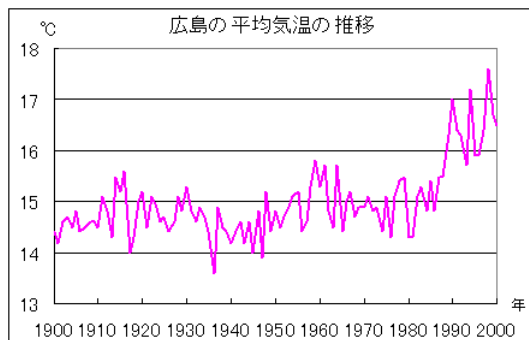


# ごちそうさま

私の記憶する15年前の報恩講は、お斎（とき）のお世話をされる皆さんの顔が、寒くてひきつっていました。年々暖かくなる報恩講ですが、昨日27日の昼席は、ついに暖房が要りませんでした。もうすぐ12月だというのに…。



皆さん「バイトソンのゆでガエル」と言われる実験をご存知でしょうか？「熱湯にカエルを入れると驚いて飛び出すけれども、水に入れてゆっくり加熱していくと、カエルは温度の変化に気付かずそのままゆでガエルになって死んでしまう」というものです。急激な変化に対しては反応できるけど、ゆるやかな変化に対してはなかなか反応できないという実験です。地球もだんだん暖かくなっていますが、「まあいいか」なんて毎日流されていると、いつか私たちもカエルと同じく「ゆで人間」になりそうですね。

「その頃にゃあ、ワシは死んどるけえ、どうでもええワイ。」という方もいらっしゃるいま

# もったいない



# 合掌

## 【食前のじやぢぢ】

● おみ仏(おぼん)と、みなさまのおかげにより、この御馳走(ごちそう)を恵(めぐ)まれました。(合同の時回会者発言)  
● 深く(ふかく)ご恩(おん)を喜び(よろこ)び、ありがたくいただきます。

## 【食後のじやぢぢ】

● 尊(ごん)いおめ(おめ)ぐみ(ぐみ)により、おち(おち)つく(つく)いただき(いただき)ました。(合同の時回会者発言)  
● おかげで、御馳走(ごちそう)を頂きました。

※食中毒防止のため、早めにお召し上がり下さい。

西教寺進徳仏教婦人会

私たちとっしょにお聴聞しましょう

す。そういう方にとって、子どもや孫は「どうでもええ存在」なのでしょう…？。経済や政治のシステム、そして何よりも私たち自身の「生活習慣」を変えないことには、きっと近い将来「ゆで子孫」になると思いませんか？

# いただきます

実は、仏道の根本は、この「生活習慣」こそ大切だといひ、この「生活習慣」を「カエル」じゃなかった「変える」ことを通して心を学ぶところにあるのです。

お釈迦さまの時代から、出家の僧侶ではない在家信者も「頑張る日(六斎日)」というのがありました。在家の生活は出家の生活と違い「分っちゃいるけどやめられない」のが本質です。しかし1ヶ月に数日は「頑張る日(精進日)」をつくっていたのです。

お釈迦さまの時代の在家信者は、この頑張る日(六斎日)には、午後からは食事をとりませんでした。浄土真宗では、親鸞さまや親の命日などを「精進日」と日を決めて、断食ではなく菜食で過ごしてきました。「精進」とは「他の生命の尊重」という意味とともに、より根本的には「自己のありようを問題にする日」なのです。少しはお腹が空いていないと、たらふく美味しいものを食べて寝ていたのでは自己のありようを問題にすることはできませんよね。

今日はお父さんの命日だから、自分中心の生活を変えて、無駄な電気は使わないようにしよう、不要なアイドリングはやめよう、レジ袋はもらわないでおこう等々、私のありようを問題にすることも、私は「現代的な精進」だと思います。合掌して食事を頂くこともそうですね。毎日するのが難しいことは「日を決めてやる」のが在家仏教の伝統なのです。



# おかげさま