

# だっこだっこあみだっこ

ぼく・わたしを育てるほとけのことは

報恩（ほうおん）

—たくさんの  
「おかげさま」  
ありがとう—

平成 31年

1.2

月号

菜園日記（さいえんにっき）

くらしの歳時記（さいじき）

東山浄苑東本願寺発！パバママこ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、**と思いつつも、**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：「報恩(ほうおん) —たくさんの「おかげさま」ありがとう—」

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♪

## ● 「おかげさま」と思う気持ち

みなさんは、おいしいものを食べたとき、欲しかったものが手に入ったとき、テストで100点がとれたとき、やりたいことができたとき……自分の思うとおりになったときに「しあわせ」を感じると思います。この「しあわせ」を感じる時、私たちは、つい自分ががんばった結果だと考えがちです。しかし、本当にそうでしょうか？



おいしいものの影には、野菜を育ててくれたひとや、料理を作ってくれたひとがいます。また、野菜が育つには太陽や雨など自然の力も必要です。そのように考えたとき、私たちは、生まれてから今日まで、誰かや何かに助けられなかった日は、一日もないんだ、ということに気づくでしょう。私たちは、周りに支えられて、生かされています。そんな助けや支えに、「ありがとうございます」という感謝の心を表す言葉が、「おかげさま」です。

昔はあいさつで、「お元気ですか？」「おかげさまで」というやりとりが多くありました。また、よいことがあった時にも、「おかげさまで」と言いました。この「おかげさま」は、特定の誰かだけではなく、仏さまや神さま、自然などさまざまなものからいただくめぐみ、助けに対して、「ありがたい」という感謝のことばです。「ありがたい」は「ありがとう」の元のことばで、漢字では「有り難い」と書きます。「有る」ことが「難い(むずかしい)」から「有り難い」。まわりからの助けやめぐみを、あたりまえのことではない、と感じるころです。自分が元気であること、よいことがあったとき、何も意識しなくても、まずはじめに「ありがたい」という思いが起きる—「おかげさま」「ありがたい」「もったいない」は、古きよき日本のことばと言えます。

## ● 「四恩」のおかげ

私たちが「おかげさま」と感謝する、生きるために支えてくれているものはなんでしょうか？

仏教には「四恩」という4つの恩があります。

4つには諸説あり「父母の恩、衆生(人間)の恩、国王(国家)の恩、三宝(仏・法・僧)の恩」、あるいは、「天地の恩、国王の恩、父母の恩、衆生の恩」、「国王の恩、父母の恩、師友の恩、壇越(檀家)の恩」に分けられます。「四恩」と言いますが、私たちは「お父さん・お母さんによって」、「周囲の人たちによって」、「国家によって」、「先生や友達によって」、「天地によって」……4種類にとどまらず、あらゆる

ものに生かされているのです。

「報恩」とは、「おかげさま」の感謝の心に気づき、それにふさわしい行動を相手に恩返しをしたり、さらには他の人に「恩」を施すことなのです。

## ●広がる「おかげさま」の感謝の心

「おかげさま」の気持ちである「恩」を感じとることを、「**感恩**」と言います。「**感恩**」、恩に気づき、感じ取ることができれば、恩をよろこぶ気持ちがうまれます。そして、その「恩」を今度はその人へ、またまわりの人へ返し、ほどこしたいと思うようになります。「**恩**」を感じ合い、すべての「**恩**」が響きあって、「**恩**」はどんどんふくらんでいきます。

## ●「感恩」の実践

私たちがあたりまえだと思っていることは、ありとあらゆる「おかげさま」によって成り立っています。この世に、あたりまえのものなんてないのです。自分を支えてくれているものの「**恩**」に気づいた時、そこに「喜び」が生まれ、自然と「おかげさま」いう気持ちがわきおこります。この「おかげさま」のはたらきを知り、「**感恩**」の心を持つことが大切であることを学びました。

「**恩**」に気づき、感謝の心を持っている人は世の中にたくさんいます。しかし、この感謝の気持ちをもつだけで終わってしまってはいけません。「**恩**」を感じたら、その「**恩**」を人に与え、喜びの「**感恩**」のリレーをつないでいきましょう。

ありがとう  
おかげさまで



じょうどしんしゅう 浄土真宗最大仏事・報恩講 毎年11月27日・28日/東山浄苑東本願寺



嘉枝堂本堂

「報恩講」とは、「**恩に報いる集まり**」で御開山親鸞聖人の御命日11月28日と、その前夜27日の一昼夜お勤まりになる法要です。浄土真宗は親鸞聖人によって開かれ、蓮如上人によって大きく発展しました。

親鸞聖人、蓮如上人が命を賭して広められた仏様のお言葉が「南無阿弥陀仏と称名念仏せよ」と仰せられた本願念仏のみ教えです。私たちが、「南無阿弥陀仏」の念仏をとるることによってお浄土へ行くことができるとお説き下さった親鸞聖人への「**恩**」に報いるため全国から参詣者が訪れます。

今年もたくさんの参詣者が、親鸞聖人をおしのびし、「報恩感謝」から「感恩」のこころをいただきました。

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 -仏法に親もう 土に親もう!- ってなあに？

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、粗末にしない一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



LINE

LINE ID: oyakobuppou LINEで参加申込が出来ます！興味のある方はお問い合わせ下さい。

## — 参加者募集中！今後の親子仏法の集いご案内 —

**1月20日(日)**

10:00～12:00

【1月の言葉と目標】

いちだいじ

一大事

—なぜこの世に生れたの?—

【活動内容】

花まつり お経の練習

芽キャベツの収穫・どんぐり拾い

**2月17日(日)**

10:00～12:00

【2月の言葉と目標】

たりき

他力

—じぶんをこえたちからに  
きづき、よろこぼう—

【活動内容】

花まつり お経の練習

長ねぎの収穫・土作り

**3月10日(日)**

10:00～12:00

【3月の言葉と目標】

じひ

慈悲

—まわりからのやさしさに  
気づこう—

【活動内容】

花まつり お経の練習

にらの種まき

※参加ご希望の方は事前  
にお電話でお申し込みください。

※3月は31日(日)にも活動  
を予定しています

【場 所】 東山浄苑東本願寺内 あみだっこ菜園 等

【参加費】 1家族 1回 1,000円(初参加無料)

※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、朱印帳づくりなど室内企画を行います！お楽しみに♪



親子佛法Instagram始めました！

アカウント名: amidakko

菜園や活動のようすを週2回程度アップしています。

フォローして画面を提示するだけで参加費1割引♪

(1家族1回のみ利用可)

だっこだっこあみだっこ 平成31年1-2月号

平成31年1月10日発行 発行・印刷 東山浄苑東本願寺 〒607-8461 京都市山科区上山山旭山町8-1 電話 075-541-8391 弁天寮