

# 東崎山だより

令和3年2月号 通刊157号

355-0044 東松山市正代778-3 電話 0493-34-3706(6555) FAX 0493-34-6555  
email: semyojuji@yahoo.co.jp HP: tosaki.web.fc2.com/index.htm 携帯 090-2446-5209

## 再度の緊急事態宣言発令

急激な感染拡大が進み、ついに再度の緊急事態宣言が発令されました。昨年8月7日に豊田真由子国会議員が表明した思いに大いに共感します。今後も大切な心構えであり、生活スタイルだと思います。以下、紹介します。

### ●心構え



ペスト、スペイン風邪、SARSや新型インフルエンザ等々、人類の歴史は感染症との戦いの歴史でもあります。元々、野生動物を宿主としていたウイルスが、突然変異を起こして人間に感染するようになったものが、いわゆる「新型コロナウイルス」で、人間の側には基本的に免疫がない、当初は治療薬やワクチンが存在しない、といったことから、おそれられているわけですが、**最新の正しい情報を基に、過度に不安にならず、前向きに、事態は最悪を想定する**、という姿勢が大切ではないかと思えます。

本年1月から、ずっと申し上げていることがあります。新型コロナウイルスのような新興感染症が、ある程度拡大した場合には、収束までに、かなりの時間がかかる、収束までに、何度も繰り返し、波は来る、したがって、「そういうものなんだ」という理解と覚悟と(よい意味での)諦めを持って、折り合いを付けながら、やっていくしかないと思えます。

そう考えれば、毎日毎日、数字に一喜一憂することでもないですし、感染した方や場所を責める風潮も、全くよいことではありません。**誰にとっても、明日は我が身**です。

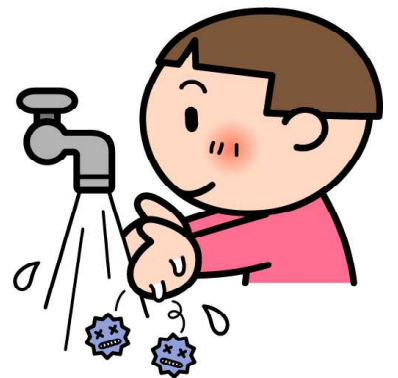
### ●どういう生活を送ればいいのか

これについて多くの方からご相談を受けます。

4月の緊急事態宣言下のように、全国的に一斉休業・休校等を行うことは、経済的・社会的影響が極めて大きく、繰り返すことは難しいでしょう。現時点でも、多岐の業種にわたって非常に厳しい状況にある事業者の方は多く、長期の休校による学習機会の損失や世代を問わずメンタルへの影響も看過できません。

新型コロナウイルスは、主に感染者の口からの飛沫や、それが空気中に一定程度漂うこと、ウイルスの付着した手で、自身の口や目に触れること等により感染するということが分かっていますので、マスク、手洗い・消毒、換気といった基本的感染防止対策を、引き続き取ることが大切です。

そして、亡くなる方・重症になる方をできる限り出さないようにする、という観点から、医療提供体制とのバランスが大事で、都内の病院の方に話をうかがうと「医療従事者は、3月からずっと緊張の中にあり、かなり疲弊している。新型コロナウイルスの入院患者が増えてきていて、国からコロナ用の病床を増やすように言われるが、これ以上増やすことは難しい。なぜなら、これまで止まっていたコロナ以外の患者(がん、脳や心疾患等)の治療も、猶予が無い状況」とのこと、その通りだと思います。軽症であっても、深刻な後遺症が残るケースも報告されていますので、**何よりも「かからないようにする」、そして、「(自分がかかっているかもしれないという前提で)人に移さないようにする」**ことが肝要です。



## ● 利他の心で

新型コロナウイルスとの戦いは、世界のすべての地域で「収束」しないと、決して終わりません。途上国で感染が拡大すると、医療や経済上の問題から、感染拡大を止めることはより一層困難になりますし、人的・物的交流がさかんな現代においては、必ず回りまわって、ウイルスは再び世界各地に広がります。したがって、ワクチンや治療薬の世界での分配についても、こうした視点が必要になります。自国を守りたければ他国を守り、自分や家族を守りたければ他者を守る必要があります。これを仏の思想家ジャック・アタリ氏は「利他主義は、合理的な利己主義である」と表現しています。真のグローバリズムとは何か、その本質的な理解が求められます。



人類は、幾度も危機を乗り越えてきました。がんばりましょう。

前回の緊急事態宣言後のものですが、今回も十分参考になる内容です。

新型コロナに感染すると、「無症状または軽症」の人は、自宅療養か宿泊療養のいずれかに判定されることとなりますが、感染者数が多くて、自宅療養中の人死亡するなど悲惨なケースがでてきました。これだけ感染者が増えたと、いつ自分が感染してもおかしくありません。

外出したときの「3密回避」は勿論、家庭内感染も視野に入れて、日頃から家庭内での感染対策も講じておく必要があります。

今年は丑年。元来「丑」をはじめとする十二支は方角や時刻を表す際に用いられたもので、本来動物の「牛」の意味はないそうです。本来の意味は、種子から芽が出る前段階の状態を表しているそうです。ですから、丑年は芽が出る前段階の年であり、芽を出して成長することができるようにコツコツと努力するべき年ということですね。

また、動物の牛のように、ゆっくりですが着実に進んでいく様子から、焦らず着実に物事を進めていくべき年ということですね。

コロナ禍の中で、感染拡大防止に気を付けながら、次の段階に向けて、力を蓄える年と言えそうです。

## ■ 2日 節分会 15時 コロナウイルスをはじめとする邪気を追い払います

豆まきの起源は、室町時代以降と考えられ、邪気を祓うために「魔(ま)を滅(めつ)する」通じる豆を使った「豆打ち」という儀式が寺社で行われたそうです。鬼退治に使った豆から芽が出てしまうと縁起が悪いため、必ず炒った豆を使うのが決まりになっています。



### ＜豆のまき方＞

- 1 窓を開けて「鬼は外」と唱えながら豆を2回まく
- 2 次に「福は内」と唱えながら室内に2回まく
- 3 奥の部屋から開始し、最後に玄関でまく

## ■ 今月のことば

天命とは、「天から授けられた使命」。それは何か、誰にも分からない。だからこそ、今、目の前のことを一生懸命やる、これこそ禅の境地です。

東大名誉教授 医師 矢作 直樹

## ■ 2月の予定

- 節分会 2日 15時 \* 豆のお土産を差し上げます
- 寺子屋 20, 27日
- 坐禅会・写経会 14, 28日 坐禅：7時 写経：8時
- 涅槃会（お釈迦様が入滅された日）15日（朝課にて法要）

涅槃図

