



# 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

「布施—「ほか」のために「わたし」にできること—」

・ 菜園日記

・ 浄苑にあつまれ！

親子仏法の集い 毎月開催中

## 9・10月号



ぼく・わたしをそだてる

# ほとけのことはば

布施 (ふせ)

- 「ほか」のために  
「わたし」にできること -

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。

「ほとけのことはば」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。

## ●「布施」ってなんだろう？

仏さまのお悟りに近づくには、「六波羅蜜/ろくはらみつ」といわれる6つの大切な行い【①布施②持戒/じかい（戒律を守ること）③忍辱/にんにく（たえ忍ぶこと）④精進/しょうじん（たゆまず仏道を努力すること）⑤禅定/ぜんじょう（瞑想で精神を統一させること）⑥智慧/ちえ（真実の悟りを得ること）】が必要です。

一番最初の「布施」とは、自分のものや出来ることを、見返りを求めず、他に提供することをいいます。「お布施」という言葉を聞くと、お坊さんにお渡しするお金やもののことと思っている人が多いのではないのでしょうか？

「まだこどものぼく・わたしには、お金もものもあげられるものがない…」と不安な人もいるかもしれません。

しかし、お金やものを施(ほどこ)すことだけが「布施」ではありません。「布施」とは、「自分の大切なものを他人にあげる」という意味があり、お金やものだけではなく、困っているひとに対して見返りを求めずに「ほどこし」を行うことを言います。それが、「無財(むざい)の七施(しちせ)」です。

### 無財の七施

#### 1. 和顔施(わげんせ)

なごやかな表情で接すること。

#### 2. 愛語施(あいごせ)

やわらかな言葉で優しい話し方をすること。

#### 3. 眼施(げんせ)

優しいまなざしを向けること。

#### 4. 身施(しんせ)

体を動かして人の為に何かをすること。

#### 5. 心施(しんせ)

ほかのひとを思いやること。



## 6. 床座施(しょうざせ)

自分の席を人にゆずること。

## 7. 房舎施(ぼうしゃせ)

寝泊まりするところがない人に宿を与えること。

## ●見返りを期待しないこと

「無財の七施」は、すべて真心(まごころ)をもって相手のきもちを考え、ひとに優しく接することです。「こまっているひとのために」「だれかのために」さまざまな「ほどこし」をおこなうのが「布施」ですが、じつは「ひとのため」ばかりではありません。人に優しくすること、なごやかな表情で人と接すること、これは相手だけではなく、自分にとっても良いことなのです。ほどこしをした「だれか」をしあわせにするのはもちろん、「じぶん」もしあわせにします。

「布施」はまさに、「しあわせのバトンリレー」といえるでしょう！

## ●「だれか」のために

### 「わたし」にできること

電車でお年寄りに席をゆずったとき、「ありがとう」と言われると、うれしい、照れくさい、ほこらしいような気持ちになりませんか？人から何かをしてもらったら「ありがたいな、うれしいな」と思うように、人に何かをしてあげたときも喜びがわいてくるものです。また、そのやさしい行動を見たまわりの人にも、あたたかい気持ちを与えます。

「無財の七施」は、みなさんの心がけ次第で、だれにでもできるほどこしです。にこやかな表情でやさしい言葉を話し、まごころで接して、困った人を助けることは、相手だけでなく自分もまわりもうれしい気持ちにします。みなさんも日々の暮らしの中で、身近な人のために、さっそく行動してみましょう！





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！

## 7月の活動

ジャガイモ・三度豆・紫蘇の収穫、ブロッコリーの植ええ



いまそだっています！

## きょうの菜園

### オクラ・三度豆

### 里芋



### 小さな四季みいつけた

秋も深まる頃、浄苑のかりん坂で木々を見上げると、黄色い果実がいくつもなっています。かりんの実です。ただし、かりんは固くて生では食べられません。ジャムやかりん酒にさせていただくことが多いです。





# 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（行事等に変更の場合あり）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、毎年子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時～17時



## 参加者募集中！

10月15日（日）

10:00～12:00

【活動内容】里芋の収穫



【場所】東山浄苑内 あみだっこ菜園 等

11月19日（日）

10:00～12:00

【活動内容】ブロッコリーの収穫



【場所】東山浄苑内 あみだっこ菜園 等

※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、風鈴づくりやお香袋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5年9・10月号

令和5年9月15日発行 発行・印刷/東山浄苑東本願寺 〒607-8461 京都市山科区上山山旭山町8-1 電話 075-541-8391 無料