

# ビハーラ山陰

第2号【平成27年4月1日】

発行元  
事務局

浄土真宗本願寺派 山陰教区教務所

〒690-0002 島根県松江市大正町443-1 本願寺山陰教堂内  
TEL 0852-21-4747 / FAX 0852-27-8351

## 新たな歩みに向けて



ビハーラ山陰  
会長 藤森 観海

昨年5月の総会において、渡邊前会長より役員を引き継ぐこととなりました。新役員の皆様方と共に「ビハーラ山陰」の諸事業に尽力して参りたいと思っておりますので、ご理解とご協力の程、なにとぞ宜しくお願い申し上げます。

宗門では、1987(昭和62)年、ビハーラ活動者養成研修会の開始と同時に、「ビハーラ活動」が始まり、2017(平成29)年の30周年に向けて、現在新たな計画が実行に移されつつあります。

それを受けて山陰教区でも、渡邊前会長の時に「ビハーラ山陰」として、再度組織化され、活動も活発になりつつあるように思います。会員数も100名を超えました。東西に細長い教区で各地から会合に集まる困難さもありますが、互いに連絡を密にし、情報を交換し合いながら、学びを深め、学んだことを出来ることから、それぞれがそれぞれの立場で実践して行けたらと考えています。

いつでも、どこでも、誰とでも、笑顔を混じえて「生老病死」について、自然に語り合える社会が実現すればなあと願っています。一人でも多くの皆様のビハーラ活動参画を期待しています。



平成26年度  
ビハーラ山陰公開講座の様子  
2015(平成27年)3月10日(火)



# ビハーラ山陰総会・研修会報告

**とき** 2014(平成26)年5月23日(金)

**ところ** 本願寺山陰教堂 教化センター

午前は総会を開催。前年度事業並びに監査報告。そして役員改選の後、新役員により新年度の事業計画・予算案を審議しました。

(新役員名簿は4ページを参照ください)

午後からの研修会は、あそかビハーラクリニックより山本成樹先生を迎え、「生きる」を支える、という講題で常駐僧侶・ボランティアコーディネーターとして施設でのさまざまな事例を紹介の後、ご法話を頂きました。31名の参加でした。



## 「第15回ビハーラ活動全国集会」に参加して

**とき** 2015(平成27)年2月14日(土)～15日(日)

**ところ** 阿弥陀堂・間法会館

出雲組 西念寺 福島伸子



私はこの度、第15回ビハーラ活動全国集会に参加させて頂きました。このご縁を頂ききっかけは、現在第24期のビハーラ活動者養成研修会に参加している時に、集会の案内を頂いたからでした。プログラムの中のビハーラ入門コースの分科会が目にとまり、今一度ビハーラ活動のはじめの一歩を学ぶ機会であると思ったのと、全国の諸先輩方が具体的にどのような活動をされているか知りたかったからです。

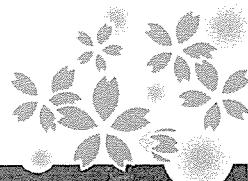
当日の開会式会場の阿弥陀堂は全国から集められた方々でいっぱい、後で集会への参加者は388名と、かつてない多さだとの報告もあり、全国で1000名あまりのビハーラ研修修了者があると聞いていましたので、そのなかでの参加者の多さに驚きました。ビハーラ活動が全国各地で脈々と根を広げてきている表なのだと感じました。

開会式では、現代社会のなかでビハーラの活動が「必要」とされていることから一歩進んで「必然性」をも

つ活動であるというご門主さまのお言葉を頂きました。学びのさなかにいる私にとって、またすでに実践されている方々にとっても力強いエールを頂いた思いでした。

活動の展開では、10のテーマでの分科会に象徴されるようにビハーラ活動の幅に広がりが出ていと報告されています。

「ビハーラは自分の生き方と向き合っていくこと」と学ばせて頂いたこの集会でした。そして帰りには汽車の中とホームで手を振りあって別れる出遇いをはじめ、何よりも【出遇う】喜びをたくさん頂いたことが宝物となりました。今後は私との出遇いを喜んで頂けるようなビハーラ活動ができるようになりたいと思いを強くしました。



## 2014(平成26)年度 ビハーラ山陰公開講座に 参加して

**とき** 2015(平成27)年3月10日(火)

**ところ** 松江テルサ

出雲組 宗玄寺 持田 俣子

この度、松江でビハーラ山陰の公開講座に参加させて頂きました。実は夫が自覚症状もないまま、肺癌と診断されました。1月に手術を受け、早かった為一部肺切除で手術は成功しました。ところが肺癌と聞かされた夫は、毎晩毎晩「今に死ぬ。兄弟の中で一番先に死ぬ。もう何ヶ月後はこの世に居ない。」と言いつけました。

私もはじめは一生懸命で励み続けました。ところが私の方が、元気が無くなり夜になると耳を塞ぎ、一切返事をしない事にしました。でも気持ちは、沈み込み、どうしようもない気持ちをひきずっている時に、長倉先生

のお話しでした。先生のお話しの中に、患者さんの苦勞をどうしたら緩和出来るか、励ましたり、もっと明るく生きるように、等は駄目だと言われ、それより今の不安を共感し、共にどうしたらいいか考える事が一番安らぐ事だと話され、成る程と思いました。

私は間違っていたと反省しました。とは言うものの、家族共倒れになるのではないかと思いました。最後に質疑応答の時間があり、ありのままの質問をしました。先生の答えは、患者の不安が1なら家族は1.5だと言われました。では家族はどうしたらいいでしょうかと問いましたら、仲間にあるのままを聞いて貰いなさいと言われました。ああそうだったのかと合点しました。私は友達がたくさん居て、みんなが私の苦勞を聞いてくれ励ましてくれていました。これをはずみに夫に寄り添い介護を頑張ろうと思いました。

でも夫は肺癌とは言え、私より先に逝くとは限りません。私ももう81歳、まだ車の運転も出来ますし、まだ何かと仕事も出来ます。でも生を受けたからには必ず死がやってきます。私はこの世に生まれて良かったと最後に「ありがとう」が言えるか疑問です。その時は、ご院家さんを頼りお聴聞に励みたいと思いました。

## 第24期ビハーラ活動者 養成研修会を受講して

邑智東組 高善寺 武田 正文

この1年間を通して、ビハーラ活動が仏教者の活動として重要であることを強く実感しました。研修会では、全国の僧侶や門信徒が集まり、みなさんが、それぞれの問題意識を抱えて参加しておられました。僧侶としての役割を模索される方、医療・福祉の現場で働くなかで悩んでおられる方、身近な人の死をきっかけにビハーラに興味を持ち始めた方など、様々な方がおられました。

私自身は、僧侶の傍ら臨床心理士としての活動をしており、「心の悩みを抱える方に対して僧侶は何ができるのか？」というテーマをもって研修に参加しました。ビハーラ活動では、医療・福祉の現場で様々な形で仏教を取り入れた実践があり、それを学びたいという思いを強くもっていました。

研修が始まり、最初の講義から、衝撃を受けました。ビハーラ活動は、誰かの支援を考えるよりもまず、自分が自身の「いのち」にどう向き合うかを考えることがスタートになると教えていただきました。これまでも自分のことを振り返るということは当たり前前で、自分は十分にできていたつもりでいました。しかし、改めて問いを投げかけられ、自分の内省の甘さを痛感いたしました。

講義では、ビハーラ活動の第一線において活躍の方々や、ターミナルケアやカウンセリングなど、多岐にわたる専門家の先生方のお話を伺いました。非常に密度の濃い研修内容でした。実習では、実際に施設を訪問し、法



話会や傾聴活動を行いました。特別な話をしたわけではありませんが、お勤めをして法話をする事自体を喜んでおられる方がたくさんいらっしゃいました。

これまでの私は「自分に何ができるのか？」という方法論にとらわれすぎていたことに気づかされました。自分自身が仏教と向き合い、喜ばれたことを、目の前の人と共有する、ビハーラとはこういうシンプルなものなのだということが腑に落ちました。自信教人信という言葉は、何度も耳にはしていましたが、ビハーラ活動に触れることで、僧侶としての自分のあり方を見つめなおすきっかけにもなりました。

このたびの研修を通して、全国にビハーラ活動に関わる仲間ができました。山陰教区のなかにもビハーラに熱心に取り組んでおられる先輩方が多数おられると伺っております。今後は、山陰教区のビハーラ活動でもご一緒させていただき、ビハーラ活動についてご指導いただくと大変嬉しく思います。そして、来年度以降の研修会への参加を迷っておられる方がいらっしゃいましたら、過酷な日程ではありますが、とても意義深い研修会ですので、ご都合がつくようでしたら是非参加されることをおススメさせていただきます。



活動紹介  
邑智  
ブロック

## やすらぎの里での活動 ～法話会を通して～

佐波組 浄土寺 西原真公

ここ、やすらぎの里 別府(デイサービスセンター)で初めて活動させていただいたのは、2年前、楽法会(山陰教区青年僧侶の会)での研修会からでした。この時は、午前中研修会をし、午後からやすらぎの里で法話会と施設に通われている方と親睦をしました。職員のやさしい笑顔、デイサービスに通われている方々の包み込むような温かさ支えられて無事、研修会を終えることができました。

それから数日後、今後も定期的にこのような会を開きたいと申し入れがありました。通所されている方々は、これまでお寺参りに来られた方がほとんどで、今は介護が必要となり週に1～2回ここに来られます。なによりも皆さんが「またお聴聞がしたい」と言われているのです。この話を聞いた時、「これだ!」と思いました。

私がビハーラにかかわって20年近くなります。初めのころ「何かをしなくては!」と焦り、でも何をして良いか解らず、そして同じ地区には協力者も少ない時期でした。ならば1人で活動すれば良いのですが、その勇気もなかつただ時間が過ぎるばかりでした。

今回、たまたま楽法会でビハーラを取り上げて貰い、ビハーラの接点がない邑智で研修をしていただいたことはとても有り難いことでした。そしてこのチャンスを逃してはいけないと、施設長と私とで法話会を開始し、平成26年度からは毎月1回開催することになりました。デイサービス施設ということで毎日通所される方は変わります。よって毎回曜日をずらし年間の日程を決めていただきました。これは理事長・施設長のビハーラに対する熱意によって可能になったのです。

全体の流れは、始めにらいはいのうたをお勤めし、真宗宗歌、法話、恩徳讃(旧譜)をします。法話者は、出来るだけ多くの方に関わって貰いたいのので邑智ブロックのビハーラ会員以外にも、近隣の若い方に法話をお願いしています。法話会の雰囲気も、皆さんが元々お聴聞された方々ばかりなので、私たちが教わり、学ばされることばかりです。法話が終わった後は、おやつを食べながら世間話や地域の話をするのが楽しみで、いつも話しが盛り上がります。たまに私の連れ合いと娘(1歳2ヶ月)も参加しますが、小さい子がそばにいるといつも以上に笑顔になられ、施設職員の方も驚き、飲んでおられました。さまざまな方が施設に出入りし、ふれあうことが介護の一助にもなり、ビハーラ活動にもなります。

これからも理事長と協力しながら、多くの方に関わっていただき、ビハーラの輪を広め、ビハーラ邑智の中心的活動となるよう邁進して行きたいと思ひます。



### ■ビハーラ山陰役員会名簿

任期：2014(平成26)年4月1日～2017(平成29)年3月31日

役職	組名	寺院名	氏名
会長	出雲	宗玄寺	藤森 観海
副会長	大田中	大雄寺	毛利 壽恵子
//	浜田	光西寺	引地 良一
理事	出雲南	萬行寺	巖 紀恵子
//	千須賀	永照寺	吉川 恭
//	江津	西教寺	三谷 卓良
//	益田	安養寺	山鳥 和子
//	鳥取因幡	光澤寺	宗元 英敏
監事	松江	明宗寺	楠 榮美子
//	飯南	明覚寺	玉野 覚明
顧問	浜田	真行寺	渡邊 哲彦
//	教務所	所長	中尾 了信
事務局	教務所		中村 英晴

### 編集後記

26年度役員改選により新体制で1年が過ぎました。皆様のご協力により年間行事も終え、ここに「ビハーラ山陰」の第2号をお届けすることができましたこと感謝申し上げます。

「ビハーラ活動」は、教区内においても活動差はありますが歩みが始まっていると思われま。

讃仏偈には「おそれなやめるもろびとの・憩いの家とならんかな」とあります。如来の大悲につつまれながら自他ともによるこび、共感(響感)できる社会であることが願われます。

合掌