

西教寺進徳日曜学校だより

西教寺蔵本通支坊 2003.2.1 呉市中央7-7-13

21-2798 E-mail:chinei63@enjoy.ne.jp

今日したこと

保護者のみなさんへ

お話 「涅槃会」

ゲーム

「私はだーれ」

「できるかな」

指リレー・金太郎

涅槃会（ねはんえ） 「自灯明 法灯明」



お釈迦さまジャンボカルタの様子

涅槃会（ねはんえ）とはお釈迦（しゃか）さまがなくなられた日です。2月15日、バレンタインデーの次の日とおぼえてくださいね。

「自灯明 法灯明（じとうみょう ほうとうみょう）」とはお釈迦さまがなくなる時に説かれた教えで、「私が死んだ後は、自らを灯火とし 法を灯火とせよ」と言われたということです。何だかイライラするとき、どうも人生が上手くいかないとき、「自灯明」とは、他人を基準にせず、自分をよく見つめなさい、自分自身の心の声・身体の声をよく聞きなさい、ということでしょうか。また、「法灯明」とは、自分を基準にすると、自分ほどいい加減なものはないので（笑）、法（宇宙をつらぬく生命の原理・真理・簡単などころでは「教え」）を灯火とせよ、つまり他者との関係を大切に、声なき声を聞いて自分の殻を破れということでしょうか。この二つの交差する点に立てという教えだと思います。むづかしいですねえ。

自分の目・他人の目一汝を愛する友を疑うことなかれー 3.他人の目

（真田忠美「こころの扉を開く - 臨床心理学覚え書き - より」）

相手が自分を好いているのか嫌っているのかわからない、という場合にはどうすればよいのか。

そんなときに、「よくよく考えて判断をする」というのはよろしくない。

正解は、「その人から言われたことを、そのまま信頼できる友達に伝えて、その友達の判断を受け容れて自省するようにすればよい」ということである。

つまりそのためには、「少なくとも一人は、自分のことを思いやってくれる友達をもつことが必要である」ということになる。

人は人との関係の中でこそ初めて、自分の殻を破ることができ、成長するのである。（つづく）



実力でとったさくらちゃん。みんなビックリ。ちなみに弟が生まれました。

この次は、**2月16日（日）9時～**です。

その次は3月1日（土）9時～です