

だっこだっこあみだっこ

平成 29 年

11.12

月号



菜園日記

京都にふれる 文化にふれる

お香の歴史／焼香のお作法

ぼく・わたしを育てるほとけのことは

六波羅蜜（ろくはらみつ） — 「おこなってみる」ことの大切さ—

東山浄苑東本願寺発！パパママ子どものフリーペーパーだっこだっこあみだっこです！

あみださまは、おかあさんの「だっこ」のように、あたたかくわたしたちをみまもって下さっている—
そのことに気づいたとき、わたしたちは安心して、自信をもって生きていけます。

未来をになう子どもたちは社会の宝もの。その子どもを育てる子育ては、とても尊い大事な
ことです。いい子になってほしい、と思いながらも、ほんとうのやさしさ、かし
こさ、強さってなんだろう？ —ほとけさまのみ教えが、悩めるパパ、ママのともしびに
なりますように。 ぜひ、ご家族みなさんでお読みください♪

FREE Paper

ぼく・わたしを育てる ほとけのことば

今月のことば：「六波羅蜜^{ろくはらみつ (ろっぱらみつ)} —「おこなってみる」ことの大切さ—」

仏教には、今のわたしたちにとって、あたたかなともしびとなることばがたくさんあります。
「ほとけのことば」から、わたしたちの日々のくらしの目標をかんがえてみましょう♪

六波羅蜜ってなに？

今月のテーマは「六波羅蜜」です。漢字もむずかしいし、かわったひびきで、耳なれないことばですね。
「波羅蜜^{はらみつ}」というのはもともとインドのことばで、「到彼岸^{とうひがん}／彼岸にいたること、渡ること」という意味の「パラミター」が語源です。

波羅蜜＝到彼岸とは、こちら岸ではないあちら岸——わたしたち人間のまよいの世界を超えた、仏さまのさとりの世界にいたることです。そして「六波羅蜜」とは、人間がまよいを捨てて仏さまの世界へ行くための6つの大切なことをいいます。「6つの大切なことってなんだろう？」…順番にみていきましょう。

①布施^{ふせ}

「おふせ」ということばをどこかで聞いたことはありませんか？

今では主にお寺やお坊さんにあげるお金のことをそう呼んでいます
が、実はお金にかぎらず、他にほどこしをすることが「布施」です。

お金をほどこす以外にも、たべものをあげたり、やさしいことばや
表情で人と話したり、席をゆずることも、りっぱなほどこしです。



②持戒^{じかい}

「持戒」の「戒」とは、「いましめ・きまり」のことで、「いましめ・きまりを持つ」ことが「持戒」です。仏さまのみ教えを
いただく者は、守らなければならないきまりを持ち、生活を正しくするよう努力します。現代のわたしたちにあてはめ
ると、国や世間のきまり、マナーを守ることに通じるかもしれませんね。

③忍辱^{にんにく}

3番目は、「忍辱」とかいて「にんにく」とよびます。心静かにたえしのぶことを指します。私たちが今生きている
この世を、仏教のことばで「娑婆世界^{しゃば}」「堪忍土^{かんにんど}」といいます。「堪忍土^{かんにん}」の「堪忍」は、今でも関西弁で、「かんにんし
てや〜」と「許して」という意味で言ったりしますが、漢字をみると「堪え忍ぶ^{たしの}」と書いて「堪忍」です。

仏教を開いたお釈迦さまは、「この世は苦である」とおっしゃられました。生きるということは、
年をとり、からだが弱り、病気になって、いつか死んでしまうということです。また、大好きな
ひとと別れたり、ほしいものが手に入らなかったり…悩んだり苦しんだりすることが、この世
にはたくさんあります。この世はその苦しみに「堪え忍ぶ」世界ともいえます。

たえしのぶというと、ただひたすらがまんすることのように感じますが、実はそれだけ
ではありません。苦しいこと、なやましいことが起こったとき、感情的に怒ったり、泣きわめ
いたりせず、ありのままを静かに受け入れる、心のありようをいいます。



しょうじん ④精進

4つめは「精進」です。意味は「^{いっしん}一心に努力すること」です。

ちょっと古めかしいことばですが、今でも「これからも精進します！」などと言ったりしますね。これも仏教が由来になったことばで、もともとは一生けんめい仏道の修行にはげむことをいいました。



ぜんじょう ⑤禅定



5つ目は「禅定」です。

みなさんはお寺で座禅をした経験はありますか？足を組んで目を閉じて、よけいなことを考えず、心を一つに集中させる修行です。座禅にかぎらず、このような心のあり方をめざすことを禅定といいます。ふつうに生活していると、本格的に座禅をする機会はなかなかないと思いますが、日ごろから心をおちつかせておだやかにすごすことも、禅定のひとつといえるでしょう。

ちえ ⑥智慧

最後は「智慧」です。

わたしたち人間はまよいの世界にあって、ほんとうのことが何もわかりません。まるで暗闇のなかにいるように、自分が明日どうなってしまうのかもわからず、いつも不安でいっぱいです。けれども仏さまは、その暗闇をすみずみまで光で照らし、あらゆることを見通して、よくわかっておいでです。

こういう仏さまのおはたらきのことを智慧といいます。布施・持戒・忍辱・精進・禅定ができてはじめて、この智慧が完成するのです。

おこなってみて はじめてわかること

私たちが、お寺のお堂や家のお仏壇の前で、手をあわせて「なむあみだぶつ」と礼拝するのは、いつも私たちが救おうとおはらき下さっている仏さまへの感謝のおこないです。

そして、いただいた仏さまの教えを、私たちが生活の中で実践する方法が、「六波羅蜜」の「布施」、「持戒」、「忍辱」、「精進」、「禅定」です。

人にやさしく、ルールを守り、すぐ怒ったりせず、一生けんめいな努力家で、いつもおちついていて、世の中のことをちゃんとわかっている——ひとつひとつはとてもシンプルでわかりやすいですね。

でも現実には、なかなかむずかしいのです。わたしたちが人間であるかぎり、本当の意味でこれらのことをやり通せる人はいません。たいていみんな、人より自分が大切だし、いやなことがあったらイライラするし、たまにはルールを破ったり、怠けたりしてしまいます。

でも、阿弥陀さまは、そんな私たちであっても、心から本願をおたのみして信じる人を、一人のこらず救って下さいます。だからこそ、自分なりに、「六波羅蜜」を「^{おこな}行ってみる」ことがだいじです。そのうえで、自分が何でもできるわけじゃない、ひとりで生きることなんてできない、ということを知るのが、いちばん大切な一歩なのです。



東山浄苑東本願寺
嘉枝堂
阿弥陀如来像

だっこだっこあみだっこは、毎月東山浄苑東本願寺で開催している「親子仏法の集い」の活動内容をもとに編集しています♪

親子仏法の集い - 仏法に親しもう 土に親しもう! - つてなあに？

毎月第3日曜日（行事等で変更の場合あり）に、
東山浄苑東本願寺の菜園で行っている親子向けの活動。
なんでもありがたくいただいて、粗末にしない—古きよき日本人を育てた仏教の教えです。

家族で野菜づくりや年中行事に親しみ、
「いただきます」「ありがたい」の豊かなころを育てましょう。
乳幼児から中学生までのお子さんご家族はどなたでも参加できます。
お気軽にお尋ねください！



【活動日】毎月第3日曜日 ・年中行事の折には変更 【場所】東山浄苑東本願寺

※ベビールーム完備 ※屋内無料駐車場完備 ※参加ご家族30組限定

★お問い合わせ・参加のお申し込みは★
東山浄苑東本願寺 総合受付

電話 075-541-8391 毎日9:00
~17:00



—参加者募集中！今後の親子仏法の集いご案内—

12月10日（日）
10:00~12:00

【12月のことばと目標】

しょうけん

正見

—ありのままを見る—

【活動内容】

ラディッシュ・チンゲンサイの収穫



1月21日（日）
10:00~12:00

【1月のことばと目標】

いちだいじ

一大事

—なぜこの世に生れたの？—

【活動内容】

子ども奉納会（嘆仏偈【お経】のおつとめ）練習
チンゲンサイの収穫

【場 所】 東山浄苑東本願寺内

【参加費】 1家族 1回 1,000円 ◎初参加の方無料！

※参加ご希望の方は事前にお電話でお申し込みください。
※野菜の生育状況などによって、活動内容は予告なく変更になる場合があります。
あらかじめ、ご了承ください。
※雨天の場合は、集印帳づくりなど室内企画を行います！お楽しみに♪

だっこだっこあみだっこ 平成29年11・12月号

平成29年11月27日発行 発行・印刷/東山浄苑東本願寺 〒607-8461京都市山科区上山旭山町8-1 電話075-541-8391

無料