ラジオ放送

＜令和3年4月～6月放送分＞

ON AIR

金光教の声

No.435

もくじ ～*contents*

＜先生＆信者さんのおはなし＞

☞ 金光教の先生と信者さんのお話です。

●僕と手をつないで　*page 1*
徳島県・徳島南教会　岡美栄子

●神様がくださった木　*page 5*
滋賀県・大津教会　髙阪有人

●パニックさん、ありがとう(ピックアップ) –心のケア–　*page 9*

●摂食障害を乗り越えて(ピックアップ) –心のケア–　*page 15*
徳島県・佐古教会　木村榮子

●明るく暮らすヒント(信心ライブ)　*page 19*

●おいしいお茶をどうぞ(信心ライブ)　*page 23*

●天狗の弟子入り(ピックアップ) –先の不安–　*page 27*
静岡県・静岡教会　岩﨑弥生

●神様のレール(ピックアップ) –先の不安–　*page 31*

●四方八方感謝（もう一度聞きたいあの話）　*page 35*
東京都・白金教会　菊村禮

＜こころの散歩道＞

☞ 軽い音楽に乗せたちょっといい話

●物にも想いを込めて　*page 39*

●脚立から落ちた　*page 43*

●ゆっくり、やさしく、ていねいに　*page 47*

＜私からのメッセージ＞

☞ 金光教の先生からあなたへのメッセージ

●命にゃ別状なか　*page 51*
兵庫県・出石教会　大林誠

《先生のおはなし》

「僕と手をつないで」

徳島県・徳島南教会　岡美栄子

おはようございます。案内役の大林誠です。今日は、金光教徳島南教会、岡美栄子さんのお話です。岡さんは、子育て中の出来事をとおして、神様のお心に触れていかれます。タイトルは「僕と手をつないで」。ではお聞きください。

今から30年ほど前、長男が3歳になったばかり、次男はまだ1歳に満たない頃のことでした。当時、私たちは仕事で実家の教会から離れ、金光教本部のある岡山県の金光町に住んでいました。

長男は好奇心が強く、外に出て遊ぶことが大好きでした。ただ、乳児の次男に手がかかり、あまり一緒に外で遊んでやれませんでした。

少し内気だった私は親しい友達もおらず、育児にも疲れてか、孤独を感じることが多く、内へ内へと心が向いていました。ある日、小さな長男に向かって、「お母さん、友達がいないの。独りぼっちなの。どうしたら友達できるかな」と言っていました。3歳のわが子が答えてくれるとは思いませんでしたが、心の叫びが思わず出てしまったようでした。長男は少し間を置いて、「お母さん、僕と手をつないでお参りに行ったらいいよ。道を歩いていると、みんなが小さな僕に話しかけてくれる。そしたらお母さん

も一緒にお話ができる」と言ったのです。私は一瞬耳を疑いましたが、確かに3歳のまだ体も小さい長男が、私の目を見て言ってくれたのでした。私は涙が止まらず、この子を抱きしめていました。「ありがとう。そうだね。一緒にお参りに出掛けたら友達ができるね」と言っていました。

初めは長男のことをすごいと思いましたが、だんだんと、これは神様が長男をとおして私に教えてくださったのではないかという気がしてきました。

その頃私は、夜、育児家事が落ち着いてから一人で金光教本部にお参りしていました。この鬱々(うつうつ)とした気持ちからどうぞ抜け出させてください とお願いさせていただいていると、帰る頃には心が少し落ち着くのです。そこは、神様が優しく包んでくださるような気がして、ほっとできる場所でした。

そして、実家に電話をして、父に心の内を聞いてもらうこともありました。父は黙って聞いてくれた後、「子どもが元気で成長させていただいていることはありがたいなあ」と言ってくれました。次第に、「子ども二人が元気でいてくれることはありがたい。育児が大変なこと、友達がいないことを不満に思うことにピリオドを打たなければ」と自分に言い聞かせる気持ちになってきていました。

私は、長男が「一緒にお参りしよう」と言ってくれた次の日から、わが子の小さな手を引いて金光教本部にお参りさせていただきました。

すると、道で出会った方が長男に声をかけ、私にも「いつも元気なお子さんですね」と話しかけてくださいました。そして私も、明日は誰とお話ができるだろうかと、毎日の参拝が楽しみになっていきました。

金光教には「昨日を忘れ、今日を喜び、明日を楽しめ」という教えがあり、これもまた私の心の支えになりました。それは実家の母が、私が落ち込んでいるのを見るたびに聞かせてくれていた教えでした。この言葉に励まされるだけでなく、母がいつも私のことを祈ってくれているという安心感も重なって、一層心強く思えたのです。

そしてある日、参拝の帰り道、長男と同じくらいの男の子とそのお母さんに出会い、同じ方向だったので、どちらからともなく話ができました。別れ道に来た時、お互いの家が近いことを知って、子どもたちは「また遊ぼうね」と約束していました。それからはお互いの家を行ったり来たり、一緒に参拝したり、誕生会もしたり、バスに乗って動物園に出掛けたり、本当に楽しい時間を過ごせました。私の心も外へ外へと広がっていきました。

思い返せば、全ては神様に願うことから始まりました。願うことによって、私はこのように変わることができたのです。孤独感や渦巻く悩みを心の中にとどめているだけでは、ますます暗く深く沈んでいくばかりだったでしょう。悩みを祈りに変えて神様に向けていけば、神様は必ず手を差し伸べてくださいます。私の場合、

神様は長男の言葉をとおして私を救いへと導いてくださったのでした。

去年の敬老の日に、孫の手作りの可愛い作品が送られてきて、父親である長男のメッセージも入っていました。「子育ては本当に大変で、お母さんは僕と弟をよく育ててくれたなあと感謝します」と書いてありました。長男も親となり、改めて親の恩を感じることができるようになったのだとありがたく思いました。

人間を大きく包んでくださっている神様のご恩、そして親への感謝の心を忘れずに生きていきたいと思います。

いかがでしたか。

3歳の子どもが、落ち込んでいる母親を気遣って、「僕と手をつないでお参りに行ったらいいよ」と教えてくれたという。岡さんは幼いわが子の言葉を、神様からのメッセージと受け止めました。願えば必ず応えてくださる神様の親心、またお父さんお母さんの娘を思う温かさにも包まれて、岡さんは孤独感から救われていきました。

「人はみな神の愛し子である」と金光教祖は教えています。神様の愛情の中で、今日も一日、喜びいっぱいで過ごしたいですね。

《先生のおはなし》

「神様がくださった木」

滋賀県・大津（おおつ）教会　髙阪有人（こうさかありと）

先日、1歳半になる息子と留守番をしていました。歩くことにも慣れてきた息子は、好奇心いっぱいであっちへうろうろ、こっちへうろうろ。いろんなものをひっくり返しては喜んでいるいたずら盛り。そんな彼の今一番のお気に入りは、木馬に乗ること。それも、ぐんぐん力いっぱいこぐのが楽しい様子。親の私とすれば、危なっかしくてひやひやです。

その時も、木馬から落ちないよう見守っていたのですが、彼は揺れる木馬の上にすっくと立ち上がり、両手を広げたかと思えば、私を目掛けて大ジャンプ。突然のことに、私は大慌てです。幸い受け止めることができ、抱きかかえた息子に目をやると、いたずらな笑顔です。そんな息子の無鉄砲なやんちゃさをほほ笑ましく思いながら、同時に、「必ず受け止めてもらえる」という幼い子どもの親への信頼を感じた出来事でした。

その時、神様も私たちを、時にひやひや、時にほほ笑ましく見守り、いざという時には私たちのことをしっかり思い、受け止め、守ってくださっているのだろうなということが思い浮かびました。

今の話は、神様が私たちへ向ける温かなまなざしでありますが、私たちは神様へ向ける心、つまり願う心を持っているでしょうか。

では、ここからは、私の奉仕する教会にお参りされているある男性のお話を紹介します。この方は、山間部にお住まいで、山仕事と、自然と調和した生活のための技術の研究をされています。例えば、伝統的な炭焼きをされたり、山水が流れる水路を利用した家庭用水力発電の開発に携わったりと、いつも楽しそうに興味深い話をしてくれます。ですが、その時は様子が違っていました。青ざめた深刻な表情で話し出されました。

その方は、ある大学が中心となって庭園を造るというプロジェクトに誘われ、茶室を担当することになったそうです。そこで、以前山で見付けた、床の間の装飾となる柱、床柱にうってつけの栗の木を提供されました。すると、皆ともても喜んでくださり、茶室の目玉になるとまで言ってもらえたので、一層張り切っておられました。ところが、設計のサイズに切る時に切りすぎてしまわれたのです。「これではもう使えない。皆の期待を裏切ってしまう。金銭的な責任も負わなければならないかもしれない」ということでした。

その方は、「全く私の不注意で木を台無しにして、都合良く代わりを見付けられますようになんて、自分勝手なお願いですよね」と半ば諦めたようなお願いをされて帰られました。

その後も何度となく山へ入られましたが、代わりは見付かりません。何といっても、とっておきの栗の木だったのですから。神様にお願いはされましたが、期待もしておられなかったこ

とでしょう。

しかし、山道を歩く中で、「自分では柱にする木1本すら自由にできない。ただ見付けただけなのに、自分のもののように思っていた。また、茶室を造る仲間に喜んでもらったのは良かったけど、全てを自分の手柄と勘違いしていた。この木を立派に育てたのは、山であり、天地自然の働きであり、神様から頂いた栗の木のはずなのに」と心に浮かんできたそうです。

すると、追い詰められた心がほどけるように、自分一人でこの茶室を建てるように思っていたこと。自分一人の手柄にしようとしていたこと。翻って、このプロジェクトに関わる様々な人と一緒に仕事しているじゃないか。正直に仲間に打ち明けてどのようにしていくかをまず相談しなければならない、という思いが湧いてきました。いざ仲間に相談してみると、やはり「大変だ」ということにはなったそうですが、設計の調整や木材加工での工夫といった知恵を皆に出してもらって、何とか完成となったことを、後日お参りをされた時に話してくださいました。

そして、「あの時、神様から頂いた栗の木なんだと心に浮かばず、仲間に打ち明けなかったらと思うとぞっとします。あんな勝手なお願いでも、神様は気付きを下さり導いてくださった」とも仰いました。

この方の「栗の木の代わりになる新しい材が見付かりますように」という願いはかなっていませんが、その過程で多くのことに気付かされ、そのどれもがとても大切なことだったと振り返

っておられます。このことがまさに神様の導きと思わされるのです。

駄目にしてしまった木の代わりが見付かるのではなく、大切なことだったと振り返られる多くの気付きをもって、願ってはおられませんでしたが、本来目指さなければならないはずの茶室が完成するという、より大きな目的が無事達成されました。これこそが、神様と歩んだ茶室のプロジェクトだった証のように、私には思えるのです。

本当に切羽詰まった時には悪いことばかり考え、自分で何とかしなければと一生懸命になるあまり、神様を頼り、神様に願う心を持つことはなかなか難しいものですよね。ですが、そんな時こそ、時にひやひや、時にほほ笑ましく見守ってくださっている神様のことを思い出してほしいのです。たとえ苦しい時の神頼みでも、たとえ良い結果が期待できない願いでも、ちょうど幼い子どもが親の胸に飛び込むように、とにかく願ってみれば、きっとその「願う心」に神様は、様々な気付きをもって、本来願うべきところへ導いてくださることでしょう。

《ピックアップ》テーマ：心のケア

「パニックさん、ありがとう」

（ナレーション）

皆さんは、「パニック障害」という病気をご存じでしょうか。ある日突然、漠然とした不安に襲われ、心臓の高鳴り、呼吸困難などで気持ちをコントロールできなくなり、パニックに陥ります。そして、「このまま死んでしまうのではないか」という強い恐怖感が慢性的に起こります。

大阪府四條畷（しじょうなわて）市にお住まいの坂本昭枝（さかもとあきえ）さんは現在70歳。結婚して間もない24歳の時、通勤途中のバスの中で、パニック発作に襲われました。

（坂本）

そのバスがとても混んでいましたので、もう急に降りたくなって、次の駅で降りたんです。その時に、新婚旅行に行った時の昔のネガが無くなっていたのに気付きました。混んでいるのも怖かったんですけど、その時に、大事なネガが無くなったという、取り返しが付かないことになったと思うとすごく怖かったんです。もうそれ以来、混んだバスが乗れなくなったんですね。

（ナレーション）

坂本さんの症状は、だんだんと日常生活にも大きな支障をきたすようになりました。

（坂本）

症状がどっと出てきました。例えば、８時になったら病院が閉まりますよね。そうしたら、翌日まで開かないから、救急車以外は病院に行けない。毎日時計を見ながら、７時になってきたら、もう病院が閉まると思って苦しかったですね。診てもらえないと思うんです。この苦しく、がっーと締め付けられるような気持ちになった時に、何かしてほしいという不安が出てきて、もうそれが毎日ありました。それで、「８時病」と自分で名付けてましたが、８時になるのが怖いという症状がありました。

もう一つは、「書けない」っていうのも出てきましたね。手紙を出したら、ポストに入れたら、手元に返ってこないと思ってしまって、本当に怖いんです。だから、友達に書いてもらって出してもらうとかしていました。年賀状も書かなくなったから、友達も減りましたね。本当に自分でも何でやと思うけど、書けないですね。

家事もできないし、もう普通の生活ができない。そういう状態でしたから、生活することが苦しかったです。

（ナレーション）

あれもできない、これもできない、そんな苦しい毎日を送っていた坂本さんでしたが、45歳の時、信心をしていたお姉さんの勧めで、金光教の教会に初めてお参りしました。

金光教では、教会の先生が参拝者の悩みや願いを聞いて神様にお祈りをし、お話ししてくれ

ます。これを「お取次（とりつぎ）」と言います。坂本さんは、先生に心の内を全て打ち明けました。そこでのお取次が、坂本さんの人生を大きく変えることになります。

（坂本）

本当に助かりたい一心ですから、教会の先生にお参りさせていただいた理由を、今までのことを延々とお話しさせてもらったんです。その時に先生は、「神様は、あなたと一緒に悲しんでおられる」と仰ったんです。「えー」と驚きました。「あなたが悲しむと神様も悲しんでおられるよ」という話をお聞きして、決して「神様～」とひれ伏すような神様ではなくて、自分の身近に一緒に共にいてくださる神様なんておられるんだということを教えてもらって、これはすごいなあと思いました。その言葉を頂いた時に、「もう私は助かるなあ」と思いましたね。

（ナレーション）

坂本さんの心は救われました。そしてこの神様のことをもっと知りたいと思うようになります。

（坂本）

もう毎日お参りしたいという気持ちになりました。話を聞くことがうれしくて、例えば、「明日、塩辛を食べるからといって、今からお水を飲むわけにはいかない」という教えを聞かせてもらえる。何と分かりやすい教えかと思ったり

して、もう夢中でしたね。お参りがうれしかったですね。神様の教えというのが私にとっては薬になりました。

そして「8時病」というのも消えましたね。教会は何時でも開いていて、私の話を聞いてくださるという、そういう安心感がありましたから。

（ナレーション）

教会にお参りし、お取次を受ける。こうした毎日が坂本さんのパニックを安心に変えていきました。やがて、つらかった症状も次第に改善し、できることが増えていきました。そして、気付かされることもありました。

（坂本）

この病気があったからこそ、どこに行くのも当たり前じゃないと思える。電車に乗っていくのも当たり前じゃない。食事を頂くのも当たり前じゃない。トイレに行くのも、「ああ、トイレに行かせてもらえる。ありがたい」。トイレを出て、「ありがとうございます」と思える。これをきれいごとじゃなくて、本当に心から思わせていただけたことは、そのパニック障害があったからこそです。

（ナレーション）

坂本さんには2人のお子さんがいます。お孫さんもできました。ご主人も、坂本さんを温かく支えてくれます。坂本さんは振り返って、こ

う話してくれました。

（坂本）

できなかったことはいっぱいありましたけど、できていることはそれ以上にいっぱいあると思っています。私もまだ地下鉄は怖いですし、パニック症が全部が治った訳じゃないんです。けれども、お願いしながら地下鉄に乗らせていただくんです。いろんなことを願いながらさせていただけるということを残していただいていることが、私はおかげだと思っているんです。だから、どこに行くのも、他の人より倍はありがたいと思えます。「行けるかな。どうかな、神様〜」と願って実現することですから。

「私はありがたい自分だなあ」と思ってるんですね。私はパニック障害はあえて神様が置いといてくださっていると思わせていただいているんです。だから、全部平気になったらだめだと逆に思っています。これは自分でも本当に確信を持っていますね。

「なぜこんな病気になったんですか。これは治してください」と初めは思っていましたが、今は「この病気があるから、ありがたいことも、当たり前ではないことも教えていただけた道筋だった」と思って、もう本当に「この病気さん、ありがとう」という気がします。

（ナレーション）

「神様はあなたと一緒に悲しんでおられる」という人生を変えたお取次から二十数年。坂本

さんのパニック障害は、いつしか、なくてはならない大切な宝物となったようです。

《ピックアップ》テーマ：心のケア

「摂食障害を乗り越えて」

徳島県佐古教会　木村榮子

私は、縁あって金光教の教会に嫁いできました。そして2人の娘に恵まれました。長女は、看護師になりたいと県外の大学に入り、1人暮らしを始めました。

今から7年前の春のことです。3年になった娘は、友人と沖縄旅行に行きました。数日後、帰ってくるなり、「ウエストを細くしたいからダイエットする」と宣言しました。毎日カロリー計算し、おやつを食べると食事を減らし、必ず運動するなど徹底して実行し、思いどおりに痩せていきました。8月に帰ってきた時、娘の手足はかなり細く、胸は肋骨が浮き出るくらいになっていました。私たち家族は驚いて、「もうそれ以上痩せる必要はない」と言いましたが、「まだウエストが太いから…」と、毎日食事制限してジョギングをします。

その頃、若い女性が無理なダイエットをして拒食症になると聞いていたので、私は心配になって、拒食症のことを調べました。すると、娘の行動に当てはまる項目がいくつもありました。私は、娘に心療内科の診察を受けるよう勧めましたが、本人は、「病気ではない。自分でコントロールできてるから大丈夫」と言って、聞く耳を持ちません。

冬休み近くなったある夜、泣きながら、「お母さん、来て」と、電話してきました。私は、

その泣き声に驚いて、すぐに飛んでいきました。部屋に入ると、以前よりさらに痩せた娘がベッドで泣いていました。思わず抱き寄せて、その夜はそのまま休みました。

翌日、娘と話し合いました。「最近1人で過ごすのが耐えられないほど寂しく、自分などいなくてもいい。価値のない存在」と自己否定します。授業も休みがちでした。それで、病院に行くことを約束して、一緒に帰ることになりました。翌日、病院の診断結果は、摂食障害でした。この時すでに娘は、拒食から過食に転じていたようです。

過食は、食べたい欲求を自分で抑えられず、食べた後には太ることへの恐怖と食べてしまった自責の念に捕らわれ、吐く、下剤を飲む行為で、心が落ち着くようでした。でも、吐くと体のバランスが狂って、起きていられないほど体がだるくなり、寝てしまいます。食べる・吐く・眠る。この繰り返しです。通院とカウンセリングを続けましたが、なかなかその連鎖を止めることができません。そして、リストカットもし始めました。

私は、どう対処してよいのか分からなくて、看護学校の教師をしていた姉に相談すると、娘の周囲の者や家族が時間をかけて辛抱強く愛情深く接していかないと回復が難しい心の病気だということでした。私たち家族は、必死に娘のことを神様にお願いしました。そしてまず、食べ過ぎても吐かないことを目標にし、どんなに太っても私たちはあなたのことが大好きで、大

切な存在だと言い続けました。でも、娘の心の縛りは、なかなか解けません。４年になると大学では病院実習と国家試験の準備が始まります。今の状態ではとても無理、ゆっくり治療しようと話し合い、休学することを決めました。

４月が近づいた頃、娘に少し変化が現れました。病気を治したいという気持ちが生まれてきて、吐くことを何回か辛抱できるようになりました。新学期を迎え、私と娘は休学手続きと先生との面談のため大学へ行きました。新学期初日で、クラスのみんなは教室にいて、娘が休学することは親しい友人から伝わっていたようでした。娘は、今日がみんなと会う最後になるからと、昼休みの時間に教室へ行きました。すると、みんな大変喜んでくれ、イラストやユニークな写真たっぷりの模造紙２枚分の心のこもった寄せ書きを娘に送ろうと用意してくれていました。さらに「一緒に頑張ろう」と言ってくれたのです。

そんな感動的な出来事があった後での学部長、担任の先生との面談に、娘の心は揺らいでいました。先生方は、開口一番に、「あなたのために私たちは何ができますか」と尋ねてくださいました。そして、娘に本当に休学でよいのかと確認しました。娘は、「みんなと一緒に卒業したい。けれども一人で厳しい病院実習をこなしていく自信がない。迷っている」と答えました。娘には、まだ食事管理と精神的な支えが必要でした。すると学部長が、「お母さんが実習期間中こちらに来てくださることを条件で、

進級してはどうですか」と仰いました。娘は、「頑張れると思います」と答えました。

その後、私たちは、病気の回復と、志望どおり看護師になって、社会のお役に立たせていただけますようにと、神様にお願いしました。私は、さらに心の中で、「摂食障害で苦しんでいる人たちの気持ちに寄り添えるようなお役に立たせてください」と、押してお願いしました。

こうして5月から7月末まで平日は娘の所、休日は家に帰るという私の生活が始まりました。娘もよく頑張り、1日も休まず実習を終えることができました。さらに地元の病院に就職が決まり、卒業後は、毎日忙しく過ごすようになりました。

過食の回数も減り、薬は飲まなくても大丈夫になり、そして昨年結婚、男の子を出産し、母親となりました。今振り返れば、休学することなく頑張れたことが、今の幸せにつながったのだと思います。たくさんの人たちに支えられて、今の彼女があります。

そして忘れてはならないのは、そういう人たちを娘の周りに引き寄せてくださった神様のお働きです。娘は、この体験からお願いすることの大切さが分かったようでした。神様のお働きを感じたのでしょう。今は家族みんなで教会に参拝しています。

《信心ライブ》

「明るく暮らすヒント」

おはようございます。今日は、福岡県・金光教天道教会の田中直美さんが、令和元年7月に鹿児島県で行われた集会でお話しされたものをお聞きいただきます。

皆さんは、「信心する」と聞くと、どのようなことを連想されますか？　特別な時にお寺や神社にお参りして願い事をしたり、修行で水をかぶったり、非日常的なことを連想するかもしれません。

金光教ではどうすることが信心なのか、田中さんのお話を聞いてみましょう。

皆さん、はじめまして。福岡県の天道教会で御用を頂いています田中直美と申します。

金光教の信心は、山にこもってする信心じゃないんです。社会の中で、生活の中で信心するわけです。社会の中で生活するというのは、人と人との関わりがあって、自分の身の回りの物を使います。そして、いろんな出来事が起きてきますよね。

私たちは、物にたくさん囲まれて生活しています。物がないと生活ができません。四代金光様も、「世話になるすべてに礼をいう心」と仰っています。物に感謝する。使う物に感謝する。このお道の信心は、生活の中で現してこそ。私は「良い心」を現そうと、人間関係、扱う物、そして出会う小さな虫たちも大切にすることを

心掛けています。また何か起こっても、「これは神様がなさったこと。無駄なことはない」と思って、どんなマイナスなことでも受けていく稽古をさせていただきます。毎日同じことの繰り返しの中で、いかに神様を感じるか。古新聞を片付ける時でも、「神様ありがとうございました。新聞さんありがとうございました」という気持ちを持つ。そして、これも近頃聞いたんですけれども、皆さん冷蔵庫を何げなく開けてるでしょう？　開けてるって失礼な言い方ですけど、晩御飯は何にしようと思いながらパっと開けてますけど、そこにも信心が現れると聞いたんです。どう開けたら信心になるか。食べられる喜びをかみ締めて冷蔵庫の開け閉めをしようと聞いたんですよ。本当にびっくりしました。そんなことしたことなかった。

洗濯機も、昔のたらいと洗濯板ではなくて、全自動ですから、他のことをしていてもちゃんと出来上がります。その洗濯機の調子が近頃悪くなったんです。回るのは回るんです。洗濯はできるのですけど、脱水が弱くなったんです。全部洗濯が終わった後、もう一度脱水だけすれば大丈夫なんですけど、その時に、「これも信心でさせてもらおう」と思って、子どもたちと家族会議をしました。

これは、どうすることが信心になるか。神様、洗濯機にお礼を申し上げて処分するという選択もあります。でも、普通に回るのは回るんです。最後の脱水がゆるいだけで、まだ動く。でも、それだと私の手間がかかるわけですね。手間を

惜しむことなくさせてもらうことが神様は喜ぶかなとか、子どもたちと話したら、やっぱり最後まで使うのがいいんじゃないかなということになって、手間はかかるけれども、脱水を２回して使うようになりました。そして、今まで以上に、「この洗濯機は、もうおじいさんなんだなあ。お疲れ様です」というような気持ちでさせてもらうようになりました。洗濯物を入れるのも半分にしました。たくさん入れたら疲れるだろうなあと思ってです。脱水も、重たいから今までの半分ぐらいの量で回すようにして、洗濯機をちゃんと労ろうと思っていたんです。そうしたら、何と脱水１回でＯＫになったんですよ。「洗濯機さん、ありがとうございました」という気持ちでした。

家族でそういう話ができたことが、私はうれしかったです。子どもたちもそれぞれに意見を言って、「やっぱり最後まで使うのがいいんじゃないかなあ」となりましたが、物にも命があるということを子どもなりに思ってくれたみたいで、ありがたいことでした。

いかがでしたか？

信心するというのは、丁寧に生きることだと思いました。人にも、物にも、心を込めて向き合うこと。心を寄せること。面倒くさいようにも思えますが、田中さんの生き生きとした声から、信心するって楽しいことなのだと感じました。

普段の生活の中で使う物にもお礼を言い、壊

れた時も、簡単に処分するのではなく、家族で話し合う。感謝の言葉が飛び交う家族だんらんの光景が目に浮かびます。

同じことの繰り返しの生活の中で、感謝の対象を見つける目、感謝できる心を育てていくことが信心なのかもしれません。そして、感謝の対象が増えていくことは、より幸せと感じる瞬間も増えていくことになるのでしょう。

《信心ライブ》

「おいしいお茶をどうぞ」

おはようございます。今日は、徳島県・佐馬地教会の兒山陽子さんが、２０２０年１月に、金光教本部でお話しされたものをお聞きいただきます。

兒山さんは、中学生のお子さんの部活動で、保護者のＡさんと仲良くなり、いつしか、思っていることを相談し合えるようになりました。子どもさんたちが通う金光学園中学校では、金光教本部で大きなお祭りがある時、参拝者にお茶を入れる接待を行います。その活動に参加した、金光教のことをほとんど知らないＡさんが兒山さんに知らせてきたこととは、いったい何だったのでしょう。

ＡさんもＰＴＡのお役で、秋のご大祭に湯茶接待の奉仕をされました。その日の夜、私にメールを下さいました。

「ご信者の方々が全国からお参りになっていることに驚き、圧倒されました。金光教の皆さんは、お茶出しをしましたら、皆さん『ありがとう』と言ってくださり、こちらがうれしくなりました。他の保護者の皆さんと、『この湯茶接待に来させてもらって良かったね』と話しました。『全国から信者さんが集まる金光教は、どんな宗教か知りたいね』と話したのです」というメールでした。また、さらに、「私は、裏のほうでお茶を作ることをしていましたが、『お

茶がおいしい』と参拝の方に言われると、本当にうれしかったです。おいしいお茶ができますようにと、祈りながらお茶を入れました。今日は気持ちのいい一日でした。自分の何げない行動でも、喜んでいただける。そのことをうれしく感じました。少しでも、良い自分になりたいと思っているのです。なかなか難しいですが」というメールを頂いたんです。

私は、このAさんの言葉に感動いたしました。Aさんをはじめ、お仕事をされている方が多い中で、お休みを取られて湯茶奉仕をしてくださっています。そのことだけでも大変なことですが、喜びを持って奉仕してくださったことが伝わってきました。また、参拝の方々がお礼の気持ちを持って、湯茶接待を受けてくださっている。その参拝者のお礼の気持ちを、また接待するほうも受けて、接待に祈りを込めてしてくださっている。金光教の信心を知っている知らないを超えて、そこにありがたいものが生まれたのだなと思いました。

どうしてそういう場が生まれたのかなと考えてみますと、Aさんが少しでも良い自分になりたいという願いを持っておられるからだと気付きました。これは、なかなか言葉にできない言葉だなと思います。本当に素直な気持ち、願いの言葉だと思います。そういう願いを持っているAさんの心をとおしてみると、湯茶接待の場がありがたいものが生まれる場として見えたのだと思います。少しでも良い自分になりたいと思っているのです。この願いを言葉にできるA

さんの真っすぐな心にも打たれました。そして、私自身を振り返らされるような気がしました。そういう願いを果たして自分は持っているのだろうかと、揺さぶられるような思いがしました。

Aさんは、このご大祭での湯茶奉仕を通して、「金光教のことを知りたい」「ご本部の周りが奇麗だった」という印象を持たれて、散策してみたいと仰いました。これが、10月のご大祭のことでした。翌月の11月に、金光学園中学高校の保護者を対象に、ご霊地を案内する会があることを私が聞いておりましたので、そのことをAさんにお伝えして、参加を勧めました。

Aさんは、午前中に参加してくださいました。とても喜んでくださいました。後日、Aさんとお話しした時に、次のような感想を仰いました。

「金光教の教えには、『人様のためになる』『お役に立てる人になる』ということがありましたよね。学校でのお話などを通じて、以前から耳にはしていましたが、あまり心に留めておりませんでした。しかし、先日の参拝と本部施設の見学をした時に、『人様のためになる』『お役に立てる人になる』という言葉が心に響きました。私は、親から、『人様に迷惑をかけるな』と言われて育ちました。ですから、子どもにも、『人様に迷惑をかけるな』と言って育ててきました。『人様に迷惑をかけるな』という言葉に比べて、『お役に立てる人になれ』という言葉は、何て肯定的なんだろうと思いました。子どもには、小さい時からの言葉が刷り込まれているでしょうから、今から『お役に立てる人にな

れ』と言って育てても遅いですよね」と仰るんです。残念そうに、そう仰いました。

ですから、私も、次のようにお話しいたしました。「私も、子どもの頃には、『人様に迷惑をかけるな』と言われて育てられました。最近になってようやく、子どものことだけでなく、自分自身のことも、『人のお役に立てますように』と願えるようになりました。Aさんも、今日から子どもさんに、『お役に立つ人になれ』と言ってあげてください。私は、40歳を超えてから、『お役に立つ人にならせてください』と自分のことをお願いしているのですから、息子さんに言うのに遅いということはありません。Aさんは、すでにそういう願いを持っておられると思いますよ。どんな宗教を問わず、人の幸せは、人に喜んでもらえることから生まれると思います」と。

いかがでしたか。

お礼や感謝、相手を祈る気持ちを伝え合うことができると、何とも言えないありがたいものが生まれてきます。「お役に立つ人にならせてください」という願いが、一人でも多くの人に広がれば、柔らかな人とのつながりが生まれていくのではないでしょうか。

《ピックアップ》テーマ：先の不安

「天狗の弟子入り」

静岡県・静岡教会　岩﨑弥生（いわさきやよい）

２０１０年1月5日、朝5時40分。外の空気はキーンと冷え、空を見上げるとまだ星が光っています。教会では、毎日朝のお祈りがあり、神様に新しいいのちを頂いたお礼と、今日一日のお願いに、信者さんがお参りしています。

その日の朝、単身赴任で静岡に来ている秋山さんの姿が久しぶりにありました。秋山さんは、新年のすがすがしさとは裏腹に、暗く硬い顔をしていました。

気になって秋山さんに話を聞くと、現在担当しているリース部門の業績が悪く、会社としてはリース事業からの撤退も考えており、1月中にその結論が出るということでした。もし撤退となると当然自分の居場所はなくなり、リストラということになります。そこで秋山さんはいても立ってもいられず、仕事始めから朝参りをして神様に道を付けていただこうと思い立ったそうです。

秋山さんは、これからの仕事のこと、東京に残してきた妻や小学校と幼稚園に通う娘たちの将来のことを考えると、不安が募るばかりでした。入社して16年間、リースの仕事一筋で頑張ってきた秋山さんは、突き付けられた現実の厳しさに、自分はどうしたらいいのか、何を願っていいのかが分からなくなっていました。

私は、「そうでしたか、秋山さん。それは不

安になりますよね。まずは、自分がどうすべきか、願いがはっきりするよう神様にお願いさせていただきましょう。そして、今受け持っている仕事を一生懸命やることに努めましょう」と秋山さんに話し、一緒にお願いさせていただきました。

そうして迎えた1月の末、いよいよ会社の方針が決まりました。残念なことに、リース部門の撤退が決まり、営業所は3月末で閉鎖されることになりました。毎日朝参りをし、今日まで一生懸命取り組んできた秋山さんの思いを考えるとつらくなりました。がっかりしている秋山さんを見ていて、ふと私は「天狗（てんぐ）の弟子入り」の話を思い出し、秋山さんに話しました。

ある人が天狗の弟子にしてほしいと頼んだところ、天狗が「それなら私の言うとおりにするか」と聞いてきました。その人が「はい」と答えると、天狗はその人を抱えてサッと飛び上がり、崖の上の高い松の木に連れていきました。

「では今、松の木につかまっているが、その右手を離せ」と天狗が言いました。そのとおりにすると、今度は「左手を離せ」と言うので、「私はこの手を離したら、谷底へ落ちてしまいます」とその人が答えたところ、「それでは私の弟子にはできぬ」と天狗が悲しそうに言ったというお話です。

その人は手を離したら落ちてしまうと自分で決めてかかっていました。神様への願いも同じです。神様にお願いしながら、自分の考えや思惑にとらわれて神様を信じ切れず手を離せない

ことがあります。いったいその手で握っているものは何でしょう？　お金？　名声？　自分が大事だと思ってきた生き方？　価値観？　手をぎゅっと握っていたのでは何もつかめません。握ったその手を離し、身を委ねた時、神様が受け止めてくださるんです。神様にお願いしながら、自分で「ああなったらこうなる」と初めから決めていませんか？　右手と左手交互に離しているのなら、ただ苦しいばかりです。両手を離して、神様にお任せしてみましょう、と話をしました。

先程まで思い詰めた顔をしていた秋山さんでしたが、何か思い当たることがあったようで深くうなずいています。

そして秋山さんが、「実は私、未払金を催促することを、いつもは電話で済ませていましたが、できることを一生懸命と言われ、取引先に回収に行きました。すると電話で納金のお願いをした時の素っ気ない態度と打って変わって、担当者が厳しい現状を話してくれ、『半年後にはめどを付けたいと思っているので、今日のところは少ないが…』と、現金を渡してくれたんです。それまでは回収のことばかり考えていた自分でしたが、このことで取引先の経営がうまくいってこそ、自分の会社の利益につながることを感じました。それから、営業所を一人で任されていたので、初めから集金に行くのは無理と決め付けていたのですが、神様にお願いして進めていく中で、無理ではなかった。そして、思わぬ展開になったということがありました」

と話してくれました。

そして、その後も秋山さんは自分が何を握っていたのかじっくり考えたそうです。自分は今まで真面目に仕事に打ち込んできたつもりだし、それなりに評価も得ていたと思う。ただ、小さな自分の世界で安心してしまい、それが崩れかかった時、どうしたらよいのか慌てふためいてしまった。自分の小さな価値観を離せないでいたのかもしれない。そう素直に思えたそうです。

「この先会社を辞めてどうなっていくか分かりませんが、神様を信じてこの状況を受け入れ、新しい世界に飛び込んでいきたいです」と力強く話してくれました。「奥さんにはそのことを話しましたか？」と聞くと、「こんなに厳しい状況の中でも、最近のあなたは変わった。それを見ていたら私も一緒に頑張ろうと思う」と言ってくれたそうです。

3月31日、全ての仕事を終え、秋山さんは東京へ帰っていきました。くしくもその日は秋山さんの37歳の誕生日でした。深い感慨を持って東京へ帰る秋山さんには何の迷いもなく、神様の胸に飛び込んで自分の新しい生き方の第一歩を踏み出す晴れ晴れとした顔をしていました。

「人生をリセットする良い機会を頂きました」とお礼を言っての出発でした。

そして3カ月後、秋山さんから電話がありました。自動車の部品販売の会社に就職が決まったとのことでした。うれしいうれしい電話でした。

《ピックアップ》テーマ：先の不安

「神様のレール」

若林和子（わかばやしわこ）さんは80歳。三重県亀山（かめやま）市にお住まいです。平和の「和」に子どもの「子」と書いて「かずこ」ではなく「わこ」さんと読みます。夫の春一（はるいち）さんとは同い年。昭和27年の結婚で、まもなくダイヤモンド婚式。和子さんと、腕のいい大工さんだった夫の春一さん2人のなれそめには、ちょっとロマンチックなエピソードもあるのですが、それはまた別のお話…。

結婚してから10年後、春一さんは、建設会社を興しました。夫婦二人力を合わせて一生懸命働きました。ゼロから始めた会社でしたが、年を追うごとに仕事も増え、従業員も30名を数えるまでになりました。

順風満帆。ところが、もっと事業を広げようと大きな工事を引き受けたのがあだとなり、資金繰りが悪くなります。その心労もあったのでしょう、追い打ちを掛けるように、春一さんが体調を崩し、ついに入院してしまいます。

和子さんが金光教と出合ったのはこの時のことでした。同じ病室の、やはり付き添いに来ていて親しくなったご婦人から手渡された1冊の金光教の本。それが、和子さんを金光教の教会へ導くことになります。

「とにかくありがたいお話で。神様がレールを敷いてくださったような気がして、何としてでも教会にお参りしたいと思いました」。和子さんは本を手にした時のことをこんなふうに振

り返ります。

翌朝、初めて金光教亀山教会にお参りした和子さんは、教会の先生に、春一さんの病気のこと、会社のこと、そしてこれまでの事情、心配事などなど、思いの丈を話しました。先生は、じっくり耳を傾け、神様にお願いしてくださいました。

教会にお参りしては、神様にお願いし、先生に相談し…ということが、和子さんの毎朝の日課になりました。

そんな中で、和子さんは、だんだんと自分の気持ちが変わっていったと言います。周りの人たちや出来事がありがたく思えるようになっていったのです。夫である春一さんのこと、会社の従業員のこと、取引先のこと、これまで携わってきたたくさんの仕事のこと、そして何でもないように思っていたいろんな出来事…。

春一さんの病気は手術も成功し、無事退院となりました。しかし会社のほうは、もうどうにもならなくなっていました。負債は6億円。一緒に頑張ってきた従業員のこと、お世話になった取引先のことを考えると、身も引き裂かれる思いでした。矢のような催促は激しくなるばかり。「資金繰りをしにいく」とだけ言い残し、夜逃げ同然に春一さんと和子さんは亀山を後にしました。

向かった先は海の奇麗な所でした。気晴らしにでもと思い、2人でやってきた海岸は、季節になれば潮干狩りや海水浴の観光客でにぎわう所でした。しかしその風景は、和子さんの目に

は何もない寂しい所に映りました。

その時、「いっそのこと死んでしまおうか」と春一さんが…。

どこまで本気だったのかは分かりません。しかし、この言葉に、和子さんはハッとしました。「生かされている命を粗末にしてはいけない」。思わず口をついて出たのは、春一さんを励ます言葉でしたが、和子さん自身にとっても思い掛けないほど心に響いたのでした。神様に、生かされている命なのだと。

結局、弁護士さんが間に入ってくれて、債権者会議がもたれることになりました。迷惑をかけたことをただただ謝るばかりの2人に、取引先の人たちは皆、「心配していたよ」「できる限り応援するからね」と口々に温かい言葉をかけてくれました。

「教会の先生も心配しておられたよ」。知人がそう教えてくれました。実は、教会の先生にも黙って姿を消してしまっていたのです。「先生は、突然、姿を見せなくなった私のことを案じてくださっていたんだ。私がお参りしなくても、ずっと神様にお願いし続けてくださっていたのだ」と和子さんは気付きました。

春一さんの病気、会社の倒産という大変なつらい出来事でしたが、周りの人たちが気にかけてくれ、教会の先生からも願われている。それは、和子さんに助かってほしいと願っておられる神様のレールの上を歩む道のりだったのかもしれません。

その後、以前取引のあった大手のハウスメー

カーから、春一さんの腕を見込んで、新築住宅の内装の仕事が舞い込んできました。遠方の地域を一手に任され、夫婦泊まり込みで働くこともありました。２人だけの、しかも50歳を過ぎての再出発です。しかし和子さんには、建築会社の社長さんとしてよりも、腕のいい大工さんとしての春一さんのほうがずっと好もしく思えたのでした。

今、和子さんたちは、借金の整理もつき、子どもたちも独立し、市街地を見渡す高台に居を構え、夫婦２人穏やかな生活を送っています。

そんな和子さんには日課があります。一日の出来事を振り返って、帳面に書き留めているのです。ありがたかったと思うことや、家族やお世話になっている人たちのことなどなど。そして自宅の神棚の前で拝礼して、一日を終える…。教会の先生がお願い事の帳面をつづって神様にお願いしているのを知って、「私も」と思ったのがきっかけで、もう何十年も続けています。

「今は、もう何もかもありがたいことばかりです」。和子さんはこんなふうに話します。自分のことだけでなく、みんなのことを願っていく。このことがまた、神様のレールを先へ先へとつなげていくことになるのでしょう。

《もう一度聞きたいあの話》

「四方八方感謝」

東京都・白金教会　菊村禮

♪雨　雨　降れ降れ　母さんが　蛇の目でお迎えうれしいな　ピンチ　ピンチ　チャンス　チャンス　ラン　ラン　ラーン♪　と、このような替え歌を有名な作家が新聞に載せていましたが、今まで実感せぬまま過ごしておりました。

ところが昨年の春のこと。私は突然左足の付け根からつま先にかけての激しい痛みに襲われました。坐骨神経痛。内臓の病気からの疑いもあるということでＭＲＩの検査もしていただきましたが異常なし。原因不明のまま七転八倒。歩けず座れず、家でただ寝ているだけ。そのようなつらい暮らしが続き、体重も減り、「このままでは私の人生も終わりか」と、覚悟を決めたりも致しました。

そのような中で、神様に一生懸命お願いしたところ、ようやく少し歩けるようになりましたので、やっとの思いで教会にお参りし、今の苦しい状況を先生に打ち明けました。すると先生は、「何よりもまず痛くないところのお礼を申し上げ、それから痛いところのお願いをなさい」と仰いました。

とにかく毎日痛くて痛くてたまらなかったのですが、専ら自分の心を徹底して痛みのない部分に向けるように致しました。「右足は？」「痛みは感じません」「おなかは？」「全然…」。

さらに、日頃は当たり前のように思い生活し

ていることに対しても、感謝の念を向けるように致しました。「目は？」「はい、良く見えます」「食欲は？」「おなかならば空いて困るほどです」「お通じは？」「ああ、それなら毎日ちゃんと…」と、このような感じで、朝から晩まで神様に感謝をし続けました。

すると、不思議なもので、「ああ、何てありがたいんだろう」と幸福感でいっぱいになってきました。体中がポッポッと温かくなって、リラックスさえしていくのがよく分かりました。ここでお医者様から聞いたお言葉に納得しました。「痛みを感じるのは脳である。脳は気持ち良いのが大好き。脳が気持ち良く感じられるようにしてしまえばいい」というものなのです。

金光教の前の教主様は、「お礼の気持ちの大切さ」を終生説かれましたが、「先取りのお礼」についての教えも残していらっしゃいます。

それはどういうものかと言いますと、「お風呂に入る前にもお礼を申し上げよ」というものです。すなわち先手必勝です。入る前に、お風呂にまつわる思い付く限りのお礼を申し上げるのです。水道からお水が出る。それを沸かすガスがある。一人で脱いだり着たりができる。自分で湯船に出入りができる。そのようなお礼を申し上げてから、お風呂に入らせていただく。

お湯につかり、良い気持ちになってお礼。お風呂から上がって奇麗になって、またまたお礼。そうすることにより、前向きのエネルギーが体中に満ち満ちてまいります。うれしい楽しい温かい陽性のエネルギーに脳は気持ち良くなっ

て、痛みを忘れてしまうというわけなのです。実際には、足はちっとも治ってはおりませんのに、「あっ、治っちゃった！　良かった！」と喜び、朝から晩までお礼を申し上げ続けました。

すると、「あれ、不思議ですねえ。何だか近頃痛くないわ…あら、いつの間にか治ってる」。お礼心のパワー、感謝の思いの何たる不可思議な威力！　あらかじめのお礼、その効き目の素晴らしいことを知ってしまったらもうこたえられません。

大きな痛みを伴う病を、私は「お礼の心」を持つことで治していただきましたが、全ての難儀を克服する力を、この「お礼の心」は持っているのではないかと思います。どのようなささいなことでも、その気になれば「お礼の心」を持つことができます。手が洗える。爪も切れる…お皿が洗える。お箸が持てる。口笛が吹ける。唄も歌える。水が飲める。息が吸える、吐ける…この世に生まれて、たとえどのようにたどたどしくとも、一つずつできるようになり、両親・家族が喜んでくれた、あのことこのこと…それらの動作を、神様からのプレゼントだと受け止めた時…お礼の心は、まさに、くめども尽きぬ泉のように、次から次へと湧き上がってくるものなのです。

自分の四方八方を、「お礼の心」ですっぽり包み込んでしまうんです…あ、ほら、ちょうどケーキを作る時、上から下へとトロトロとおいしそうなクリームでコーティングされていくように。そうそう…あれもできる。これもいい。

ありがたい。何てうれしい…。生地が出ないように、努めて注意を致します。生地とは、不平や不満の他にも、まだあります。自分の至らぬ点にばかり目を向け、悲嘆にくれたり、希望を失ったりすること。他人をうらやんだり、恨んだりすること。「明日塩辛を食べるからといって、今から水を飲むな！」という例え話のような、取り越し苦労をしてしまうこと。こういった生地が出てしまうと、途端に、「あっ、痛たたた…」となるんです。

そうして…「わーっ、治った！　治った！　万歳！　バンザーイ！」と、浮かれてはしゃいでおりました私に、教会の先生は、「痛いのが治ったのがありがたいのではありません。いつも元気でいられるのがありがたいのです。元気にならせていただいた体と心をもって、さあ、あなたは今から世の中のため、他人様のために、お役に立たせてもらわなければなりません」と仰いました。　病気を治していただいた今こそ、新たなる人生のスタートを切る時なのだと、つくづく感じさせていただきました。これから先は、神様にお礼を申し上げるのみならず、他人様の幸福、助かりを、より一層強く願いつつ、神様からちょうだいした仕事に精いっぱい励ませていただこうと思います。

痛いという大ピンチは、人助けのための人生が開ける、そのビッグチャンスとなったのでした。

♪ピンチ　ピンチ　チャンス　チャンス　ラン　ラン　ラーン♪

《こころの散歩道》

「物にも想いを込めて」

娘が高校に進学しました。真新しい制服を着て、ピカピカの革靴を履き、初々しい姿での通学が始まりました。

そんな矢先のある日、父親の私が家に帰ると、リビングに娘の通学用のカバンがどんと置かれ、その周りには、雑巾やティッシュ、さらには除菌シートまでが散乱していました。何やら洗面所から水の流れる音が聞こえてきます。そこには何かを一生懸命洗っている娘がいました。「何してるの」と聞くと、娘は、「もう、腹立つわ！　鳥のフンを落とされた！」と、すごく怒っています。あまりの形相に私は圧倒され、ひと言、「ふ～ん」とだけ言って、その場を立ち去りました。

その晩、詳しく事情を聞きました。学校からの帰り道、通学カバンと、定期券を入れるパスケースに鳥のフンが落ちたということでした。しかも、パスケースは昨日買ったばかりで、犬のぬいぐるみのケースです。それでカバンを奇麗に拭き、パスケースを洗っていたのです。「そういえば、お父さんも小学生の時、ハトのフンを落とされたことがあったな。カバンで受け止めたから、道路を汚さんで良かったな」。そう言ってなだめるのですが、娘は不機嫌なままでした。

私は、インターネットで「鳥のフン」を検索してみました。すると、「鳥にフンを落とされ

ることは、幸せのジンクス」「海外では、これから訪れる幸運の予兆」だと書いてありました。翌朝娘にそれを話すと、「ふ～ん、あっそう」とサラッとかわされましたが、さらに私は言いました。「きっと、このフン事件はラッキーなことやで。カバンに落ちたということは、学校の勉強をサポートしてくれるということで、パスケースに落ちたということは、登下校を守ってくれるということや！　そんなふうに良いように思ったらいいのとちがう」。そう言うと、娘は大笑いをして、「どれだけプラス思考やねん。ほんまに、そうやったらいいな」と言って、笑顔で学校に行きました。

私は、その笑顔を見てホッとしました。そして、娘の後ろ姿に手を合わせ、「カバンさん、パスケースさん、ありがとう。お世話になります」と心で念じました。

＊

ちょうど鳥のフン事件の頃、「思い出のランドセルギフト」という、日本で役目を終えたランドセルをアフガニスタンに寄贈し、教育の機会に恵まれない子どもたちへの国際支援活動について、妻が関心を寄せていました。

妻は、長男と長女が小学校で6年間使用していたランドセルを、大事に保管していました。

それを、アフガニスタンの子どもたちに贈ってはどうかと思い、早速息子たちに話をしてみると、素直に賛成してくれました。

ただ、長女は、思い出にずっと置いておこう

と思っていたらしく、少し寂しくなったようで、記念にランドセルと一緒に写真を撮りました。実は、そのランドセルにも鳥のフンを落とされたことがあり、「幸運を引き寄せる代物になれば」と想いを込めて贈ることになりました。

日本からはるか遠いアフガニスタンの国で、自分たちが大切に使っていたランドセルを、「どんな子が使ってくれるのか」。「元気に勉強を頑張ってくれたらうれしいな」などと、親子で想いを巡らしながら話したことでした。

プレゼントをして、使っていただくことで、お役に立てる喜びを感じることができた、とても貴重な経験でした。

＊

妻は、知り合いから「ヘアドネーション」という取り組みを聞いて、自分も提供させていただきたいと思い立ちました。

「ヘアドネーション」というのは、がんや白血病、先天性の無毛症、不慮の事故などによって髪の毛を失った子どもたちに、寄付された髪の毛を使ってオーダーメイドの医療用ウィッグを無償で提供する活動だそうです。一人の子にウィッグを贈るには、31センチ以上の長さの髪の毛が20～30人分必要で、このウィッグを待ち望んでいる子どもたちが大勢いるそうです。

妻が行き付けの美容院で尋ねてみると、髪の毛の手入れの仕方や、送り方を教えてくれました。そして、自分の髪の毛を少しでもお役に立てればとの思いで寄付しました。

すると、妻の「ヘアドネーション」の取り組みを知った小学6年生の次女が、「私もする」と言って、今髪の毛を大切に手入れしながら伸ばしています。

親としては次女のその想いがとてもうれしく、人への想いのこもった取り組みというのは、自ずと周りにも伝わっていく働きがあるんだなあと感じました。

＊

大事に使っているカバン、パスケース、思い出のランドセル、掛け替えのない髪の毛。

物に想いを込めていくと、感謝の心が生まれます。そこから人を想う心が育ち、さらに誰かの役に立つことが喜びとなる。

いろいろな想いを大事にできる世の中であってほしいと思わずにはいられません。

《こころの散歩道》

「脚立から落ちた」

だいぶ暑くなってきたし、少し早いけれど、そろそろスダレを掛けようかと思い、準備を始めたところでした。妻が、「ちょっと買い物に行ってくるわね」と言って、出掛けていきました。「はいはい」と生返事をしながら、私は、物置から去年使っていたスダレと脚立を運び出しました。

さて、「こちらの軒下にこれを。あちらにはあれを」と、汗をかきかき、段取りをつけて、作業に取り掛かります。1枚目…上等上等。2枚目…よっこらしょ。3枚目…うーん。やっぱり、ちょっとしんどいな。脚立に乗ったり下りたりが、さすがに足に効いてきます。

4枚目を手にして脚立を上ろうとしたところ、ぐらっと。危ない！　とりあえず持っているスダレを放したものの、手を伸ばしても支えになるものには届きません。脚立の高さは1メートル、下はコンクリート。それならば、このまま脚立と一緒に倒れるよりは、先に飛び下りたほうがダメージは少ないに違いない…と、ここまで約0．01秒。頭はフル回転。しかし、体が追い付かず。その上、飛び下りようかという中途半端な体勢でズボンの裾が脚立に引っ掛かり、後は万有引力の法則に身を任せる他ありません。体感の落下速度は、まるでスローモーション。しかし、実際はあっと言う間もなく大地にひれ伏し、気付けば、左足くるぶしと右ひ

ざ、そして左腕手首からひじに掛けて結構な擦り傷。倒れてきた脚立を受けてあちらこちらに打ち身です。どうやら、脚立を置いたところが斜めになっていて、不安定だったようです。それに加えて脚立の乗り下りが、思った以上に体力を奪っていたのかもしれません。

＊

と、もう何カ月も経っているので、今では冷静に分析できていますが、その時の心のうちは穏やかじゃないどころの騒ぎではありませんでした。痛いやら情けないやら腹が立つやら。しまいには、「家族のためにしてやっているのに、どうしてこんな目に遭わなくちゃならないのか。どうして誰も手伝ってくれないのか」。そんなふうに人を責め始めます。私の心は、こんなすがすがしい朝の、しかも、宗教の時間のラジオではとても表現できないような醜い思いでいっぱいになってしまっていたのです。

ぷりぷりと怒りながら、それでも、傷口の消毒をして、服を着替えて、仕方がないので残りのスダレもどうにか掛け終えたところに妻が帰ってきました。

＊

「ただいま。遅くなってごめんね。あ、スダレ掛けてくれたんだ。ありがとう」と妻。「うん」と答えたものの、私はまだ内心モヤモヤしたままです。妻は、どうやら私の様子がおかしいのに気付いたようで、こちらを心配そうにう

かがいつつ、「あれ？　どうしたの、その傷」と尋ねます。

説明しないわけにもいかず、「スダレを掛けようとして脚立から落ちて」と、事の顛末を話すと、妻は、「大丈夫？　とりあえず、ちゃんとお薬塗ったほうがいいわね」と、傷薬を持ってきて、私の腕とひざと足の傷口に、ちゃんと薬指で薬を塗ってくれました。「ちょっと大げさじゃないの」という私に構わず、腕には包帯を巻いてくれました。時間も経って、少しずつ痛みも治まってきます。

そんなタイミングで妻が、「どこでやったの？　そのけが」と言い、現場検証することになりました。「ここ、ここ。この軒下のところ」と転倒現場を案内すると、妻が、「良かったわねえ。落ちたのがあっちじゃなくて」と言います。こちらは痛い目に遭っているのに「良かった」はないだろうと思いながら、妻が指さす先を見ると、直径30センチほどの庭石が。「あれで頭でも打っていたら、大変なことになっていたわよ」と続けます。

もうちょっとで文句を言い返しそうになっていた私は、妻のその言葉のトーンとその表情に、ハッと胸を打たれました。本当に心配してくれていたのだ。本当に「良かった」と思ってくれているのだ。そのことが分かったのです。その時、心の中の凝り固まった醜いモノが、ようやく解けていくような気がしました。

そして、そもそもスダレを掛けようとしたのは、別に誰かに頼まれたわけでもなくて、誰か

に恩着せがましく思うべきことでもなくて。転倒したのだって、自分の不注意でこうなったわけで。そんなことに、ようやく気付いたのでした。

《こころの散歩道》

「ゆっくり、やさしく、ていねいに」

私がお昼ごはんを食べている時、ガリッと砂をかんだような嫌な感触がしました。「アサリを食べたわけじゃないのに」と思いながら調べてみると、何と歯が欠けていました。実は、5、6年前から、夜寝ている間、無意識に強くかみ締めているようで、歯の詰め物が取れてしまったり、トラブルが続いて、とうとう歯が欠けてしまったというわけです。

私が通院している歯医者さんは、治療と共に歯磨き指導を行います。6年前、最初の治療に行った時も、「そんなに早く歯ブラシを動かしていたら、ブラシが歯に当たっているようで、実は当たっていないんですよ。もっとゆっくり、優しく、丁寧に」とご指導いただきました。その当時の私は、「確かにそのとおりだけど」と思いながら、忙しさにかまけ、言われたとおり「ゆっくり、優しく、丁寧に」ができませんでした。歯磨きだけでなく、あらゆることが、「早く。効率よく」に重きを置いてこなしていたように思います。

＊

私の2人の子どもは、もう成人しましたが、子育て時代も、「時間がない！　早く早く！」といつも子どもたちを追い立てていたように思います。子どもに何か尋ねていても、「こうい

うことなの？　それともこういうこと？」と矢継ぎ早に選択肢を並べ、子どもは何も口を挟まず、YesかNoか首を縦にするか横にするというような調子でした。今考えてみれば、最もしてはならない子育てをしていたと、今さらながら反省することばかりです。しまいには子どもたちに、「お母さんは、『No　Choice（ノーチョイス）』」とあだ名を付けられてしまいました。つまり、「選ばせない。自分で何もかも決めている」と言われるようになったわけです。

　そんな子育てにもかかわらず、子どもたちが、とりわけ優しく穏やかに育ってくれたのは、同居していたおじいちゃん、おばあちゃんのおかげだと思うのです。いつも「ゆっくり、優しく、丁寧に」子どもたちに接してくれて、全てを温かく受け止めてくれた人がいたことは、子どもたちにとって幸せなことだったと、今しみじみ思います。そして、義母（はは）が亡くなった今になって、孫だけでなく嫁の私のことも、「いつか分かってほしい」と、「ゆっくり、優しく、丁寧に」見守ってくださっていたんだなあと思うのです。

　その時分のことで、もう一つ思い出すのは、小児科のお医者さんから掃除機の掛け方を教わったことです。

　子どもたちがアトピー体質で、小児ぜんそくでした。特に下の娘がひどく、ひざの後ろや腕に湿疹ができ、かいては化膿（かのう）したり、季節の変わり目にぜんそくの発作に悩まされたりしていました。主な原因は、ハウスダスト。毎日お掃

除をしているのになぜ、と思っている私に、お医者さんが意外なことを言いました。「お母さん、掃除機をどうやって掛けていますか？　力任せに吸い口を床やじゅうたんに当てていませんか？」と言うのです。先生が仰るには、「掃除機は家電製品です。ブラシの吸い口に当たっている部分を吸い込むわけなのだから、力任せにやる必要はなく、『ゆっくり、優しく、丁寧に』やることが大切なんです」。言われてみれば、確かにそのとおり。掃除機の吸い取り面を、やたらに力を入れながら、ゴリゴリとせわしなく床やじゅうたんに押し当てている自分の姿が目に浮かびました。

＊

歯が欠けたことで、また通院することになった私に、歯医者さんが改めて、「ゆっくり、優しく、丁寧に」の歯磨き指導をしてくださいました。そして、かみ締めの原因を探るために、どんな生活をしているのかを聞かれました。いろいろ話していくうちに、数年前、家業に専念していた母が亡くなり、いっぺんに自分がやらなければならない用事が増えたこと。そして、やったことに対して、いつもその結果を出そうとして焦っている自分が見えてきました。私は、確かに一生懸命やっているかもしれないけれど、何もかも自分でやろうとして、「何か手伝おうか」という声に耳を貸さず、自分一人アクセル全快で、周りも見ずに突っ走っていることに気が付きました。そして、歯医者さんの問い

掛けで、自分のことを立ち止まって振り返った時に、「ずっと前から神様は、私の生き方の危うさを教えようとしてくださっていたんだな」と思えたのです。

＊

ちょっと力を抜いて、「ゆっくり、優しく、丁寧に」生きることで、もしかしたら困難なことを回避したり、反対に、大切なことを見逃さず、大きなチャンスに気が付くことにもなるのかなあと、歯磨きをしながら思うのでした。

《私からのメッセージ》

「命にゃ別状なか」

兵庫県・出石(いずし)教会　大林(おおばやし)　誠(まこと)

おはようございます。兵庫県・出石教会の大林誠です。61歳です。

私の妻は、熊本市のある金光教の教会から来てるんですが、今日は、その妻のことではなくて、妻の父親のことを聞いていただこうと思います。

熊本の父は、もう亡くなりましたけれども、髪の毛はもじゃもじゃでね、太っちょで、全く風采(ふうさい)を構わなくて、とぼけた感じにも見えました。でも、神様を信頼し切って、どんな時にもあたふたしない、腹の据わった人でありました。

これは妻の母から聞いたことなんですが、熊本に嫁いできた時、お姑(しゅうとめ)さんがものすごく厳しい人だったそうです。箸の上げ下ろしのような細かいことまで、若夫婦の不行き届きを見付けては、毎日毎日叱っていたという。それは、信心に基づく生き方を教えてやりたいという親心からのことだったらしいんですが、もうお年寄りで、ブレーキが利かなかったんでしょうね。教えているうちに興奮してきて、非常に激しい口調で延々とやられる。母はそれがつらかったと言います。

ある日のこと、いつものように夫婦そろって正座させられて、お叱りを受けた。でもその時は子どものしつけについてだったので、母にも持論があって、言い返したくてムズムズしてい

たんですね。ところが横目で夫を見ると、「はい、申し訳ありません」と、手をついて頭を下げるばかりで、ひと言も口答えしない。だから母も仕方なく頭を下げるしかなかったそうです。

それで、後になって聞いてみた。「あなた、お母さんからあんなにひどいこと言われて、悔しくないんですか」。そしたら父は、ケロッとした顔で、「どぎゃんもなか。これが槍か鉄砲でも持ってこられりゃ、慌てて逃げやんばってん、口だけだけん。命にゃ別状なかもん」と言ったんだそうです。「それを聞いたら、あれほど腹が立っていた自分が、馬鹿らしくなってねえ。父さんて、そういう人だったのよ」と、母はちょっと誇らしげに語っておりました。

父のこういう性格はどこからきたのか。父は口数の少ない人でしたから何も聞けませんでしたけど、周りの人の話から察するに、どうやら戦争体験と深い関わりがあったようなんです。

父は東京帝大の学生だった時に、いわゆる学徒出陣で動員されまして、攻撃機のパイロットになって、北海道の美幌基地に配属されました。仲間たちは特攻隊で次々に飛び立って死んでいく。そんな頃に、「お前が乗る新しい飛行機が茨城県の基地に置いてあるから受け取りに行け」という命令が下ったんですね。で、その飛行機に乗って帰ってきたんですが、意外に大きな飛行機だったもんですから、美幌の滑走路は短すぎて止められそうにない。それで後ろに乗っていた上官に、「ここには着陸できません。

しかも今日は風が強いので、余計に無理です」と言ったんですが、「つべこべ言うな」と言って聞いてくれない。仕方なく、決死の覚悟で着陸して、本当にオーバーランすれすれのところで止まることができた。「よし、よくやった」。上官が褒めてくれたその瞬間に、突風で機体がフワッとあおられて、翼がポキッと折れてしまった。それで結局、出撃できずに終戦を迎えることになったんですね。

こうやって父は死なずに済んだんですけれども、戦死した仲間たちのことを思うと、本当につらかったようです。でも、神様が下さった命なんだから、ここからの人生は神様に捧げようと決心して金光教の教師になったと、まあそういういきさつがあったようです。

「命にゃ別状なか」というあのセリフも、そこから出てきたんだろうと思うんですね。

で、「命にゃ別状なか」と言うくらいに腹の据わった人は、たとえ命に別状がある時にも、やっぱり腹が据わっておりました。60代の頃から腎臓を悪くして透析を受けるようになったんですが、ひと言も嘆いたり不足を言ったりすることがない。透析を受けてありがたいとか、病院で出された食事がうまかったとか言って感謝するばかりでした。

岡山県にある金光教本部には「修徳殿（しゅうとくでん）」という研修施設がありましてね、父はそこで指導をする役に当たっておりました。2泊3日の研修があっても、週3回の透析のスケジュールをぬって、体の続く限り、熊本から岡山まで出掛

けておりました。神様の御用に命を捧げる覚悟だったんでしょう。

私たち、いろんなことで悩んだり、怒ったり、嘆いたりします。でもそれらの問題のうちで、命に別状あることって、それほどないんじゃないでしょうか。私も心がザワザワした時に、父の言葉をフッと思い出して我(われ)に返ることがあるんです。それと同時に、「自分には父のようなすさまじい体験がないからというような言い訳をしてはいけないんだろうな」ということも思うんですね。

私は生まれた時、難産で仮死状態だったと親から聞かされています。その後も大病をしたり、大けがをしたこともあった。車にひかれそうになったり、崖から落ちかけたり、車を運転していてヒヤッとしたことも何回もあります。そういう命拾いの経験を、あまりにも軽視してきたのではないかなと反省するんです。

皆さんの身にも、きっとこれまでいろんなことがあったんじゃないでしょうか。何度も何度も命を救われて、今不思議にも生きている自分。その生かされてきたという事実の重みと真剣に向き合えば、腹が立つことも少なくなるんじゃないでしょうか。お互いに、頂いた命を、うれしくありがたく、大事に使わせてもらいたいですね。

「命にゃ別状なか」というこの言葉が、皆さんの役にも立ったら、亡くなった父もうれしいんじゃないかなと思います。

金光教本部　ラジオ放送係

住 所　〒719-0111
岡山県浅口市金光町大谷３２０

電 話　０８６５-４２-６４５３

FAX　０８６５-４２-２１１４

メール　w-master@konkokyo.or.jp

KONKOKYO

朝日放送　日曜日　あさ5時40分

放送センターHP
「こころで聴く
おはなし」

「こころで
聴くおはなし
Podcast」

放送後の音声はWebサイトやPodcastで聴くことができます。