



第16回 ビハーラ活動全国集会・30周年記念大会

とき 2018(平成30)年2月17日(土)～18日(日)

ところ 阿弥陀堂・伝道本部・聞法会館

「第16回ビハーラ活動全国集会 30周年記念大会」に参加して

鳥取因幡組 浄宗寺 前川 静子



私は、第16回ビハーラ活動全国集会・30周年記念大会に参加させていただき、言葉ではいいあらず事の出来ないほど感謝し、元気をいただきました。

カール・ベッカー講師の講演内容が、高齢者むけでとても身近に感じました。終末期には何を聴き、何を頼りにするのか。生老病死は神話ではなく現実である。無駄な延命はしない。エンディングノートは、前もって作成しておくべき。死は自然のなりゆきであり、後に残った人の事を考えた時、何も無い人はいない。また日本人は、心を重視する生き方であり、人の為に訓練し自分を育む。健康の敵はストレスで、胃酸の分泌増加、血液中の脂肪酸の増加、血圧の上昇等引きおこしやすいので、有酸素運動する事で血圧、心拍数が正常にもどる。

2日目の分科会では、ビハーラ入門講座を受講しました。ビハーラ活動の仕方で、電話相談お茶飲み会、施設を訪問して、洗たく物をたたみ続けている。聞き方セミナー「愚痴を言う事で心が楽になる」等といった事を、10年以上も続けて活動しておられる事にびっくりしました。私は、縁あってビハーラ研修に初めて参加させていただいておりますが、まだ活動にいたっておりません。

浄土真宗の教えは、人間の生き方を教えたもので、少しずつまじな人間に成長して行く事をめざすもの。よりよく生きようと願うならば、必ず仏法を聴聞しようとお言葉もあり、私は聴聞をする事で見栄や妬み等で悩まされる日々の中で、平常心をたもつ事の出来ない今、聴聞をする事により勇気をいただき、心をいやし、前に進む様元気にしていただける。体力と気力を維持しながら、何を信じて生きて良いかわからない今の世の中、聴聞で心が洗われ、自然と笑顔になれ、ビハーラ活動に少しでも貢献出来るように頑張っていきたいと思えます。

ビハーラ活動全国集会30周年記念大会のために、北は北海道から南は石垣島の人達、420数名本願寺に集まり、仏教徒の生き方ビハーラの原意と歴史等、入門講座からグリーンケアまでの10のテーマに分かれて、講座を受けて活動の仕方がわからなかった私、小さな事から始められると思えました。

高齢者になりました。今こそビハーラの活動の理念、相手の心に聴くビハーラ、仏教徒の生き方等わかりやすく、何度も何度も教えていただけることで、これからの人生の目標が出来ました。

このご縁を、大切にしていきたいと思えます。

第10回ビハーラ 第4連区研修会のご案内

とき 2018(平成30)年10月11日(木)・12日(金)

ところ 島根浜田ワシントンホテルプラザ(JR浜田駅より徒歩3分)

講題 「医療現場で求められる仏教」

講師 田畑 正久 先生(龍谷大学大学院教授・医学博士)

募集人数 150名

参加費 15,000円(懇親会・宿泊費含)〔研修会のみ 1,500円 / 研修会・懇親会のみ 6,000円〕

※2日目は「妙好人めぐり ～有福の善太郎さんを訪ねて～」参加費：別途 3,000円

