

# こうみょう

第23号

この如来は光明なり。光明は智慧なり。

智慧はひかりのかたちなり。

親鸞聖人著作『一念多念文意』

木曜の午後、本堂でカフェを開いています。お寺が、地域の方々の憩いの場所になれば・・・との思いで開いています。

先日、カフェにお見えになった方のお話です。

その方は、訪問介護のお仕事をされていて、約束の時間まで余裕があったので、看板を見て入ってこられました。コロナ禍で飲食の仕事を辞めて、資格をとって昨年末に介護の仕事に就かれたとのことでした。僕と妻とでお話を聞いていたのですが、まだ仕事にも慣れないため、思うようにできなくて、また、頑張っていることも認めてもらえずに、悩んでいらしたようでした。

わーっと話してお帰りになりましたが、二週間後にまた尋ねてこられ、こうおっしゃってくださいました。

「先日はありがとうございました。いっぱい喋るの時に話を聞いてもらって、自分のバランスが保てました。あのままだったら、誰かに気持ちをぶつけてしまっていたところでしたが、この仕事を続けていこうと思えるようになりました」と。

カフェ、やっていて良かったなあと、実感した瞬間でした。「場」

の力、目には見えない、お寺のはたらきなのだと思います。それと・・・美味しいコーヒーの醸し出す、なんとも言えない温かさを、感じていただいたのかもしれない。

第23号

2021年10月1日発行

発行責任者

〒135-0013

東京都江東区千田9-7

真宗大谷派 光明寺

住職 小林尚樹

電話：03-3644-3043

ホームページ：

<http://koumyouji-fukagawa.or.jp/>



木場公園大橋の横に咲いている  
キバナコスモス

# 第10回終活セミナー報告

2021年8月21日(土)、第10回目となる「終活セミナー」を開催いたしました。

参加者は、お寺に8名、インターネットでは22名もの方にご参加いただきました。

今回は、新型コロナウイルスの感染拡大以降久しぶりに本堂にてご参加いただきました。

改めて、場を共有するということは、大事なことだなあと感じました。



今回のテーマは、「安心して【若い】のいのちを生きるために」高齢者住宅の選び方とポイント」でした。

高齢者向けの介護施設や住宅はたくさんあります。自分が、または親が入居する場合を考えると、どうやって選んだらいいのか、迷ってしまいます。そのポイントをやさしくお話しいただき、とても参考になったのではないのでしょうか。



例によって、はじめに住職より「仏教の終活」のお話です。これは必須なのです・・・。

今回は、「帰るといふ方向を持った生」というお話をいたしました。YouTubeにも動画をあげているのですが、藤井風さんというアーティストの「帰ろう」という楽曲があります。この楽曲、「帰ろう」という名前ですから、死に向かつてゆく歌なのかな...、と思って聞いていたのですが、「生きる」歌だったので。

そのことから、仏教は、人間が根源に帰る教えなのだという事、または、帰るといふ方向を持ったいのちを生きる道が教えられるのだというお話をいたしました。

よろしかったら、YouTubeもご覧いただき、チャンネル登録いただけると嬉しいです。  
「語り場 光明寺」で検索してください。



会場に参加されている方には資料をお配りし、インターネットで参加されている方には画面に資料を映し出してお話しいたしました。この形にも慣れてきました(^) アクリル板を設置しています。

今回も、参加者にはアンケートにご協力いただきましたので、ご紹介いたします。

◆参加の動機を教えてください

- ・充実した老後を理想と考えていますが、万のことも意識しておく必要があると思います
- ・夫婦でZoom受講させて頂きました
- ・自分や親の終活を考えるようになったから
- ・お寺での終活に関心がありました

◆新たな発見や気づきがありましたか

- ・人が成長と共に体的な機能が衰えたときに身内とどう関わって行くか：健康なうちに話し合っておくことが必要だと感じた
- ・終わりを考えると、今を一生懸命に生きることができると思いました

・難しい事ですが、「根源に帰る」の考えを理想として日々を過ごせたら、と思います

◆感想やご意見があれば教えてください

- ・生前お寺で仏教の教えや生死について身近に聞けることは良いことですが、生活していくことに必要なお金や暮らしの実態を聞けることは、さらに良いことだと思います
- ・老人ホームにも様々あることなど、知らないことばかりで大変勉強になりました
- ・情報とお金は大切だと思いました

ということ、次回は「お金の話」です。  
11月20日(土) 14時からです。

## 仏事について・・・ここが知りたい!

仏事は誰のために勤めるのか

今年も、ほぼ例年通りに、お盆とお彼岸のお内仏（ご自宅のお仏壇）参りをさせていただき、また、お茶を頂戴いたしながらいろいろなお話をさせていただきました。

お内仏の前に座り、「正信偈」をお勤めしていることが、「亡き人のため」「先祖のため」と思っておられる方もいらっしゃると思います。もちろん亡き方を憶うお気持ちは大切なことでありますし、そのお気持ちがお仏壇の前に座るご縁になっているのだと思っております。

僕は、「正信偈」を一緒にお勤めしましょうと、お勤めの本をお渡ししています。そして、一緒に声に出して「正信偈」を読んでいます。

「正信偈」は、浄土真宗の宗祖親鸞聖人が著された「偈文（げもん）」です。そこには、親鸞聖人の信仰が表現されているのです。

親鸞聖人が、仏の教えのどこに感動し、何を私たちに遺したかったのか、伝えなかったのか、このことがまとめられているのです。

「正信偈」を声に出して読むということは、「正信偈」に表現されている、親鸞聖人が受け取られた仏の教えを、私たち一人ひとりが聞くということになっているのです。それを「聞法（もんぼう）」と言います。

つまり、亡き方を「縁」にして、今生きている私たちが、仏の教えを聞いているのです。これが、真宗の仏事の大切なところなのです。

そうしますと、仏事は、今を生きている私たちのために勤めているといただくことができます。

教えに出会うことを、亡き方は私たちに願っておられるのだと受け止めるのです。

「仏事」という言葉は親鸞聖人が大切にされた中国の曇鸞（どんらん）という方が書かれた『浄土論註』に表されています。そこでは「仏事」は「仏様のお仕事」つまり「衆生を教化すること（今を生きる者に真実の教えを伝えること）」だと言われています。

ですから浄土真宗の仏事は、亡き方から願われていることに耳をすまし、御本尊・阿弥陀如来の前に、今を生きるこの私が、仏の教えに出会う時と場所をいただいている、そのことを大切にしたいと思っております。

## 帰敬式（おかみそり）を受けましょう

光明寺では、毎年（今年はコロナ禍で断念しましたが）帰敬式を執り行っております。帰敬式は「おかみそり」とも言われますが、法名をいただく儀式になります。

まず、浄土真宗では、「戒名」という言葉は一切使いません。「法名」です。

法名は、本来は生きていううちに頂きます。なぜなら、法名は「釈（尼）○○」と「釈」の字が付くように、仏弟子としての名のりを表します。私は仏の教えを生きる中心に据えて生きて往きます、という人生の態度決定ですから、生きていううちにいただくのです。生きていう時での受式が叶わなかった方に、亡くなった時につけることになりました。

私たちは、自分の「物差し」を持っています。その物差しで比較し、選び、捨てています。でも、そのことによって大切なものを見失っていることに気づかないのです。

私が握りしめている「物差し」は、本当に自分を幸せにするのか、かえって悩みや不安に絡め取られることになってはいないか、そのことを仏の教えに尋ねることが、仏弟子として生きるということです。

生きること（道）を選び直すご縁として、帰敬式を受式し、法名をいただきますよう。真宗門徒入門講座として開催いたします。

## ご報告

毎年8月、東京教務所を通じて、宗派への護持金等の納金依頼書が届きます。それぞれのお寺で提出している門徒戸数に基づいて、ご依頼額が決められます。今年度の光明寺へのご依頼総額は、七十三万七千円でした。今年も無事に納金を済ませることができましたこと、皆さまに御礼申し上げます。本来であれば、皆さま方お一人お一人が、宗祖親鸞聖人と出会う「本願寺」を護持するためにお納めいただいたご懇志を納金するところではございますが、光明寺にはまだそのような仕組みができておりません。従いまして、やむを得ずお寺の布施収入より、護持金をお納めしている状況です。近々に、「光明寺護持会」を発足させ、皆さま方に護持会費の納入をお願いいたし、その中より本山への納金を支出してまいりたいと考えておりますので、何卒ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。



## 写教の会

教えの言葉を書き写す「写教」の会です。

開催日…10月20日・11月17日・12月15日  
水曜日の14時～17時まで開けていますので、出入り自由です。

参加費…無料

「正信偈」を書写しますので、筆ペン又は書道道具をご持参ください。

## 寺ヨガ「体幹らくらくヨガ」

お寺で、リラックスした気持ちで、一緒にヨガを体験してみませんか。

女性でも、男性でも、動機はさまざま！  
日常から離れて、自分の体と向き合い、心地よい時間を過ごしましょう。

開催日…10月5日・11月2日・12月7日  
午前10時30分～11時30分  
10月19日・11月16日・12月21日  
午後19時～20時

参加費…1,000円

※詳しくはお寺のホームページをご覧ください。  
だくか、お寺にお問い合わせください。

## 第11回終活セミナー

「終活」とは、死にゆくための準備、ということだけではありません。

やがて終わりを迎える私の人生に向き合い、心配なことを相談・整理し、今のいのちを安心して生きて往(ゆ)くための活動です。元気に過ごしている今のうちから、少しずつ確認し、整理をして、大切な一日一日を安心して生きて往きたいものです。

まずはお寺で、一緒に考えましょう。

開催日…11月20日(土) 14時～16時  
テーマ…「シニア世代のためのー

いきいきライフデザインセミナー」

原寛樹さん

(外資系保険会社勤務)

参加費…無料

今回は、避けては通れない「お金」の話です。おまけで、住職による「仏教の終活」というお話がってきます。

※お寺では三密を避け、換気・除菌・消毒などの対策をいたしますので、皆さまにおかれましては、体調には十分ご留意いただき、無理をせずにお出かけください。