

先日、お寺にお参りをされた方が立ち寄ってくださり

「お墓参りをして、お墓の前で手を合わせると心が落ち着きます。最近仕事が忙しく、また色々なことがあったのですが、やっと妻のお墓参りが出来たので何だかホッとしています。」

と話されていました。

忙しく心に余裕がなく過ごしている中で、お墓参りをして手を合わせ、亡き奥様に向かい合うことで自分自身を見つめ、落ち着いた時間を持つことが出来たとの事でした。

お彼岸にはお墓参りをし、亡き方に供養を致します。普段はお仏壇に手を合わせますが、家を出て亡き方が眠っているお墓で手を合わせると、心が落ち着くという方が多いのではないのでしょうか。

仏教では、すべてのものは繋がって存在しているとする「縁起<sup>えんぎ</sup>」という教えがあります。目に見えるものも、目には見えないものもお互いに影響を受け、繋がった関係性の中で存在しているのです。単独では何ものも存在出来ない、という事実を示しています。

私たちも多くの繋がりが無ければ生きてゆくことが出来ません。食事やまわりの空気、そして両親をはじめとする家族。

今、共に暮らしている家族はもとより、亡くなってしまった家族も大切な人なのです。その方がいなければ、今の私たちは違った人生を歩んでいた事でしょう。

大切な方が亡くなってしまっても、亡き方を思い起こし、お墓参りなどの行動に移すことで、私たちは繋がりを持つことが出来ます。その方が全く居なくなってしまったのでは無く、私た

## 『 禅のこころ -曹洞宗- 』

---

ちの中に現れて来る事に気が付くのではないのでしょうか？

そして、自分自身が一人では無く、亡き方との繋がり、縁によって生きているという事を  
実感出来るのではないのでしょうか？

お彼岸にはお墓参りをし、心静かに手を合わせ、自分自身が一人では無く多くの繋がりの中  
で生きているという事、そして大切な亡き方とも繋がっているのだという事を、感じてみてく  
ださい。

— 終 —