

平成29年3月発行

こんにちは！この時期になると「暑さ寒さも彼岸までって言うからね〜。」なんて言葉が聞かれます。この彼岸、春分・秋分の日、一日だけをさしているのではない、ということをお寺に来て初めて知りました…。ということで、お彼岸について書きちゃいます！

## ～お彼岸の過ごし方 その1～



春分・秋分の日、この前後3日間、計7日間を日本ではいわゆる、『お彼岸』と言ってお墓参りなどして過ごします。学生の頃は「わーい、学校休みだ♪」とただただ喜んでいただけですが((+\_+))

で、この『彼岸』、もともとは季節とは全然関係のない言葉で、【悟りに至る・悟りの世界】を表します。ついでに言う、私たちが普段過ごす世界は『此岸（しがん）』。この此岸から彼岸に行くために普段から正しく過ごそうとしているのです。なかなか難しいですが…。そして、『お彼岸』の7日間は“いつもよりちょっとがんばって過ごそう、強化週間”みたいなものです。

具体的に言われているのが、六波羅蜜（ろくはらみつ）の実践。  
(ああ、なんて難しい言葉…) ちょっとかみ砕いてみると…



人に喜ばれることをする（布施・ふせ）／決まりを守る（持戒・じかい）／できるだけ辛抱する（忍辱・にんにく）／一生懸命やる（精進・しょうじん）／一つのこと集中する（禅定・ぜんじょう）／ありのままに物事をみる（智慧・ちえ） の6つです♪

\*大切なことなので、詳しくはまた別の機会に書きたいと思います！

6日間で六波羅蜜を一つずつ実践し、1日はお参りをする。こんなことを頭の片隅に入れて過ごしてみると、いつもと違ったお彼岸が過ごせるかもしれません♪

## ～お彼岸の過ごし方 その2～



もう一つ、“「この秋の彼岸までには」と半期の計画を立ててゆくことはなかなか面白い”と有名な僧侶である友松円諦（ともまつ えんたい）師が言っているように、半年ごとの目標を立ててみるのはどうでしょう。今年の目標！と勢いよく立ててみても、ついつい忘れてしまいがちですが（私だけ？）、半年というのがほどほどでいいかな、と思いました^^

春のお彼岸は17日～23日です。春休みだったり、3連休だったりしますが、どうぞお寺のご本尊さまやお墓へお参りくださいませ。

\*この『まめこ通信』はお寺のことをもっと知ってほしいという想いで始めました。ご家族皆さまで読んでいただけると嬉しいです◎

編集 東光寺副住職寺庭 横山 由馨 