

東山浄苑東本願寺発！パパママこどものフリーペーパー



だっこだっこあみだっこ



- ・ ぼく・わたしをそだてる ほとけのことば「成道—ほんとうの強さ、やさしさ—」
- ・ 菜園日記
- ・ 浄苑にあつまれ！

親子仏法の集い 毎月開催中

1・2月号



ぼく・わたしをそだてる

ほとけのことば

成道（じょうどう）

—ほんとうの強さ、やさしさ—

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。

●「成道（じょうどう）」って？「さとり」って？

「成道（じょうどう）」なかなか聞きなれないことばですね。あまり日常生活では使いませんが、仏教のことばで、「仏道を完成する」、つまり「さとりを開く」という意味です。では、「さとり」とは、いったいどういう意味なのでしょう？

みなさんは毎日のなかで、こんなことを思うときはありませんか？——おいしいおやつをひとりじめにしたい。一日中ゲームをしたい。いやなことはしたくない、なんでも思うとおりにしたい——きっと覚えがあると思います。

わたしたちの中にある、そうした弱い心は、人間であれば誰だって持っているものです。この弱い心（＝煩惱）にがんばって打ち勝ち、ものごとの真理（ほんとうのこと）を見て、強さ、かしこさ、やさしさを手に入れるのが、「さとり」を開くということなのです。

●「さとり」への道

仏教の開祖（かいそ）（「さとり」を開き、教えをつくられた人）・お釈迦（しゃか）さまは、もともと、昔のインドにあった小さな王国の王子さまでした。ゆたかで何不自由のないくらしをしていたお釈迦さまでしたが、ある日、お城の東門から外へ出かけてみると、腰の曲がったお年寄りがとぼとぼ歩いているところにいくわしました。お付きの者に「どうしたのか？」とおたずねになると、「あの人は老人です。人間は生きている限り、皆いずれはああなるのですよ」との答え。またある日、南門から外へ出かけると、やせこけた病気の人がたおれていました。次は西門から出てみると、道ばたに死体がころがっていました。お釈迦さまはここで、「この世のどんな人間

もやがては年を取り、病気になり、死んでしまう。わたしたちは苦しみからは逃げられないのか」と悩まれます。最後に北門から外へ出たとき、出家（しゅぎょう）して修行（しゆぎやう）をしている僧（そう）に出会い、話をききます。このことがきっかけとなり、お釈迦さまは29歳にして、「わたしは苦しみをなくす方法を見つけたい」と、それまでのお城での生活や家族を捨て、たいへんな修行の旅に出られたのです。

お釈迦さまは山にこもって、つらく苦しい修行を6年間もつづけられました。しかし、どんなに苦しい修行をつづけても、その方法は見つけれず、とうとう力つきて山をおります。やせおとろえたお釈迦さまは、ふもとの村のスジャータというむすめに牛乳のおかゆをもらい、力を取りもどされます。その後、菩提樹（ぼだいじゆ）の木の下で瞑想（めいそう）（深く静かに集中すること）に入られ、邪魔（じゃま）してくる悪魔（あくま）をはねのけつつ、ついに「さとり」を開かれたのです。

●仏教のはじまり

「さとり」の時をむかえるまでに、お釈迦さまは長い長い時間をかけて、たくさんの苦しみにあわれました。けれどもあきらめることのなかったのは、お釈迦さまだからです。「さとり」を開くというのは、お釈迦さまであっても、とてもむずかしいことでした。ましてや、わたしたちのようなふつうの人間には、きびしい修行（しゆぎやう）をすることはもちろん、「さとり」について理解（りかい）することも、残念ながらむずかしいでしょう。

じっさい、お釈迦さまははじめ「説明（せつめい）しても、きっとみんなにはわかってもらえないだろう」と考えて、しばらくのあいだ一人で「さとり」を深めておられました。するとそこへ梵天（ぼんてん）という神さまがやってきて、「苦しむ人々（ひとら）のためにも、どうかその教えを広めてください」とお願いします。お釈迦さまはそれを聞き、みんなに教えを説く決心をしてくださいました。これが仏教のはじまりです。

いまでは仏教の教えは世界中に広がり、たくさんの人々を救っています。お釈迦さまが「さとり」を自分だけのものにせず、いろいろ言葉をつくして教えを説いてくださったおかげですね。

●ほんとうの強さ、やさしさとは？

お釈迦さまが「さとり」を開かれたのは12月8日とされています。この日はのちに「成道会（じょうどうえ）」とさだめられ、お釈迦さまが仏教をお伝えくださったことに、みんなで「ありがとう、をいう日」となりました。

お釈迦さまが見つけてくださった苦しみを超える方法。これを伝えてくださったことは、自分の幸せをほかの人にもわける行い、見かえりもないのにほかの人のためを思っつつくすことです。お釈迦さまは、年をとられて、病気になられても、命をかけて教えを伝える旅にでられました。最後まで、亡くなる間際まで横になってお話をつづけられました。ほんとうの強さ、やさしさとはこういうことです。

わたしたちはお釈迦さまのように「さとり」を開けないし、ほんとうに強くやさしくなることも、なかなかできません。それでも、だからこそ、お釈迦さまに「ありがとうございます」の気持ちを持たなくてはなりません。そして、みんなで周りの人を思いやって、おたがいがやさしく接したいものですね。





土にしたしむ

菜園日記

東山浄苑東本願寺には、親子で野菜の種まき・収穫体験ができる（※）菜園があるのを知っていますか？その名も「あみだっこ菜園」です♪

（※）毎月第3日曜日に開催している親子向けイベント「親子仏法の集い」。詳しくは裏表紙に！

11月

にんじんの

しゅうかく
収穫



12月



落ち葉ひろい

いまそだっています！

きょうの菜園

セロリ、玉ねぎ



小さな四季みいつけた

新年がはじまります。浄苑も山々も雪化粧。

静かな雪の朝も、浄苑には続々と参詣者が訪れ、にぎにぎしく修正会が始まります。庭に出ると、子どもたちが作った雪だるまや雪うさぎがあちらこちらに。





親子仏法の集い 毎月開催中！

親子仏法の集いって？

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。
また、花まつりでは、毎年こども法要をおつとめしています。

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」の豊かなこころを育てましょう。
乳幼児から中学生までのお子さんを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、花まつり前には変更

【場 所】東山浄苑東本願寺

【参加費】1家族1,000円 ※初参加無料！

◎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】

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！

1月31日（日）

10:00～12:00

【活動内容】落ち葉ひろい

【場所】東山浄苑内 あみだっこ菜園 等

【参加費】1家族1回 1,000円 【初参加無料】

2月21日（日）

10:00～12:00

【活動内容】アイスプラントの種まき

【場所】東山浄苑内 あみだっこ菜園 等

【参加費】1家族1回 1,000円 【初参加無料】

※活動内容は、天候や作物の成長状態などによって、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、お念珠袋づくりや掛軸づくりなどの室内企画を行います！お楽しみに！



LINEで参加申し込みができます。

詳しくはお尋ね下さい。

LINE ID: oyakobuppou



菜園や活動のようすをアップ中！

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）

アカウント名: amidakko

だっこだっこあみだっこ 令和3年1・2月号

令和3年1月15日発行 発行・印刷/東山浄苑東本願寺 〒607-8461 京都市山科区上花山旭山町8-1 電話 075-541-8391 無料