

No. 86　2026年秋号　2026年11／10発行

専教寺寺報

浄土真宗本願寺派 一乗山　専教寺
〒714-1201　岡山県小田郡矢掛町矢掛2033
TEL.0866-82-0488
URL.https://www.senkyoji.com/
E-Mail.senkyoji@senkyoji.com

題字 大橋曽水

86号

アンチエイジングに思うこと

住職　釋 龍生

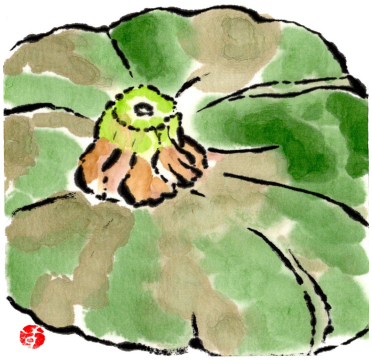
最近よくテレビとかラジオで、アンチエイジングという言葉を耳にする。アンチエイジングとは、「加齢に抗う」、また「老化に抗う」ということらしい。

敬老の日の毎日新聞に、「年寄りを笑うな」と題したコラムが掲載されていた。当コラムの内容を要約すれば、『現在、日本の高齢化率は３０％に迫り、誰もが生きる上で避けることのできない「老い」を、自然な過程として受け止める意識が薄れつつあるように感じる。アンチエイジングという風潮に象徴されるように、若さを善として、老いを否定的に捉えて、高齢者を社会の負担とみなす風潮も広がっている。しかし老いは誰もが等しく経験する自然な過程であり、決して他人事ではない。また、医療の進歩などによって平均寿命が延びて、高齢になっても経済活動や地域活動に参加して、社会に貢献する人も増えている。そもそも世の中には、幼い子どもから年老いた高齢者まで、さまざまな人間が共存している。それが本来、当たり前なのである。誰しもがこの世に生を受け、やがて老いて、病気をして、死を迎える、生老病死を人間の自然な歩みとして受け止め、互いを思いやることの大切さをあらためて考えたい』ということである。



仏教の説く「生老病死」とは、総じて「生きる」ということであり、その生きること自体が「苦」であると説く。死に焦点を当てれば、長寿を全うする人

もいれば、若く、幼くして命を終える人もいる。年齢の長幼やアンチエイジングといった昨今の世間の風潮にかかわらず、死は誰しもが避けることのできない、必ず迎えなければならない現実である。長く生きればその分、煩悩に振り回される迷いの姿を否応なく曝け出す日々が思いがけず長く続く。反対に生涯が短ければ、それはそれで不憫な命の切なさを感じる。いずれにしても、誰しもが



生老病死という思いどおりにならない現実の只中にいる。その無常な現実を、仏教では「老少不定」とも説く。本当に容赦のない言葉である。

浄土真宗でいう七高僧の第五祖、善導大師は、「往生礼讃」というお経の中で、

人間忽々として衆務を営み、年命の日夜に去ることを覚えず。灯の風中にありて滅すること期しがたきがごとし

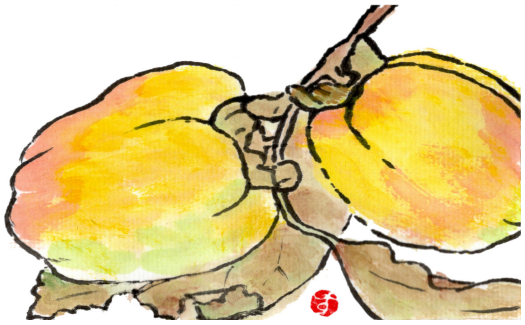
と示される。この文の意味は、私たちは日々の仕事に追われ、忙しく過ごす中で、自分の命が刻一刻と終わりに向かっていることに気づいていない。それはまるで灯火が風の中で、いつ消えるか分からないようなものである、という意味である。

人の命も、今ある生活も、形あるものはいずれ滅び去り、いつか必ず終わりを迎える。明日さえ知れぬ身として、限りある命を愛おしく抱えながら、人はそれぞれに、儚さと寂寥感を纏いつつ、どのような形であれ生を全うする。その内実は、娑婆という苦界を生き抜く上で、際限なく欲望を求め、貪瞋痴という三毒の煩悩にまみれて喘ぐ姿にほかならない。

アミダさまは、どんなに望んでも煩悩から離れられない私たちに、片時も離れずに常に寄り添い、手を差しのべながら、救いのおはたらきを届け続けてくださる。同時に救われる術として二心なくお念仏をいただくことを、自らの御手に抱きとめて、優しくお経を通して教えてくださる。煩悩を抱えたまま、迷える娑婆を生きる私たち。その私たちをこそ救いの目当てとするアミダさま。その永遠に尽きることのないぬくもりは、地獄に垂らされた一筋の蜘蛛の糸のように、暗闇の最中に射す一筋の光明として確かな救いへと導いてくださる。



お念仏は、自らの力で救いを得るための手立てではない。お念仏を二心なくいただくということは、同時にアミダさまの救いのおはたらきが、この私の身に沁み通るよう、絶えずはたらき続けられるということである。



今年は１１月２２日（日）に **報恩講法要** が勤修されます。

このたびのこのご縁は　初事と思うべし
このたびのこのご縁は　我一人の為と思うべし
このたびのこのご縁は　今生最後と思うべし

お聴聞の心得です。ご講師がどんなご法話を取り次いでくださるか心待たれる今日このごろ。大切なご縁です。このご縁を逃すことなく共に味わわさせていただきましょう。ご家族でぜひお参りください。







一期一会

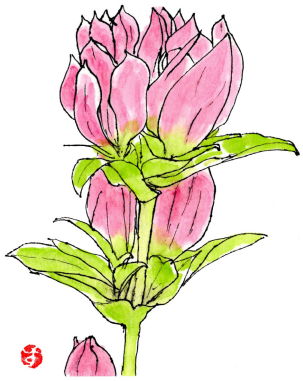
坊守　佐々木 ひろみ

本堂に「BIG ISSUE（ビッグイシュー）」という雑誌が置いてあります。その雑誌は、生活困窮者の支援のためにイギリスで作られたもので、本堂にあるのは、その「日本版」です。八月の表紙の写真とその名前（SUGIZO スギゾー）が目に止まりました。スギゾーさんは、ロックバンドLUNA SEAとX JAPANのギタリスト兼バイオリニストです。数年前に、身近で耳にした名前です。

まず、数年前になぜ名前を耳にしたかというと、倉敷市真備町の方からこ

んなお話を聞いたからです。真備には、専教寺のご門徒が住まれていて、西日本豪雨の被害に遭われた方も多くおられます。災害後、全国からボランティアの方が手伝いに来られました。ご門徒のYさんは、ひっくり返った冷蔵庫を運ぶのに、人手が足りなくて困っていたそうです。そこで、近くにおられたボランティアの方に声を掛けたところ、一緒に運んでくださったそうです。

実は、Yさんは、ギター職人で、ご自身でギターを一から手作りされています。プロの方から注文を受けて作ることもあるそうです。ある日、プロギタリストのライブ後のパーティーにYさんが招かれた際、スギゾーさんを紹介されたそうです。その時はすぐに結びつかなかったようですが、後に交流するようになって、「あの時、冷蔵庫を運んでくれたボランティアの人がスギゾーさんだったのか」と気付いたと聞きました。



そのお話を聞いて、不思議なご縁に驚きました。また、テレビで見るスギゾーさんは、“近寄りがたいイケメンで、華やかな世界で活躍されている遠い存在”というイメージの人だったので、メディアと全く関係なく個人的にボランティア活動をされていることで、すばらしい方だなと思いました。

そのようなことで、表紙の写真を見た時に、思わず「あ、スギゾーさんだ！」と、雑誌ビッグイシューを手に取りました。インタビュー記事には、スギゾーさんが、環境・平和活動、人権・難民支援活動など、音楽を通して幅広く活動されていることが書かれていました。スギゾーさんの言葉から、誠実さ、謙虚さ、温かい人柄を感じました。



最後に、心に残った言葉を紹介します。「みんなもう少しやさしくなろうよ、周囲にも、自分にも、と言いたい。～中略～きっと日々のストレスが他者に向いてしまうのだろうけど、罵詈雑言の代わりに、ほんの少しの思いやりをもつだけで、きっと世界は変わるはず。みんながもう少し心に余裕をもてる社会になるべきだ、と強く願っています。」思いを行動に移す方だからこそ、説得力のある言葉だなと思いました。



たよってうれしい、たよられてうれしい。
認定NPO法人 おてらおやつクラブ

専教寺では、困窮する家庭の支援や子どもたちを育むために、おてらおやつクラブに登録して物資支援の活動をしています。集まった支援物資はおてらおやつクラブに登録している支援団体へ届けさせてもらっています。

今後、ご協力いただける方は、以下の物を専教寺に届けてください。

（持ち込みでも宅配便でも受け付けます）

支援物資は随時受け付けております。

少しでも構いませんので、ご協力いただけるとありがたいです。

- 食料品（消費期限まで１ヶ月以上あるもの）
- 文房具（新品）
- 子供服（洗濯済、汚れのないもの）
- 玩　具（小学生以下対象）

菊　楢崎 裕志 恭子

毎年、素晴らしい菊を、お持ちいただき、誠にありがとうございます。門信徒の皆さまや観光客の皆さまにも、菊の美しさを楽しんでいただいており、目の保養となっております。楢崎さんの毎年のお心遣いに、心より感謝申し上げます。



臥龍松保存のための寄付をお願いします

**臥龍松を維持管理するには
たくさんのお金がかかります。
矢掛町の重要文化財の保存に
ぜひともご協力下さい。**

**一口1,000円から受付けています。
1,000円ご寄付の方には臥龍松のポストカード
をプレゼント。お寺にご連絡下さい。**

※この寄付はあくまで任意です。



挿絵 内村 壽美子

いつも専教寺の寺報に、素敵な挿絵をご提供いただき、誠にありがとうございます。季節の木々や果物など、折々の挿絵を拝見するたびに、日々の暮らしの中ではなかなか気づくことのできない季節の移ろいを、内村さんの挿絵を通して感じさせていただいております。いつも心温まる素敵な挿絵をお寄せいただいておりますこと、心より感謝申し上げます。今後とも、専教寺の寺報にお力添えを賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



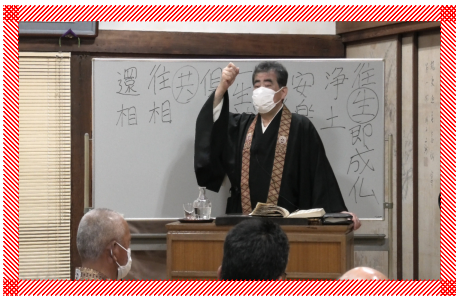
仏教讃歌

毎月第２火曜日　午後１時３０分～（変更あり）

講師：奥野　純子（ソプラノ）

永代経法要

令和７年４月２７日（日）





今月の法語

この世で一番
幸せな光景は
子供が笑って
いる姿だ

浄土真宗本願寺派　一乗山 専教寺
電話　０８６６－８２－０４８８

専教寺伝言板

専教寺の臥龍松の紹介映像を
倉敷市公式 YouTube
「高梁川流域デジタルアーカイブ」
で観ることができます。
専教寺のホームページにもリンクを貼って
いますので、ぜひご覧ください。



報　恩　講

11月22日（日）正午～　（受付:午前11時30分～）

講師：大阪府大阪市･西法寺　園淵 龍雨 師

除　夜　会

12月31日（木）午後11時45分～

大みそかの夜、1年の行事のしめくくりとしておつとめし、除夜の鐘をつきます。

元　旦　会

令和9(2027)年1月1日（金）除夜会終了後
午前0時45分～

除夜会に引き続いて、おつとめいたします。