高日晝)

以前、張志剛の趣味は同郷や同僚とマージャンすることだった。しかし、勉強会に参加してからは、慈済一筋になり、真面目な彼はすぐに環境保全の仕事に関心をもった。ボランティアについて地域で資源ゴミを回収したり、リサイクルステーションで回収物を整理したりして、彼は充実した生活を送るようになった。

環境保全の仕事は汚れると共に疲れるが、子供の時から農耕に慣れている張志剛には大したことではない。それよりも、慈済に入った頃、聞きなれない言葉がた

くさんあって、不安になった。シニアボランティアの鄒善芳は時を見計らって彼を励ました。「とにかくやればいいのです！満足、感謝、善意の解釈、包容という四つを達成できれば、人生はさらに幸せになります」

なぜできないのだろう

二〇一五年、張志剛は上海市嘉定区の環境保全活動の総召集人となり、肩の荷の重さを感じた。リサイクルステーションに積まれた回収物の山を見て、妻と仕事のない週末の時間を全部、整理に費やした。

ボランティアの趙明と蘇淑恵は、彼に、

団体で活動することが大切だと教えた。そこで、多くの人々を誘い、一緒に参加することに意義があることを学んだ。しかし、すぐに別の問題に直面した。リサイクルステーションに送られてきた物の中に、回収不可能の物がたくさん混ざっており、後処理に大きな支障をきたすのである。彼はさまざまな機会に話すのが、効果はあまりなく、よい考えが浮かばなかった。「環境保全をよびかけ続けているのに、なぜやらない人がいるのか？」と困惑した。

困惑は脇に置いておいたとしても、山のように積まれた回収できない物をどうしたらいいのか分からなかった。リサイ



●嘉定慈濟リサイクルステーションで、張志剛はボランティアと共に回収物の分別に没頭している。

クルステーションに積んだまま、少しずつ片付けるしかないのだ。

張志剛は、「慈濟で奉仕している以上、文句は言いません。自分から喜んで時間を布施しているのですから、協力するのも責任を負うのも構いません。とにかく仕事をきちんやり終えることです」。その後、趙明と協力して、環境衛生所の車を使う話を決め、やっと本当の「ゴミ」をリサイクルステーションから出すことができた。そのことがあってから、趙志剛は「どうしたら環境保全を生活に密着さ

せられるか？ 口先だけではいけない」と思考するようになった。

実践は自分から

彼は疑問を持ちながら、慈濟上海リサイクル研修会に参加した。趙明と上海のシニアボランティア、林咸尹の二人から同じことを聞いた。「自分にできたことを他人と共有する時、それを話すことができるのです」

その瞬間、彼は悟った。自分で実際にやったことでなければ、活動の時に宣伝するだけでは力がないのだ。環境

保全の理念は口先だけのスローガンではなく、自分の生活の中で実践して初めて、本当の環境保全ボランティアと言える。

その時から、趙志剛は自前の買い物袋とマイ箸、マイ食器を持ち歩くようになった。階下で朝食を買う時、マイ箸を使い、饅頭はビニール袋ではなく、携帯しているマイ食器に入れてもらう。店の主人は初め驚いたが、徐々にその変わった習慣のある客に慣れた。

隣の八百屋の女主人も最初は同じように変な客だと思った。無料のビニール袋を使わず、自前のショッピングバッグを

持ってきているのをしばしば見て、「もつと多くの人が同じことをすればいいと思うようになりました」と言った。宝城新村で八百屋を営んでいる店主によると、毎月のビニール袋代は最低でも千五百人民元（一元は約十六円）で、多い時は三千人民元にもなり、その使用量の多さが分る。店のオーナーにとっても、大衆が無料のビニール袋の使用を減らすことを期待している。

張志剛は友人と食事する時も信念を曲げない。友人たちもすぐにそれに慣れ、彼と一緒に使えば捨てるの食器を使わなくなった。

促してくれるようになった。そういう良好な状態をどうやって続けるか、王静は同じチームのボランティアメンバーと考えたが、少し意見が分かれた。

その時、張志剛は客観的な角度から王静と話し合った。「宝城新村での環境保全活動は、地域で最も相応しい方法を基本にしますが、チームの考えも取り入れて、愛を広めるお茶会で地域の住民の心を掴むのです。異なった意見が出たからと言って、煩惱を生じてはいけません。全ての意見は事を円満に行うためののです」

一方、張志剛はチームのボランティアと話し合い、地域で環境保全活動を進め

張志剛はそれを実行する時、怪訝そうに他人の目を気にすることはない。「一人から始めることも説明する必要はなく、やがて人はついてきます」

反省は、心を柔軟にさせる

二〇一七年に嘉定リサイクルステーションは閉鎖され、リサイクル活動は地域に密着し始めた。ボランティアの王静が住んでいる宝城新村では環境保全のためにビニール袋やプラスチックの使用を減らすよう呼びかけたところ、住民委員会から支持が得られ、地域住民の参加を

るには、現地のボランティアを主体にしなければならぬと言った。王静の発心を皆で守って育てて行かなければならぬ。彼の意思の疎通と調整で、次に行った地域の環境保全の呼びかけは円満に行われた。

今でも、張志剛はいつも、「福は行いの中から喜びを得、慧は思いやりから自在が得られる」という言葉の意味を考えている。ただ、いつも考えるのは後ろ半分の言葉で、「時々、自分に固執するゆえ、常に心を調整して、さらに柔軟にならなければ、と思っています」と話す。

（慈濟月刊六一四期より）

慈濟大記事八月 ……

訳・済運

08・02	07・31
アメリカ、カリフォルニア州北部で大規模な森林火災が発生した。7	7月29日、インドネシア、ロンボク島でマグニチュード6.4の地震が発生、ジャカルタの慈濟ボランティアは7月31日と8月1日に視察に向かい、避難所と病院に被災者を見舞い、46人に祝福金を配付した。8月5日に再びマグニチュード7の地震が起き、被害がさらに広がった。インドネシア慈濟ボランティアと慈濟人医会の医療チームは13トンもの災害支援物資を準備し、7日、ジャカルタから空軍機でロンボク島に向かい、視察と配付活動及び施療を始めた。

08・06	08・05
衛生福利部の海外向け医療政策を受けて、花蓮慈濟病院はフィリピン	慈濟基金会台南支部は、8月5日から9月4日まで静思堂で「人生の転換期に愛を見た」と題したチャリティー絵画展が開かれ、独居老人や身体障害者、青少年などケアを受けている6人の作品が出品される。また、8月18日には人文講座が設けられ、作成者が理念や人生経験を話し、それを機会に大衆に正しい生き方を伝授する。
	月23日に発生した火災はレディング市周辺にまで燃え広がり、慈濟ノースカリフォルニア支部は8月2日に視察を行った後、シヤスタ高校に支援センターを設置し、被災者の登録を始めた。11日と12日に現金カードを145世帯に配付する。

08・11	<p>「キャンブ」を催す。中国語と中華文化、慈済人文、ボランティアの内容、文化交流などの講座が開かれ、カンボジア華理総会と啓華学校、聯華学校から28人が台湾に来て参加する。</p> <p>◎慈済基金会は台北慈済病院と共に、新北市板橋区、双和区、新店区、三重区、蘆洲区など5つの静思堂に地域ケア拠点を設け、地元のお年寄りに食事や健康に関する講座を開く。今日、板橋静思堂で合同除幕式を行った。</p> <p>◎慈済基金会はラオス、アタプエ州で起きたダム決壊事故の被災者を支援するため、台湾、タイなどのボランティアと職員から成るチームが11日から15日までラオスで視察する。大きな被害が出たサナムクサイ県の避難所に被災者を見舞うと共に、物資の配布と治療を行い、</p>
-------	---

08・07	<p>慈済科技大学は7日から17日まで「2018奉仕の実践、人文と異文化」、書道、花道などの講座が開かれる。その中に「栄民（栄民は退役軍人）の家」に住むお年寄りたちのケアや慈済リサイクルセンターでの実体験などが含まれており、日本や韓国、フィリピン、中国などの9校の学校から71人の教師と学生が参加する。</p>
08・09	<p>◎慈済大学中国語学部は9日から18日まで「カンボジア中国語人文</p>

を主要な協力相手として、共同で医療産業を発展させることで、6日と7日にカーディナルサントスメディカルセンターとフィリピン国立整形外科センター、チャイニーズゼネラルホスピタルが、共同国際医療活動と医療人員の交流教育に関する合意書を交わす。

慈済科技大学は7日から17日まで「2018奉仕の実践、人文と異

文化」、書道、花道などの講座が開かれる。その中に「栄民（栄民は退役軍人）の家」に住むお年寄りたちのケアや慈済リサイクルセンターでの実体験などが含まれており、日本や韓国、フィリピン、中国などの9校の学校から71人の教師と学生が参加する。

◎慈済大学中国語学部は9日から18日まで「カンボジア中国語人文

	<p>の死傷者が出た。慈済ボランティアは当病院に支援カウンターを設置し、200人余りを動員して火災後の清掃に協力した。また、負傷者を引き受けた11の病院に被災者とその家族を見舞い、慰問金を届けた。</p>
08・24	<p>台湾南部は23日、熱帯低気圧の影響で豪雨になり、水害が発生した。嘉義と台南の慈済支部は24日の午前中に相次いで防災調整センターを立ち上げ、視察と共に見舞いと炊き出しなどの支援を展開した。</p>
08・18	<p>インドネシア、バタン島の慈済支部で静思堂が起用され、1200人以上が式典に参加した。</p>

	<p>中長期支援に関する評価データを集めた。</p> <p>◎西南季節風の影響でフィリピン・ルソン島のメトロマニラ地区に豪雨が降り、被害が出た。慈済フィリピン支部は11日、見舞い活動を開始し、リザル州サンマテオ町とマリキナ市、ケソン市、サンファン市で被災者にパンを配付した。また、16日からは被災者による復興活動がマリキナ市とサンマテオ町で行われ、延べ4000人が参加する。</p>
08・12	<p>第22回韓国マンハエ平和賞の受賞者が證嚴法師に決まった。授賞式典はカンウォン道インジェ郡のスカイフォーリングセンターで行われ、静思精舎の徳勤師匠が代理で出席する。</p>
08・13	<p>午前4時頃に衛生福利部台北病院付属養護院で火災が発生し、39人</p>

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

花蓮慈济医学センター

970 花蓮市中央路三段 707 号
TEL: 886-3-8561825

玉里慈济病院

981 花蓮県玉里鎮民権街 1-1 号
TEL: 886-3-8882718

関山慈济病院

956 台東県関山镇和平路 125-5 号
TEL: 886-89-814880

大林慈济病院

622 嘉義県大林鎮民生路 2 号
TEL: 886-5-2648000

台北慈济病院

231 台北県新店市建国路 289 号
TEL: 886-2-66289779

台中慈济病院

427 台中県潭子郷豊興路一段 88 号
TEL: 886-4-36060666
FAX: 886-4-36021123

慈济大学

970 花蓮市中央路三段 701 号
TEL: 886-3-8565301
FAX: 886-3-8563604

台北支部 (新店静思堂)

231 新北市新店区建国路 279 号
TEL: 886-2-22187770

慈济人文志業センター

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: 1-760-7686631

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

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

スリランカ Hambantota

TEL: 94 (0) 472256422

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

慈濟

2018年9月19日発行・261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 慈济基金会

〒112 台湾台北市北投区立德路2号

編集 慈济日本語翻訳チーム

杜張瑤珍・王麗雪

校閲 山田智美

電話 (886)02-2898-9000

FAX (886)02-2898-9994

E-mail: 021620@tzuchi.org.tw

慈济基金会日本支部

〒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、慈济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。日本語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)



最高の笑顔 慈濟人医会シリーズ

北区慈濟人医会メンバーとボランティアは新北市平溪区で定例の往診を行い、辺鄙な地域に住んでいる人々の健康を守っている。今年101歳になった陳奎村（田中旨夫）医師はお年寄りを訪れ、笑顔で握手して挨拶した。

（文＆撮影・吳碧華 新北市）



慈濟ものがたり