

GOKURAKUJI DAYORI
極楽寺だより
2025(令和7)年 3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

春の彼岸会法要のご案内

三月五日（水）

昼一時半

講師

福岡 本願寺派布教使
藤井龍範 師



「彼岸」とは文字通り「彼の岸」という意味です。私達が生きて
いる世界を「此岸（このき）」「こ」というのに対し、覚りの世界・阿弥
陀様のお浄土をあらわします。

お浄土は、「西方浄土」ともいわれます。それは、西に行けばお
浄土があるからではありません。西とは太陽の沈む方向、すな
わちいのちが帰ってゆく世界を、象徴的に表しているのです。

私たちは、どこに向かって生きていくのでしょうか。そして、ど
こへ帰っていくのでしょうか。目の前のことで精一杯の現代社会
は、そんなことを考えることもありません。こんな時代だからこそ、
私たちの人生の行く末を見つめさせていただく縁として、この
『彼岸会法要』は、とても大切な意味があると思います。どうぞ、
お誘いあわせお参りください。

彼岸会に
合わせて

極楽寺ギャラリー 開催します！

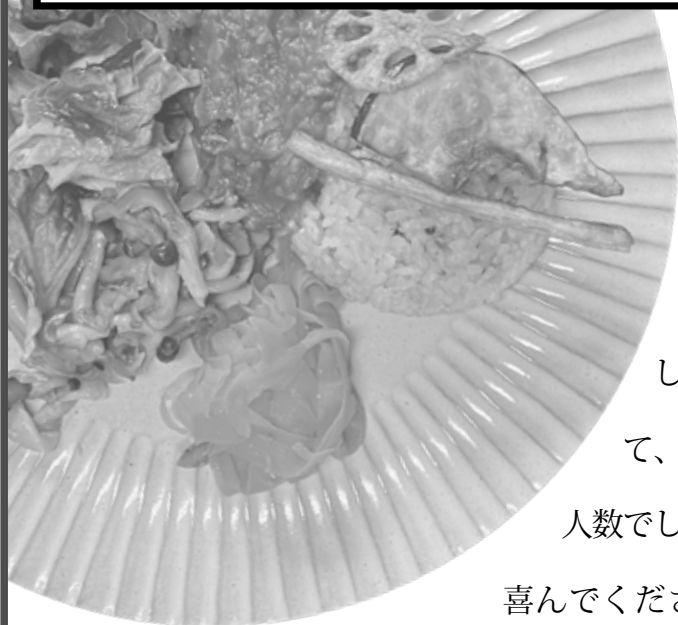
詳しくは、本号最終面をご覧ください

「pāramitā（パラミタ）」とは、インドのサンスクリット語で、「到彼岸」（覚りの世界に到る）をあらわします。

報恩講 特集



とき お斎改革プロジェクト無事終了！



御正忌報恩講の「お斎改革プロジェクト」が、無事終了しました。

今回のメニューは「キーマ風精進カレー」、そして「おしゃれカフェ風の盛り付け」にこだわって、取り組みました。初日の昼は、昨年同様寂しい人数でしたが、皆さん「おしゃれ！」「美味しい！」と

喜んでくださり、おかわりをされる方もおられました。一転夜は、初めてお参りに来られる方もあり、大いに賑わいました。改革の効果が、目に見えたのは、嬉しい限りです。来年は、違うメニューに挑戦する予定。どうぞ、お楽しみに！



台所のお手伝いの皆さん

お斎改革プロジェクトの様子を、動画にしました。スマホのカメラでQRコードを読み込むと、見ることができます！



極楽寺お斎改革プロジェクト



「お下がり」

仏さまへお供えしたものを、^さ下げてください。これを、「お下がり」といいます。お仏飯^{ぶつぼん}やお供えしたお菓子も「お下がり」として、大切にいただきましょう。昔は、お客さんからのいただきものも、まず仏さまにお供えして、その後「お下がり」としていただく習慣^{しゅうかん}がありました。目の前のお客さんだけでなく、もっと大きなはたらきを通して、今この品が私のところに届け^{とど}られていると、味わっておられたのでしょう。ちなみに、お兄ちゃんやお姉ちゃんが来ていた服を「お下がり」というのは、この習慣から来ています。



お下がりのいただき方



極楽寺では、御正忌報恩講にお供えしたお餅^{もち}を、「お下がり」として世話人さんを通し、三隅地区の皆さんにお配り^{てんとう}することが、伝統となっています。ところでこのお下がり、皆さんはどのようにいただかれていますか？今回は、住職おススメのいただき方を、ご紹介します！

- ① お下がりを洗って、汚れを落とす。
- ② 熱したフライパンに油をしき、お下がりを入れる。
- ③ 柔らかくなったら醤油をぶっかけて、少し炒^{いた}める。
- ④ 海苔で巻いたら、とても美味しくいただけます！



シンプル&ワイルドが住職風。でも、これが美味しいのです。皆さんは、どのようにされていますか？ぜひ、教えてください。よろしくお願ひします！

月々の言葉

Monthly Words



2月の言葉

聖徳太子という方は、今から約一五〇〇年前、飛鳥時代に活躍された方です。仏教を篤く信仰し、その興隆に努められました。親鸞聖人も、「日本のお釈迦さま」と大変尊敬されています。その聖徳太子が示された『憲法十七条』にあるのが、今月の言葉です。

「凡夫（ただひと・ぼんぶ）」という言葉、『仏教語大辞典』で調べてみると、「愚かな人、無知なありふれた人」とあります。まさに「ただの人間」といったところでしようか。では、「私もあなたも無知で愚かな、ただの人間だ」と言われて、素直にうなずけますか？特に現代社会は、「正しさ」「賢さ」が求められる時代ですから、「失礼な！」と怒られる方がありません。しゝ

Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words

かしこの言葉、今だからこそ傾聴すべき、重要な言葉なのではないかと、私は考えているのです。

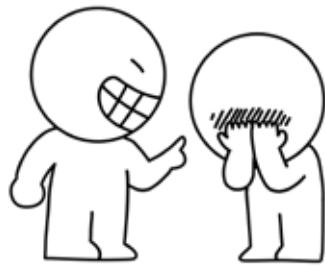
私は、地元中学校の委員をしています。その会議で、学校のいじめ対策に関する報告を受けたことがありました。そこで担当の先生がおっしゃった、「いじめは絶対にダメ！」という方針で取り組んでいます」という言葉に、違和感を持ったのです。モチロン、いじめがいけないのは、当然のこと。悪質ないじめは、絶対に容認できません。ただその視点だけでは、見落とすことがあると思っただけです。

現在の教育現場では、
「個々の行為が「いじめ」に
当たるか否かの判断は、表
面的・形式的にすることな



く、いじめられた生徒の立場に立つ」と定められています。つまり、「いじめられた」という発言があった時点で、これを「いじめ」と認定するのです。いじめたとされる側に、自覚があるうがなからうが。しゝ

では、ここで考えてみてください。皆さんは、私がどんな言葉で傷つくかをご存知ですか？わからないですよ。私も、皆さんがどんな言葉で傷つくかなんて、わかりません。つまり私たちは、相手の立場や思いを、すべて理解することはできないのです。しかも人って、置かれてる立場や状況によって、何気ない一言、普段から使っている言葉で、深く傷ついてしまう存在ではないですか。つまり私たちは、無邪気な言葉で、悪気のない軽い一言で、人を深く傷つけることがあるのです。



にも関わらず、教条的に「いじめは、絶対にダメ！」というのは無理がありませんか。モチロンいじめは、いけないことです。悪質なケースは、もつての外。でも現実には、すれ違いのケースだって、たくさんあるのですから。

相手の思いや状況を理解することは、成熟した大人でも難しいことです。にもかかわらず、「理解しなさい。」

Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words

絶対に相手を傷つけてはいけません」という、過酷なミツシヨンが中学生に課されている。この歪みが、傷つけた相手のことよりも、自分の正当化を優先する態度を生んでいるのではないだろうか。

「いじめ加害者」のレッテルを貼られたくない。悪気があってやったのではないから、私は悪くない。私は、そんなことを言っていない。「正しさ」「賢さ」を追い求め、自分を正当化するほどに、傷つけられた側は憤り、ますます問題はこじれていく。そんなケースは、いくらでも目にします。これは学校だけの話ではありません。ハラスメントや差別の問題も同様です。

では、もしも「ともに凡夫ならくのみ（私もあなたも、ただの人間だ）」という自覚を、みんなで共有することができたら、どうでしょう。ただの人間同士だから、加害者になることもあれば、被害者になることもある。ならば、もし相手から「傷ついた」と言われたら、誠実に謝ろう。相手の思いに向き合おう。そして、傷つけた相手が誠実に謝るならば、傷つけられた側はそれを受け容れよう。なぜなら、誰もが過ちを犯す、ただの人間へ

だから。傷つけられた私が、今度は傷つける側になるかもしれないのだから。そこに、「自分がされて苦しめた行為を、人にするわけにはいかない」という思いも、生まれてくるのではないでしょうか。共に「ただの人間」という地平に立つからこそ開かれる、豊かな関係があることを教えられるのです。

世界では、現在も戦争が繰り広げられ、たくさんの方が奪われています。過去に悲惨な被害を受けた民族が、今度は加害の側に回るケースも起きています。自分たちに反対する立場の人々を、「私たちをまた、迫害し差別するののか」と決めつけながら。

誰もが被害者になることも、加害者になることもありうる。そんな事実と、今こそ冷静に向き合う必要があるのです。その事実を、約一五〇〇年前の言葉によつて教えられなくてはならない状況に、私たちはいるのです。時代は変わっても、テクノロジーが進化しても、人間の本质は変わらないようです。

但し、冷静に「私はただの人間だ」と自己分析し、

Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words

受け容れることは、いつの時代も困難なミッションだといえるでしょう。自分を正当化する。都合の悪いことから目を背ける。そんな我執を持つのも、私たちの本質ですから。

では、なぜ聖徳太子や親鸞聖人には、冷静な自己分析ができたのか。それは、ただの人間である私を、慈しみに受け容れてくださる仏さまのお心に気づかれたから。愚かさを抱えた私が、肯定され、居場所を与えられたから。間違を犯しても否定されない。むしろ、素直に過ちを認めることこそ称賛される、そんな世界と出遇われたから。だから大地に足が着くように、安心して自分と向き合えたのでしよう。

聖徳太子は、「それ三宝に帰りまつらずは、なにをもつてか枉れるを直さん」(『憲法十七条』)とも言われています。仏さま

と、その教えと、その教えに歩む人々(三宝)を振り所にしなければ、我執にとらわれた心を

ただすことはできないのだと。



月々

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、有縁の方々へ。お寺にお申し出ください。直接郵送いたします。ご遠慮なく！

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、不安をお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」が役に立つのでは…と思っています。



約一五〇〇年前の聖徳太子の言葉は、「あなたは、そんな扱(あ)り所と出(で)あ(あ)つていますか？」と今の私(わたし)たちを問(と)うておられるようです。世界に大きな影響力を持つ大国が、自(こ)国中心主義を叫ぶ政治家を選(え)ぶ時代に。「正(ただ)しさ」と「正(ただ)しさ」がぶ(ぶ)つかり合(あ)う、我(わが)執(しやく)の方向(かうきやう)へと進(すす)んでい(い)る現代(げんたい)の私(わたし)たちに。
深く重(おも)く傾聴(けいちやう)せねば。そんなことを思(おも)う今日(けふ)この頃(ころ)です。

物でお布施

家庭で眠(ね)っている物を、周りの人のために、活か(か)しませんか。下記の物(もの)があれば、お寺(てら)までお持(も)ちください。

書き損(きそん)じはがき・未使用(みしやう)切手(きて)・商品券(しやうひんけん)・未使用(みしやう)テレフォンカード(てれふおんかーど)・ビール券(びーるけん)など金券(きんげん)・CD・DVD・ゲームソフト(げーむそふと)・ゲーム機(げーむき)器(き)



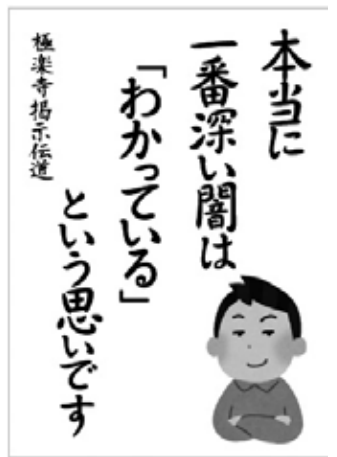
プルトップも、引き続き集(あ)めてい(い)ます！

納骨堂新築計画進行中です

極楽寺の納骨堂新築計画が進んでいます。これからの維持管理を考えると、お墓よりも納骨堂の方が負担は確実に少ないと言えます。ご門徒以外の方でも大丈夫です。遠慮なく、お寺までご相談ください。

葬儀の連絡は、真夜中でも結構です！

親しい方が亡(な)くな(な)られたら、皆(みな)さん動揺(どうやう)されます。「これからどうすれば良いのか」と、不安になる方も多くあります。近頃は葬儀社(そうぎしや)さん(さん)も働(はたら)き方(かた)改革(かいかく)で、夜中(よる)に對(たい)應(おう)する人(ひと)と實際(じつじやう)に葬儀(たんと)を担当(たんとう)する人(ひと)とを分(わ)けておられるよう(よう)です。そのため引継(ひきつ)ぎが上(う)手(て)くいか(か)ず、行(い)き違(ちが)いやすれ違(ちが)いのケ(け)ースも目(め)にしま(ま)す。遺族(いぞく)の方(かた)に、しっか(し)り(り)と寄(よ)り添(そ)うた(た)め(め)にも、住職(しゆしやく)が間(ま)に入(い)ります。ど(ど)んな時(とき)間(かん)でも結構(けいこう)です。遠慮(えんりょ)なく、ご連(れん)絡(らく)く(く)だ(だ)さい。



3月の言葉

※今回は、インターネットをあまり使われていない方には、よくわからない言葉が多いかもしれません。どうぞ、お許しください。

ご存知でしょうか。あなたが見ているウェブサイトと、私が見ているサイト。同じものであるはずなのに、大きく違っていることを。

インターネットの検索サイトには、利用者の検索履歴やクリック履歴をアルゴリズムという計算式で分析し、興味や好みを把握して、それに合わせた情報が優先的に表示される機能があります。欲しい商品について調べると、おすすめの商品広告が。興味あるアーティスを検索すれば、その関連情報が。ある政治的立場のニュース記事を頻繁に読めば、同じ立場からの記事が、

Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words

優先的に表示されます。ちなみに私が見ているニュースサイトは、カーブの情報ばかり。つまり同じサイトを見ているも、気づけば人とは違うものへとカスタマイズされていくのです。

膨大な情報が溢れるネットの世界で、自分に必要なものを見つけ出すのは至難の業。ならば、欲しい情報が優先的に表示されるのは、とても便利で良いことなのでは？と思いきや、近年この機能についての危険性が叫ばれているのです。

なぜなら、次第に自分の興味や好みの情報ばかりに囲まれることになる。

そうして、違う価値観に触れることが少なくなり、視野は狭まり、考えは偏り、他者への想像力や共感力が育たなくなる。「バブル（泡）」に包まれたように孤立した状況になり、自分が見ている世界がすべてだと思いついてしまふ。これを「フィルターバブル現象」といわれています。

それが偏見、不寛容、差別へとつながり、社会に断絶を生んでいるとも指摘されるのです。



しかも、この現象が厄介なのは、本人に自覚がないことなのです。人は誰しも、自分の興味や好みに流されるし、自分を正当化したいもの。この心のクセ（これを「確証バイアス」というそうです）がネットを通して、知らず知らずに強化されていくわけです。

ちなみに、このクセが強化された人の特徴として、次のようなものがあげられます。

◇ 自分が正しいと強く思っていて、第一印象で判断する。

◇ 同じ意見の人の話にしか、耳を傾けない。

◇ 都合の悪い情報を軽視する。

◇ 失敗したときに、他人や外部環境に原因を求める
「他責思考」になる。

こんな人が側にいる状況を想像してみてください。違う立場や考え方がることが、想像できない。融通が効かない。自分の過ちを認めない。しかも、人には強く当たる。こんな人が側にいたらと思うと、辛いのですか。想像するだに怖ろしい。

でも、もつと辛いのは、私にもそういうところがある

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

ると、思い当たることなのです。ネットに依存している影響なのか、それとも本来の人間性なのでしょう。ただ、私にも当てはまりうると自覚しておくこと、折に触れ思い起こすことが、とても重要だと思っけています。そしてそれは、この心のクセへの対処法として、最初にあげられる取り組みでもあるのです。



「自分の現在地が明らかになった。わからないから、迷ってたんだ」という言葉があります。

今の状況を確認せずに、わかっていると思ひ込み突き進むことは、まさに迷いの姿そのもの。でも、現在地が分かると、進むべき方向も、やるべきことも明らかになる。これは、もう迷いの状況ではありません。実はこれ、河合塾という予備校のCMのフレーズなのですが、まさに私たちの人生にも当てはまるのではないのでしょうか。仏教では、「自己の見解にとらわれて離れないこと。自己を中心と考える」とらわれ」を我執と言います。自分の正しさに執着することが、迷いの原因なのだ。

わかつていると思ひ込み、頑かたくなに小さな世界に閉じこもり、他者を、そして自己を決めつける生き方こそが、一番深い闇やみなのだ。

にもかかわらず、私たちはわからないことを恥はずかしく思い、賢かしこさ、正しさを追い求めているようです。しかし、本当に求めるべきは、素直に心を開き、無知むちで愚かな自分の現在地を認め、世界の豊かさ、深さ、複雑むくさと謙虚けんきよに向き合うことなのでしょう。

真宗僧侶の松本梶丸かじまる先生は、長年仏法を聴聞ちやうもんし、お念仏と共に生きられた方々のお話を聞き取り、紹介されておられる方です。その松本先生の本に、こんなお話がありました。

「昨日、うちの嫁から教えられてね」

あるおばあさんが嬉うれしそうな顔で、こう切り出されたのです。

その家の大事な品物が見当たらない。その品をおばあさんは「どこかに片づけた」と言い張り、お嫁さんは「ばあちゃんが、もういらぬものだど捨てた」と主張すゝ

Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words - Monthly Words

る。そんなお嫁さんの言葉に、カツとなったおばあさんは「お前はなんとという強情で頑固がんこもんや」と一喝いっかつしたというのです。それに対して間髪かんぱつ入れず、お嫁さんが言い返しました。「同じやわい」と。

その言葉に教えられたというのです。「同じやわい」と言われたとき、強情で頑固な自分であったと目が覚さめた。それが嬉しかったと。そして松本先生は、これこそ聴聞たまものの賜物であるといわれるのです。

念仏詩人と呼ばれた榎本栄一えのもとえいちさんには、このような言葉があります。

「人の言うことを ナルホドソウカとうなづけたらそこには小さな花が咲くようだ」

「ナルホドソウカとうなづかしめるものが、阿弥陀さまのはたらきである。南無阿弥陀仏である」

私たちは、素直に「ナルホドソウカ」

と、なかなかうなづけませんよね。耳の痛い言葉は特に。しかし、仏法を聞き続けられたおばあさんは、お嫁さんの言葉に阿弥陀さまのはたらきを感じ



られたのでしよう。これは、^{すこ}凄（すこ）いことですよ。我に返り、目が覚める。それが喜びと共に行われる。「ナルホドソウカ」とうなづかしめるはたらきと出遇われたおばあさんの歩みが、私の心にも小さな花を咲かせてくださるのです。

「これが私の現在地なんだ」「この事実を、受け容れるしかない」「ここからしか、何も始まらない」そう我に返り、現在地に立ち返る。それは、フィルターバブル現象が起きるほど、心のクセが強化される現代社会において、とても困難なことです。

しかし私たちには、「ナルホドソウカ」と頷かしめるはたらきが届けられているのです。素直に、自分をさらけ出せる場所が用意されている。そこに私たちの思いを超えた豊かな世界があることを、先輩方の後ろ姿を通して、教えられています。



極楽寺
ホームページ

極楽寺.com
検索

又はQRコードから



世話人の交代について

長年世話人を勤めてくださいました野波瀬・大田宇三郎さん(13年6ヶ月)が退任され、松本徹さんが新しく勤めていただくことになりました。大田さん、本当に有難うございました。松本さん、これからよろしく願いたします。



□お取越^{とりこ}しから年末年始、御正忌を終えて、ようやくひと段落しています。「お斎改革プロジェクト」も、とりあえず一回目を終わりました。やって見えてきたものもありますので、反省を^{ふく}含めて次の取り組みを^{しあん}思案しています。□紙面でもご案内したとおり、「お斎改革プロジェクト」の動画を作りました。年末の「^{じよや}除夜の^{かねつ}鐘撞き」も同じく動画にしています。興味のある方は、下記QRコードをスマホで読み取り、極楽寺ホームページよりご覧ください。今年は、動画に力を入れてみようと考えています。とりあえず、昨年作った桜のライトアップの動画を、レベルアップしようかと。□また、DIY熱も^{さいなん}再燃しています。ご門徒の綿野節男さんのご指導のもと、本堂北面の壁に木材保護塗料を塗ってみました。我ながら出来には満足しているのですが、一面を塗ると他の面も気になり出して、切りがありません。いずれ足場を組んで、高いところまでできたら…と夢見ているのですが、「それはプロにまかせなさい」と強く^{ちゆうこく}忠告されています。(住職)



極楽寺ホームページ

次回法座の予定

春の永代経法要 4月15日(火) 16日(水)

講師 名護屋宗味 師(山口市 正善寺住職)

3月5日(水)正午より
彼岸会に合わせて

入場は無料です

極楽寺ギャラリー

開催します！

今年のテーマは
『人物』です

昨年に続き、今年も久原・香月家のご協力のもと『極楽寺ギャラリー』を開催致します。今年のテーマは、「人物」です。

アートに親しむことで、感性を磨くご縁にさせていただければ…などとカッコつけたことを書きましたが、住職もアートに造詣が深いわけではないのです。気楽な気持ちで、ご覧いただければと思います。

かわづざくら
駐車場の河津桜
今年も
ライトアップします！



もうすぐ、駐車場の^{かわづざくら}河津桜が咲き始めます。

毎年^{きれい}綺麗な花を咲かせて、私たちの目を楽しませてくれますが、今年もあと少し。咲くのが、今から待ち遠しい！ということで、今年も^{まんかい}満開近くになったら、ライトアップいたします。

時間は、夜10時くらいまで。期間は、^{さか}盛りを過ぎるまでを目安に考えています。

お花見は、ぜひ極楽寺駐車場へ。ただし、もうしばらくお待ちください！

期間 満開近くになってから、盛りを過ぎるまで
時間 夜10時くらいまで