

慈濟

ものがたり

辛い流浪の旅 難民ケア





● 扉の言葉 文・證嚴法師 訳・濟運 撮影・黄筱哲

自分の棚卸しをする

自分の行いを振り返ってみましょう。

その全ては人間（じんかん）を利用したでしょうか？

少しも偏りはありませんでしたか？人生に悔いはありませんか？

苦難を取り除くには、「できるだけ」ではなく、

心を込めて尽くすのです。

真心から出た愛は、人間（じんかん）の美と善を引き出します。

慧命を大切にして因縁を逃さず、自他共に利し、

菩薩道を歩んで世に平和を伝え続けましょう。



トルコのマナハイ国際学校のシリア難民の教師と学生たちは、何度も慈済の国際支援に呼応して来た。今年3月からはウクライナ難民のために募金活動を始めた。少額でも積もれば大きな善になるのだ。

(撮影・Abdoulmalek Wais)



慈済日本サイト

目次

【編集者の言葉】
故郷は何処に？

慈願／訳 4

【特別報道】

辛い流浪の旅

葉美娥／訳 8

世界に目を向ける・戦禍はいつ止むのか

御山凜／訳 10

マレーシアで暮らす難民・人としての尊厳を求めて

高嶋由紀子／訳 16

故郷に勝る場所はない

慈願&惟明／訳 23

NGOは難問の答えを出してくれる

【聞・思・修】

心の葛藤を終わらせる

明漣／訳 38

【主題報道】

余生を送るための給油所

高嶋由紀子／訳 44

【證嚴法師のお諭し】

無明の火を消しましょう

慈願／訳 62

【親と子と教師、三者の本音】

多元的に学ぶ

常樸／訳 68

単なる接続か依存症か

【実用の一言】

微笑む字

荳荳／訳 73

【大地の守護者】

願力で進歩し続ける

翁俊彬／訳 78

【人物誌・台湾新北市】

リサイクルボランティアが地球も人も救う

施燕芬／訳 90

【行脚の軌跡】

福をもたらし、智慧を生む

濟運／訳 100

六月の出来事

濟運／訳 106

故郷は何処に？

ウクライナとロシアの戦争が勃発してから一月余りになる。国連難民高等弁務官室の統計によると、既に四百万人余りのウクライナ人が国外に逃れており、その多くが西北の隣国ポーランドに入った後、西側諸国に向かっている。慈済はポーランドに連絡拠点もボランティアもないが、現地のカリタス基金会や赤十字社と協力して、順次、毛布やプリペイドカード等を提供している。

第二次世界大戦が終わっても、世界は戦火による難民が後を絶たず、その多くの原因は長い衝突の歴史まで遡る。そのため人民は戦火の脅威の下、故郷を追われてさまよう異国は未知の挑戦だらけで、苦難が減ることはない。

多くの研究と報道から指摘されるように、難民は異国の地でさまざまな法律の規則を理解して守らねばならない外、「現地で認められる」ことが、彼らが新生活に適応する最大の障害になっている。たとえ、近代化した国であっても、社会には目に見えない境界線があり、それを越えるのは難しい。彼らは、受け入れてくれた国の文化と価値観を取り入れることを期待される。日常生活を満足させることに奮闘しなければならず、流浪し、困窮するうちに負った傷は心の奥底に秘めて置くしかないのだ。

それゆえに、「家」は故郷にあるとは限らなくなっている。今月号の特別報道に載っているが、長年にわたってシリア難民をケアしている、ヨルダンの慈済ボランティア、陳秋華（チェン・チウホワ）さんによると、シリア

国内の戦争はすでに終息しているが、生活状況が劣悪なため、国外にいる人たちは故郷を思っても、帰ることができないと言った。また、マレーシアで家庭を築いたロヒンギャ人は慈済ボランティアに、郷愁の気持ちは捨てられないが、異国で自由と夢を築く勇気が得られた、と言った。トルコではシリア人ボランティアが、慈済人の胡光中（フー・グアンジョン）さんにこう言った。「自分も難民だが、ポーランドへ行って、難民の心を落ち着ける手助けをしたい。何故なら、心のある所に家があるから」。

誰もが当然のように帰る場所であるはずの「家」が、今の時代では揺れ動いている。私たちの周りを見ると、人口の高齢化と顕著な少子化によって、高齢者ケアの場では頻繁に悲劇が引き起こされている。日本はその問題に「在宅医療」で対応し、「積極的に治療しない」という考えの下に、一人ひとりの高齢者向けのケアプランを立て、人生の最期まで優しく付き添うようにしている。

台湾では、「在宅医療」は制度や条件で制限を受けるため、相対的にサービス力が弱いので、民衆のニーズは高くても、使用率は低い。今月号の主題報道によると、大林慈済病院の軽安居（入居型介護施設）では、高齢者に「自宅で余生を送りたい」という理想を持たせつつ、基本的な生活能力を維持することを目標にケアしているため、家族は息抜きができ、多くの住民にとって第二の家となっている。

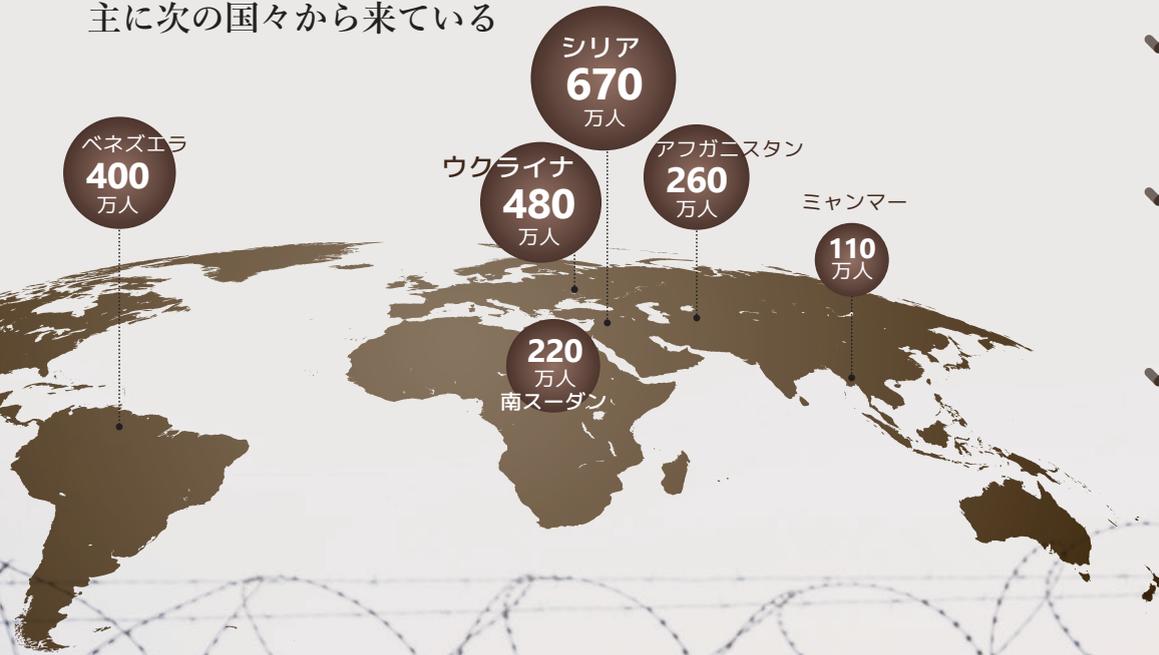
故郷とはどこなのか？ 私たちは「家」の定義を書き直しても良いかもしれない。心身共に安らくなる所が「家」である、と。

（慈済月刊六六六期より）

辛い流浪の旅

訳・葉美娥

世界中の難民は
主に次の国々から来ている



✓ 2021年末の統計によると、世界には**8400**万人以上も故郷を追われた人がいるそうだ。

✓ **トルコ**は世界で最も多く難民を収容している国である。次いでコロンビア、パキスタン、ウガンダ、ドイツと続く。

✓ 2022年4月の統計では、**ウクライナ**を逃れた人は**480**万人を超えた。



(ヨルダン・アザラク・シリア難民キャンプ 撮影・蕭耀華)

五歳のムハンマド君は、イラクを出発して、長時間かけて徒歩でトルコ、ギリシャを経由し、しばらくセルビアの難民キャンプに留まっていた。彼は、もう世界中を歩き回ったような気がしていた。これ以上旅行はしたくない、学校に行きたいと思った。

この二年間のコロナ禍で、国を跨いで移動する人は減ったが、長期的に流浪した状態で生活しているため、生きるために移動しなければならぬ人もいる。最近のウクライナ紛争、十一年間続くシリア内戦、苦難は現在進行形だ。どこに身を寄せたらいいのか……。

世界に目を向ける 戦禍はいつ止むのか

文・葉子豪 撮影・張淑兒
訳・御山凜

ウ

クライナ難民危機に関心が向けられている時に、慈済はシリアやミャン

マー等の難民支援を、中断することなく続けている。十年以上内戦が続いたシリ

アを例に挙げると、今、殆どの地域では戦火が収まっているが、家を追われた難民の殆どは、母国に帰ることが難しい。

「現在シリアでは、水、石油、電力が不足しています。以前、ヨルダン貨幣とシリア貨幣の為替レートは一对六十でしたが、今は一对三千五百です。一本のプロパンガスはヨルダンでは台湾ドルにすると約三百元ですが、シリアでは米ドルで百ドルもするのです！」慈済ヨルダン連絡所の責任者である陳華秋（チェン・チウホワ）さんによると、現在のシリアの生活条件は余りにも酷く、ヨルダンにいるシリア難民の大半は滞在を続けたいと考えており、「現地に住み着いて、自

力更生する」という問題に向き合わなければならぬ。

ヨルダンの慈済は、慈善救済、施療と就学支援の他、シリア難民のシングルマザーと孤児を受け入れる「慈心の家」など社会資源を頼りに、介護、飲食、裁縫、美容師などのコースを開設することで、難民が手に職をつけ、現地ヨルダン社会で生計を立てられるようサポートしている。職業訓練の他に、ボランティアになる指導もしている。陳さんによると、目下既に多くのシリア難民の母親たちが、慈済ヨルダン連絡所の南部ベドウィン人部落ケアチームに参加しているとのことだ。シリアとヨルダンは同じアラブ民族



トルコのマナハイ国際学校。シリア難民学生は慈済国際災害支援に呼応して、ウクライナ難民ケアの募金を募った。女の子はアラビア語で「私はボランティアすることと善行が大好きです」と書かれた手作りのポスターを持っていた。僅かな力でも結集すれば、人助けができる、と訴えた。
(撮影・アブドゥルマレク・バイス (abdoulmalek wais))

で、言葉も通じ、同様にイスラム教を信仰している。シリアのお母さんたちと青少年の子供たちは、ボランティアと一緒にサーグラ (Al-Thaghrag)、アッバツィア (Al-Absyiah) など南部ベドウィン人部落に出かけると、物資の配付や訪問ケア等の慈善事務をこなすだけでなく、アラビア語の静思語絵本を携えて、大人にも子供にも證嚴法師の智慧の言葉を分かち合った。また慈済ヨルダン連絡所が言うには、助っ人になった難民にヨルダンの貧困者をケアしてもらうことで、彼女たちが行動する中から学ぶことがもつと大切なのだそうだ。

「彼女らが配付ケア活動を終えた後は、

とても心を揺さぶられています。こんなに貧しい人たちを見て、『苦を見て、福を知る』ことを学んだのです!」。

ヨルダンの国民所得は高くなく、募金は容易ではないが、ヨルダン慈済は一九九七年の創設以来、精一杯ヨルダン内外の貧困者をケアしてきた。その中には、ガザ地区、イラク等の戦乱地からの難民と、二〇一一年シリア内戦勃発後のシリア難民のケアがあり、今も続いている。悲しみから抜け出す手助けをし、善行して人助けする善の種子になれるようサポートしている。

ヨーロッパとアジアに隣接し、三百七十万人あまりのシリア難民を受け

入れているトルコでも、慈済人は慈善支援や教育を推進すると同時に、援助を受

けているシリア難民に、善行を生活に取り入れるよう導いている。

慈済トルコ連絡所の責任者である胡光中（フー・グアンジョン）さんはこう説明した、「今、心と愛を募るのは一回限りの活動で終わらせず、定着化をはかっています。私たちは最近一万个の豆類缶詰を購入し、貯金箱として使える蓋を添えて、『小銭で大きな善行』と書いたステッカーを配りました。食べ終わった後に、蓋をして、ステッカーを貼ることで、貯金箱に変わります。慈済の竹筒歳月の精神を学んでもらいたいです」。

コロナ禍で、トルコの慈済ボランティアは毎月の難民配付活動を二カ月一回に変更し、人が集まる機会を減らした。長期的にケアしている七千六百五十数世帯の

同じ様にシリア難民であるボランティアたちが、ある人が持って来た、約五十リラ（約三百円）の小銭が入った袋を取り上げてみると、中に一枚の紙が入っていて、こう書かれていた。「本当にごめんなさい。これだけのお金しかありません。ですが、これは私に残った全財産です」。金額は多くないが、全てを捧げる精神は人々を感動させた。

シリアボランティアたちも自主的に、トルコに逃がれて来たばかりのウクライナ難民を見つけて、緊急支援を提供した。避難してきた彼らはウクライナ難民の悲しみや苦しみを誰よりも理解しており、より適切なケアを与えることができるのだ。

シリア人家庭には貧困者、極貧者、アルバイト学生、大学生及び冬場に燃料費さえも支払うことができない難民家庭が含まれている。配付活動は四十回に分けて、週末も休むことのない、慈済が難民の子供たちのために創設したマナハイ国際学校で行われている。以前、配付が終わると、ボランティアは心と愛を募っていたが、皆が貯金箱を持っているとは限らないため、ある人は小銭をビニール袋に入れたり、牛乳瓶に詰めて持って来っていた。

二カ月に一度配付されていた生活補助は、多くの人にとって命を繋ぐお金である。しかし、難民は支援を受けるだけでなく、誰かの役に立ちたいと思っている。

緊急に支援を必要とするウクライナ難民や故郷を離れたシリア難民に長く寄り添うケアは、迅速な行動が必要だけでなく、彼らの身の安全や安心感を与える手伝いが必要である。また、持続的なケアには忍耐力と不撓不屈な力がなければならない。戦争や衝突が未だ止まない二十一世紀、何千万人にも及ぶ、国を追われた難民問題は、全人類が向き合うべきであり、避けて通ることのできない難題である。慈済は一九九〇年代から国際災害支援を始めて以来、多数の国で難民ケアを展開している。これから先も茨の道を歩む人々を支え続けていく。

（慈済月刊六六六期より）



マレーシアで暮らす難民

人としての尊厳を求めて

マレーシア国連難民高等弁務官事務所(UNHCR)の統計によると、同国は難民として18歳以下の子ども45000人以上を受け入れている。しかし、その大部分は様々な理由により就学できていない。慈済はUNHCRと共同で難民学校2校を運営し、難民の子どもたちに知識を追求する機会を与えている(撮影・覃平福)

故郷に勝る場所はない

マレーシアでの生活はどうかと言われれば、「少なくとも安全」としか言えない。マレーシアは自由だが、空気の匂いがミャンマーとは違う。いつになっても、故郷に勝る場所はない。

一〇一七年一月二十二日、私はミャンマーを離れた。密航業者の手配で、弟と同郷の人と共に真つ暗闇の中、木造の小船に乗った。船には百四十五人いたが、皆運命を天に任せていた。

と聞かれれば、ロヒンギャなら誰でもこう答えるだろう。「生き残るためです」。私たちが故郷で迫害を受けてきたことは、誰でも知っている。元気な若者や学歴のある人たちは皆、武装勢力に狙われた。軍人は好きな時に発砲し、殴ること

ができた。私たちの生活はいつも恐怖と隣り合わせで、一瞬も命の保証はなかったのだ。

子の命が危険にさらされるのを望む親がどこにいたろう。両親は私と弟にすぐ逃げるよう言った。財産を売り払い、貯金をはたいて密航業者に二万八千リンギット（約八十万円）を支払った。それで私たちは無事に船に乗ることができた。

ただ、お金が足りなかったもので、両親と姉は費用の安いバングラデシュの難民キャンプに逃れるしかなかった。一か八かの賭けだった。私たちには何も残されていないなかった。

選択は正しかったのか？

船に乗る前は、生き残るためにはマレーシアに逃れるしかなく、入国さえできれば助かるのだとばかり思っていた。しかし、船に乗った瞬間、自分の思い違いに気づいた。船には何もなかったのだ。人が生きるための最低限の物さえなく、ましてや安全対策など皆無だった。船のエンジンは二十馬力しかなく、定員オーバーの状態で、ただ大海原に漂っていた。雨でも降れば、船ごと海底に飲み込まれそうになるのを感じていた。思い返してみると、生死を分けたのは、意志



の力を別とすれば、神のご加護と言うよりほかに考えられない。

計画では七日以内にタイに到着し、そこから徒歩でマレーシアに入るはずだった。だから、私たちは七日分の食糧しか持って来ていなかったのだ。ところが、タイでは上陸が許可されなかった。ああ、どうすればいいのだろう。それから何日もの間、私たちは海を漂い続けた。食糧はなくなり、力尽きて亡くなる人もいた。私は、「こんなはずじゃなかった！逃げてたりしなければよかった！」と思った。タイ政府から二度入国拒否された私たちは、前後合わせて十六日間、海の上を

漂った後、仕方なくマレーシアに向かった。二月六日、ペナンに上陸すると、すぐに逮捕された。監獄で二カ月、拘留所で四カ月を過ごした後、私はようやく難民カードを手にし、ロヒンギヤの同胞を頼って生活を始めることができた。釈放されてまもなく、バングラデシュに逃れた両親が亡くなったことを知った……。

明るい未来は来るのか

今、弟はパハン州で働いている。私は今のところ、同胞の紹介で、宗教学校の教師をしている。故郷でも教職に就いて

いたからだ。

マレーシアの生活はどうかと聞かれれば、「少なくとも故郷よりは安全だ」としか言えない。間違いを犯さなければ、警察に出会ってもそれほど心配する必要はないし、最悪でも逮捕されるだけで、命を取られるようなことはないのだから。

故郷では、私たちは身分が認め

15万人以上のミャンマー難民が暮らすマレーシア。祖父母から孫まで3世代で暮らす人たちもいる。(撮影・覃平福)

られないばかりか、社会から犯罪者扱いされてきた。しかし、それでもなお故郷が懐かしいのだ。自由にもいろいろあると思う。ここでも自由があり、命の心配はない。しかし、空気の匂いがミャンマーとは違うのだ。マレーシアはいいところだが、しかし、いつだって故郷に勝る場所はない。

皆と同じように、私にも夢がある。いつかロヒンギャという身分の問題が解決し、故郷に帰れるようになることだ。もちろんそれだけでなく、次の世代のロヒンギャが教育を受け、リーダーシップを身につけ、民族のために声を挙げてく

れることを願っている。

私はマレーシアで妻に出会った。彼女はマレーシア人で、子どもも生まれた。多くの同胞に比べれば、私は恵まれていると言える。少なくとも私の子はマレーシアの国籍を申請でき、身分も国籍も認められているのだから。

しかし、それでも私は自分の国に帰れる日を待ち望んでいる。その日が来たら、妻も一緒に私の故郷に帰り、家族に会いなくなったらいつでもマレーシアに戻る。そんな暮らしができるとしたら、それはなんて素晴らしい未来だろう。

(慈濟月刊六六六期より)

文・葉彩雲(マレーシア慈濟隔月刊誌編集者) 訳・慈願&惟明
撮影・覃平福(マレーシア慈濟隔月刊誌撮影コーディネーター)

NGOは難問の答えを出してくれる

NGOは慈善、医療、教育方面から、

難民が異国での生活適応における困難を改善すると同時に、

一般大衆が彼らの境遇を思いやるよう手助けをしている。

難民に手を差し伸べる過程で、この地球規模の難題を解決しようとする、最終的にはやはり「人々の心」にかかっているのだと身を以て理解した。

ク

アラランプールの慈済合心学習センターで、教師がホワイトボードの前で熱心に授業をしていた。教室の後方に座る十五歳のオナイサ・モハド・

ハルンさんは、一字一字丁寧にメモを取りながら、一心に勉強していた。

彼女は、慈済と国連難民高等弁務事務所(UNHCR)が共同で運営する難



重病の父親の言付け

民学校に学んで四年になる。英語、マレーシア語の他、数学や科学等も学んでいる。彼女の望みは医者になることだが、その夢は遠い。父親と妹が病気で、治療費を負担することさえできず、これ以上、就学を続けることができないかもしれない……。

百年来、歴史や政治、種族、地政学的リスク等のさまざまな原因によって、ミャンマーでは仏教徒のラカイン人と

イスラム教徒のロヒンギャヤ人の間で争いが絶えなかった。二〇一七年八月下旬から爆発的に難民が発生し、この数年間で百万人以上のロヒンギャヤ人がミャンマーから逃れた。九割がバングラデシュ南東部の大型難民キャンプに住み、その他は東南アジアの国々に行き、イスラム教を信仰するマレーシアは彼らの目的地の一つとなった。

マレーシア全土には十八万人余りの難民が難民申請をしているが、その中で、ロヒンギャ族やチン族など十五万人がミャンマーから来ている。オナイ

サさんは、「父は、故郷の情勢がとても不安定なので、マレーシアに逃げてきたのだ、と言いました。映画のシーンのように、警察は私たちに上陸させず、追い払いました。母によるとその時、妹が熱を出していましたが、医者に診て貰うことができなかったそうです」と振り返った。

父親のムハンマド・ハルンさんは、「故郷の家は焼かれてしまい、祈りを

ボランティアが毎月、家庭訪問する日は、ハルンさんが待ち望む日である。世間話するうちに、あたかも全ての痛みが癒されるように感じた。

することもできず、生活が大変なことになりました。私は妻子を連れて逃げましたが、お金が足りなくて手つけ金しか払えず、残りはマレーシアに来て仕事を探した後に返済するしかありませんでした」と言った。

生活は日増しに安定すると共に、新たに男の子が生まれた。しかし、二〇二〇年三月に新型コロナウイルスの感染が広まり、政府が行動制限令を発したため、ハルンさんは失業し、一家六人は瞬時にして収入がなくなり、家賃も数カ月滞納してしまった。彼はマレーシ

アにあるUNHCRに助けを求めたところ、協力している慈済が八月から訪問に来てくれるようになった。半年の予定で、毎月七百リンギッドの現金を支援すると共に、定期的に訪問ケアを受けた。彼は体に異常があることがわかり、クアラルンプールの慈済治療センターへ診察に行くよう勧められ、その後、クアラルンプール中央病院に転院した後、口腔癌のⅢ期と診断された。

く、オナイサさんは手術後の父親の世話をしなければならなかった。父親の傷口の洗浄やベッドの上がり下りの補助、そのほか、家事の手伝いもした。

UNHCRはハルンさんに一万リンギッドの手術費を支援したが、術後に癌が再発し、顔の腫瘍が圧迫して呼吸が困難になり、横になって寝ることができなくなった。その上、妻子の将来を心配して食事が喉を通らず、夜も眠れなかった。

運命は無情だったが、幸いにも子供たちは物分りが良く、親孝行で、オナ

イサさんと兄は日夜交代で父の世話をした。彼女は難民学校でマレー語と英語を勉強していたので、父親の治療期間中、ずっと付き添って通訳をした。彼女が二つの言葉で流暢に受け答えするのを見て、ボランティアの黄明珍さんは、自信がついて来たようだと言った。

黄さんは、ハルンさんが顔の腫瘍をとっても気にしていることに気づくと共に、今後仕事をすることができないことを心配した。コロナ禍が深刻な間は訪問できなかったが、訪問ケアボランティア



アは、慈済人医会の臨床心理医師と一緒に、オンライン診療を行うことで、ハルンさんの心を落ち着かせることができた。「故郷にいた頃は仕事があつて、人助けするお金の余裕さえあつたので、病気になってからも毎日祈っていたそうです。ですから私は、正しいことはするべきで、必ず助けしてくれる恩人が現れます、と彼を励ましました」と言った。

ボランティアの王華成さんはリサイ

マレーシア・クアラ Lumpur にある2カ所の難民学校の先生と生徒たちは、思いやりの心で、3月にウクライナ難民支援の募金を行った。(撮影・劉靖欣)

クルセンターから、横になることができ
る中古のリクライニングチェアを見

つけ、ハルンさんがよく眠れて、傷が
より早く治ることを祈った。慈済も引
き続き、ハルンさんと末娘のソワイバ
さんの医療費を補助した。

「パパは私に、この病気で長く生きら
れないかもしれないが、私たちは良い
人たちに出会った。慈済とUNHCR
が支援してくれたことを忘れてはいけ
ないと言いました」。その日、オナイサ
さんは父親を連れて病院へ再診に行っ
た。出かける前、ハルンさんが彼女に

そう言ったので、彼女は我慢しきれず
泣きだした。

彼女は涙を拭いながら、「パパは病
気になって、お金を稼ぐことができな
くなったので、私たちに何もしてあげ
られないことを気にかけていて、気が
咎めているのです」と言った。一家の
主が家族の負担になったというハルン
さんの心の痛みが、よく分かった。彼
は娘に、将来、医者になった時は苦難
にある人を診てあげたり、助けを必要
としている人を助けたりするように、
と言った。

難民は誰に助けを 求めればいいのかろう

国連難民高等弁務官事務所（UNHCR）は、基本的人権を守るため、マレーシアに難民シェルターと食糧を提供している。その他にも、医療援助や女性と子供の保護、教育プロジェクトなどをNGO組織と協力して行っている。慈済基金会は教育と医療におけるUNHCRの長期的なパートナーであり、その協力関係は二〇〇四年十月、双方が初めて施療と衛生教育を行った

ことに始まる。それ以降、慈済は難民支援の範囲を拡大し続けている。

慈済セラランゴール支部の簡慈露（ジエン・ツール）執行長によると、難民が何を必要としているかが支援の基準になっており、協力アイテムの範囲を制限することはない。「UNHCRが規定していない部分を、私たちはより広く担当しています」。新たな難民のケースが紹介されてくると、慈済は査定してから立案し、更に踏み込んだ支援を行っている。

〇は常に様々なチャレンジと向き合わなければならぬ。長期的に難民支援をしている人道支援団体のマイケア（Humanitarian Care Malaysia）にとっても例外ではない。マイケアの代表であるハジ・カマルル・ザマン氏は、社会各方面からの異なる見解に直面しても踏ん張って立場を堅持しなければならぬと言っている。

一般大衆は難民が来ることを歓迎するとは限らない。ハジ・カマルル・ザマンさんは、地球村に住んでいる誰もが、助けを求める人に手を差し伸べなけ

ればならないと思っている。マレーシアはロヒンギャ人（Rohingya people・ミャンマーのラカイン州「旧アラカン州」に住む人々）の故郷ではない。故郷に戻りたくない人はいないはずである。従って、マイケアは現地団体として友情を最大限に表そうと、難民を「お客様」として扱っている。もし、彼らが短期間に帰国できないのであれば、難民がもたらす社会的インパクトを最低限に押さえなければならぬ。

「マレーシアにいるロヒンギャ人の数はとても多く、生活していけるように



と誰もが惜しみなく手を貸しています。もし私たちが彼らに住む場所を与えることができれば、きっと様々な社会問題が起きます。マイケアはできる範囲内で人道支援をし、彼らが適応できるよう手助けしています」。

マイケアはセラングール州のセルダンに全寮制宗教学校を運営しているが、UNHCRの委託を受けて、ジョホール州の、古くからある全日制宗教学校の運営も引き受けた。「私たちは難民の教育に力を入れています。難民の学力を高めて社会と交流するテクニクを

難民は生活が困難で、大方、貧しい地域の路地裏にしか住めない。同郷者は支え合い、その日暮しをしている。

身につけさせることで、双方の溝を減らそうとしています。もしある日、難民が帰国できた時は、職業訓練や基礎教育を受けているので、国の発展にも役立ちます。万が一帰国できなくても、私たちと一緒にこの土地で生きていくならば、少なくとも彼らが生活できるようにしてあげなければなりません」。

マイケアはパレスチナ、イラク、アフガニスタン、パキスタン、ネパール、

マレーシアにおける慈済の難民ケア

キャッシュ・ベースの支援 (Cash-based Interventions)

- ・ 3～6カ月にわたる現金支援
- ・ 2016年～2021年末の統計では、9,875の難民世帯を支援
- ・ ボランティア動員人数：延べ29,000人余り

教育

- ・ 2008年よりUNHCRと共同で難民学校を運営
- ・ 生徒4,680名に就学の機会を提供
- ・ 慈済和気新教育センター (Tzu-Chi Harmony Alternative Learning Centre)、慈済合心新教育センター (Tzu-Chi Unity Alternative Learning Centre) が運営を継続中

医療

2012年～2022年3月の統計

- ・ クアランプールとクランにある慈済施療センターは、延べ19万人余りの難民に施療を行った。
- ・ セランゴール地区では、2万人以上の難民に屋外での施療を行った。

スリランカ、バングラデシュ、ミャンマー、ベトナム及びインドネシアなど、二十二カ国以上のNGOと提携しており、国内にいる難民に食糧、教育、医療、安全を提供するシェルターや各種施設を提供するという支援を行っている。難民問題に関しては、社会資源をさくことに不安を感じる人が少なくない上、「どうして自国民を助けないのか」と疑問視する人もいる。ハジ・カマルル・ザマンさんは、マイケアがマレーシア・イスラム友好協会に所属する組織の一つとして、元々国際支援をするのが主旨だから、と苦笑して言った。国内で

支援を必要する人は、同協会に所属する組織であるマレーシア・イスラム友好協会基金会 (Yayasan Ikram Malaysia・「i-Bantu」) が普段から支援を惜しまない。「マレーシア政府は系統立った支援をしていません。ムスリムを例にあげれば、各州には宗教理事会 (Majlis Agama) やザカート機関 (公認の喜捨税徴収機関) が設置されています。ムスリム以外の人は福祉局 (JKM) に支援が申請でき、友人や親戚も慈善団体に申請することができます。しかし、難民は誰に支援を求めればいいのでしょうか？これも人々に理解してほしいことの一つです」。

バラを贈れば、香が残る

敬虔なムスリムである彼は語る。困難にあっている人を助けるのは宗教に要求されることであり、義務でもあるので、マレーシアで強い信仰心を持つムスリムは、ムスリム難民が来るのを歓迎しているほどだそうだ。「どの宗教でも人々を善に導き、平和に共存することを提唱しています。人類の一人として、私たちの努力はバラを贈った後に香が残るようなことだと言えます」。

また、彼は議論する余地もない事実を

指摘した。人々が、難民に社会資源の

一部を奪われていると思う時、別の一面を見落としている。「セラヤング卸市場に行ってみてください。現地の人がやりたがらない仕事をしているのは誰なのか？難民は自国から逃れ、生き延びたいだけなのです。彼らは物乞いするわけでもなく、生活のために努力しているのですから、私たちは彼らに生存のチャンスを与えるべきです」と彼は重々しく語った。

バン格拉デシュのコックスバザール難民キャンプは、百万人近いミャンマー難

民を収容しており、その規模は世界最大である。それに比べると、マレーシアは天国だというので、多くのミャンマー難民はマレーシアに来ることを望んでいる。それは、リビヤ人がヨーロッパに逃げるのと同様だ。しかし、悲しいことに、生き延びるための道のりは遠く、多くの人は海に葬られてしまっている。

難民問題を如何にして解決すべきか？「その答えはありません。今日に至るまで、世界各地では引き続き多くの難民が発生しています。これは地球規模の問題なのです」と、彼は残念そ

うに言った。「これは人間の食欲によるものです。一握りの人が権力と利益に溺れ、様々な問題を引き起こしているからです。もし、誰もが宗教の教えに従い、平和に共存していれば、世の中は太平であり、このようなことは一切発生しません」と、彼は両手を組み合わせて、ゆっくり言った。

NGOに従事している人は嘆くが、彼らの存在と努力は、まさに難民たちの望んでいる希望の明かりを、もたらしているのかもしれない。

(慈濟月刊六六六期より)

仏法をよく学び、心に染みわたらせ、しっかりと実行する！

心の葛藤を終わらせる

ロシア・ウクライナ戦争で大量の難民が発生する中、

災害支援活動は時間との戦いである。

どのようにして「禅定力」と「忍耐力」を育めばよいのか？

支援のパートナーは私に、慈善活動はとても単純で、

行動しさえすればいいのだが、それがストレスになつてはいけない、と言った。

私は深く感動した。修行とは、まさにそういうものなのだ。

二月下旬、ロシアとウクライナの紛争が拡大しているというニュースを見

て、以前知り合つたオンライン英語講師に連絡を取った。彼はウクライナ人

で、一時的に首都キウウからより安全な郊外に引っ越し、家族ともに無事だと分かり、私も安心した。

オンライン画面に、いつもの笑顔が消えた彼を見た。彼は次のように言った。

二月に情勢が緊迫し始めた時、母親が首都を離れるかどうか、彼に聞いたので、彼は笑顔で母親に、「心配しないで。今の時代に、戦争になることはないよ」と言った。予期せず、戦争は本当に起きてしまい、人々の生活を一変させてしまった。

私は普段、慈済基金会宗教処で海外窓口を担当しており、毎日各国から災害情報を受け取る。大量のウクライナ

人が隣国のポーランドに逃げ出した時、幹部はチームを率いて災害支援マニュアルを発動した。同僚たちは、様々な関係を通じて、ポーランドにいる愛の心を持った人々に連絡を取り、支援方法を模索した。配付活動も少しずつ整い、徐々に形となつて現れ、三月五日にやっとポズナンで、慈済がポーランドで初めて配付活動を行った。

海外事務部が「災害支援マニュアル」を開始する時は、昼夜を分かたず、全員が最後まで力を尽くしてオンラインで、相談やデータの整理、レポート作成等の仕事に投入することを意味する。





台湾とヨーロッパには時差があるため、午後から早朝までの時間帯はオンラインで会議を行うことがある。定例の仕事も同時にしなければならぬのに加えて、慈済大学の人文社会学部の授業もあるため、どんなに時間があっても足りない。時間には追われる中、どのようにして「禅定力」と「忍耐力」を育めばよいのだろうか？宋朝の作家、歐陽修が書いた「油売り翁」を思い出した。物語の中に出てくる、油売りの翁が杓を使って銅貨の穴を通して瓢箪に油を注ぐスキルは、「練習すればするほど慣れてく

る」という道理を説明している。考えてみてほしい。群衆の中で菩薩道の修行をする時、毎日何を練習しているのか？考えを変えるスピードだろうか？逆に、悪い癖を「繰り返し返す」ことで悪い習気に変えてはいないだろうか？もし自分の心を正しく守ることができない時、実は、災害は私たちの心の中に起こるのだ。自分の心をしっかり守ってこそ、人を助けることができるより大きな力が得られるのだ。

ポーランドのシュチェチン(Szczecin)は、慈済が難民を支援している地域の

一つである。地元ポーランドシアであるマーガレットさんは、イギリスで慈済と出会い、その国境なき大愛精神にとっても共感したのだそうだ。今年二月末、イギリスでの仕事を辞めて故郷のポーランドに帰国し、一心に故郷を離れたウクライナ人を支援しようと決心した。

彼女は一カ月以上、イギリス慈済ボランティアとビデオ通話で連絡を取りながら、一人シュチェチンで活動してい

●4月上旬、ポーランドシアはポーランド現地の赤十字社に寝袋を寄付した。陳樹徽(左2人目)たちボランティアは、赤十字社のスタッフと交流し、難民の現状を理解した。(撮影・張淑兒)

る。慈濟を代表して、地方自治体と連絡を取り、サプライヤーを探し、物資を仕入れ、ボランティアを募って、避難所の見回りなどをしている。その過程で課題に直面しても、カトリック教徒である彼女は、「慈善とは単純明快で、何かと比較したり、考え込むべきではなく、躊躇する必要はありません。もつと奉仕して、絶えず反省し、やるべきことをやればいいのです。但し、それがストレスになっ

てはいけません」と言った。
彼女はイギリスでは建設業界で働いていたため、仕事ぶりはとても慎重で、

一つ一つ確実にこなすことが大切だと言う。堅牢な建物が堅固な基礎に支えられていると同じで、皆さんのことはできない。地方自治体との連絡や調達などは、予定通りに行われることが望まれる。

修行もそういうものではないだろうか？基礎をしつかり築き、急ぐ必要はない。また、日常の仕事、学業、家のことに向き合う時も、「静思」を忘れず、自分の心を観察して、人も物事も円満になる方法を学ぶことを忘れてはならない、いつも自分に言い聞かせてい

る。證嚴法師はこう論じている。「禅定する力を身につけ、『静』が『定』に結びつき、心を清らかに保ち、平静心でいて落ち着いていれば、私たちは智慧を開き、清らかで汚れない愛を発揮することができる、この愛を普く世の衆生に広めることができるのです」。

この数日間、再びオンラインでウクライナの英語講師と交流した。かなり痩せて、眉を深くひそめている姿を見て、故郷の現状とその変貌を受け入れる心構えについて話し合った。彼は、平常心で過ごしている人もいるが、自分は

やりたいことがまだたくさんあるので、死を恐れていると言った。しかし、今は何も考えられないので、一日でも早く家に帰って、平和な生活を送りたいと思っている、と言った。

静思語にこんな言葉がある。「順境の時に無常観を持ち、逆境の時に因縁観で対処する」。自分の体を有効に使って価値を創造し、健康で安全な今この時をどう活かして、世のために奉仕し、生活の中に仏法という必修科目をとり入れることが重要である。

（慈濟月刊六六六期より）

「主題報道」

慈済大林病院軽安居

余生を送るための給油所

文・張郁梵 撮影・蕭耀華 訳・高嶋由紀子



天気の良い日、慈済大林病院軽安居の入居者たちは、職員の付き添いの下、大愛農場でいちごの収穫をしていた。

住み慣れた家で余生を送りたい―それが多くの高齢者の願いだ。しかし、医療が必要な時や家庭で一時的に十分な介護ができない時もある。慈済大林病院軽安居のような入居型介護施設では、高齢者が生活機能を回復し、「地域で古い、自宅で余生を」という理想を実現できるよう支援している。開所から二年、利用者の帰宅率は六割を超え、心温まる「旅の宿」となっているが、終の住み処ではない。

三月になって、ふさぎ込んだ冷たい冬が過ぎ、空気全体に春の息吹が満ち溢れ、そのぬくもりに人々の頬もほころぶ。車椅子の高齢の黄さんは、嘉義県にある慈済大林病院での診察がてら、孫に付き添われて、軽安居まで足を伸ばして仲間を訪ねた。

「久しぶり！最近はどうだい？」以前

は起居を共にしていたルームメイトの顔を見て、黄さんは嬉しそうに笑った。

「変わらないよ！みんな元気さ。そっちは？」

コロナで「面会禁止」となっているため、車椅子の二人はガラス戸越しに互いの近況を尋ね合った。去年五月に台湾の感染状況が悪化してからは、「ガラス戸越し



面会」の光景がしばしば見られるようになった。久々に再会した仲間たちは旧交を温め合い、マスクをしても下がった目尻からは隠せない喜びが溢れていた。

エレベーターを降りると楽しい面会の光景が軽安居の一角。利用者は何でも自分でやることを学ぶ。食事や積み木で、各自忙しい。しかし、手招きさえすれば、すぐスタッフがサポートに来る。

目に飛び込んできた。軽安居開設の責任者である慈済大林病院看護部の廖慧燕（リヤオ・フエイイェン）副主任は、その光景に目を細めつつ、家族に対して「お願いがあつて、このところ朝晩冷えるから、おじいちゃんの前元を冷やさないようにしてね。小さい襟巻きでも巻いてあげると冷えないから」などと、介護のコツを伝えるのも忘れない。

半年前、黄さんは軽安居を出て家に戻った。ここは嘉義県で今のところ唯一認可を受けた施設である。また、医療法人に付随した入居型介護施設としては台

湾初である。ここでは「地域で若い、自宅で余生を」を目標に、栄養管理とリハビリ、そして漢方医療と西洋医療などを組み合わせて、高齢者の健康を促進し、生活機能を回復させ、利用者が帰宅できるように努力している。

引き算の介護で機能回復

二〇一九年末に開設され、翌年二月末から入居者の受け入れが始まった軽安居は、慈済大林病院感恩樓の七階から九階にある。ガラスの扉を開けて軽安居に入

ると、目の前のミーティングルームのドアはぴったりと閉じられていた。ドアの前に立つと中からかすかに話し声が聞こえた。家族と話し合いをしているらしい。

軽安居看護師長の郭如娟（グオ・ルージュエン）さんによると、利用者が入居する際には、巡回の医師、ソーシャルワーカー、介護職員、看護師からなるケアチームと家族との話し合いが行われる。ここで、ケアプランや帰宅後の介護リソースの評価などを含んだ介護方針を話し合い、短期、中期、長期の介護目標を決める。このようにして双方が共通認識を持った

上で、入居手続に入るのだという。

軽安居では引き算の介護を原則として行うことで、「機能回復」を目指している。可能な限り活動力を維持するために、食事の盛り付けや洗濯物干しといった身の回りのことを、利用者が全て自分でやることになっている。

廖さんはこんな例を挙げた。一日中エアコンが効いた施設内において汗をかかないため、以前、着替えて洗濯したいと思わないのか、何日も同じ服を着たままの利用者が多かった。洗濯機がコイン式で、お金を払わなければ使えないことに思い当

たったスタッフたちは、発想を大転換して、プリペイドカードを発給して利用してもらおう奨励方式を採った。毎月の利用料から二百元（約八百円）を洗濯基金として拠出し、プリペイドカードとして利用者に渡すことで、利用者が自分で洗濯機を操作して洗濯するよう促したのだ。残高の繰り越しはできず、期限が過ぎればゼロになるため、儉約家の高齢者たちは次々とこまめに服を洗うようになったのだという。

ここでは、身の回りのことをできるだけ自分でするよう奨励することで介護者

への依存度を下げ、自立した上で帰宅に近づきたいのだと、郭さんは強調する。軽安居は政府が推進する「長期介護計画2・0」政策の下に、在宅介護の高齢者ケアネットワークを構成している。

「軽安居が目指すのは、温もりのある『湯治宿』であり、終の住み処ではありません」。二〇二〇年二月に慈済大林病院軽安居で入居者の受け入れを開始して以来、帰宅率は六割を超えている。

とはいえ実際は、本人が最期まで家で暮らしたいと思っても、子どもたちが年老いた親に一人暮らしや老老介護を

させておくのを不安に感じている。そのため、「家族から自宅で適切に介護ができないとはっきり説明してもらえれば、軽安居では利用者が施設での新生活に始めるよう支援を強化します」と郭さんも率直に認める。しかし、それでも適応できないお年寄りはいるそうだ。

ある七十代のおじいさんは以前、奥さんと二人暮らしだった。朝食を終えると杖をついて散歩に出かけ、昼になると家に戻って奥さんの作った昼食を食べていた。時には午後、一休みした後、またぶらぶらと散歩に出かけるか、居間でテ

レビを見たり新聞を読んだりしていた。平凡だが心地よい毎日だった。だが、親孝行の子どもたちは、母親が歩行器を使っている、不自由な体で家事をしなければならぬことを心配した。また、高齢の両親が転倒したり、何か起きた時、遠方で働く子どもたちは傍で介護するのも難しい。そこで、二人を軽安居に入れることにした。

子どもたちは、施設なら生活の世話もしてもらえるし、夫婦がお互いに助け合えるので、心配はないだろうと考えていた。ところが、自由な暮らしに慣れた父

親は、「体の養生に來たはずなのに、いつまで経っても子どもたちが迎えに來ない」といぶかったのだ。昨年末に入所してから一カ月と経たないうちに、家に帰りたくてたまらなくなり、毎日のようにナーステーションに通い詰め、いつ「退院」できるのか教えてくれと職員に頭を下げるのだった。母親の方は施設暮らしを楽しんでいたのだが、職員たちは何度も検討した結果、やはり家族に父親の意向を伝えることにした。

スタッフと家族、老夫婦が何度も話し合った結果、娘と同居すること、但し娘が近々手術をして療養が必要なため、帰

宅するのは三カ月後ということ意見がまとまった。子どもたちから「保証」をもらって安心したのか、父親もしばらく軽安居で暮らすことに納得したという。

郭さんはこう強調する。

「軽安居は家族の強い後ろ盾になると同時に、利用者にも『捨てられた』と感じることなく安心して入居してもらえ、施設でありたいと考えています。そのため、入居前には必ずじっくり家族と話し

老年医学科主任の張舜欽医師は、隔週で軽安居に巡回診療に來る。時々持ってきた受話器型の補聴器を耳の遠いお年寄りの耳元に近づけて（写真右）、辛抱強く会話をする。



合い、目標を共有します。双方の期待にずれがあると、互いに違う行動を取ってしまうからです」。

家族を支えるレスパイトケア

「エイジング・イン・プレイス（住み慣れたところで老いる）」は、政府が二〇一七年から推進している「長期介護十カ年計画2・0」に掲げられた高齢者政策の目標であり、多くの国における潮流でもある。さまざまな調査からも、高齢者の多くが住み慣れた環境と地域で晩年を過ごしたいと考えていることが明らかになった。

かになっている。

その一方で、内政部の統計によれば、台湾は二〇一八年に高齢社会に突入し、平均世帯人数は二・七人となっている。介護を必要とする家庭の多くには、介護に割ける人手がなく、家族内の特定の人に介護の負担がのしかかっており、長期になると心身ともに「介護疲れ」に陥る家族も多い。

そこで、政府は家族の負担を軽減するため、二〇一九年から「長期介護2・0」の適用を滞在型介護施設に拡大すると共に、「施設におけるレスパイトケア（介護者が休めるサービス）」等への補助を

盛り込んだ。

嘉義県は台湾で最も老年人口指数が高い県である。高齢者の多くは老年症候群で、脳卒中や転倒をきっかけに要介護となりやすい。そのため、慈済大林病院では軽安居を開設し、計一五〇床のうち、現在約一二〇床が埋まっている。入居申請は満四十五歳から可能だ。七階の「長期ケア」と八階の「安養（あんによう）ケア」に分かれており、九階は今後認知症の高齢者を受け入れる計画である。「長期ケア」では、主に要介護の人や経鼻胃管や気管カニューレ、尿道カテーテル等のチューブ類を着けた看護が必要な人で

ある。「安養ケア」では、主に半健康状態かつ自立した生活ができる人を受け入れている。

また、慈済病院で緊急手術した後、チューブ管理や開放性損傷の傷あとのケアが必要であるが、家族が定期的な薬の交換や、リハビリの付き添い、機能回復活動の補助などが難しい場合、或は外国人ヘルパーを申請中で一時的に介護者を必要とする人なども受け入れているという。このような場合は主に二、三カ月の短期間の入居となっており、施設が退院から帰宅までの橋渡しを担っている。

入居型介護施設は部屋のタイプによっ

て料金が異なる。政府の長期介護2・0政策に従い、慈済大林病院軽安居ではレスパイトケアも行っている。家族は、要介護度に応じて年に十四日から二十一日の費用補助が受けられる。

「Thank you for helping me become better than better -!」

流暢な英語でケアスタッフへの感謝を述べたのは、去年軽安居で六十歳の誕生日を祝ったジュディ先生だ。以前は高校の英語教師をしていたが、数年前に脳卒中で倒れてからは、大学教授の夫が毎朝彼女を地区のデイケアセンターに送り、夕方迎えに行っていた。仲のよい夫婦と

はいえ、長期介護のストレスに夫はだいぶ参っていた。そこで、長期介護2・0が提供する「レスパイトケア」を利用して、ジュディ先生は軽安居に入居することになった。

愛情深い夫は毎日のように彼女の顔を見に来た。コロナが流行してからは、毎日ビデオ通話をするほか、いつも日用品や果物、彼女の好きなスイーツなどを持ってきては、職員を介して妻に届けた。郭さんはこう話す。

「ジュディ先生は施設の生活にすっかり馴染んで、よく他の利用者と一緒に廊下で運動したり、職員に英語を教えたり

していました。みんなが言葉に詰まった時に、『教師に戻って』、励ましたり、どう言えばいいのかアドバイスしたりしてくれるので、八階のスタッフは英会話がいぶん上手になった気がすると言っています」。

午後の陽光がきらめく。ソーシャルワーカーの荘苑堂さん（中央）は、数人の利用者を引率して、軽安居が設置した大愛農場で収穫を見て回る。これは活動量を増やすことにもなる。



高齢化は時代の趨勢 第二の家

隔週水曜日の午後は、慈済大林病院老年医学科主任の張舜欽（ツアン・シュンチン）先生が、軽安居に来て巡回診療する日だ。午後二時、交流ホールの椅子は利用者で埋まり、並んで先生の「指導」を待っていた。張先生はいつも受話器型の補聴器を身に着け、耳が遠いお年寄りを気遣って、それをお年寄りの耳元に近づけ、ゆっくり話したり、音量を上げたりする。診察が終わるころには声が枯れることもあるが、嫌な顔一つしない。そんな医師の姿に廖さんは

感動している。

軽安居の入居者の約六割は慈済大林病院からの紹介で、その多くは以前から大林病院に通っている患者である。施設が病院内にあるからこそ、家族も安心してお年寄りを預けているのだと廖さんは言う。

高齢者は「子ども返り」することがある。ある女性は入居前、いつも決まって家庭医学科の孔睦寰（コン・ムーホワン）医師に診察してもらっていた。家族によれば「病院に通いやすくなるからとみんなに丸め込まれて、おばあちゃんも喜んで入所してくれた」のだそうだ。郭さん

は、「言うことを聞いてくれない時は、孔先生が言ったんですと言えども受け入れてくれます。孔先生にも、彼女は先生のファンなんですよと言いました」と笑った。

軽安居をぐるりと見渡すと、落ち着いた柔らかな色調とぬくもりのある暖色の照明がアットホームな雰囲気を作り出している。ここでは、それぞれの階を里（台湾の行政区分の一つ）になぞらえ、入居者を「里民（里の住民）」と呼ぶ。

廖さんの説明によると、寝たきりの方が中心の七階は、完璧な（善美を尽くした）介護が受けられるようにとの願いを

込め、「美善里」と名付けられている。また、八階の「大喜里」は自分の身の回りのことができる人が毎日楽しく「喜び」の中で暮らせるように、九階の「無憂里」は将来、認知症の高齢者が何の「憂いもなく」暮らせるようにという願いが込められているのだという。

「家族から手紙や荷物が届く時、宛先に『軽安居大喜里』と書いてあることがあって、ほっこりします。ここはお年寄りの第二の家のようなものなのです」。多くの高齢者がここで家族のように絆を深めている。

長年慢性腎臓病を患っている九十二歳



の劉さんは、軽安居で二年暮らした後、腎臓透析をやめることにした。家に帰りたいという母親の願いを叶えるため、帰宅した後は、子どもたちが交代で仕事を休んで、介護に当たった。亡くなる間際に劉さんは、軽安居に連れて行ってほしいと

看護師（中央）が、利用者の健康状態を記録しながら、実習にきた専門学校生に注意点を伝えていた。

子どもたちに頼んだ。

「ここを家だと思っているから、この兄弟姉妹にお別れを言いたかったのです」。

その日はみんながホールに集まり、お茶を飲みながら、一緒に暮らしていた頃の楽しい思い出話に花を咲かせたという。その二日ほど後に、彼女は自宅で穏やかに旅立った。郭看護師長は寂しかった反面、「彼女の願いを叶えることができてよかった」と話す。

「私たちは、最期まで自宅で過ごしたいという高齢者の希望を叶えたいと心が

ら願っていますが、一方で、少子化や家族構成の変化により、在宅介護の負担は益々重くなっています。施設介護はどうしても必要です」。張医師は、高齢化が避けられない以上、「私たちが高齢者になる前にできることは、何とかして自分の健康寿命を延ばし、寝たきりの時間を減らすことだ」と考えている。

軽安居は終の住み処ではない。介護する家族が休息の時間を持ち、高齢者本人が生活能力を維持して健康に「自宅で最期を迎える」ための、「旅の宿」なのだ。

（慈濟月刊六六六期より）



【證嚴法師のお諭し】

◎訳・慈願 絵・陳九熹

無明の火を消しましょう

今の世界は経典の中にある「火宅」のように、多くの災難が発生しています。更に気候変動による森林火災や人為的な戦争が勃発しており、そして人心には無明の火が起きています。この切迫した事態に、今、人々が目覚め、世の中を愛で満たすことが、早急に求められています。

台

湾はこの一波のコロナ禍を止めることができず、敵軍が怒濤の

如く押し寄せて来るように、医療ス

タッフは社会のために、城を護る武將

のように防護服に身を固め、責務を全

うしています。彼らは全身に何重もの

防護服をまとい、我慢して飲食を控え、

第一線を守っています。毎日こんなに

辛い思いをしていると思うと、心が痛

みます。

彼らは人々の命と健康を護っており、

その愛は尊敬するに値します。彼らの

安全を願っています。あなたも私も皆

で共通の無私の大愛をもって、お互い

に感染しないよう護らなければなりません。周りの誰もが健康であれば、自分も健康でいられるのです。一人ひとりの健康が社会の平安につながるのです。

一日中マスクを付けていると息苦しく感じられますが、一人になった時にマスクを取ってもいいのです。その実、精神的なプレッシャーは口の息苦しさよりも辛いものです。その苦しさは見ることも触ることもできず、日夜不安でいると、息苦しさを感じ、リラクセスする間がないのです。

今の世界は火宅のようです。気候変動による森林火災や人為的な戦争、そ

手放そうとせず、その上、届かないものも取ろうとします。食りは飽きることを知りません。貪、嗔、痴が業を引き起こし、強奪したり殺傷したり、禍になるのです。

ロシアとウクライナの戦争は四カ月以上も続いています。とても多くの人々が不安と恐怖から慌ただしく故郷を離れ、ポーランドなどの隣国に避難しています。両親と共に避難している子供たちに罪はなく、何が何だかさっぱり分かりません。「今をどう過ごせばいいのか」、「家に帰れるのだろうか」、「記憶にある我が家はまだ残っているだろ

れに人心の無明、その全てが災いなのです。地球に比べると人間は何と小さいことでしょう。しかし、凡夫はあらゆる事に「自分」しかなく、何処に災難があろうと我関せずです。このような自我は、飽くなき貪りであり、ただ自分の愛する名利や自分が愛する人、物、環境しか目に入らず、諸々の「自分が好む」、「自分が欲しい」…、自分のものにしたいたいと思ひ続けます。

実際は両手を広げて持てる物はどれだけあるのでしょうか？両手いっぱい抱えても、満足できるでしょうか？まだ満足していません！手中にある物は

うか」。楽しかった家庭はバラバラになり、人々の生死離別を目にして、なんとも心が痛みます。この瞬時の災難はいつたい何時まで続くのでしょうか？以前の無から有になった時代と比べて、再建する方がずっと大変でしょう。

世の中になぜ戦争が起き、このような悲惨な苦しみをもたらすのか理解できません。しかし、苦難の中にも「愛」を見ることができました。アメリカ、フランス、ドイツ、オランダ、トルコ等八カ国の慈済人がポーランドに集合したのです。至る所で布施し、また難民もボランティアと協力して配付活動

をしています。慈済人の行けない所は、人道団体と協力して、苦難の人々の生きる力になっています。

彼らは前線まで行っており、私たちは彼らを支援して、諸々の愛のエネルギーが結集するよう呼びかけなければなりません。募金だけでなく、人々の心を啓発するのです。これほど多くの苦難を目にして、苦難の原因が、人類が方向を見失ったからだと知るべきです。また、警鐘を鳴らすと同時に、自分の生命の価値のために奉仕しなければなりません。

人類が互いに争い、互いに侵略して傷つけあうという人心の無明が引き起

安心して住む所があるのは、とても幸せなことです。しかし、同じ一秒でも遠方には苦難の人たちが重たい足取りで行く宛も分からず、歩いています。私たちは幸せを作る機会に恵まれ、良縁を得、その幸せを享受できることに感謝すると同時に、「無縁大慈（無縁の人を慈しみ）、同体大悲（相手の身になって悲しむ）」、「人傷我痛（人傷つけば我痛み）、人苦我悲（人苦しめば我悲しむ）」という仏法精神を発揮しなければなりません。大慈は人心を安定させ、大悲の心で苦難から人々を救うのです。日々、分秒を無駄にしないことです。医療スタッフは一分一秒と人命を救助

こそ災いによって、どれほど多くの人が苦難に遭っていることか、益々不安を募らせています。今差し迫っているのが人心の浄化であり、人々の心の迷いを呼び覚ますことです。助けを求めるのは大変なことです。一人ひとりが自分で祈り求めること即ち、心に愛、正しい信念、戒律に慎むことです。「戒」とは本分を守って、規律を守ることであり、何をしてはいけないのかを知ることです。

天気が寒くなったと感じたら一枚羽織り、食事の時間になったら、何の心配もなく座って温かい食事を楽しみます。お腹いっぱい食べ、暖かく着て、

しており、慈善の一分一秒は世の苦難の人の抛り所となります。

小さな力だから何もできないと思わないことです。愛のエネルギーは、一点一滴から集まり、それがこの世を平安にしているのです。喜んでそうしない道理はありません。皆さんが自分の生命の価値を発揮して、この時代に明るい光を灯し、あまねく世の苦難にある人のために尽力して欲しいと願っています。良い縁でもって人生を点検すること、心が安らかになり、軽やかで自在になることを願っています。どうぞ精進に勤めてください。

（慈済月刊六六七期より）

多角的に学ぶ 単なる接続か依存症か

問

教育性のあるゲームや知識豊かなソーシャルメディアのインフルエンサーの意見など、今、ネットには多くの素晴らしい講座が開かれています。子供に見せてもいいでしょうか。ネット依存症になつたら、どうすればいいでしょう。

答・今は多角的に学習する時代で、学習方法は書籍に限りません。政府の教育部（日本の文部科学省にあたる）は、「全てのクラスにネットを繋げ、生徒皆にタ

ブレットを」というビジョンを持っています。デジタル技術を有効活用して、自宅及び学校での学習を高めることが未来の趨勢です。しかし、保護者は、こんな

多様化した学習方式に戸惑わないわけにはいきません。「子供がネット依存症にならないだろうか？オンライン授業は、子供の役に立つのだろうか？」。

無用の心配を避けるために、保護者は次の幾つかの方法を試してみてください：

授業内容を選別する

今の子供は、幼い頃から生活にネットと電子製品が溢れているので、親は心配して禁止するよりも、デジタル技術を有効活用する方向に導いた方がいいのです。

まず、子供の集中力が育くまれているかどうかを観察します。子供の集中力は、五歳から七歳までは約十分、七歳から十歳までは二十分、年齢と共に十二歳以上になると三十分まで続きます。子供が宿題をしている時、座って一定時間集中しているかを見ます。そうでないと、電子製品の強烈的な画像や音声に刺激を受けた後、再び静態の文字を読解する時、一層努力が要るようになります。

次に、子供に良質のウェブサイトを選んであげなければなりません。今、学習向けのウェブサイトはたくさんあり、完備されたウェブサイトは次のように分

かれています：小学校レベル、中学校レベル、高校レベル及びネットゲームによる学習などです。保護者は、ロコミでよい良い教育サイトにアクセスし、授業プログラムが自分の子どもに向いているかどうかをよく理解することです。

全過程でしっかり付き添う

子どもがタブレットを持ち帰って宿題をし、オンラインで勉強する時、家庭での学習環境と保護者の関心度が、子どもの学習効果に正比例します。

学習コースを選んだ後は、子供をパソコンやスマホに任せっきりにするのでは

とおばあさんは側で付きそうというのもよいでしょう。

自律性を養う

子どもの行動の動と静の双方に問題がなくなつた時、自律性ができたことを意味しています。

自律性を育てるのは容易なことではありません。しかし、依存症になるかならないかの瀬戸際なのです。これまで私は時間を定めて、目覚し時計が鳴った時に止めないと、一週間のオンラインゲームをするとうごほうびを取り消してきました。子どもはそのような規則の下に、

なく、子どもに付き添い、動き回る時は動き、心を落ち着ける時は静かになる習慣を、身につけさせることです。親子一緒に授業の時間割を立てます。体育の時間はビデオを見ながら運動したり、オーディオブックを聞いて感想を分かち合ったり、オンラインゲームや絵を描いたりします。しかし、親が働きに出ていたり、隔世世帯の場合は、全過程で子どもに付き添うことは難しくなりますから、その場合は夜や休日に親子で一緒にネットを使うことを勧めます。おじいさんとおばあさんがパソコンを使えない場合、先生なり、叔父さん、おばさんなりにコースの企画を手伝ってもらって、おじいさん



約束を守ることを身につけさせてきました。今では人間の意志に沿ったルーターができており、悪意を持ったサイトを遮断し、子どもが安全に使用できる設定にして、時間内に内容を選別する…というように、保護者が安心して、子どもにサイトを使わせることができるようになりました。それによって、子どもに自分の責任で行動することを身につけさせ、自律性を育てることができず。

学習は一生の課題です。デジタル化した現代では、知識を得ることは難しいことではありません。大事なことは、保護者が常に子どもの身心の健康状態を把握

しているかどうかです。ネット上の交友関係がどうなっているか？学習に興味を持っているか？

毎年の年末に、家族で「デジタル祝福カード」をデザインし、カードを選んで誰に送るかを、家族全員で決めているという家族がいます。カードが届くと、いつもたくさんの人からお褒めの言葉や感想が返ってくるので、子どもの心に幸福感が満たされるのだそうです。「水は舟を浮かべるが、転覆させることもできる」と言われるように、科学技術は有効活用しさえすれば、学習の利器になるのです。
(慈済月刊六六六期より)

実用的な一言

文・張文黛（花蓮慈濟ボランティア） 訳・萱萱

微笑む字

「見返りを求めず奉仕すると共に感謝する」、「感謝、尊重、愛」などの
静思語を見ていると、無意識に頬が緩んでしまふ。

周照子さんが書いたメッセージカードの魔法である。

「**ん**」のメッセージカードは私が書いた
ものです。あなたに差し上げます」。

手にしたカードに書かれた「慈悲喜捨」という四文字を見ていると、嬉しくなり、温かくなると同時に力が湧いてくる。

今年八十四歳になる周さんは、十何年もの間、国内外の人と良縁を結んできた

話をしてくれた。メッセージカードももらった人の中には、それを見ていると、知らず知らずのうちに「微笑む」人もいたそうだ。

「字を見てなぜ微笑むのでしょうかね」。恐らく、書いている時が楽しく、そういう気持ちで書いた字に彼らは愛を感じ、ほ



えんだのでしよう、と彼女が説明した。
また、好奇心から、「あなたは字を書く時、呪文を唱えますか？」と聞いた人もいた。というのも、彼女の夫は仕事している時によく怒鳴り散らすため、彼女は「感謝、尊重、愛」と書いたカードを彼のオフィスのデスクに置く。何と不思議！次第に夫の怒りが治るのだ。

周さんによると、「祝福する」心を持ち、一心に字を書き、何も考えず、どんな呪文も唱えない、という。彼女が書くのは全て、静思語の良い言葉で、感謝すべきなのは證嚴法師の法語のエネルギーなのである。一回書くたびに、法師が彼女に

仏法を説いているようなものである。無数のカードを書いて来た彼女こそが、最大の受益者なのだ。

彼女は子どもの頃から書道が好きで、台北市松山区に住んでいた時、静思語ポスター作成を担当し、二〇〇七年八月に始まった「静思、善い言葉の町」というイベントを手伝った。そして、静思書軒の手伝いで、大衆が買った本に静思語と挿絵を描いたり、様々な縁結びのしおりを作ったりして広く良縁を結んだ。これも彼女が書道に打ち込ませた理由であり、筆を仏法の道具とし、静思語を広めたいと思っている。

毎年旧正月前後になると、彼女は書道チームと一緒に静思精舎に帰り、目の前で字を書き、それらを国内外の法縁者や訪れた人たちに差しあげている。

ある日、證嚴法師が書道ブースに立ち寄った時、「あなたはここで字を上達させてきたのですね」と言った。精舎では、周さんに挨拶する人は沢山いるが、彼女が全員を知っているとは限ら

●周照子さんは旧正月の間、静思精舎で書と挿絵を描いて人々と良縁を結んだ。
(撮影・塗美智)

ない。正月にあなたの書いた春聯（旧正月に貼る、めでたい言葉を書いた紙）をもらったことがある、と言う人もいる。

彼女はかつて、「アモイ仏事展」に八年間連続して参加し、現地の書道ボランティアを指導したことがある。慈済科技大学でも二十六年間、懿徳ママ（学生の相談役）ボランティアをしていた。学校の親善大使チームと一緒にシンガポールとマレーシアに行った時も、行く先々で機会を逃さず、書道や挿絵の作品をバザールに出して、収益を現地の志業に寄付した。

ある師姐は病院の手術室でボランティアをしていたが、機器の検測に使った紙

作品にしてくれると分かっていた。そして、ある印刷工場のオーナーは、彼女に何箱もの紙を持って来た。

何年前か前、周さんの息子は仕事中に転落して脳内出血を起こし、脳死と判断された。その後、臓器を提供するに至った。親が子供の死を見届けるといふ心の痛みを経験した彼女は、「慟哭を祝福に変えたのです」。彼女は、「證嚴法師は弟子に、それは既に引き戻せない嵐のようなものなので、糸を切つて彼を自由にし、解放させるべきだと教えました」と言った。情の糸を放さなければ、煩惱に変わる。手放すことこそが故人と肉親にとって一

が捨てられているのを見て、それも良質の紙できれいだったので、もつたいたいと思ひ、職員の同意を得て持ち帰つて、周さんに差しあげた。

周さんはまるで宝物をもらったように、その紙に「平安」と「吉祥」と書き、再びその師姐に手術室に持つて帰つてもらい、スタツフたちにあげた。皆は驚いた。捨てるはずだった紙が作品になり、しかも「平安」と「吉祥」と書かれてあり、張り詰めた彼らの気持ちがあらいだのだ。ゴミが作品になるとあつて、周さんは頻繁に使つた後の紙をもらうようになった。皆は彼女がそれを魔法のように

番よい方法なのである。

「見返りを求めず奉仕すると共に感謝する」、「感謝、尊敬、愛」は、周さんが好む静思語である。仏陀には八万四千もの法門があるが、彼女は書道を通して修行の法門とすることで、自分を悟りに導くと共に、多くの人を救つてきた。彼女は筆と墨、紙を持ち歩き、法師の祝福のように、必要な時にはいつでもそれを取り出して書くことにしている。それは「あなたの字は益々上手になっています。その能力を発揮し続けてください」と法師が祝福した言葉の通りである。

（慈済月刊六六四期より）

台湾全土では9万人余りの慈済リサイクルボランティアが、7千何カ所のリサイクル拠
点で回収資源の分類を地道に続けている。皆、学歴や生活背景にとらわれず、無報酬で
取り組んでいる。奉仕の労力や苦勞を語らず、大衆に物を大切に、大地を愛しむよう
呼びかける。子孫代々に美しい地球を残したいだけなのである。



大地の

守護者

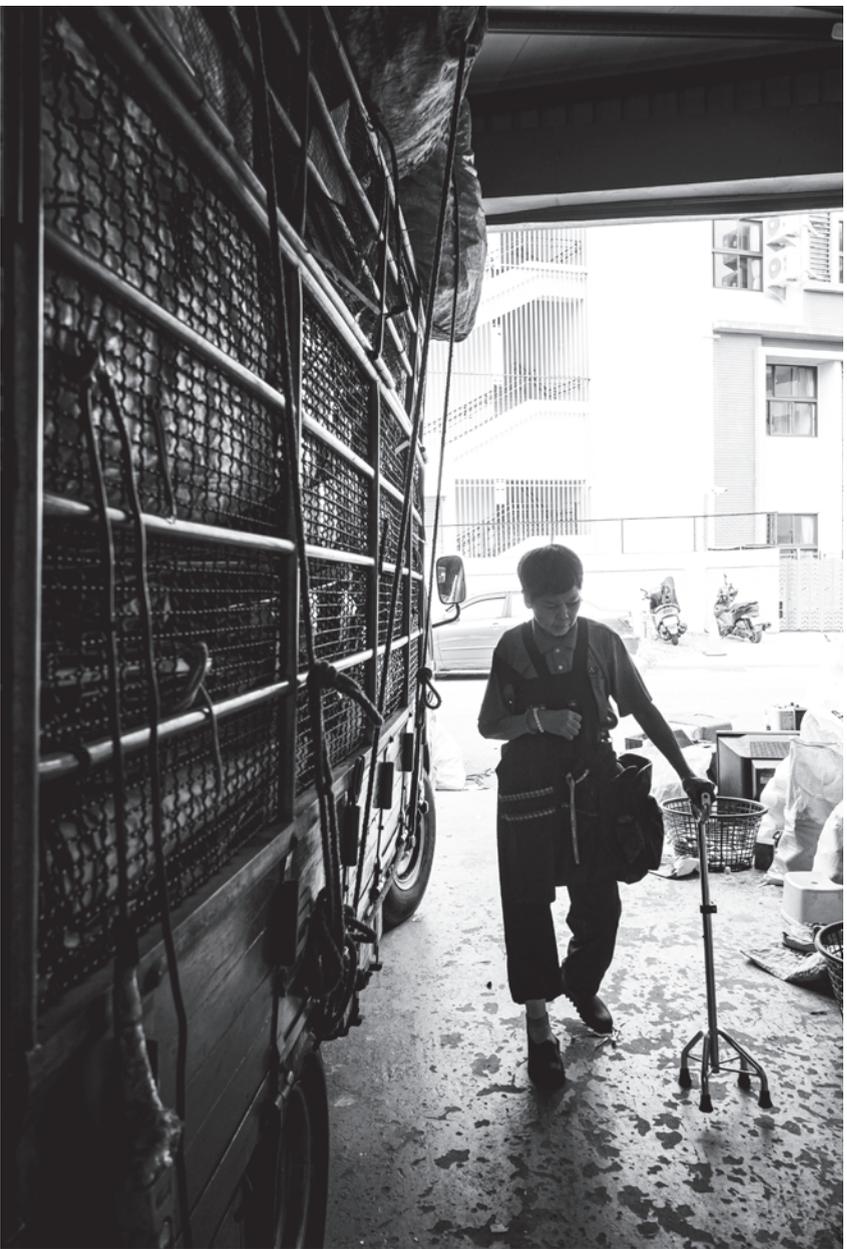
台中市

鄭驊琪さん

◎文・黄筱哲、蔡瑜璇 撮影・黄筱哲 訳・翁俊彬

願力で進歩し続ける

リサイクルボランティアには、それぞれ自分だけの人生物語と「環境保全との出会
い」がある。今年四月初めに台中市福興リサイクルセンターで鄭驊琪（ツン・ホワ
チー）さんと出会った。彼女は慈済の長期ケア対象者だが、真正正銘のリサイクル
ボランティアでもある。七年前、鄭さんと同じく還暦を迎えた年長者の中には、引





退生活を楽しんでいる人もいたが、運命の神は彼女に試練を与えた。その年に脳卒中を二回発症し、その結果、右の手脚が麻痺したのだ。元々楽ではなかった生活が更に苦境に陥り、一度は人生に絶望を感じて、自殺することさえ考えた。その後、慈済ボランティアの長期的な寄り添いとケアによって、次第に心の闇から抜け出し、再び人生に希望を取り戻した。

彼女は、たとえ小さくても、人から受けた恩は全て言葉では言い表せないほど感動し、心の中でこう発願した。「自分の状況がよくなったら、誰かを助けたい。そして、資源を回収して慈済の善行に役に立ちたい」。彼女は脳卒中を起こしてから七年になる。まだ手脚を自由に伸ばすことはできないが、毎日リハビリとリサイクル活動に励んでおり、生活に余裕がなくても楽しく奉仕している。前ページの写真で逆光に映し出された姿には、道を歩くことさえ大変であっても、人を助けるといふ願が力となって一歩一歩踏み出し、困難でも歩み続ける菩薩の精神を見ることができている。

片手片脚でもできる

行動が不自由でも、リサイクル作業の日には欠かさず出席する。彼女にとって出かけることは体力と意志力の試練だと言える。右手の筋肉が萎縮しているため、左手で右手の指を一本一本こじ開けてから三輪バイクのハンドルに置く。右脚は保護具を着用することで体を支えている。

朝七時過ぎ、彼女はビニール袋



の分別区域に現れる。普段は口数が少なく、静かに分別作業をしている。右側の手足に力が入らなくても、左半身を動かすだけで作業ができる。作業速度が少し遅いだけで、分別作業に支障はない。話をして分かったのだが、以前は基隆に住んでいたようで、一年ほど前に息子が病気になったことで、台中に引っ越したのだった。倒れる以前の彼女は毎日、漁港まで小型トラックを運転して、漁港で屋台を出し、軽食を売っていた。そんな平凡な日々は脳卒中で一変したが、環境保全に出会ってから新たな目標ができ、毎日、三輪バイクで勝手知ったる八斗子漁港や深澳漁港に行って、資源回収をするようになった。付近の住宅も彼女の回収範囲である。寒い冬も暑い夏も、台風や雨の日も、更には回収物を探す時にごみの悪臭に直面したり、釣り針に刺されてけがをしたりしても、彼女の貢献したいという決意は影響を受けることがない。たとえ場所が台中に変わっても、時間を無駄にせず、積極的に打ち込んでいる。



諦めないリハビリの道

鄭さんは週に五日病院に行つてリハビリをしている。麻痺した部位が萎縮しないようにする以外に、体の機能が最大限に回復することを願つて、漢方医の鍼治療を並行して受けることで、筋肉がこわ張る痛みを緩和している。

その日の午前十一時、リハビリに行くためにリサイクルセンターを出ようとしていたので、私は彼女と一緒に歩いて行き、全ての治療が終わるまで付き添うことにした。関節を伸ばすことから手脚の機能訓練まで、近くで観察しながら記録した後、彼女の日常生活の大変さと不便さがよりよく理解できた。彼女がストレッチ動作をしようとする時、先ずリハビリ用のベッドに横になるのだが、その「ベッドに横た



わる」という普通の人なら数秒でできる簡単な動作を、彼女の場合は十分近くも時間をかけていた。全身の力をこめ、痛みをこらえてやっとな横になることができるのである。その苦痛を分かってもらうのはなかなか難しいが、彼女は何年もの間、このように自分の体と苦楽を共にしながら、毎日の一刻一秒を耐えてきたのだ。

リハビリという長い道のりを苦しみではなく、修行と見なし、気持ちの切り替えによって学ぶ態度で望んでいると共に、健全な半身を大事に使って善行していることに、全く頭が下がるばかりだ。

恩人の助けで 難関を乗り越える

その日、午前中にビニール袋の分別を終えると、左手で歩行器を握って、低い椅子からゆっくりと立ち上がって体をまっすぐに伸ばし、マスクを外して一息ついた後、普段はあまり見せない明るい笑みを浮かべながら満足そうな表情をして私に話してくれた。去年、基隆から台中の福興リサイクルセンターに来た時、みんなは私とはあまり知らない間柄だったが、彼女にとっても





親切にしてくれたそう。当初はビニール袋を分別することもできず、動作も遅かったが、ボランティアたちは難色一つ見せず、忍耐強く教え、励まして、自信を与えてくれたので、ここでは家族と一緒にいるような温かい気持ちになれたのだという。

「この二つ、どちらも上人から頂いたのよ。」突然手にはめていた数珠を指差して、感慨深げに言った。人生ですつと恩人に助けられて来た。脳卒中で倒れて一カ月余り基隆の病院にいた間、慈濟ボランティアに感動させられていなかったら、環境保全という善行を発願していなかっただろう。入院中、テレビで證嚴法師の開示を聞いて、とても励まされ、それからというものの、手のひらを下に向けて人になろうと考えるようになった。今では自分の物語で多くの人を励ましている。様々な心身の苦難に苛まれて来た後、彼女が平安な日々を送るよう祝福し、益々喜びで満たされることを、心から願ってやまない。(慈濟月刊六五九期より)

リサイクルボランティア

地球も人も救う

◎文・廖哲民 撮影・蕭耀華
訳・施燕芬

●延吉街の市場で、林奕孜さんは屋台や店舗の使用済み段ボール箱を回収して、リサイクルステーションに運んでいく。



七十三歳の林さんは、「心ゆくまで」リサイクル活動をして、節約すべきところは節約し、少しでも貯金して善行に回している。慈済が新型コロナウイルススワクチンを購入して寄付するには、みんなの支援が必要である。彼女は考えることもなく、その重責を担った！

新 北市土城区延吉街の市場は、午前中は主婦たちが買い物をする朝市

であり、夜は賑やかな食べ物屋台が並ぶ夜市になる。林奕孜（リン・イーツー）さんはあえて午後になってから市場へ行くことを選ぶ。なぜなら閉店前の片付けをする時間帯であると同時に、彼女の最も忙しい時間帯でもあるからだ。「この

段ボール箱はまだ使いますか？」、「ありがとうございます。カートの前横に置いてください」。彼女は八百屋、果物屋、服飾店などを回って、手早く回収物をカートの上に高く積み上げ、しっかり縛った。風の日や雨の日、または照りつける太陽の下でも、毎日、市場で彼女の姿を見ることができるといえる。

回収する資源がとて多く、カートを押し、路地を何度も行ったり来たりするのが林さんの日常である。七十三歳の彼女は段ボール箱を分解し、ビニール袋やビン、缶などの分別作業も難なくこなす。「回収した資源を売って利益を得るためではなく、私たちの地球とこの大地を守るためです」と言う。

彼女は体で実践するだけでなく、「環境保全」という理念を生活の中にも取り入れて、節約できるところは節約し、使えるものは簡単に捨てたりはしない。少しずつ節約したお金が「愛の貯金」になった。

昼間は、息子夫婦が出勤すると、孫の面倒を見る手伝いをした。十数年前、三人の孫を連れてカートを押しながら道すがら資源回収をしていたのを人に見られ、多くの人に彼女がゴミを拾って生計を立てていると思われたことがある。中には道行く人が「子供に苦勞を掛けてはいけないよ」と言って、孫たちに食べ物を買う与えるよう、ポケットから五百円を出した人もいた。林さんは直ぐにお金を返し、「私は地球を守るために資源を回収しているのであって、回収拠点に持って行くのは、慈済の大愛テレビ局に寄付するためです」と事情を説明した。

一日リサイクルしないと、後悔する

二十数年前、自分は読み書きができないので、ボランティアになるのはおそれなく無理だろうと思っていた林さんだったが、上人が言った、「読み書きができなくても大丈夫、道理さえわかまえていればいい」という言葉を聞いて、慈済ボランティアの後について地域でリサイクル活動を始めた。養成講座を経て認証を受けた後、彼女は環境保全分野で徹底して活動し、市場に近い自宅脇に回収拠点を立ち上げた。

若い頃に、田舎から北部へ出てきて土城の町に定住した。彼女は一日に三つの仕事を掛け持ちしながら三人の子供を育てた。「あの時の生活は余裕がなかったのですが、人助けができる方が幸せだと感じ、他人から支援を受けようとは思いませんでした」と言った。

やがて子供たちは自立してそれぞれ所帯を持ち、林さんは既に生計のために懸命に働く必要はなくなったが、暇を持て余すことはなかった。彼女は市場の定休日（月曜日）と祭日を除き、毎日市場に出かけるようになった。「私は慈済で『働いている』けど、減多に休むことはなく、

●林奕孜さん（右の写真）は節約して生活し、節約したお金と労働者年金を慈済のBNTワクチン購入のために寄付した。彼女は一枚の紙も小さなビニール袋も丁寧に拾い、腰痛があってもしゃがんで回収をしている。（下の写真）。



一日休むと回収資源が溜まってしまから、そんなことはできません！」と笑いながら言った。

歳をとるにつれて体はだんだん衰えてくる。彼女もリサイクル活動で腰を痛め、腰を曲げたり、しゃがんだりすることができなくなり、ひざまずいて回収作業をすることで痛みを感じないようにしたこともあった。その時友人が、彼女に少しでも快適に活動してもらえるように、とウエストサポーターを買ってくれた。しかし、林さんは腰が締め付けられる感じに慣れることが

できず、同じ腰痛持ちの人を見た時、「私よりもあのの方が必要なのかもしれない、とあって、『鉄の服』（閩南語でウエストガードの意味）をその人に贈りました。私は痛みを感じますが、リサイクルができればそれでいいのです。今でもリサイクル活動はしていますが、腰痛なんか忘れてしまいました」。

林さんは左手を手術した時、まだ完全には回復していなかったが、同じように市場とリサイクルステーションに行き、「一日でも回収しなければ、きっと後悔する」、「自分がやらなければ誰が

やるのか」という気持ちで続けた。段ボール箱を力強く抱え、人の高さよりも高く積み上げる様子からは左手の異常は見られない。ただ休憩している時に、自分の手を見て、「左手はまだ痛むので、力を入れることはできませんが、右手が使えるので、万全です」と言った。

一から出直して福田を耕す

しかし、市場を出入りする姿は二〇二一年五月中旬に途絶えた。台湾全土でコロナ禍の警戒レベルが3になった時期、慈

済のリサイクルステーションも一時的に閉鎖され、大衆は外出しなくなり、人の流れが途絶え、市場の出店も減った。毎日、感染拡大の状況を見て心配になったが、彼女は「とりあえず自分をしっかり守れば、いつかリサイクルの仕事は再開できるでしょう」と考えを切り替えるしかなかった。

全国民の一致した協力によって、コロナ禍は次第に落ち着いて行った。七月下旬、警戒レベルが2まで下げられ、林さんもマスクをつけて、街で資源の回収に戻った。しかし、市場にあった暫定

的な回収物の置き場は既になくなっており、多くの店は資源を別の人に回収させていた。外出制限が解かれた後、彼女は一から出直し、段ボール箱を回収させてもらえないかと、他の店を回った。

「幸いなことに、私が段ボール箱の回収作業をしていて、その収益で大愛テレビ局をサポートしていることを八百屋さんが知っていたので、毎日昼になると、要らなくなった段ボール箱を私にくれました」。正に恩人に出会った、と林さんは言った。八百屋の青年は親切に段ボールを運んで、カートに積み上げる手

法師が心配するのが心配でたまらない

今、林さんは毎日、回収資源を何度も行き来して運んでいる。先ず、自宅の前で整理してから、近くのリサイクル拠点に持って行き、それをボランティアたちに土城のリサイクルステーションまで運んでもらっている。慈済が五百万回分

のBNTワクチンを購入することを知ってからは、「上人がワクチン購入の資金不足を心配している様子を見ると、私も心配でなりませんでした」と彼女は護持する決心をした。

彼女は、ワクチンは人の命を守るものであり、自分も力を出そう、と思った。そこで、林さんは自分の労働者年金と子供たちからもらった親孝行のお金をワクチン購入の寄付に充てた。生活費をあまりかけない彼女は、できる限り節約した。十五年以上にわたって彼女を知っている土城区の慈済ボランティアの劉秀勤

しているのである。

「私からすると彼女の志は立派です。晴れた日も雨の日も、必ず市場に行って資源を回収しているのです」。二人は資源の回収を始めて間もなく知り合ったが、林さんはビニール袋をすべて綺麗にしてから一枚一枚回収し、八百屋が要らなくなった大きめの袋も回収し、中に入っている野菜屑も綺麗にしてから、大切にリサイクルステーションに持って行く、と劉さんは彼女のことを称賛した。「実は環境保全というのは、日常生活の中でできることで、少しも無駄にして

(リウ・シウジン)さんは、林さんが儉約なこと共鳴し、「彼女は多くのボランティアと同じように、苦しい時代を生きてきました。衣食住と行いをできるだけ節約し、服が古くなくても捨てずに大事に使い続け、食事はご飯一膳、おかず一品でお腹を満たしているのです」と言った。

林さんは何年前かに、エアコンを使うと地球温暖化が進むことを知ると、リサイクル活動する時は扇風機さえ使わなくなった。地球を大事にすると同時に電気代の節約にもなり、一銭でも貯めて善行

はいけないのです」と、劉さんは林さんとの数十年一日の如しの行動をこう形容した。

人が捨てたものを私が拾う。命ある限り、リサイクル活動して地球を守る両手も休めることはない。手は粗くなる一方だが、林さんはいつも自慢げに、「ほら、見てごらん、私の手は綺麗でしょう」と言う。

市場を守り続け、リサイクル活動で回収するのは大地を守る希望であり、地球を大切にする心で、前に進み続ける。

(慈済月刊六六四期より)

福をもたらし、智慧を生む

◎文・釋徳侃／訳・済運



お互いに感謝し合えば、
一切の煩惱を捨て去ることができる。
互いに祝福し合い、
見返りを求めないのは最も幸福な人生である。

老いる苦しみ 本当の姿

大愛テレビの大愛映画祭という番組で放送された「ぼけますから、よろしくお願いします」という映画が、人々に大きな感慨を与えました。三月二十二日のボランティア朝の会で、上人はその記録映画に触れ、「老い」の苦しみについて語りました。

映画の中のおじいさんはすでに高齢になり、歩く時は猫背で腰も曲がっています。動作はゆっくりしていて、速く歩けません。「老い」というのは自然の変化です。体が言うことを聞かなくなるという一種の苦しみなのです。おじいさんは狭い家に帰っても行動が不自由ですが、パーキンソン病を患っている奥さんと生活しなければなりません。おじいさんは耳が遠く、おばあさんは認知症に罹っていて、二人の会話はまるで喧嘩しているようです。おじいさんは認知症のおばあさんの世話もしなくてはならず、実際、楽しい気分になることは難しいでしょう。おばあさんは時々、「どうして私をこんな長く生かしているの?」と不満を言います。老いると体も心も苦しいのです。「彼らも幼い子供から成長し、若い頃は働いて社会で才能を發揮し、元氣いっぱいでした。しかし、いつの頃からか老いて、行動が不自由になり、頭の回転も遅くなり、行動範囲が狭まって楽しくなくなり、生きているのが嫌になり始めたのです。時間はかつての人生で所有

していた一切を持ち去ります。ですから仏が教えているように、『苦』こそ人間（じんかん）の本当の姿なのです」。

上人はこう言いました。「人によっては老いる苦しみを経験してないため、得意になって規則を守らず、人生を無駄に消耗しています。その人たちが人生を享受している間は貧困も飢餓も苦難にも気がつきません。何の心配もなく生活できる幸福な人は、心のままに享楽にふけていますが、人生とは無常なもので、誰も次の瞬間が同じように平穏且つ幸福であることを保障することはできません。それ故に私は常々皆さんに、この瞬間を逃さず、しっかりと心に注意するよう、言っているのです。心に不満がなければ、安らぎが得られません。智慧のある人は縁を逃さず、善行し、良い言葉を口にせず、立派な人になります。立派な人になり、善行して良い言葉を口にすれば、心は楽しく、何の心配もなく、軽やかになります」。

「大愛テレビでその映画が放送されているのを見て、私はとても感慨深いものを感じました。その老夫婦は老いて行動が不自由になり、お互いに面倒を見合っていますが、狭い家の中で、おばあさんが認知症のために行動を繰り返し、どこで休んだらいいのかも分からず、流し台の前の床で寝てしまいました。頭がボケると、こうなるのです」。また上人は、記録映画は実話であり、人は誰もが自分の人生の監督であり、たとえ歳老いて、思考も行動も思うようにならなくなっても、因縁果報に従って日々を過ごしていくのです、と言いました。

老いると頭も悪くなり、生きていても面白くなく、どうしてこんなに生きなければいけないのかと不満を言いながら、一日一日と生きて行くのです。注意しながら歩き、同じように食事の用意をしてご飯を食べ、生命を維持し、引き続き老いる苦しみを味わうのです。上人は、「実は病気が分からず、頭が悪くなるのではありません。凡夫は無明で、元々訳が分からず、愚かなため、目の前の境地に従って『この人が好き』とか『あの人は嫌い』と区別するのです。自分の好き

嫌いや嫌悪で受け入れたり、排除したり、と絶え間なく時間の経過と共に業を造り、最後にはいつばいの煩惱を抱えて逝くしかないのです」とため息交じりに言いました。

また、「一瞬前に煩惱を作りだした因が煩惱の縁と結びつくと、次の瞬間には憎しみとなります。ですから、常々自分に警鐘を鳴らさなければいけません。いつも良い言葉を口にし、人間（じんかん）を害するようなことはせず、この人生で過ちを犯さないよう、しっかりと自分を守ることです。さもなければ、一念の偏りで牢獄に繋がれてしまい、一時自由を失ってしまいます。もし、心から懺悔できれば、その人生はまだ改善の余地がありますが、もし、自分は間違っていないと思うなら、いつもそれは他の人のせいなのだ、全ては他人が間違っていて、自分は正しいのだと考えてしまいます。こういう心の持ちようは、人生で過ちを繰り返させ、とかく煩惱に付きまとわれ、

心は永遠に清らかになることはなく、幸せで楽しく過ごすことは難しいでしょう」と言いました。

「群衆の中にいたら、良い模範に学び、善行して、善い言葉を口にすれば、自然と人と良縁を結ぶようになります。良縁を結んだら、お互いに出会った時、喜びを覚え、楽しく感じ、お互いに仲良く楽しくなります。このような境地が天国であり、菩薩の浄土ではないでしょうか？従って、浄土はどこにあるのでしょうか？それは今、私たちがいるところなのです」。

上人は、お互いに感謝し合う世の中が一番平和だ、と言いました。互いに感謝し合うことは、社会を平和にする因なのです。感謝する故に、自主的に人助けするようになるのです。誰もが見返りを求めない奉仕をして、心から感謝することが、この世で最も美しいことなのです。（慈濟月刊六六六期より）

六月の出来事

訳・済運

06・01	<p>慈済大学はタイ・チェンマイ慈済学校と共同で、「青年オンライン学習伴走」プロジェクトを催してきた。3月24日から6月2日まで毎週木曜日の夜、慈済大学の学生がチェンマイ慈済学校の生徒に英語の補修を行い、本日はオンラインで修了式を行なった。</p>
06・02	<p>慈済基金会はウクライナ難民支援で、物資の輸送経路と人力及び物資を確保するため、本日、エアリンク（航空輸送と物流のNGO）、セブンスデー・アドベンチスト教会運営の国際人道支援NGOアドラ（ADRA）、健康と人道支援組織プロジェクトホープ、ワールド</p>

06・04	<p>ホープなどと協力の覚書を交わした。</p> <p>慈済ポーランドケアチームは労働収入で救済を受けているウクライナ人ボランティアたちと共に、カミロ修道会のロミアンキ避難所で、共同でウクライナ難民のための親子感謝会を催した。グループ遊戯や歌、工作などで、楽しむ気持ちを取り戻してもらった。</p>
06・07	<p>◎慈済アメリカ総支部は7日と8日にカリフォルニア・ロサンゼルスのカシードラルプラザセンターで開かれた、第2回「南北アメリカカ宗教間フォーラム」に招かれた。総支部の曾慈慧執行長が代表で出席し、閉幕式のスピーチで證嚴法師の慈済創設の理念と志業の発展を紹介した。</p> <p>◎3月中旬、サイクロン・ゴンベがモザンビークを襲った後、慈済</p>

06・16	06・15
<p>◎ロシアとウクライナの戦争は2月下旬に勃発し、数百万人のウクライナ難民がポーランド、モルドバなど近隣諸国に逃れた。慈済基金会はポーランドで難民支援を行い、3月5日から順次、ポズナン、ルブリン、ワルシャワ、シュチェチン、オポーレなどで配付活動を行っている。6月16日までに既に190回行われ、プリペイドカード、エコ毛布、寝袋、食料などが52、300人に配付された。</p>	<p>◎證嚴法師が「米国発明家アカデミー」の一員に選ばれた。当アカデミーはフェニックス市にあり、第11回アカデミー会員の認証受領式には慈済アメリカ総支部の曾慈慧執行長が代表で出席した。</p> <p>◎慈済基金会は内政部消防署と防災協力に関する覚書を交わし、災害救助や防災に強い地域の建設、防災士の養成、防災教育の推進などの項目を共同で行う。</p>

06・14	06・10	
<p>慈済基金会はポーランド・ワルシャワにあるサレジオ会所属のオラトリウム劇場で「宗教を超えた地球を巡る大愛祈福会」を催した。ウクライナ難民の他、サレジオ会、カミロ修道会、ポーランド婦女基金会などを招いて、共に戦争が一日も早く終息することを祈った。</p>	<p>慈済基金会は新型コロナウイルス肺炎用の簡易検査キット300回分、N95マスク3千枚、防護フェイスシールド2千個及び防護服、キャップ、手袋、靴カバーなどを台北榮民総病院玉里分院に寄贈し、本日寄贈式が行われた。</p>	<p>ボランティアは被害が大きかったナンブーラ州のモザンビーク島で支援活動を展開した。本日、ナミロト市で米と建築道具などを2073世帯に配付した。</p>

06・20	<p>慈済大学学士資格者漢方医学部は南京医薬大学と20日から23日まで、オンライン形式で漢方医薬文化の伝承に関するセミナーを開いた。両校の教授らを招いて講座と研究成果を発表してもらい、臨床応用と実務の交流を強化した。</p>
06・22	<p>慈済基金会とスーパーマーケットチェーンのカルフルは、慈済東区連絡所で「協力して善行し、異業種の相互発展を目指す」と題した合作の覚書を交わした。共同で防災、減災、緊急災害支援マニュアルを作成した。カルフルは年間5千人分の緊急支援物資を慈済のために常備する。</p>

06・18	<p>慈済基金会第5回「Fun 大きな視野で未来に立ち向かおう・青年公益実行プロジェクト」を催された。2021年9月よりアジア太平洋地域を対象に社会的イノベーション実行者を募ってきたが、11チームが参加資格を得た。本日、台北市慈済東区連絡所で「デモンストラーションデー」が催され、報告会が行なわれた。</p>
06・19	<p>◎慈済南アフリカ支部の静思堂が落成した。場所はハウテン州ヨハネスブルグ市ベッドフォードビュー区にある。3階建てで、講経堂と感恩堂、お茶とお花の教室、ボランティア室、静思書軒及び寮などがあり、延べ建築面積は約2450平米である。</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
志業センター (静思堂)
970 花蓮市中央路三段 703 号
TEL: 886-40510777 # 4002
0912-412-600 # 4002

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
ニューヨーク支部
(New York)
TEL: 1-718-8880866

香港

TEL: 852-28937166
フィリピン Manila
TEL: 63-2-7320001
タイ Bangkok
TEL: 66-2-3281161-3

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 新北市新店区建国路 289 号
TEL: 886-2-66289779

台中慈济病院

427 台中市潭子区豊興路一段 88 号
TEL: 886-4-36060666

大林慈济病院

640 雲林県斗六市雲林路 2 段 2 4 8 号
TEL: 886-5-5372000

慈济大学

970 花蓮市中央路三段 701 号
TEL: 886-3-8565301

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

カナダ

TEL: 1-604-2667699

メキシコ Mexicali

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 London

TEL: 44-20-88699864

フランス Paris

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

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

2022年7月20日発行・307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・陳植英・黒川章子・王麗雪

電話 (886)02-2898-9000

FAX (886)02-2898-9994

E-mail: 021620@daaitv.com

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。ご感想やご教示をいただければ幸いに存じます。(日文組編集同人)



ネットで世界を繋ぐ灌仏会 世の中を祝福

2022年の「母の日、仏誕節、慈済の日」である慈済56年目の三節一体の灌仏会は、花蓮の静思精舎と台北の臨済護国禅寺の2カ所を会場として、オンラインで同時に開催された。コロナ禍にあってもネットを通じて世界中に祝福の意を伝え、静思精舎の證嚴法師をはじめとする48の国と地域の慈済人と参加者は、疫病の早期終息と戦争がこの世から無くなること、そして、衆生の平穏無事を共に祈った。（撮影・羅明道 花蓮 2022.5.8）



慈済日本サイト 慈済ものがたり