



はぐくひ通信

第
2047号
22

人々がつどい縁をつなぐ場所 ～お寺の役割～



その昔、江戸時代までは、読み書きや算術ができる人はほとんどいませんでした。それらを習得していたのは貴族と一部の武士や商人、そして僧侶でした。

なぜ僧侶が?と思われるかもしません。しかし僧侶には大昔から伝わる経典という教材があり、それを口伝(読み伝える)だけでなく、書き写して後世に遺すということを行っていたので読み書きができたのです。

そんなこともあり、江戸時代まではお寺で読み書きをはじめとする学問や人としての徳を学ぶ智慧を教えていました。これが「寺子屋」の語源という説があります。



かつてのお寺へ
昔のお寺は、子どもに読み書きや世俗を教える寺子屋としての役割だけではなく、寄合所や市役所のような役割を担う場所だったのです。また、僧侶には暦を読み解く能力もあつたことから、人々への指針を示す相談所としても地域に根ざしており、人々の心の拠りどころでした。その後、世の中の流れとともに役割は分散し、お寺の役割は少なくなつていきました。しかし役割が分散され、それまでにあつたコミュニティの機能が薄れたことにより、孤独になる人が増えたように思います。

万松寺では、そんな状況を憂い、訪れた方の身体と心が少しでも楽になれるような行事や講座、イベントなどを行っています。またご祈祷やお祓いも随時受付ております。お気軽にご来寺ください。

寺子屋から小学校へ
江戸時代までの寺子屋は、主に武士や朝臣の子どもが対象で、師の多くは僧侶でした。江戸時代の寺子屋は、庶民の子どもも対象となり、師は僧侶以外に医師や武士などいました。その後、明治時代になると教育に関する法に思います。

大人の 寺子屋

（万松寺住職との
気楽なお茶会）



講師

万松寺住職
大藤 元裕

開催日

5月8日（日）
6月5日（日）

時
間

10時半～12時
(受付 10時)

参
加
費

300円
(お抹茶・お菓子付き)

万松寺の 仏教講座

坐
禪
会



写
經
会



佛
教
勉
強
会



毎月第3土曜日
毎週日曜日

16時～17時半
9時～10時

毎月第2・4土曜日

16時～17時半

参
加
費

500円

詳しく述べ
詳しくは万松寺のWEBサイト
もしくはお電話にてご確認下さい

お申し込み・お問合せ

電
話
W
E
B

万松寺学び舎

検索

この「はぐくひ通信」ご持参にて
1回無料でご参加いただけます

住職の小噺

人生100年時代
健康で若々しく生きる
(筋肉が導く健康と美容)

人が健康であるためには、「体質」が関係します。「体質」は、遺伝的な先天性要素も影響しますが、生活習慣などの後天的な要素の方が影響は大きいといわれています。つまり、努力次第で自分の身体も随分と変わることができるということがあります。

■糖尿病からの復活

まず私が「体質」を意識するようになつたきっかけは、自分が糖尿病を患つたことでしょ。コロナ禍により、炭水化物のとりすぎや、あまり身体を動かさなかつたことが大きな原因だつたと思います。このままでいけないと想い、まずは薬に頼らず徹底的な食事療法と運動を行いました。するとなんと半年で完治。

今でも食事には気を付け、ジムへ週2回ほど通つて運動するなど、メンテナンスは欠かさないようになっています。特に運動による筋肉の大切さは、身を持つて感じていますの今回筋肉についてお話しします。

筋肉の役割

私たちの身体には600を超える筋肉があり、生きるために重要な役割があることはもちろん、健康で若々しく生きるという観点でも重要な役割を果たしています。

筋肉の主な役割

- 体を動かす・姿勢を保つ
- 衝撃から血管や臓器を護る
- 血液を全身へ巡らせる
- 熱を産み、代謝を上げる
- 免疫・記憶機能を上げる
- エネルギー・水分を貯める
- ホルモンを生成する

筋肉と健康と美容の関係

加齢により筋肉量が減ると、筋肉の効果も減少します。それは、病気になるリスクや美容を損ねるリスクが高まるということになります。

例えば、エネルギー(糖)の貯蔵や調整ができなくなると血糖値が変動しやすくなり、糖尿病や高血圧になる可能性が高まります。

水分調整や代謝、血液循环機能が低下すると、肌のハリやツヤがわれます。

このように、筋肉の衰えは單に身体を動かしづらくなるというだけではなく、内面的にも健康と美容に直結するといえます。

大藤 元裕

合掌

けでなく、内面的にも健康と美容に直結するといえます。



これから行事

5/28(土)
春期不動明王大祭

身代不動尊のご真前にて災難消除、病気平癒、無病息災、身体健全、交通安全、家内安全の祈祷を行います。

8/4(木)
旧暦七夕

万松寺では、旧暦にのつとつ七夕を行います。願い事を書いた短冊を奉納していただき、七夕祈祷会

では皆様の願い事が叶うようにお焚き上げを行います。



8/24(水)

施食会

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、行事の開催を控えます。

8/12(金)
15(月)

迎え火送り火

「迎え火」では、12日の夕刻に松明を焚き、ご先祖様の精霊をお迎えします。「送り火」では、15日の夕刻に松明を焚いてお盆の間一緒に過ごしたご先祖様の精霊をお送りします。

7/10(日)
8/10(水)
11(木祝)
12(金)

合同法要

お盆行事



行事・祈祷・供養のお問合せ・お申込みは
祈祷受付 または
0521-2621-0735
にて承ります。
(年中無休)

詳しく述べ
新型コロナウイルス感染症の
感染拡大状況により、行事の
開催を控えます。
イベントは変更となる場合が
あります。
詳しくはホームページをご確認
ください。

仏教の豆知識

禅語

「慈悲忍辱と看々臘月尽く」

人々が心を満たすための行動を表現した「●●消費」という言葉があります。これは、時代の流れとともに変化しています。

『慈悲忍辱』とは「慈悲みの心を持ち、苦難に耐える」という意味で、「思いやりと忍耐力をもつて生きましょう」という心掛けです。

よりよく生きるとはいかに生きていくことか。それは心が満たされ、前向きに豊かな気持ちで生きていくということではないでしょうか。



「槍」は持たないように心がけることも大切なことです。「思いやり」の「槍」は、「重い槍」で、背負って生きていくのは生半可なことではありませんが、その「槍」は誰かを救い、それがまたあなたを救ってくれることでしょう。

辛抱や思いやりの心は、一朝一夕で得られるものではありません。しかし人は、決してひとりで生きられるわけでなく人と人が支え合っていきいく必要があります。だからこそ自分を大切にするための辛抱と身近な人を大切にすることは、とても大切なことなのです。そして自分と身近な人が幸せでいるとき、あなたの心は満たされていることでしょう。

しかし不思議なもので「いつか必ず自分は死ぬ（コロリ）のだ」ということを忘れずにいることが多いことが多いようです。恨みや執着などの負の感情を抱いたりして、そう言葉通りにはいかないことが多いようです。

◆人生、棒と槍を持って生きる
生きていく中で、放り出してしまったくなるような出来事に遭遇することもあるでしょう。しかしこの時には、辛抱という「棒」を持つてください。棒にも大小様々あります。小さくすぐには捨ててしまうような棒でも、大きくて持ち上げるのも大変な棒も、放り出すことなく持つておくことは、その先の人生で自分の心をコントロールするのにきっと役立ちます。

■看々臘月尽く

『看々臘月尽』とは「月日の流れははやいですよ。よく見てみなさい」という意味で、「人生は意外に早いもの。後悔しないように向かあつて生きましょう」という心がけです。

もしあなたが「よりよく生きることについて迷つたり、悩んだりしたときはお気軽にご来寺ください。心静かに仏様に手を合わせたり、講座に参加したり、僧侶と一緒に楽しい世間話をしたりする中で、きっと何かのヒントが見つかることだと思います。

◆人生、棒と槍を持って生きる
生きていく中で、放り出してしまったくなるような出来事に遭遇することもあるでしょう。しかしこの時には、辛抱という「棒」を持つてください。棒にも大小様々あります。小さくすぐには捨ててしまうような棒でも、大きくて持ち上げるのも大変な棒も、放り出すことなく持つておくことは、その先の人生で自分の心をコントロールするのにきっと役立ちます。

また生きしていく中で、必ず誰かと接する機会があることで、心がけていただきたい二つの禅語についてお話ししましょう。

このようにいつの時代も私たちにとって、何かに価値を見いだし心が満たされるというのは重要なテーマなのです。

さて今回は、よりよく生きるために心がけていただきたい二つの禅語についてお話ししましょう。



故人と遺族のご縁をつなぐ お寺ならではのお葬式

まんまるなお葬式 帰蝶プラン

枕経 通夜 葬儀
初七日法要 忽明け お寺の費用も
通常価格 全て含んで

79万円 税込

まんまるなクラブ
会員価格

40 万円 税込

他寺院の葬儀でもご利用いただけます

きょう でお葬式 帰蝶プラン

通夜 葬儀
初七日法要
通常価格

65万円 税込

28.8 万円 税込

セレモニーホール きょう

※葬儀サービスのみのご提供となります。寺院費用は含まれません。

納骨付きなど他プランもご用意しております

フリーダイヤル 0120-157-942 受付時間 9:30~18:00 年中無休

お電話または直接万松寺へお越しください

株式会社
万松寺セレモニー

〒460-0011

名古屋市中区大須3-30-40 万松寺ビル北館3階

万松寺日記

涅槃会

■令和4年2月15日（火）

2月15日はお釈迦様が亡くなられた日です。お釈迦様のご命日であるこの日、「涅槃会（ねはんえ）」という特別な法要を嘗みました。

須弥壇に涅槃図という軸をかけ、お釈迦様最後の説法である「仏垂般涅槃略説教諦經」を読経し、お釈迦様の遺徳をしのびました。

信秀忌

■令和4年3月3日（木）

織田信長公の父で、万松寺を建立した織田信秀公の命日に、追悼法要を嘗みました。

亡くなつた世界中の方を悼み、復興・再生への祈りを込めて、追悼法要を嘗みました。また、被災された方々の心と身体の健康と一刻も早い復興を祈願するご祈祷を行いました。

ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

不動明王

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要

花まつり

春期不動明王大祭

大祭

春期

涅槃会



信秀忌



ウクライナ戦災犠牲者・災害物故者追悼法要