

寺報 佛心

第60号

【発行所】

日輪山 長久寺

岩国市美和町生見八一七
電話 〇八二七（九六）〇九八二
FAX 〇八二七（九六）〇九八二
発行人 三上宗順

お施餓鬼会のご案内

八月十五日（金曜日）

午後四時半から

山門大施餓鬼会

（有縁無縁の三界万霊の供養）

添施餓鬼会

（各家の先祖供養）

各家ご先祖のご供養については、当日受付にて承ります。

ご供養をご希望の方で、当日参詣できない等ご都合の悪い方は、各班の世話人さんから長久寺までご連絡ください。



お盆廻りの日程について

左記の日程でお参りします。戸が開けばお留守でもお勤めをさせていただきます。

八月三日午前 友重・平原

四日午前 野登路1

五日午前 野登路2

六日午前 市原1

七日午前 市原2

九日 地区外

十日 地区外

十二日午前 国木原1

十三日午前 国木原2

ご都合の悪い方は、長久寺までご連絡ください。

☎ 0827-56-0982



幸せになる方法⑭

お盆が近づいてきました。

お盆と言えばご先祖のご供養。日本の先祖供養は神道で始まり、その後伝来した仏教も神道や天皇と深くかかわりながら神仏が習合し、ご先祖の霊を慰め冥福を祈ることで、子孫の繁栄と幸福を願う伝統的な行方になりました。

先祖供養は世界のどの宗教にもある訳ではないらしいのですが、故人を偲び感謝の気持ちや授かった命の大切さを思うことは、どこの国の誰にもある感情だと思います。ですから供養の方法は、宗教や宗派、地域また家庭や個人で

違って当然だと思います。

では幸せになる方法と先祖供養はどう結びつくのか。

先祖供養Ⅱ幸せではなく、

先祖供養が「ご先祖を敬い感謝する」という行為であるなら、心が清く静かでなければ、敬う心や感謝の心は生まれません。心が静かなら、損得や好き嫌い・憎い可愛い惜しい欲しいの感情が消え、心が明るく穏やかになる。その時の心持を幸せと言うのでしょうか。坊さんが「先祖供養が幸せを呼ぶ」なんて言えば、何だかうさん臭い。ある著名な脳科学者は、ポジティブな祈りや感謝は、幸せホルモンであるエンドルフィンやオキシトシンを分泌すると言っています。逆にネガティブな祈りはストレスになるらしいです。

お盆、清く静かな祈りと感謝を：誰も幸せになれますよ。

笑いは百薬ブツ飛ばせ

ある檀家さんから「このごろ主人の物忘れがひどくなつて」と切り出されて、グチかなと思つて耳を傾けると「昨日もね「朝から同じことを何回も聞くから『何回言ったら分かるの。もう100回言つたよ…』と言うとね。『いや100回まあ聞いちよらん99回目じゃろう』と言うのよ。思わず笑つちやつて…」イライラが吹き飛んだと話されたのでした。

ご主人のユーモアのセンスも大したものですが、それを笑える奥さんの心の広さも素晴らしいと思つたのです。

ところで人間はなぜ笑うのか。チンパンジーもゴリラも笑うと言われていますが、ほほ笑み、ぷつと吹き出したり、呵々大笑に抱腹絶倒、そして心にもない愛想笑いや痛み悲

しみ苦しみに出会った時も泣き笑いをするなど、本格的に笑うのは人間だけらしいです。笑う動物ですね。

その証拠に人間は、すでに胎内で8ヶ月くらいから微笑するということです。生れ出たらすぐに微笑できるように、30もあるといわれる表情筋を動かす訓練をしているらしいです。此の世での第一声は「おギャー」ですが、胎内ですでに微笑む訓練をしているとは、「いのち」の神秘ですね。

人間は他の動物と比べて脳が大きく、頭が産道を通れる280日の未成熟で生まなければならぬそうです。

馬など草食動物が、生まれて2〜3時間すれば歩き出せるのは、妊娠340日のお腹の中で歩く練習をしているかららしいです。草食系は特に子供は、ライオンなどの肉食

系の餌になりやすいので、逃げる為の必要な発達らしい。

何もできないまま生れる人間は、微笑むという愛想を武器に存在感を告示し「カワイーね」と注目を集めさせて、育ててもらっているのでしょう。なんだか魂胆ミエミエでかわいくなつてきそうですが、これは人間が37億年の進化の過程で生得した生き延びる知恵。いやーそんな屁理屈抜きで、赤ちゃんは見ているだけで、やつぱり可愛い。

人間は生まれる前から笑うのですから、日常的にもつとお互い笑うべきでしょう。

ご承知のように笑うと脳内麻薬(ドーパミン)が脳の中に出て、血行が良くなり、老化や病気を防ぐといえます。一度笑うだけで悪い処を直そうと自然に体が張り切り、健康な体でも毎日5000個以上

作られるという癌細胞が一瞬にして100個も消失するらしいです。笑いの効果たるやなんとも素晴らしいことか。

禅の「呵々大笑」は、思いつき大きな声で笑うことです。悟りを得た時あるいは禅の真理に触れた瞬間に出る笑い。私たちにも、引掛かっていた何かが吹っ切れ、思わず笑うという似たような経験がありますね。ひよつとして大笑いすると禅にめざめるかも…?

「笑う門には福来る・笑いは百薬の長」などと言いますが、「笑い」は、互いの心をなごませるだけでなく、自らの心身の健康にも役立つのですね。

何にでも一つくらい欠点はあるもの、時たま抱腹絶倒の瞬間下口が緩み悪臭を放すこともありますが、これも笑いでブツ飛ばして行きましょう。