

発行日 2025年10月30日 通算第470号(第1号1982年12月)

仏教瞑想道場情報誌「祈り・瞑想・癒し」(月報)

## まごころの声 11月号

発行人 影山教俊 年間購読料 ¥3,000円(郵送料共)  
発行所 296-0004 千葉県鴨川市貝渚2929 為替 00120-6-665752  
日蓮宗釈迦寺「仏教瞑想道場」 TEL 0470-92-0901 (常不軽庵 TEL 0470-93-3438) FAX 0470-94-5750  
URL: <http://syakamuni.world.cocacn.jp/>  
E-mail: gef02653@nifty.ne.jp

まごころの聲  
影山教俊



### 今月のお話

#### —私たちはどこから来てどこへ行くの—

今月は、私たちはどこから来てどこへ行くのかを考えてみた。

私たちは幼い頃から、しっかり考えなさいと、いつも考えることが大切だと教わってきた。それが小学校の何年生だったのか、はっきりとは覚えていないが、授業の最後で先生が「みなさん、分かりましたか!」といったとき、みんなで「はい、分かりました」と返事をしたら、なんと先生は「明日は、今日やったところの書き取り試験しますからね」と。

その一瞬、クラス中のみなさんの顔が暗くなり、クラス中がとても重い雰囲気にも包まれたことを今でも鮮明に記憶している。

#### ●学ぶ目的とはなんだろう

それ以来、私は学校の授業とテストがとても嫌になった。小学校ばかりか、高校を卒業するまで、そのテストに対する嫌な気分は続いていた。みなさんはどうでしょうか。いろいろと学ぶことで、いろいろなことが理解できたり、分かったりすることは楽

しかった。

しかし、あのとき先生の授業の内容をどれだけ記憶しているか、テストで確かめられてしまうと、あのときの「分かった」という楽しさはどこかに飛んでしまった。そこに芽生えた感情は、誰が一番で誰がどん尻なのかという競争心だった。

そのころから、勉強で理解できたという楽しみから、一番、二番という序列の優劣へと学びの楽しさは変化してしまった。

#### ●アルキメデスの譬え話

紀元前3世紀のギリシャの賢人アルキメデスは、円や球、円柱の面積・体積を正確に計算したことで有名な人物だが、あるとき裸で町中を走り回ったエピソードが伝わっている。ギリシャの王様が金細工師に純金の王冠を作らせたが、「ちょっと銀を混ぜてごまかされたんじゃない?」と疑い始めた。それで王は、アルキメデスに「王冠を壊さずに、本当に純金か調べてみてくれ」と頼んだ。

しかし、当時は天秤も精密測定器もない。どうすればと思案に暮れていたが、ある日、アルキメデスが浴槽に入った瞬間、水があふれ出すのを見て、「これだ!!」って閃いたという。「水に沈んだ物体は、自分が押しつけた水の重さだけ軽くなる」

つまり、同じ重さの金と王冠を水に沈めたとき、あふれた水の量(体積)が違えば、王冠の中に銀が混じっていると分かることに気づいた。その発見の瞬間、彼は興奮のあまり裸で走り回ったという。

何かを真剣に考えて「あっ分かった!」とそれが

学問的な発見、気づきの喜びである。現代の学校制度の中で、先生から学んだことをどれだけ覚えているか計る教育では、いい子供は育たないと思うのは私だけではないだろう。

### ●是非の議論は愚の骨頂だ

先生が「私の生徒はどれだけ教を学んでいるか？」と思うことは、その先生の教育に対する感覚が間違っている。現代社会を見るにつけて、「合っている、間違っている」という是々非々の議論が多いことに気づく。

それは本人たちばかりではなく、私たちが正しい言葉で、正しい議論をすれば、正しい答えがでて、みんなが幸せになれると、思っているからだと思う。

こう申し上げると、みなさんは変なことを言っているなと思うでしょう。確かに、私たちは、何かを真剣に考えれば、正しい答えが出てくると思っている。

じつは私たちは、人生上の出来事について、確固たる答えを出せない状況だといえる。

### ●私たちは何故ここにいるのですか

今月の表題は「私たちはどこから来てどこへ行くの」ですが、私たちはこの世に生まれるために、手を上げて「私は生まれました」という人はいないはずだ。

もの心ついたら、生まれていたという現実だ。若い頃はみな、そんなことは考えないだろうが、人生の後半戦になると、人はみな、個としての自分に気づく。

そこで自分自身との折り合いがついていない人は、是々非々の議論へと落ち込んでゆく。なぜなら、正しいことを主張しないと、不安だからである。

若い時分には、自分が決めた一つの人生設計にのっとり歩いていられるが、その設計図には、自分自身の痛い痒いという自然（生老病死）が示されていない。だから不安なのである。

その不安は、個としての自分自身に折り合いがついていないからである。だから、あの人がいけない、あんなことがいけない、不安の原因を自分以外に向ける。それが是々非々の議論となって、社会を闊歩しているのが現代だと思えます。

いま幸せを体験したいと思えば、私はお経を読み、お題目を唱える瞑想体験を実践してほしい。いま申し上げたように、人生に自己選択権はない。選べなければ、その不安を瞑想で止めてしまえば、そこには無心が芽生える。これが宗教心だ。

お題目を唱えましょう。「南無妙法蓮華経」の言葉だけになり、無心な体験によって心身にわたる苦悩は改善する。

住職



## 妙慧の法尼の眼から

今月の生活クラブの冊子に[「修理する権利」と捨てない暮らし]と言う特集がありました。

私たちの暮らしの中にある多くのものは、修理するなら買い替えた方が安い、と思われています。買い替えたら、使っていたものは捨てられてしまいます。その大量のゴミが埋め立てられたり、燃やされたりしているのです。多くは電気を使うもの、パソコンやスマホ、テレビや冷蔵庫などです。捨てておいて、土には返らないものです。

近年小学生にもタブレットを持たせて、コンピュータに慣れさせる勉強が一般的になりましたが、次々とバージョンアップされる機械は、4~5年で買い替えるのが普通だそうです。自動車やコンピュータは正規の店以外では修理できないようなロックがかかっているそうです。アメリカやヨーロッパでは、これらを修理する権利を主張して、法令が定められたそうです。

日本では、「修理する権利」についてはほとんど知られていません。正規メーカーの修理が基本で、新しい製品が出ると部品は5年程度で廃番になって、修理できなくなる仕組みです。新しい物を買わせるための企業の策だと思っています。日本人は、企業に対して悪どいとは思わず、言われたままに生きているように思えます。洋服にしても家庭雑貨にしても、買った方が安い、という考えが定着しているように思います。

「ガチアクタ」というアニメが放送されています。ちょっと壊れたらすぐに捨てる天界人が捨てたゴミの山の中に人々が生きていて、ある少年が大切にしていた手袋がきっかけで「ギバ」と言う能力者になって、戦うお話です。物を大切に、直して魂を込めていくと、大きな力を貸してくれる、と言うような内容だと捉えましたが。

物にも役に立っていた時があり、愛着を持って接することで、その物の役割をまっとうさせてあげられるのだと思います。私は掃除機でも、時計でも声をかけて、動いてくれてありがとうって思いながら暮らしていますが、息子が着古して襟が破れたワイ

シャツをカラフルな布で包んでリメイクして着ています。そんなおしゃれもいいかなあと思います。そんな風に物を大切にできたら、人にも優しくなるような気がします。



ナショナル NH402  
の乾燥機  
へ「リペア」  
直してみよう

家電販売店に

依頼しても古い?

買い替えにするといい。

インターネットで「調べ」  
修理に挑戦中です。

## 【YouTube Live 配信中】

### ◆YouTube・ライブ配信のご案内◆

①Dr.Kyoshun の瞑想チャンネル

<https://www.youtube.com/@dr.kyoshun8589>

②お坊さんが教えるヨーガと瞑想チャンネル

<https://www.youtube.com/@deyogayoga753>

## 【アーユルマクロ・ヨーガ】

2025年11月26日(水)

10:00 陰陽座学

11:00 マクロ料理

12:00 試食会

13:00 アーユルヴェーダ

14:00 ヨーガ

## 【Shun's Cafe】

完全予約制にて営業いたします。

### 《お寺では裏千家茶道教室を開設中》

世界的に抹茶が流行。  
日本の心に触れる茶の湯です。

茶の湯では11月は口取り  
と言って今年の新茶を  
初めて開ける正月とも  
言えます。火戸開きです。



## § 11 月のご案内 §

### ◆第744回日蓮聖人お会式◆

8日(水) 14:00より法要

—催しもののご案内—

10:00より開催します

【ヘッドマッサージ】

1回10分500円

【鴨川産「石焼き芋」】

100円～

### ◆お施餓鬼会◆

15日(水) 14:00より

水向塔婆:500円・燈明料:500円

### ◆瞑想会・健康ヨーガ◆

○朝ヨガ 2日(日)・9日・16日(日)

7:00~8:30

○東金ヨガ 21日(木)

13:00~15:00

## 11月

| 日         | 月  | 火  | 水         | 木  | 金        | 土          |
|-----------|----|----|-----------|----|----------|------------|
|           |    |    |           |    |          | 1          |
| 2<br>朝ヨガ  | 3  | 4  | 5         | 6  | 7        | 8<br>お会式   |
| 9<br>朝ヨガ  | 10 | 11 | 12        | 13 | 14       | 15<br>施餓鬼会 |
| 16<br>朝ヨガ | 17 | 18 | 19        | 20 | 21<br>東金 | 22         |
| 23        | 24 | 25 | 26<br>マクロ | 27 | 28       | 29         |
| 31        |    |    |           |    |          |            |