—「みえ生と死を考える市民の会」会報—

ひまわり

第16号

発　行
平成25年■月■日

発行責任者
大　西　和　子

連絡先
伊勢市御薗町高向927

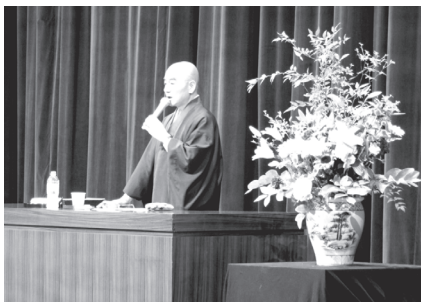
発足一五周年記念講演会

日　時：平成二五年六月一九日(水)一五時～
会　場：三重県総合文化センター　中ホール
参加者：六〇〇余名（会員、非会員）

講演　作家、福島県福聚寺住職

玄侑　宗久　氏

演題『無生死(むしょうじ)の道』



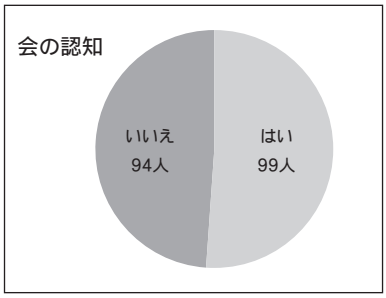
一五周年記念講演会には「玄侑宗久先生を」との願いが叶い、平日にも関わらず過去最高の参加者を迎えての講演会となりました。

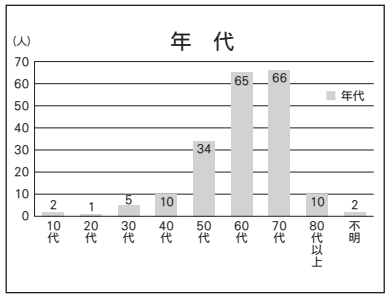
当日開演前、オープニング出演の合唱団の楽屋を不意に訪ねてこられ、先生自ら挨拶に回り、居合わせた団員を驚かせました。

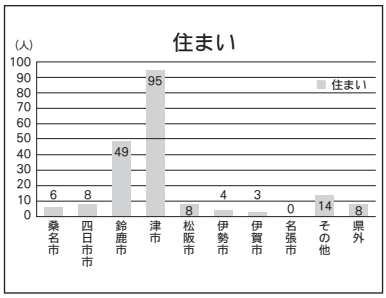
人間味溢れる温かいお人柄、驚く程の博学、楽屋裏での先生の素顔が、そのまま講演「無生死の道」へと繋がり観客を包んでいました。

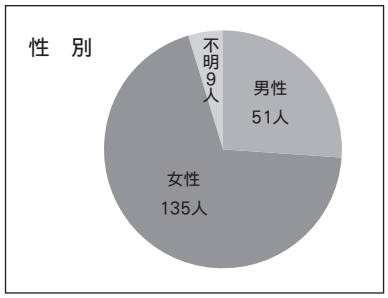
（K）

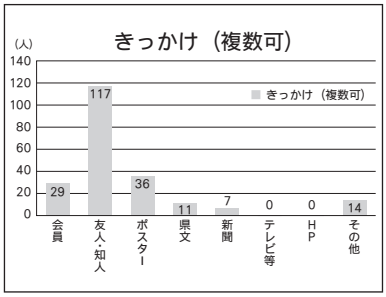
玄侑宗久先生講演会アンケート回収一九五枚











今日のご講演の感想をお書きください
アンケート感想文
紙面の都合で抜粋

1　生の目的とは何か、死の恐怖を軽減する心の救いはあるかについて考えていたが、先生のお話を伺って、「上手に」生きようとすることは人間のエゴでしかなく、一瞬一瞬を一所懸命に生きるしかないのかもしれないと感じた。特に、一つの顔が生れては死ぬという考えが新しく興味深かった。目がさめた想いです。

2　『無生死の道』禅の中でいわれる死に対してかみくだいて、いろいろな方向からお話してくれて、無生死の考え方が良くわかりました。年令に関係なく、自分自身の心を豊かにまた、感謝の気持ち、また御先祖さまに「ありがとう」をあらたにもたなければと思いました。とても楽しい、久振りの講演を聞いてうれしく思いました。

東北のお話にも胸が痛くなりました。

3　生・死について、むつかしい死後の世界があるとは思わないがどのように生きるのか、考えさせられました。

4　人生は自己判断で心残りのない様に生きることにつきると感じました。

　自分を出し切ること「無」になって「蝉」のように！すっきりしました。

5　ダウン症児の母です。出生前診断で「命の選別」についてあれこれ意見がかわされています。先生の中日新聞のエッセイ「うゐの奥山」でダウン症の人たちに神の姿を見たとあり救われた思いです。息子を大切に育てて行きたいと思います。

6　人間の魂には七つある（沖縄での話）には驚いた。無生死とは生活の場面、場面で生と死が繰り返されて行くことだと理解できた。死を考えなくていいのだと講演でわかった。生活の場での生を大切にしないといけない。

7　先日の日曜日、瀬戸内寂聴先生の法話の会に参加させていただき、思いがけず前向きに上を向いて過してみえる永六輔先生にお会いすることができました。更に今日、玄侑宗久先生の講演会にて貴重なお話を拝聴でき度重なる幸運に喜びで胸がいっぱいになりました。本当にいいお話を聞かせて頂きました。

8　退職後、社会での自分の立ち位置、環境にとまどいなやみましたが、日々の生死、無生死のお話、救われた様に感じました。

9　自分を小さい、いやしい、さみしいと考えず、日々たのしくせいいっぱい生きようと思います。勇気をくださりありがとうございました。

10　知らなかった事が沢山教えて頂けて名古屋から、参加して良かった。

11　死んだ人はあまり考えない、残された者の方が成仏しないという言葉が印象的であった。私の場合もしかり、少し気持ちが明るくなった。

12　今回参加が、初めてでしたが講演会に来て良ったと思います。物の見方がまた異なった角度から見られたかと思います。

13　常に、死に、生れるというお話に驚きました。一つひとつの物事をそういうふうに考えて行けば、新しい気持ちでいられるし、生きやすいと思いました。

　津波に合われた方々が未練がなく成仏されているというお話もとても心に残りました。ありがとうございました。

14　玄侑先生がとても若々しくエネルギッシュですてきでした。私の心も乙女に戻りました。朗らかな気持ちでくらしていきます。

15　私達は、目標やマニュアル、計画の中で生きているが、目の前のことに応じるのが無生死の道、生れて死に　生れて死ぬこと、だから目の前のことに没頭して楽しもう、のメッセージ受け取りました。

16　むつかしいけど、考えもしなかった内容でためになりました。

17　〝明日〟のことを心配しすぎているのかもしれません。お話を聞いて、気もちが軽くなりました。

18　テレビの日本の一〇〇巡礼で拝見しています。一度生でお話を聞かせていただきたく機会が出来うれしく思います。

19　今、とてもつらい苦しい思いをしていますが、少し楽に生きられるかと私自身が変われるかもと思って帰ります。

20　先生は愉快な方だと思いました。思慮深く、英知に富んで…無生死…。今からこの言葉を胸に生きていきます。

　「うゐのおくやま」愛読しています。死後はまかせて今を有意義に生きたいと思います。

21　話は次々とおもしろく、ユーモアに富んでよかったです。最後の方は禅問答のような感じがして考えさせられるようでいて、無生死という意味はよく分りませんでした。

22 ボンヤリしている心にコショウをふってもらいました。合掌

23 身をのり出して聴き入りました。おかしくて、哀しくて、楽しくて。ありがとうございました。光を見る思いでした。

24 体の重みがとれたようなお話でした。

25 構えず、恐れず、日々の中で無生死の道を歩む。

26 生死の考え方は同感です。笑えるおばちゃんで、セミのようにまっとうします。

27 生きること、死ぬことの意味、今の生き方でいいのだと思える内容でした。

28 〝無生死〟とは?とても分り易いお話で納得できました。何か年をとると云う事の不安が安心に変わるようで、心にゆとりの出来たような気持になりました。

29 大変わかりやすく楽しく、遠く近く死について教えられた気がします。御堂に家を失った人を集めてお世話されたお心が言われないだけに強く輝いて心をなでてくれました。今日の私は明日に新しく生きてゆきたいと思いました。感謝します。私もせみになりたいと……

30 「いろんな顔で生きている」「魂が出たり入ったりする」「自然はすごい」このような言葉に感銘をうけました。奈良、平安時代の言葉を教わりました。東日本大震災の話も良かったです。

31 内容が難しかった、でも日常の生活で、生と死はいつも隣り合っていると思います。死についてはいろいろ考えていますが、なかなかいきつくことではありません。

32 知人の娘さん（二六才）が自死され、一年が過ぎたのですが身も心もボロボロの知人をどう支えられるのか、何かヒントを頂けたらと思い講演を聞かせて頂きました。予測できない事に「自分が生れ、死ぬ」。知人も私も生まれ、死ぬ、の無生死の道を行く事の中に何か見つければ…と思いました。

33 『いくつになっても今が頂点』という言葉に勇気もらいました。今やっている事に日々没頭し、いろんな人物に出会って変化する自分を楽しみたい!!と思いました。

34 死について改めて考える良い機会を与えていただきました。せみのように死にたいという言葉が残りました。

35 今の自分にとってとてもありがたい良いお話を拝聴できました。実は私は二週間ほど前に娘をガンで亡くしまして、悲しみにうち沈んでいました。今日の「無生死を生きよう」との力強いお言葉にすくわれたような気持ちになりました。先生に厚くお礼申上げます。またこの会を開催して下さったスタッフの皆様に心から感謝申上げます。

36 自分で決めて決めたように逝けたらいいナ。

37 阿呆になれの話。病院で苦しんだ時、どうにもならないとき〝阿呆になれ〟と思い、そして阿呆になりました。そうすると、実に楽になり退院できました。阿呆になれ、私の想い出の言葉です。

38 無生死の概略が多く理解出来ました。壮大な内容だと司会の方の云われた通りと思います。ゆっくりした語り口で、品格高く、素晴しい御講話でした。

39 宗教者の話はとても深いなあと感じました。目の前の事を全身全霊で対応し充実した日々を重ねていきたいと思います。

40 初めて玄侑さんを知ったのは、昨年テレビの高野山についてと、半年前の正月に名古屋の古本屋で買った本「多生の縁」の対談集の梅原猛氏他の対談でした。その後、衣斐さんに初めて当文化センターで「禅僧の生死観」の講話を聞き、感動しました。玄侑さんの「中陰の花」を読みましたが、難しいがすばらしい本ですネ!今日の講演会も判り易い講演でした。

41 玄侑先生のはば広い知識の中で生き方そのものにもう一度向き合うことができました。今日もゆかりの方三人と参りました。

42　二時間のご講演がとても短く感じられるほど幅広く興味深いお話が聞けて大変有意義な時間となりました。

　科学的な面からも精神的な面からも、目からウロコが落ちるような見解が伺えて勉強になりました。いろは歌の奥深さ、年を取るのが気のせいだという思いもよらない実験、これからの生き方に活力を与えられる思いでした。

　今日は病をかかえて日々死の観念が常にどこかにある母も一緒に来させていただきましたが、その母が前向きな気持ちになれたようで本当に感謝しています。ありがとうございました。

　ＰＳ　私もいつか一〇〇巡礼の旅をしたいです。

43　ユーモアある話で楽しく聴けた。日本の文化の特有さがよくわかった。仏教以外の宗教の話もよかった。

　東日本大震災で亡くなった人は成仏していると聞いて安心した。問題は残された人たちなんですね。

44　「人智」の小ささ、狭さについて気づかされました。生かされている幸せを大切に日々暮らしていこうと思いました。

45　有難い講演、ほんとに有難うございました。生き方が変わる程の感銘を受けました。生死を一大事ととらえずに一日一日を自然体で生きてゆきたく思いました。早速この会に入会いたしました。

46　僧であり文学者であるだけにいろんなことばの生まれた経緯などの話がおもしろかった。

　「無生死」の意味はわかりました。とはいえ、生きる上で生かせるかどうか、難しいですが「自転車操業」といわれ、なるほどと思っています。

47　大変楽しく面白く聞かせていただきました。群衆のユウレイはもっと興味をそそりました。見る側の心境がそのようにさせているのか、それとも、他の作用がそのようにさせているのか、真実はどうなのか？一人ひとりの気持ちの有り方が問題か、と思いました。

48　「連続して無生死の道を歩く」「セミのように生きる」まだまだ自分として意味がわかりませんが、心にとめて自分なりの答がみつかるよう毎日を生きていこうと思います。死んだ人は何も思ってない、印象的な言葉でした。

49　無生死の道。たいへん良い話でした。常にあたり前のように今の自分という存在、まわりの存在を思うことは多々あるのですが、その中でも〝生死を生きる〟ということを聞きました。そこをあえて無という一文字をつけられたことに感心しました。

50　よりよく生きることは、よりよく逝くこと、と思っています。どうやって逝きたいかを考えて、そのために生きようと思います。

　最近身近でいろいろな人が、様々な逝き方をしています。仏教は大金が必要で、そのお金をためないと死ねません。大変なことです。

　私は何もしてもらわなくてもよいと思っております。お付合が大変なので無宗教でいいと思っています。

51　自分らしく生きて（これはとてもむつかしい）、そして死ねるようにどうすべきか、本当によく考えるようになりました。

　巾広い分野の知識をちりばめてのお話、たのしかったです。

　さぁ、又あしたから前むいて行こう！

　玄侑さんくれぐれもお体に気をつけて、ますます御活躍ください!!

勉強会報告

平成二四年度 第3回勉強会と語り合いの会

日　時　平成二十五年二月十一日［月・祝］
　　一三時三〇分～一四時三〇分
場　所　三重県総合文化センター
　　フレンテみえ生活工房
参加者　四四名

演題

世界の看取り、意思表示の仕方と事前指定書

講　師
鈴鹿医療科学大学　教授
葛原　茂樹 氏

先生の優しさと心づかいとを感じました。

日本の平均寿命が世界のトップクラスですが決して喜べません。なぜなら、必要なのは健康寿命です。日本の平均寿命と健康寿命の差に愕然としました。

これは主に、終末期の迎え方の違いです。

日本では、本人の意思でなく、周囲の人の心理的安定のために、延命処置がなされ、西欧では、死を穏やかに受け入れ自然経過の一部と見て、自宅やホームで、家族・友人・聖職者に囲まれた自然死を選びます。延命治療を望まない人々は、平均寿命は短いが寝たきりでなく最期まで人生を楽しむ姿が見られます。

私たちに今必要なことは判断能力のある間に自分の意志表示をすることです。（T・S）

参加者アンケート感想文（抜粋）

1　終末期医療について考えたことが、今まであまりなかった。

北欧、西欧では本人を含め家族、医療に関わる人達で本人自身が終末期をどのように迎えるかを徹底的に話し合いその後も定期的に確認をくり返すという方針だとあった。日本ではあまり行われていないのかと疑問に思った。ただ、日本の社会的背景を考えると、尊厳死、自然死を心おきなく選択できるような状況にはなく、社会の認識をしっかりと改めつつ、自分の最期は自分が決めることのできるような社会にしていくことが、これからより高齢化が進む日本社会において大切だと思った。

現在、終末期医療の場で実習させていただいているので終末期について一人ひとりの患者さんついて、しっかり考えていきたいと思う。　医学生　E・N　二三才

2　私達のグループでは、家族に意思を伝えることの重要なことを教えられよかったと思いました。

日頃回りに迷惑かけない様に思っておりますが、いざとなった時にはどの様な状態になるものかが、想像しにくかったのですが、今日皆様の話を聞けたことで、気持も落ち付けたことはよかったと思いました。

3　今日の講演で日頃子供達と終末のあり方、自分の考え方を話す機会を持つことの大切さを感じました。自分としては胃ろうをしてまで生きたくないと思っています。先生の歯切れの良いご講演感動致しました。

4　今日は、初めて参加させていただき、先生のスライドやお話を聞かせていただきまして、人生観が再度変わりました。

私自身三年前に、ガンの手術を受けました。その時から、家族に自然体で、看取ってもらいたいです。特別に延命を治療して欲しいとは思いません。家のたたみの上で最後を閉じたいです。

なによりも、今日一日一日、時を大切に生きたい。もっともっと考えなくてはいけない事が目の前にいろいろあります。病院の先生ともっと心からお話をしたいですね。若い人たちとも、もっと話し合いましょう。

5　初めての参加でしたが、これから、自分が残りの人生を生きる上で、今日を機会に自分の主張をはっきり伝えておくことの大切さ・・・それが家族への愛であるとも教えられました。

6　在宅で死を迎えたいなら「病院に行かない、救急車を呼ばない」教育をする必要がある、というのは激しい云い方のようですが、本人の意志がはっきりしている方には

本当に必要だと思います。

昨年一月の老年医学会の立場表明は姑の死から一年後でしたが、私達が家族としてとった行動は「あれで良かったのだろう」と納得させるものでした。でも姑の胃瘻を断り、自然死を希望するのは医師・病院に対して大きな力を必要としました。

7　今回のような勉強会を重ねて人生や生き方などに意識を向け、草の根から皆の意識を高めていくことはとても重要であると思います。実際は本音と建前の差があり過ぎて、まだまだ進んでいかない、難しさを感じます。おそらく、日本人は、元気で健康な状態に戻れるのであれば、なんとしてでも戻りたい、病院に行けばそうなるという希望を持っているのでは、と思います。どれだけ医療が進歩しても若返ることはない、という当たり前のことを「本当にわかる」ということの難しさを感じます。

8　皆さんのお話を聞けて、また久しぶりに亡くなった祖母について語ることができてよかったです。送る側の思い、去る者のマナー（？）お互いが納得して別れることができるような社会になっていければと思います。

胃ろうの話になるといつも絵本ローレンス・ブルギニョン作「大丈夫だよ、ゾウさん」を思い出します。小さなネズミが、仲良しの年老いたゾウさんの死を受け入れるまでを描いた絵本は、延命と、死を受け入れることについていつも考えさせられます。

9　この会のように、死について皆で話せる場の大切さを感じます。自分がどう死にたいか、生きたいか。介護職としてどうサポートするかは、その人の思いにていねいに寄りそうこと、私達が死についてきちんと考えることの大切さを感じます。利用者さんの死に接し、二〇才代前半の介護職の人がやめました、ショックだったようです。これから死に接したことのない若い人達をどうサポートするのかも必要になってきたと思います。

どんな医療を受けるにせよ、正解はありません。最期を迎えた時に、看取る人、看取られる人が共に満足できれば、それで良いと思います。

第一回　勉強会

日　時　平成二五年四月二〇日（土）
　　一三時三〇分～一五時
場　所　三重県総合文化センター文化会館
　　大会議室
参加者　三〇名

演題
「禅僧の生死（しょうじ）観」

講　師
衣斐　弘行 氏

大変興味深いお話を伺った。

有名な一三～一九世紀のお坊さんたちの遺偈すなわちDeath Poemを紹介していただく。一生を終えるにあたっての所感または総括ということか。いかに偉い僧でも臨終の際に揮毫するのはエネルギーのいることであろう。

参加者アンケート感想文（抜粋）

1　命あることは偶然、死ぬことは必然の深い意味を知ることができてよかったです。

初七日、七日ごとのお参りや三五日、四九日の心の区切りのつけ方もなる程と納得できました。

2　最近大切な人の死に立ち会うことがあり「死」ということを考えることが大事なことと思えて、この会に参加させていただきました。

その人と別れることは　大変つらいことでしたが、今まで　私と親しく接していただいたことを思い出し、今でもその人の教えを大事にしていきたいと思います。

3　有名な禅僧の遺偈をご紹介いただき、大変興味深く、勉強になりました。

エンディング・ノートもまだ未完成のままなので、七〇才になったら完成していなければと思います。生き方が死に方を決定するであろうと考えますので、いい加減な日々を送らぬよう心掛けなくてはと自戒しております。

4　これからの人生の道しるべとなることと思います。

5　とても貴重なお話を聞く事が出来よかったと思います。又、遺偈の資料のコピーも頂いて大切にします。

6　「禅僧の生死観」とお聞きして難しいと思いつつも、今生きるとは何なのか、死への道もそう遠くはないが受け入れていく準備にはよい機会となりました。過去に出会った人に会える楽しみができたように思います。

7　つい先日主人を亡くしましたが、死を悲しむのではなく、先の人生を送っていることを信じて悲しむのをやめたいと思いました。本当にありがとうございました。

8　本日はありがとうございました。

生の総括は、しないといけないと思いました。自分なりの形で、とれないといけないのかなと思いました。

死への恐怖は大きいですが、いつかはむかえるということを頭に入れて生活したいと思いました。

9　遺偈という言葉を知りました。

大川小学校遺族狩野さんのお話、鈴鹿のおばあさんのお話、石崎の桜のお話、川口博次さんのお話、心にしみました。自分も定年に近づき、また両親の看取りが近いと予感する中で仏教から見た人の生と死のお話を大変興味深く聞かせていただきました。

10　生命のリズムと仏事の意味を感じ、考える機会となりました。人の生命の終わりを看取る時、自分の生を問われているように感じる毎日です。今日のお話を聴いて、そこから自分が何を学んでいるのかと今一度問う大切さに気づきました。

11　生きること、死ぬことの間を考え、もだえています現在ですが、今日のお話は胸にストンと落ちました。生と死、どちらも同じじゃんと。お話を聞いた直後の感想ですから、今後も相変わらず、もだえていくと思いますので、会の役員さま、今後もよろしくお願いします。

12　自分が死ぬこと、そして身近な人が死ぬことの「死」をどう受けとめ受け入れ、納得していくことができるのか・・・・という問題はすべての人が直面しなければならない難問です。

私につながってきた「いのち」が、また「いのち」として生まれ往く所があることを知って人は本当に救われていくのではないのかと。

13　明治・大正生まれの祖父や伯母・母も各々辞世の歌や句を遺しているので、この日本的慣習は庶民にも息づいていると考える。私も気のきいた一首でも遺して・・・と望むが、土壇場になったら、さてどうなることか？

みえ生と死を考える市民の会総会

日時　平成二五年四月二〇日（土）
　　一三時三〇分～一五時
場所　三重県総合文化センター文化会館
　　大会議室

一．会長挨拶（大西）
二．総会議長選出（遠藤）
三．平成二四年度活動報告（喜田）
四．平成二四年度会計報告（樋口）
五．会計監査報告（橋本）
六．平成二五年度活動計画（案）（喜田）
七．平成二五年度予算（案）（樋口）
八．その他

今年度の総会は、役員改選、規約の改正などの協議事項はありませんでした。出席の会員の皆様から、講演会等への内容のご提案、ご意見をいただきました。また、会員の増加へのお知恵をいただき、ありがとうございました。皆様が是非参加したいと思っていただけるように運営委員も企画していきたいと思いました。

（喜田）

今後の予定

記念講演会

日時　平成二六年六月一五日（日）
　　午後一時～
会場　三重県総合文化センター
　　男女共同参画センター　多目的ホール

演題

「いのちのバトンタッチ」
～映画「おくりびと」に寄せて～

講　師
青木（あおき）　新門（しんもん）さん

●講師紹介

一九三七年富山県（下新川郡入善町荒又）生まれ。

早稲田大学中退後、富山市で飲食店「すからべ」を経営する傍ら文学を志す。吉村昭氏の推挙で「文学者」に短編小説「柿の炎」が載るが、店が倒産。一九七三年冠婚葬祭会社（現オークス）に入社。専務取締役を経て、現在は顧問。

一九九三年葬式の現場の体験を「納棺夫日記」として著しベストセラーとなり全国的に注目される。著書に「納棺夫日記」小説「柿の炎」詩集「雪道」童話「つららの坊や」チベット旅行記「転生回廊」など。なお、「納棺夫日記」は一九九八年に米国で「Coffin man」と題され英訳出版され、中国語、韓国語でも翻訳されている。

また二〇〇八年に「納棺夫日記」を原案とした映画「おくりびと」がアカデミー賞を受賞して再び注目される。（公式サイトより引用）

施設見学会

会場　藤田保健衛生大学七栗サナトリウム
　　病院と緩和ケア病棟
日時　平成二六年二月　予定

編集後記

私の母は九四歳。「私の葬儀は音楽葬がええな」と言うほどのカラオケ好きですが、今夏は体調を崩し、救急車にお世話になる事態に。元気に見えていても、日々老いていく親の姿を身近で見ていると、改めて一日いちにちの過ごしかたを考えさせられているこの頃です。（K）