

慈眼寺たより

第26号
令和元年7月
春日井市下市場町
「慈眼寺」
電話 81-6801
編集 伊藤秀文

☆透析日記★

熊野町 漆原由紀子

私は七十三歳。丁度一年前の去年の五月三十日から、透析導入になりました。腎臓透析は機能が低下した腎臓に代わり、人工膜や腹膜を使って血液中の老廃物や毒素を取り除く治療です。根本的な治療には腎移植があります。が、なかなか大変のようで、貰った人の命にもかかわるようです。だから、ほとんどの患者が受けているのは人工膜を利用した血液透析です。一般的に週三回で一回当たり三時間から五時間かかります。私は四時間透析は出来ません。三時間が過ぎると頭が痛くなりますので三時間で終ります。透析時間が短いので完全に血液が透析さ

れず水分制限と食事制限が少し厳しいです。

透析病院に行くときロッカー室で、パジャマに着替え、体重を測り、各自のベッドに横になります。まず血圧と体温を測ります。左手に少し太い注射針が動脈と静脈に二本さされます。左手は曲げる事は出来ませんが、左右は動かす事はできます。右手だけでは、本を持てませんので、さながらテレビを見ています。少し眠れると良いのですが、なかなか眠れません。血液検査の結果異常があると栄養士の先生から色々注意されます。カリウムが多いと果物と野菜の食べ過ぎを注意されます。リンが多すぎてはいけません。肉や魚も制限されます。体重増加も注

意されます。「死んじゃうよ」と脅しがかかります。ほかの人が栄養士や先生から注意されているのも聞こえてきます。食べ物の我慢は苦しい人もいるようで、私はうまく管理している方だと密かに自負しております。

それでも我慢して頭痛もなく無事三時間が終わるとほっとします。そのあと弁当がでます。おいしいこと。

帰ると疲れがひどく二時間位休憩をします。それからのろのろと家事をします。

今から九年ほど前、血液検査の結果、腎臓機能低下となり、食事制限を受けることになりました。タンパク質、エネルギー、カリウム、塩分制限となり、お米、パン、調味料、お菓子、と全て蛋白調整食品と塩分調整食品を取り寄せていました。お米は普通の米を粉にしてタンパク質を取り除き再度米粒に成形したもので、値段は普通のお米の三倍くらいです。こうい

うのは保険もきかないのでお金が大変です。みたらしもケーキもおせち料理もあります。がみんなこんな調子です。

こういう食材をどれだけ食べたか、すべてノートに書いて計算して管理するので。友達と喫茶店に入ってもお店のものは食べられません。なので自分のパンを持参し

〈青柳歌壇・俳壇〉

● 枝垂れ梅地にふれて咲く慈眼寺は

● しゃぼん玉地球つて水の想像力

伊藤清雄

● 焼討の寺領を覆い苔の花

(福井県平泉寺)

● 声ひそと美智子妃の名の薔薇の前

(王子製紙バラ園)

矢野孝子

● たも担ぎ野山を駆けし友ら皆達者
だるうか蟬時雨ふる

(た)

多くの方の作品を募集しています。慈眼寺か総代の方にお渡しください

ます。透析になると旅行もできなくなるというので、以前はよく出かけました。北海道から九州まで、いろいろなところに行きました。主食は必ず持参しました。カバンの中は弁当のご飯でいっぱいでした。事情を話すと持参のご飯を快く温めてもらえます。永年そんな生活でしたので、今の栄養管理はそれほど苦痛ではありません。慣れてしまったのです。

とにかく透析になりたくない一心でした。先生は、あなたは上手にやっているからこれだと七十二歳ごろにまでは透析しなくてもいいよと言っておられましたので、これはうまくすると透析しなくてもいいんじゃないかと期待しておりましたが残念ながらびたりと当たってしまいました。

実は透析の先輩たちに聞くとなんでも好きだけ食べていいとのことだったので、透析が始まったら食生活

の不自由もよくなると内心すごく期待していましたが、それはほとんど変わりましたが、少しおかげが増えただけです。残念・・・

今は隔日で透析をやっていますので長い旅行はいけません。だから日帰り旅行か観劇くらいが精一杯の楽しみです。それでも孫はかわいしい楽しいこともしたいので頑張って食生活を管理していこうと思います。



初咲の睡蓮

暑中お見舞い 申し上げます

檀方総代
伊藤辰男
伊藤久幸
伊藤秀文
伊藤正廣
大野和義
大野悟
木村廣孝
春日井浩道
春日井律舟

住職
副住

★僧堂生活(5) 臘八摂心☆

春日井律舟

禅宗のお寺には摂心といって毎月集中して坐禅を行う日が三日間程あります。普段から暁天坐禅(きょうてんざぜん)と夜坐(やざ)とあるのですがこの三日間は三度の食事等も坐禅をしながらと、もうひたすら坐禅です。なかでも十二月に行う臘八摂心といわれるものがあります。臘月とは旧暦の十二月の事で十二月の八日にお釈迦様が明けの明星をご覧になりお覚りを開かれたという故事にちなみ十二月の一日から七日間ひたすら坐禅し続けて、八日の午前0時に成道会(じょうどうえ)というお祝いの法要(お経と問答)を行います。

具体的な流れは四時起床から、暁天坐禅を行い、そのまま坐禅堂で朝課、少食(しようじき「朝ご飯」)。一旦、少食の片づけと朝の掃除や

割り当てられた仕事を行い、それからまた坐禅(四十五分ほど)と経行(きんひん「坐禅の合間に十分間かけてゆっくり堂内を二・三メートル程歩く行為」)を繰り返します。お昼になると坐禅しながら中食(ちゅうじき「お昼ご飯」)を食べます。

片付けと少し休憩をしてまたまた坐禅、経行・・・。お昼の坐禅が講義になる事もあります。坐禅を組みながら講義を聞く事になるのであまり変わりません。

坐禅しながら薬石(やくせき「夜ご飯」)を頂き、入浴後も勿論坐禅、経行・・・。最後に「坐禅用心記」というお経を坐禅しながら読経して二十一時頃に夜坐が終わり個人の仕事が無ければ洗面歯磨きを済ませて坐禅堂の畳一畳のスペースに函櫃(かんき「ロッカーの様な物」)から布団を取り出し敷いて眠ります。二十人くらいの修行僧が雑魚寝で寝ます。突然誰

かが寝言でお経を唱えだす事もよくある光景です。

そういうえば不思議な習慣で摂心の午後の坐禅中に坐禅しながらお茶とお菓子を頂きました。お饅頭であったり、シユークリームであったり、でささやかな楽しみでした。しかしとにかく坐禅三昧で一日に十時間以上していました。

最終日は午前0時まで坐禅でそこから成道会なので午前二時就寝です。

監院老師は「坐っているだけで毎日食事が出てきて本当に雲水というのは良い身分だ」というような事を仰しやっています。確かにその通りです。しかし私は身体が固くて修行に入る前は片足を組むだけの半跏趺坐（はんかふぎ）という坐禅すら出来ませんでしたので、足が痛くなつて足をかばつて変な姿勢になり腰が痛くなつてと大変な苦痛でした。なので、摂心が嫌で嫌で、何とか色々

な係を受けてサボる事ばかり考えていました。また役を受ける事が出来ずに坐禅をする事になった時は足が痛くなつてくると楽しい事、気持ちいい事を悶々と考えては気を紛らしていました。

坐禅の仕方としては間違っている事は重々承知をしておりましたがとにかく苦痛で仕方がなかったのです。すんなり坐禅が出来る人が羨ましかったし、有無を言わせないルールというものにも内心反発もありました。

道元様は「坐禅は修禅にあらず、安樂の法門なり」と仰っていたのに、これでは只の我慢大会ではないか！

成道会の時の監院老師への問答も大体みんなそれっぽい事を聞いていました。私は「煩惱を捨てる事など出来ません！煩惱こそ自分自身です。」という質問というか決意表明？の様な空気を憶読まない問答をした事を憶えています。残念な事に老師

が何と仰しやつたかは忘れてしまいました。が警察で一回叩かれる所を私だけ二回ビンッ！ビンッ！とやられて周囲の笑いを誘いました。

不思議なもので修行生活を終えて暫くしてなんだかとても坐禅がしたくなつてもう少し真面目にやつても良かったかなと思うようになりました。同期の修行僧に言ったら「自分もそう思っていた」という答えが帰って来ました。学校を卒業して勉強しとけば良かったと後悔するあの気持ちだと言われて妙に納得しました。

最近は何の力を抜いて朝と夜に坐っています。

道元様は坐禅の功德を「宝蔵が自ら開けて宝を自由に使う事が出来る」と仰しやっています。その功德か、日々の生活で迷いは勿論ありませんが、酷く囚われる事はあまりありません。一つの健康法だと思つて居ます。

お盆のお知らせ

① 棚経の日取り

八月十日 熊野、神領方面
八発十一日 穴橋（県道東）

堀北
八月十二日 浅山、鳥居松

勝川、名古屋
八月十三日 四谷、南部

八月十四日 下市場
八月十五日 穴橋、篠木、関田

上条、高蔵寺、坂下
右は原則です。具体的には個別にお知らせいたします。

② お施餓鬼

お施餓鬼は毎年八月十八日です。今年の日曜日です。

七月一日から受付をしております。早い時間帯は予約済みになっております。ご希望の方はなるべくお早めにお申し込みください。電話で結構です。お布施は今までどおりで

初盆施餓鬼	五万円
特別大施餓鬼	三万円
大施餓鬼	二万円
合同施餓鬼	一万円

棚経は今年も原則として律舟が全軒回らせていただきます。

精霊流し

お盆のお飾りなど以前は、川へ流していましたが、ここしばらくは檀方総代で回収しております。今年も八月十五日の四時半から山門のところで受けつけます。

夏休み坐禅会のお知らせ!

申込不要。当日途中参加、静かに途中退出もOKです。

本堂にて朝7時より20分間の坐禅とお経と法話で10分くらい!

イスも用意しています。子供からお年寄りまでお気軽にご参加下さい!

坐禅しやすい恰好でお願い致します。ジャージO、ミニスカートx、デニム△

日程..前半 7月20日(土)

21日(日)

22日(月)

23日(火)

後半 8月29日(木)

30日(金)

31日(土)

9月1日(日)

★世相雑観☆

最近、高齢者ドライバーによる事故が目立ってきました。ブレーキの踏み間違いとか道路の逆走です。これを書いているまさにその時、瑞浪市で七五歳の方の道路の逆走がありました。本人はどうしてこうなったか全く記憶がないと言っているようです。逆走も踏み間違いも大事故につながります。後期高齢者の仲間入りをした当方にとっても他人ごとではありません。免許証を返納したというお話もちらほら聞きませんが、何十年も車に慣れてきた生活で、今更自転車に乗り換えるのも並大抵のことであります。一度でも踏み間違いをしたら即返納しようかと思っておりますが、やはり大変のようです。

もう一つ気がかりなのはいわゆる引きこもりの問題です。昔は、世の中が大らかだったせいakaあまりそんな話は聞かなかつたようです。

最近では世の中の閉塞感からか個人が分断されてしまった孤立感からか非常に多くの人が苦しんでいます。なんでも世の中のせいにしたいたいとは思いませんが、今の利益第一主義、効率第一主義ではついていけない人達が落ちこぼれるのは必然な気がします。いじめの問題もこれと同根な気がします。

利益第一主義といえば、世界は何でもかんでも民営化して金儲けの手段にしてしまおうというところまで来ているようです。アメリカでは刑務所も民営化され、非常に安い労働力にされているようです。形を変えた奴隷制の復活です。また、軍需産業も戦争の民営化といえなくもないでしょう。企業の利益のために世界の緊張を作り出すというのはまさに悪魔の政府だと言えそうです。アメリカがイランでやっていることはなんだかそんな危うさが感じられてしまうの

です。そんなアメリカに追従してはいけません。日本の文化を大切に作る総理大臣なのでまさかそんなことはないと祈っております。世界の緊張をほぐすのが世界一偉いアメリカ大統領の役目だと思います。ハゲタカのような企業の代弁者ではありませんまい。

☆編集後記★

平成も終わり令和が始まりました。何でもかんでも令和初めてといわれます。曰く令和初めての夏場所で優勝。本号も令和初めての「たより」です。

今のところ梅雨に入っても一向に雨は降りません。熱中症に気を付けてお過ごしください。

「慈眼寺たより」 第二十六号

令和元年七月十日 発行

ホームページ

←←

<http://www.ma.ccnw.ne.jp/jigenji/>