

# 西光寺だより

第二二八号 令和三年 四月一日発行

## ●今月のことば●

さびしいとき

私がさびしいときに

よその人は知らないの

私がさびしいときに

お友だちは笑うの

私がさびしいときに

お母さんはやさしいの

私がさびしいときに

仏さまはさびしいの

【金子みずぶさんの詩より】

皆さまはこの詩をどのように感じられるでしょうか。

自分が寂しい時、何事もなかったかのように日常があること、他のだれかは笑顔で過ごしていること。目に映るすべてのものに裏切られたような気持ちになるのは悲しいことです。

しかし、自分が寂しい時は感じられたこの気持ちもいつかは忘れて笑っています。そんな時、他の誰かはつらい思いをしているかもしれないのです。きっとそうやって世界はまわっています。その現実は変えられるものではなく、ただ受け止めていくものです。だからこそどんな人にも等しく、隣で黙って同じ気持ちでいて下さる仏さまの存在にどれほどの安心を思うことでしょうか。

「あなたが寂しいと私も寂しい」

土手に座って春の暖かな日差しを感じながら、ふとそんなお声を感じることであります。

合掌

## ◆先月の報告◆

三月七日（日）十七時より総代会を開きました。例年通りの予定では四月に役員会、五月には総会という流れではありませんが、コロナ禍のため中止とし、文書で配布させていただくこととなりました。旧役員の方々本当にありがとうございます。そして、新役員の方々どうぞよろしくお願い致します。

## ◆四・五月の行事◆

・四月 四 日（日）

追弔会・春季永代経法要

・午後二時 追弔会（阿弥陀経）

・午後二時三〇分 春季永代経法要（正信偈）

西光寺本堂

混乱するコロナ禍で私たち僧侶ができること、すべきことは、やはり仏さまの教えを伝えることだと思えます。そこで、大鳥北組では「六波羅蜜で心の免疫力を高めよう！」と題したチラシを作成し、組内寺院や大阪教区の教務所や組事務所などに配っています。

六波羅蜜は菩薩が仏になるために実践する修行として「讚仏偈」にも説かれています。生きるための智慧として仏さまの教えをお伝えし、少しでも心を和らげ、気持ちを軽くしたいとの思いを、皆さんと分かち合えればと思います。

本願寺新報にあったそのチラシを載せますのでどうぞご覧ください。

# 六波羅蜜で 心の免疫力を高めよう！

## 3密をさけ、6蜜を取り入れる

仏教が大切にしている6つの行い「六波羅蜜」です。

六波羅蜜 [1]  
**布施**  
第53番

みんなで力になりましょう

布施とは自分の持つ持っているモノなどを見返りを求めず、深い愛情を持って施しをさせていただく事。  
お互いが、できることを精一杯しながら助け合い、みんなで力になりましょう。



みんなとシェアする  
気持ちを持ちましょう

六波羅蜜 [2]  
**持戒**  
第54番

みんなが決まりを守りましょう

持戒とは「人として生きていくうえで守らなければならない約束戒」を守ることです。



ルールを守りましょう

# 6蜜とは

六波羅蜜 [3]  
**忍辱**  
第55番

みんなが辛抱強くなりましょう

苦しみを乗り越え力を養うことを「忍辱」と言います。  
この世は、四苦八苦の世界であり、その中で生活している事実を認めることが忍辱なのです。



辛抱強くものごとにあたりましょう

六波羅蜜 [4]  
**精進**  
第56番

みんなが励む心を養いましょう

一生懸命に、精をだして励むことを精進という。本来は、出家し、ひたすら宗教的生活を続けることを精進と言ったが、出家をした人々が一生懸命修行するときに無益な殺生をせず過ごすことから、「肉類を食べない」と言う意味へとも変化した。



毎日、前向きに  
過ごしましょう

六波羅蜜 [5]  
**禅定**  
第57番

みんなが静かな心を保ちましょう

禅定とは坐禅をして心を落ち着けること。仏教では人の心が水面に例えられます。水面(心)が落ち着いていれば、周囲の姿をありのままに写すことができ、乱れれば映し出すことはできません。心が乱れば物事を正しく理解することができません。



心を落ち着かせて

六波羅蜜 [6]  
**智慧**  
第58番

みんなが信心の灯びを掲げましょう

迷いを離れ、物事の心理を正しく観る力を智慧といいます。  
仏教では人は生まれながらに仏様の心を持つていると言われています。この仏様の心が智慧なのです。



今ある状況をただしく見る