

日蓮宗 常栄山
本照寺だより

第103号
厚木市下古沢133
TEL・046-247-1156
FAX・046-247-1156
振替・0230-7-35749
(加入者名・本照寺)
発行所 須藤教裕
本照寺・須藤教裕
携帯090-9151-6438
honshou49@i
.softbank.jp

滅罪修行リレー

■12月30日、9時〜16時頃まで「滅罪修行リレー」という名前でもどなたでも参加できる1日修行を行いました。



水をかぶる修行者

今回はなんと27名のべ47名もの方が参加してくださいました。正直なところ本照寺としては、除夜の鐘と日程が近いため準備・運営で肉体的な負担が大きいのですが…



立派なテントサウナ

参加の皆さま、お力添えいただいた
雨宮美帆さん・高橋祥吾さん・誠にありがとうございます！



ヨーガ参加者はなんと18名

●2度目のコロナ感染
基本的に本照寺に引きこもって仕事をしているので、感染リスクは一般の人より低いはずなのですが、1月下旬に2度目のコロナに感染してしまいました。その際、1週間ほど読経や瞑想ができない状態が続き心身に大きな変化が生じたので、その学びをお伝えします。

●悪化のタイミング
日々行っている修行を中断しても最初は特に変化はありませんでしたが、4日目あたりから、心身が望ましくない方向に変化しているのを実感しました。

●心の独り言
さて、皆さまはテレビを見

コロナにかかって学んだこと①

ながら心の中で無意識にツツコミを入れてしまうなど、自分が強くそうしようと思っていなかったのに、心の中に生じる独り言やつぶやきのようなものがあります。そして修行の結果、そんな心の声や独り言と、ある程度の距離をおいて放っておくことができるようになってきました。想像しづらくはありますが、実はこれかなり快適です。

●心の独り言で困ること

心の独り言と距離がとれないとどのようなことが困るのでしょうか。例えば、ケンカをしたときを想像してみてください。相手との過去のイヤな記憶

副住職のコーナー



が思い出されて憎しみが膨らむ。相手の表情から相手の考えを勝手に想像して憎しみが膨らむ。相手の言葉の真意や意図を深く読み取ろうとせず、表面的な言葉だけで解釈して、あら探し・反論・悪口の思考が猛スピードで湧き起こる。こんなことはないでしようか。また、これらのことは、あなたが本当に心の底から望んで行ったことですか。むしろ、自分のコントロールを離れて自動的に、勝手に湧き起こってくるものではないでしょうか。このように、修行をしていないふつうの状態では、不安・恐れ・怒り・欲望などが生じた場合、心の声が紡ぐ様々な解釈や物語に絡めとられていきます。その結果、自分を見失ったり、否定的な感情や欲望が増幅したりして、苦しみを大きくしてしまうことが往々にして起こるのです。

朝の詩

同時通訳

茨城県筑西市
大畑春美 67

一人暮らしの娘に荷物を送った
夫からの指示で歯ブラシ10本入れた娘からは「こんなにいっぱいアホか」とメールが夫には「『こんな』にいっぱいありがとう」とメールが来たよ」と伝えた

手袋

京都府京田辺市
井黒智恵美 39

寒い冬の朝幼稚園に向かう途中手袋はめめる？息子に聞く下を向いていないだつてママと手繋げなくなつちゃうあ、今日も温かい

結婚70周年

大阪府豊中市
門岡岸男 95

生きている尺貫法

大阪府枚方市
長野芳成 72

古来より長さや重量・体重の単位に使われていた尺貫法がメートル法に変わって今も尺貫法が生きていると感じて居る
キロで売られているお米を合で炊く売られている炊飯器も何合炊きである今日も2合炊いたご飯を食べながら2合の酒を飲む不思議で面白い！
(産経新聞)

慌ただしさの中
一年をしっかりと振り返る

■12月31日に除夜の鐘が無事に終わりました。ふるまいの缶飲料を250配布したので、お参りの方は300名弱くらいでした。

前回より多く、以前、事前にタウンニュースさんに取りあげていただいた年くらいのお参りがありました。

コロナ禍の試行錯誤で夜の10時開始とし、それを継続していきます。それにより、お参りが分散されて極端な混雑もなく、いらした方はお寺での滞在をゆったりと楽しんでくだ



心静かに写経中

除夜の鐘

さった印象です。今回、気温が高く過ごしやすかったことも影

響いているでしょう。日々の生活は慌ただしく過ぎていきます。社会人になると、なおさらですね。ですから、生活にリズムを付け、一年をしつ



階段の照明を新調



1年の反省をお焚き上げ

【お知らせ】このたびの春彼岸に、「花美」さんが墓前のお花をご用意くださいます。お買い得ですので、どうぞご利用くださいませ。(3月15日から20日まで)



ご埋葬
おまかせください

字彫代 38,000円 税込
埋葬料 11,000円 税込
清掃・拝石メジ金おまかせ

本照寺様 出入り石材店

株式会社イシックス
■平塚店 平塚市四之宮2-24-31
■小田原店 小田原市扇町1-25-21-201
0120-011140
isix.jp

外国語 信行道場開催

「苦しみはどう対処するかを教えない」

■日蓮宗僧侶として独り立ちするための宗門教育機関の信行道場（しんぎょうどうじょう・山梨県身延町）が外国語（英語）専門として昨年9月26日に開設され、アメリカやイギリスなどからの計8人の沙弥（しゃみ）が35日間の結界修行を始めた。

英語専門は初

■今回の外国語信行道場は、外国語（英語）が用いられているが、内容は年に3回開かれていた通常の日本式の信行道場と変わらない。

翻訳などを準備した宗務院伝道部国際課の大島啓慈課長は「外国人の習慣に合わせた特別な道場にはしなかった」と話す。

「外国人だから」という外国人と日本人の先入観を作りたくなかったため。また通常の信行道場にも外国人が入場していたが、常に通訳がいるわけではなかったため、「何が起きているのかわからない」場合も多かったという。そういったことがなくなるのが外国語専門の信行道場の特徴だが、大島課長は「主任からの僧侶としての心構えの訓育が英語で全員に伝えられることの方が大きい」と真価



日蓮聖人を紹介する書籍との出会いから出家

を語る。

■道場に入場するケイボン・観世さん（34・イギリス）とアダミ・啓照さん（43・イタリア）はともに日蓮聖人を紹介する書籍との出会いが

題目の信仰の道に入らしめる

きっかけとなった。また2人それぞれが別の場所でお題目を唱えた時、「薄暗かった世界が美しい」ものだと感じたという。

「人を救うための精進」

■「十界互具や一念三千の教えに興味を持っていたが、教えと信仰体験は別だと思っていたことがマッチし、感動した」とケイボンさんが述べ

ると、アダミさんは「とてもスピリチュアルな体験だった」と追想する。

■目指す僧侶像についてアダミさんは「自分が僧侶として始まっているとはもちろんまだ感じていないが、仏教の特色通り、苦しみはどう対処するかを教えたい」と目を輝かせ、ケイボンさんは「人を救うための精進を続ける僧侶でありたい」と抱負を語った。日蓮宗新聞より

編集後記

◆1年365日、私は自分で朝昼晩の3食を支度する。「副住職の嫁さんがいるのでは？」との声が聞こえて来そうだが、同居する時に、「私は全て自分で造るし、お義父さん、たくさん出来たから食べませんか？」も、無しに。依って3日に1度はスーパーへ行く。直近の「クリエイト」か「ヨークフード」へ。私は厚木市で65年間育つてくれた恩義と書いたが、厚木市民たるもの厚木市との共生でもあるのだ。週1回の外食（昼ランチ）も99%、厚木市の私である。

2人が互いに相手に感謝しながら、ひとつのケーキを半分こして食べる。きつと、ほとけさまは、そうしてほしいと願っておられるでしょう

■あるテレビ局でのギャル曽根と伊集院静との対談

ギャル曽根の質問。「長男が5歳で長女が2歳。子育てで小さいころからやった方がよいことは？」に対して、伊集院静は、「私の考えだが、子どもの教育の半分以上は、子どもの時に一つのケーキをひとり占めせずに、人に分けることができること。つまり、ケーキをたくさん取ると友達を悲しめる人の痛みが分かる、という教育が5歳までにできたら、教育の7割はほぼ終わり。強いと言え、それはなぜ戦争をしてはいけぬのか、という考えに繋がると発言した。

■次の文章は、「ひろさちや」が、「日めくり説法」【後出版社】に書いたものだが、まさに伊集院静と相通じることを書いているので、ここに紹介したい。

ほうがおいしいのよ。ひとりで全部食べても、おいしくないので。だから、弟に『お願いだから一緒に食べてね』と頼みなさい。そして『一緒に食べてくれてありがとう』とお礼を言うのよ』

◆そして、もちろん弟のほうにも、「あなたも、お姉ちゃんに『ありがとう』とお礼を言うのよ」と教えます。2人が互いに相手に感謝しながら、ひとつのケーキを半分こして食べる。きつと、ほとけさまは、そうしてほしいと

願っておられるでしょう。お母さんは子どもに、そのようなほとけさまの気持ちを教えてあげてください。

◆仏教の大事な教えに、一布施

があります。辞書によると「布施」というのは、「他人に施し与えること」『大辞林』とありますが、ただ与えればいいのではありません。俺がおまえに恵んでやるんだぞ、おまえは俺に感謝しろ。そんな気持ちで相手に与えても、仏教では、それを布施とは言わないのです。

仏教でいう布施は、与えた人がもらってくださった人にお礼を言います。

◆たとえば、電車の中で老人に席を譲ります。年寄りがかわいそうだから座らせてやる。というのでは、それは布施ではありません。

「座ってくださいあってありがとう」と、譲った方が感謝の心を持ったとき、それが素晴らしい布施になるのです。



昭和25年山口県生まれ。広告代理店を経てCMディレクターとなり、作家であり作詞家。吉川英治文学賞、直木賞等受賞。故・夏目雅子の夫。昨年11月24日死去。

伊集院静

作家であり作詞家。吉川英治文学賞、直木賞等受賞。故・夏目雅子の夫。昨年11月24日死去。伊集院静は世間に媚びず男気があり好感が持てる。以下に「大人の流儀3」から一部を紹介する。▼「去年、銀座のK鮎に電話を掛けて、訪ねる日時をふたつ出したら、どちらも満杯と言われた」「そんなに忙しいのか」「ひとつは貸し切りがありまして」「貸し切りだとか？」「そんなことを受けているのか？」後日、相手を叱った。「銀座の鮎屋が客に店を貸し切らせて

どうするんだ。バカか、おまえは」「はあ...」。意味が分かっていない。「鮎屋はどんな時で、一席は空けておくものだ。店を有ててくれた客がいるだろう（私のことではありませんよ。キャバレーじゃあるまいし）。聞けば貸し切ったのは成金である。ほらみる。金で何でも手に入ると思つてやがる。だからこいつらはゲスなんだ。銀座の、赤坂の鮎屋でオヤジの前に平然と座つて酒を飲めるようになるまで、オレがどれだけ懸命に働いてきたかがお前たちに分かってきたるか。日本には四季があり、風情があり、人に人情がある。金だけで幸せになれることを、若い人に教えないでほしい」「大人の流儀3 別れる力」平成24年談話社