

GOKURAKUJI DAYORI
極楽寺だより
2024(令和6)年 12月号



発行所：極楽寺（浄土真宗本願寺派）☎ 759-3803 山口県長門市三隅下野波瀬 3633 ☎ 0837-43-0625

御正忌報恩講のご案内



一月十五日

担当 野波瀬

〔昼一時半〕

〔夜七時・九時（遠夜）〕

一月十六日

担当 野波瀬以外

〔昼一時半〕

法話は、住職が勤めます

※ 十六日は親鸞聖人のご命日です。
特に大切に勤めます。

※ 前回より、二日間の日程となりました。

※ 担当日にとられず、ご都合に合わせてお参りください。

とき
お齋改革プロジェクト始動！

今年から、御正忌のお齋の形式が変わります

- ① メニューが新しくなります。
- ② お齋の時間が変わります。
- ③ 地域の担当日が変わります。
- ④ お齋料は、包まれなくて結構です。

詳しくは、次のページをご覧ください

とき お齋改革プロジェクト

OTOKI INNOVATION PROJECT

① メニューが新しくなります

新たなメニューは、「キーマ風精進カレー」です。
お洒落なカフェ風の盛り付けで、準備しております。
ぜひ、お召し上がりください。



② お齋の時間が変わります

1月15日【昼】11時30分より13時30分まで
【夜】18時より19時まで
16日【昼】11時30分より13時30分まで

③ 地域の担当日が変わります

2025年担当 1月15日 野波瀬
16日 野波瀬以外

都合に合わせて、お参りいただいても構いません。



④ お齋料は、包まれなくて結構です

ご門徒に限らず、どなたでもどうぞ！



ほうじ ほうよう など、むつじ 仏事の際の食事のこと。元々は、行者が決められた時間にとる食事をあらわしていましたが、後に今の意味へと変わりました。じょうとしんしゅう 浄土真宗ではほうよう 法要の際に、ご門徒同士が自分たちの育てた農作物をお寺に持ち寄り、皆で調理した料理をとも 共にいただくという、お齋文化が培われてきました。

御正忌報恩講とは



親鸞聖人が亡くなられた日をご縁として開かれる法要です。聖人は、誰もが尊ばれ敬われるお念仏の教えを、一生をかけて明らかにされました。

その歩みは、お念仏を「よりどころ」とし生きる力とした、たくさんの念仏者を生み育ててきたのです。そんな先輩方の歩みを受け継ぎ、聖人のご恩に報いる「報恩講」という行事は、この私の人生を本当に尊んでいく道を、確かめていくご縁でもあります。



2015年の御正忌で、お花入れ・お盛物をお手伝いして下さった方々です。

お寺のお世話をしてくださる、総代・世話人の皆さんです。よろしくお願ひします。

総代長		松野行利さん(野波瀬)	
副総代長		吉見周平さん(市)	
会計	木村重彦さん(向山)	総代	小林一成さん(豊原)
監査	藤村勇次さん(久原)	総代	森信和久さん(野波瀬)
総代	野村昭一さん(上東方)		

野波瀬西側	田中征二さん	市・湯免	吉見周平さん
	綿野節男さん	土手・中村・大竹	田中正幸さん
	宮崎節子さん	久原	宮本雅志さん
	青海隆司さん	向山	木村辰也さん
	大田宇三郎さん	上東方	西村正起さん
	岩本 勉さん	下東方・小島	河野光芳さん
野波瀬東側	田中成敏さん	豊原	山中博道さん
	田村成治朗さん		山中博之さん
	石川義文さん		宮本 智さん
	江本富夫さん		坪野実人さん
	岩本国久さん	平野	松田義照さん
辻並・中小野	松並唯夫さん		

オシエノカケラ



今年一年を振り返って 「不用意に反応しない」

今年も、あつという間に一年が終わろうとしています。目の前のことに追われた、忙しい日々の送り方は、ここ数年繰り返しているパターン。だからこそ、足を止めて一年をふり返るといふこの企画は、とても大切なものになっていきます。今回は、私の大好きなスポーツ観戦を切り口にしてみました。

カープ、九月に歴史的失速(今年の夏は、長く暑かった!)

八月終了時点では首位を走り、いよいよ優勝へのラストスパートと思っていたのに…。わがカープは九月を大きく負け越し、結局四位に終わりました。このようなケースは、プロ野球史上初だそうです。あまりの凋落ぶりに、ただ呆然とした一か月でした。

でも今シーズンは、薄氷を踏むような試合ばかり。ずっと

ERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~ OSHIE NO KAKERA ~

冷や冷やしていましたから、「恐れていたことが、遂に来たか」という思いもありました。裏返せば、選手層の薄いチームが、ここまで力以上のものを振り絞り、奮闘してきたからだといえるでしょう。それを引き出した新井監督の手腕は、たとえばこのような結果になったとしても讃えられるべきだと思います。

元々、カープは地方球団ですから、他球団よりも移動時間が長いというハンデがあります。しかも屋外球場ですから、夏の暑さには、かなり体力を削られたはず。そんな言い訳をしたくなるほど、今年は異常に暑く、長い夏でした。

しかし、新井監督を始めとしたカープの選手たちは、この結果を自分たちの実力不足と真摯に受け止めています。秋季キャンプでは、これまでにない練習量をこなしました。

そんな彼らを見ながら、スポーツにはその瞬間に一喜一憂するだけでなく、長い時間幅で見るストーリーとしての楽しみ方もあることを思い出しました。今年の失速をストー



リーの一場面として見ることで、来年以降に「この苦い経験があったからこそ」「あそこで躓かなければ、今の自分たちはない」とふり返ることができる。そんな楽しみ方が。

この挫折を、大切な経験として受け止めることができるよう、活かして欲しいと思います。いやそれは、カープの選手ではなく、私も同じなのですが。



井上尚弥が、初ダウン！（自分の弱さと向き合う強さ）

ボクサーの井上尚弥選手は、プロに入って連戦連勝。四階級制覇、二階級四団体制覇という偉業を成し遂げた絶対王者であり、世界的なスーパースターです。

ボクシングという競技では、ほぼすべてのボクサーが、試合後ダメージを受けています。勝った選手でも、顔が腫れあがるのは当たり前の世界。ところが井上選手は、ほとんどの試合をダメージなく終えてきました。彼は攻撃力も凄いのですが、ディフェンス能力の凄さも桁違い。まさに彼は、異名

～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～

通りの「モンスター」なのです。

そんな彼が、五月の試合で一ラウンド目にダウンを取られました。ビックリです。井上選手がダウンするなんて。しかし、その後の彼のふるまいには、もつと驚かされました。

ボクサーがダウンを取られて、一番やってはいけないこと。それは、慌てて立ち上がり、試合を始めることなのだそうです。不用意に立つと、精神的にも肉体的にもダメージを引きずってしまふから。だから、まずは落ち着いて、カウント9までゆっくりと休む。このわずかな時間を取るかどうかで、その後の展開がまったく違うのだとか。

では井上尚弥選手は、どうふるまったのか。彼は、まず自分を落ち着かせ、それからカウント9まで休んで立ち上がり、ガードを固めてこのラウンドをしのぎました。そして、次のラウンドでダウンを取り返し、6ラウンドでKO勝ちしたのです。



いやいや、驚きました。あの絶対王者が、ダウンしたとき、のふるまい方を練習していたわけです。一度もダウンしたこ

とがないどころか、ほとんど相手に打たれない「モンスター」が。いやはや。派手なKO勝利に目が行きがちですが、井上尚弥選手の本当の凄さは「自分の弱さ」と真摯に向き合うことにあるのではないか。私も少しは真似しなくては。そんなことを思われました。

パリオリンピック、日本選手団大活躍

(スピード化と気分が作る、歯止めのない世界)

猛暑の中、行われたパリオリンピックでは、日本選手が大活躍。金メダル・メダル総数ともに海外大会の最多を更新しました。

同時に話題になったのが、SNSを使った選手への誹謗中傷です。敗退した選手へのバッシング。微妙な判定で勝利をつかんだ選手への侮蔑的なコメント。審判の判定への容赦ない攻撃。国際オリンピック委員会は、パリ五輪期間中に選手や関係者に対してオンライン上で8500件を超える誹謗中傷の投稿が確認されたと発表しました。

そもそも、スポーツ観戦には野次はつきもの。でもそれは、

～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～

その場限りで消えていくものでした。周りからも、「アホなおっさんが、バカなこと言っている」と笑われて、終わっていた話だったのです。そもそも、プロになるまで努力してきた選手に対して、素人が意見できるわけがない。でも、愛憎入り乱れたファン心理も、わからないではない。そんな中での、暗黙の了解があったように思います。



それが、インターネットやSNSの出現によって、大きく変わりました。その時の気分を気軽に書き込むと、その言葉がネガティブな共感を伴って大きな悪意へと増幅され、相手を深く傷つける。時には死へと追いやる。そんな力を持つてしまったのです。しかもその言葉は、拡散し続けていく。ところが、書き込んだ方は気分だから、責任を感じることもなく、すぐに忘れしまう。これは本当に、恐ろしいことだと思えます。

ところで皆さんは、「世論」という言葉の読み方をご存知でしょうか。大抵の人は「よろん」と読まれることでしょう。モチロン間違いではありません。但し、この語にはもう一つ、

「せろん」という読み方があります。そして、かつての日本人は「よろん」と「せろん」を明確に区別し、「世論」は「せろん」と読んできました。一方、「よろん」は「輿論」と表し、別の意味を込めていました。これはそれぞれを英語で表記してみると、違いが明らかになります。

「輿論（よろん）」は英語にすると「パブリック・オピニオン」、つまり「公的な意見」のこと。

「世論（せろん）」は「ポピュラー・センチメント」で、「大衆的な気分」という意味です。

かつては、これらをしっかりと区別してきました。意見としての「輿論」を重視し、気分としての「世論」を問題視したのです。ところがいつしか「輿論」という語が使われなくなり、「世論」が「よろん」とも「せろん」とも読まれ、いつの間にか区別がつかなくなってしまうたのです。（『リベラル保守宣言』中島岳志）

「意見」とは、自分の主張や考えです。当然そこには、責任が伴います。それに対して「気分」とは、その時の心持ち。

天気のようにコロコロ変わり、その場の雰囲気や空気にフワフワと流され、その場限りで消えるもの。ところがその気分、

～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～

が、ネットやSNSの出現で、大きな影響力を持ち始めたのです。

それは、スポーツ選手への誹謗中傷だけではありません。その場の気分が人気者を作り、その時の気分で炎上が起こる。

気分で投票し、熱狂し、醒めればこき下ろす。芸能界においても、政治の場においても、私たちの身近でも。そしてその気分は、消えてしまえば記憶にも残らない。そこには、責任の自覚も、自分と真摯に向き合う態度もありません。



では、このような状況下、私たちはどうふるまえば良いのでしょうか。上智大学でメディア文化論を専門とされる佐藤卓己教授は、不用意に反応しない力こそが重要だと言われます。「情報の真偽を即座に見極めるなど、できるものではない。むしろ曖昧で不確かな情報を上手に見過ごす力が大切で、多くの場合、情報の真偽は時間の経過で明らかになるのだから」と。

（毎日新聞2024年11月28日『戦後80年―座談会第一回「戦争とメディア」』）

井上尚弥選手のように、カウント9まで待って心を整える。



目先のことに一喜一憂するのではなく、長い時間幅で見るストーリーとして味わっていく。そんな営みを、私たちは失ってはいないでしょうか。スピード化（タイプ）、効率化（コスパ）が最上の価値と語られる中で、「時間の経過」という大切な要素を見失っているのではないのでしょうか。



そして、こんな時代だからこそ、お寺という場の重要性を思うのです。なぜならお寺は、私たちの時間感覚を引き伸ばしてくださる場だからです。

例えば、うちの本堂が建ったのは、二百年くらい前のこと。私たちは、二百年前の人たちと同じ場で、同じ阿弥陀さまに手を合わせ、同じお念仏を申しているのですよ。また、報恩講という行事は、親鸞聖人のご恩に報いる集いですが、750年以上も前に亡くなられた人に対してリアルにご恩を感じている人がいたからこそ、この行事が続いているのです。そんなことを思うと、自分の中の時間感覚がぐうーつと伸びていく感じがありませんか。この、時間に対するスケールの

～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～ OSHIE NO KAKERA ～

大きさを取り戻す場としては、お寺は最適な場だと思えます。そして、そのことが「不用意に反応しない力」を育ててくださるのではないかとも思うのです。

まとめ

他にも、「MLB大谷翔平選手の大活躍」など、語りたいた話はまだまだありますが、ここら辺りで。しかし、本当に世に辛い世の中になりましたね。気忙しさに流されず、阿弥陀さまに手を合わせ、お念仏を申しながら自分の人生に向き合っていく。そんな、地に足を着けた営みが、

本当に求められていることを感じています。今年一年お世話になりました。来年もよろしく願います。■



極楽寺
ホームページ

極楽寺.comで検索を

又はQRコードから



月々の言葉

Monthly Words



すきな自分
きらいな自分
どっちも自分
大切な自分



極楽寺 指示伝道

12月の言葉

最も重要な人間関係とは

私たちは、様々な人間関係の中で生きています。家族、友人、職場、ご近所さん。最近では、ネットやSNS上の関係もあるでしょう。ではその中で、最も重要な人間関係は、誰のものだと思いますか。

心理カウンセラーの野口嘉則さんによると、それは「自己との関係」なのだそうです。確かに、私たちは他者との関係だけでなく、自己と向き合ったり、自己を褒めたり責めたりと、自己と関わりながら生きています。人生で最も長い時間を共にするのも、自己です。にも関わらず、私たちは「自

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

分との関係」というものを、あまり意識していないのではないのでしょうか。

では、ここで考えてみましょう。皆さんは、「自己」と良い関係を築けていますか？成功したり褒められたりと順調な時の自己となら、良い関係はいくらでも築けます。ただ問題は、失敗した自己、情けないダメな自己です。そんな自己を、受け容れることができますか？私はと言うと、正直なかなかできません。「バカなことをしてしまった」「情けない」と落ち込み、自己を責めてしまいます。時にはダメな自己から目を逸らし、無視し否定することも。「それは、良好な関係とは言えない」のだと、野口さんは指摘されます。確かに考えてみれば、好きな自己も嫌いな自己も、どちらも大切な自己に変わりはないのですから。

菅田将暉という俳優さんがお



られます。映画やドラマだけでなく、CMからバラエティー、音楽活動に至るまで、様々な活躍をされている方です。その菅田さんが出演した、コーヒー飲料のCMをご存じでしょうか

か。菅田さんが、友人の男性を抱きしめる。そんなシーンから始まるCMです。そこにたくさんの人たちが現れて、二人を取り囲むようにして温かく抱きしめる。そして菅田さんの言葉が流れます。

「もしも、友達が傷ついていたら、思い切り励ましてあげたい。なのに、どうして人は、自分に同じことができないんだろう。もつと自分に優しくなれたら。大丈夫。俺たちみんな、よくやってるさ。自分にも愛を」

やがて、取り囲んでいた人たちが離れ、二人きりになる。その二人とは、菅田さんと菅田さん。つまり抱きしめていたのは、自分自身だったというCMです。

私たちは、大切な人が傷ついていたら、励まそうとします。しかし、自分に対しても同じように、優しく励ませるかという、どうでしょう。必要以上にダメ出ししたり、過小評価したり、自分を虐めてはいませんか。

「いやいや、人は他人には厳しいが、自分には甘い」と言われる方もあるでしょう。自分はさて置いて、人の失敗を強く非難する。自分の間違いは、認めようとしない。そんなふる

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

まいも確かに目にします。でもそれは、自分にきちんと向き合えていないからではないですか。ダメな自分を受け容れられず、目を背けて否定する。そんな自分とのいびつな関係が、歪んだふるまいへと繋がっているのではないですか。野口さんも「自分との関係は、あらゆる人間関係のひながたになる。人は自分との良い関係が築けていないと、他の人とも上手く関係が築けない」と指摘されています（私にも、実は心当たりが…）。

でも、大切な人を優しく励ますことができるなら、大切であるはずの自分にも優しくしても良いはず。ところがCMで指摘される通り、これがなぜか難しいのです。自分への期待が大きいからでしょうか。その裏返しでダメな自分に厳しくあたるのかも。実は私たちにあって、一番難しいのが自分との人間関係なのかもしれません。

そんな時、違う立場の誰かから「もつと自分を大切にしようよ」と言ってもらえたら、もう少し冷静に自分と向き合うことができるような、そんな気がするのです。



QRコードに
スマホをかざせば
CMを見ることができます

「自分を大切にする」とは

そもそも「自分を大切にする」とは、
どういうことなのでしょう。それは、「友人を大切にすること」を、具体的に考えてみればわかります。

優しくすること、甘やかすことは違いますよね。大切に
するとは、何をしてもオツケーということではありません。

間違っている時には叱ってくれる。でも、どんなにダメな部分があっても、失敗しても、大切に思うからこそ寄り添い続ける。事実と向き合って、ここから一緒に歩んでいこうと温かく励ます。良き友人関係とは、本来そういうものではないでしょうか。

ならば同様に、自分ときちんと向き合い、温かく励まし、抱きしめてあげること。ダメな部分も含めて、それが自分だと受け入れ、地に足を着けて共に歩んでいくこと。それこそが、自分を大切にすることであり、自分とのより良き関係ではないかと思うのです。↓



Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

とは言っても、なかなか上手くはい

かないのが、自分との関係。そこで最近、「セルフハグ」なるものが注目されているのだとか。「セルフ（自分で）ハグ（抱きしめる）」、文字通り自分で自分を抱きしめることです。人は抱きしめられると、安心ホルモンといわれるオキシトシンの分泌が活発になるそうなので、「ならば、自分で自分を抱きしめてあげてはどうだろう」と、セルフハグが生まれました。実際に、自分を抱きしめて優しい言葉をかけることで、安心感や自己肯定感が高まり、幸福感が得られ、他人に優しくなれるのだとか。

「ホントかいな」と思いながらも、やってみましたセルフハグ。いやいや意外にも、自分の手から伝わる温もりが、安心感を生むのは確かです。ちよつと驚きました。皆さんも、ぜひトライしてみてください。

ただ、私には、どうも不向きなようです。まず一つには、照れくさいのです。そして何より、自分で自分を抱きしめるよりも、もつと確かな世界と私は出遇ってしまったからです。↑



立ち戻る場所があるからこそ

親鸞聖人は、

「おおよそ大信海を案ずれば、貴賤・緇素を簡はず、男女・老少を誦わず、造罪の多少を問わず、修行の久近を論ぜず」

〔教行信証〕信巻

と示されています。裕福であろうがなかろうが、出家や在家、男女や年齢などの条件は一切関係なく、どんな者にでも阿弥陀さまのはたらきは、届けられているのだと。これは、「誰でも」というだけでなく、「どんな私でも」という意味が込められています。

阿弥陀さまは、どんな私であつても、見捨てることなく寄り添ってください。良い時も、悪い時も、情けない私も、阿弥陀さまは大切に抱きしめてくださる。セルフハグならぬ、まさにアミダハグです！

「ならば、私自身が私を大切にしなかったら、申し訳ない」と親鸞聖人は、阿弥陀さまのお心をただかれ、自分と向き合い、自分の人生を大切に歩まれたのでした。その後ろ姿に、

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

導かれ、また同じ道を歩まれた方々の歴史が、お寺を建て、お仏壇を用意され、私に届けられている。この事実の中で育てられた私には、ここに立ち戻るからこそが、一番の安心感と幸福感が得られるのです。

ところで、私たちは仏さまに手を合わせますが、これは元々インドで始まった作法です。インドでは古来より、右手を聖なるもの、左手を不浄なものと考えて、ご飯を食べる時には必ず右手、左手は使いません。お尻を拭く時は必ず左手、右手は使いません。そこから、聖なる右手を仏さま、不浄な左手を私として、両の掌を合わせることで、仏さまへの帰依をあらわす。これが合掌の姿です。仏さまがいつも一緒にいてくださると、手を合わせることで確認する。仏さまの温もりを体感する。これは、不安定な私からのセルフハグよりも、確かなものとして私には感じられるのです。

私たちには、ダメな自分も受け容れ

て「これが自分なんだよな。ここからしか、始まらないんだよな」と、立ち戻る場所が届けられているのです。そこへ





ぶんこつ 分骨について

分骨用



お骨の容れ物には、大きなものと小さなものがあります。

小さなものは、分骨用です。浄土真宗の門徒は、親鸞聖人のお墓のある京都・大谷本廟に、お骨の一部を収めること（分骨）が、習わしとなっています。強制ではありませんが、せっかくの伝統です。

これをきっかけに、京都旅行というのも、良いご縁となるのではな

いでしょうか。以前、兄弟で納骨に行かれた方々が、「この歳になって、兄弟で旅行ができるとは思わなかった。これもお母さんのおかげだ」と喜んでおられましたよ。

詳しくは、お寺までおたずねください。個人的に行かれる方もありますが、三隅地区の団体参拝に参加し、納骨される方もあります。

また、どうしても行くことができない方は、住職が責任を持って納骨いたしますので、お寺へ預けられても結構です。



2025年3月25日より、三隅地区の

団体参拝で、京都へ旅行します。

参加については、すでに締め切りでしたが、

お骨を収めたい方は、お寺までご連絡く

ださい。住職が納骨いたします。

から、地に足をつけた確かな歩みが始まっていく。ここにこそ、自分自身との関係をより良いものとし、自分の人生を大切にしている道があるのだと、実感している今日この頃です。 ■



1月の言葉

効能を求めて？

近頃は、「パワースポット」という言葉が、すっかり定着ていぢやくしています。

パワースポットとは、「癒いしやエネルギー、ご利益などを得られるとされる神聖な場所のこと」なのだろうか。

滝や巨木といった自然物、神社仏閣

がパワースポットに認定にんていされ（誰が認定しているのかは定かではありませんが）、それらを巡るツアーも組まれているようです。

その影響からでしょうか。御朱印集ごしゅいんめも流行っている

ようで、うちのお寺にも「御朱印を押していただけませんか」

と、訪ねて来られた方もありました（残念ながら、浄土真宗↓



Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

のお寺には御朱印はありません）。このように最近では、有名な神社仏閣だけでなく町中の一般的なお寺おとすに訪れる人もおられるようです。

ある晴れた日のこと。私の先輩の住職けいだいさんが境内を掃除しているとき、観光客であろう初老のご夫婦がふらりと入って来られ、こうたずねられました。

「このお寺は、どんな願いに効きくお寺なのですか？」と。

先輩はしばらく考えて、こう答えたそうです。

「このお寺は、阿弥陀さまの願いを聞くお寺なのですよ」と。

「効く」と「聞く」。読みは同じですが、中身はまったく違います。「効く」とは、「効果」「効能こうのう」というように、効き目があるということ。つまり、このご夫婦の質問は、「このお寺には、どんな効能があるのですか？」ということ。いや、温泉と間違えられたわけではないようですが。

ただ、パワースポット巡りや御朱印集めも、効能を求めてのものであるならば、趣味や娯楽ごらくの延長でしかありません。なぜならそれは、自分が欲しいものを求める生き方であり、自分の生き方そのものが問われることはないからです。↙

阿弥陀さまの立ち姿

近頃は、仏像を巡る旅もブームになっているようです。エッセイストのみうらじゆんさんやマルチクリエイターのいとうせいこうさんが、長年仏像の魅力を発信し続けてくださったお陰でしょうか。NHKでも、『アイドルと巡る仏像の世界』という番組が放送され、仏像好きを公言する若い女性アイドルが、独自の視点で仏像鑑賞の楽しみ方を語っておられました。



ちなみに、浄土真宗のお寺の中央に安置されているのは、阿弥陀如来のお木像です。浄土真宗の阿弥陀如来像の特徴は、何と言っても立ち姿ということ。実は、仏さまは座像が当たり前なのです。奈良や鎌倉の大仏も座っておられます。

何より、立ち姿は本来、仏さまには相応しくない「軽拳」(『観経疏』善導大師)、軽はずみな行動だといわれています。では、なぜ真宗寺院の阿弥陀さまは立ち姿なのか。それは、迷いを迷いとも気づかずに、さらに迷いを深めている私たちを心

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

配し、救わずにはおれないと、思わず立ち上がってしまったお姿をあらわしているからです。ですから横から見ると、前傾姿勢をとっておられるのがわかります。それほど阿弥陀さまは、私たちのことを大切に思っておられるということを示されたのが、この立ち姿。つまり、仏像のお姿には、深いメッセージが込められているのです。

「何に効くか」よりも

ところで他宗派のお寺にも、阿弥陀さまのお木像はあります。但し、座っておられるなど違った形式のものも数多くあるのです。例えば、阿弥陀三尊像という形式で、阿弥陀さまの両隣に観音菩薩像と勢至菩薩像が安置されているケースもあります。奈良の法隆寺や京都の三学院、仁和寺などが、特に有名です。ね。

国宝 仁和寺阿弥陀三尊像



観音菩薩は、阿弥陀さまの「慈悲」のはたらきを象徴したお姿、勢至菩薩は「智慧」のはたらきを象徴したお姿だといわれます（ちなみに、親鸞聖人はお師匠の法然聖人のことを、「勢至菩薩の化身」として尊敬されていました。親鸞聖人の妻である恵信尼さまは、親鸞聖人のことを「観音菩薩の化身」として尊ばれています。なんて素敵な、師弟関係、夫婦関係でしょうか！）。

さて、観音菩薩には、様々なお



国宝 三十三間堂 千手観音像

姿がありまして、その一つが千手観音です。頭からも肩からも、身体一面に手が生え、それぞれに道具を持ち、印を結んでおられます（実際に千手あるお像は少なく、大抵は四十二本なのだとか）。とはいえ、現実にはそんな身体なんてありませんが、「観音菩薩や阿弥陀さまの慈悲の徳は、様々な手を尽くして私たちを救おうとされている」ことを示すために、このようなデジタルで表現されるようになったのです。

ただし、この千手観音像。真ん中の手だけは、いつも胸のところまで厳かに合わされています。実は、ここがポイントな、

Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words ~ Monthly Words

のです。この合掌する姿が、観音菩薩の軸をあらわし、歩む方向を示しておられるからです。

どんなに様々な能力、例えば学力・体力・知力・経済力・権力・武力を持っていても、使う方向を間違えてしまうと、人を傷つけたり、時には殺したりすることにもなりかねません。それは、戦争や犯罪だけでなく、私たちの社会の至る所で見受けられることです。

同様に、どんなに効果や効能があっても「何のためか」「なぜ、それを求めるのか」という方向を考えることがなければ、かえって自分の迷いを深めることにもなりかねません。千手観音像の真ん中の手が厳かに合わされているのは、千の手段が「慈悲の実践のため」であるという、目的と方向を明らかにするためなのです。

つまり、「何に効くか」と考える前に、まずは「どこに向かって生きているのか」「何を大切に、何を粗末にしながら生きているのか」という、自分の生き方そのものが問わなくてはならない。そのことを、千手観音像から教えられるのです。

「阿弥陀さまの願いを聞く」とは、まさに私自身の生き方へ

極楽寺だよりを送りませんか

都会に出ておられる子どもさん、お孫さんたちへ。有縁の方々へ。お寺へお申し出下さい。直接郵送します。

近頃は、いろんな情報を気軽に手に入れることができる時代です。ところが、あふれた情報にふり回されてもいます。特に、不安をあおる宗教情報は危険です。また、仏事に関することについても、都会では気軽に相談するところがありません。お寺を身近に感じ、気軽に相談してもらうためにも、「極楽寺だより」がお役に立つのでは…と思っています。どうぞ遠慮なくお申し出ください。

そのものが問われ、人生の方向を問いたずねることなのです。思わず軽挙な立ち姿をとってしまうほど、私たちを心配してください。阿弥陀さまのお心を味わいながら、
そもそもお寺参りとは、趣味や娯楽のようなものではありません。もちろん、そういう要素があっても良いのですが、それが本来ではないのです。まさに、
人生を歩む上で欠くことのできない、大切な、大切な
営みえいみなのです。 ■

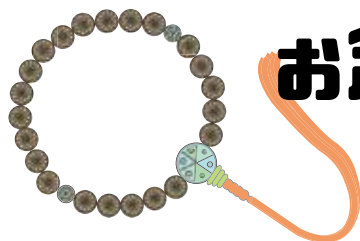


仏事、葬儀、納骨…、わからないことや困ったことがあれば、極楽寺にご相談ください。ご遠慮なく、どうぞ 0837 (43) 0625

古い仏具 使わないお線香

お寺へお持ちください

本堂に回収箱を設置してあります。



お念珠の修理いたします

お念珠のヒモは切れるもの。不吉なことではありません。

お寺で修理いたします。お持ちください。

二〇二五年 極楽寺のご法座

一月一日 元旦会

一月十五〜十六日 御正忌報恩講

三月五日 春の彼岸会法要

講師 福岡小郡市 本願寺派布教使
藤井龍範師

四月十五〜十六日 春の永代経法要

講師 山口市 正善寺住職 名護屋宗味師

五月二十一日(毎年) 清光仏教婦人会 降誕会

六月二十五〜二十六日 夏法座

講師 山口市 超勝寺住職 大來尚順師

八月十五日(毎年) 盆法会

九月二十三(毎年・秋分の日) 納骨堂追悼法要

十一月十二〜十三日 秋の永代経法要

講師 美祢市 明厳寺住職 中島昭念師

十二月十八日(毎年) 清光仏教婦人会 報恩講

十二月三十一日(毎年) 除夜の鐘つき 初礼拝



ご法座には、
門徒式章をつけて
お参りしましょう

門徒の正装は、門徒式章をつけた服装とされています。喜びも、悲しみも、仏様と一緒に。お参りの際は、式章をおつけ下さい。

2025 (令和7) 年 年回忌表

一周忌	2024(令和6)年往生	十七回忌	2009(平成21)年往生
三回忌	2023(令和5)年往生	二十五回忌	2001(平成13)年往生
七回忌	2019(平成31・令和元)年往生	三十三回忌	1993(平成5)年往生
十三回忌	2013(平成25)年往生	五十回忌	1976(昭和51)年往生
		百回忌	1926(大正15・昭和元)年往生

※ お配りした、カレンダーの台紙にも、書いてあります。

お礼とご報告



ポルトップ収集

山口別院で換金され、県内福祉施設へ寄付されます。

今年は、16.4kg
(空き缶約 388,000 個分)

能登災害救援募金

本堂に設置した募金箱へのご懇志です。

年合計 76,398 円

アーユス仏教国際ネットワークを通して、
現地支援活動のために使われます。

物でお布施

アーユス仏教国際協力ネットワークに送り、紛争で傷ついた人
たちや難民、国内外の自然災害や環境破壊で困難を強いられた
人たちのために役立てます。

《今年分》 テレカ 4枚 タオル 46枚
書き損じ葉書 202枚



皆様、本当にありがとうございました

本堂に回収箱を設置しております。これからも、ご協力よろしくお願いたします。



□ 年明けの御正忌報恩講で、「お斎改革」にチャレンジすることになりました。上手くいくかはわかりませんが、失敗を恐れず、とりあえず挑戦してみようと思います。

□ さて、「お斎改革」で私がこだわったのは、「お洒落なカフェ風」の盛り付けです。少しでも興味を持っていただければと考えました。「お洒落なカフェ」には縁遠く、行ったこともなかったのですが、「これもチャレンジだ！」と、坊守と二人で視察に出かけました。その成果が活かされているのかどうかは、皆さんに判断していただけたらと思います。

□ また、食器にもこだわりました。安くて洒落たものはないかとあちこち探し、ニトリにも通い詰めました。そんな中で発見したことが。テレビの料理番組って、結構ニトリの食器が使われているんですよ。NHKでも、民放でも。今まで気にもしなかったのに、一度気になると目についてしまいます。人間ってピントを合わせる場所が変わると、これまでの景色が違ったものに見えるのですね。□ では私は、どこにピントを合わせて生活しているのか。ないものばかりに合わせていないか。本当に大切なものに合わせているのか。同時に、そんなことを考えさせられました。私に向けられている恵みや慈しみ、思いにピントを合わせることを、「知恩」「報恩」というのかもしれない。報恩講という行事を通して、共に味わいたいものです（新しいお斎も、ぜひ味わってください）。■

除夜の鐘つきのご案内

つきはじめ
11時40分

大晦日

おでんを用意しています!



1月1日
朝10時より

元旦会のご案内

新年も、阿弥陀さまに手を合わせることから始めましょう。わが家のお仏壇ぶつだんも打敷うちしきをかけて飾り、新年をむかえましょう。

※ 参拝者には、記念品を用意しております。

納骨堂新築に向け 十年計画スタートしています

納骨堂は、お墓を建てるより、費用を抑えることができます。
また、維持管理の面やお参りのし易さも、納骨堂の利点です。

新規加入者募集中 詳しくはお寺まで

次回法座
の予定

春の彼岸会法要 3月5日(水) 昼席のみ
講師 藤井龍範 師 福岡小郡市 本願寺派布教使

今年もお世話になりました。来年も、よろしくお願いたします。【極楽寺一同】

今号はついに新記録の20頁となりました。文章が長くなる一方です。とほほ。誰か止めてください(涙)。【住】