

令和7(2025)年

10月号

声聞かぬまま 秋突入
しぐらしの

shin

kouh

心耕

しんこう

西光寺々報

今月の行事

十二日(日) はじめの一步

午後一時 - 正信偈の練習です。

二十六日(日) 日曜法座

午後一時 - 法話、住取

一日(水) 勉強会 午後四時 - 杜会

六日(月) お茶の勉強会

基本を学びます。四頁参照。いす席で安心!

十日(金) 写経会 午後一時 -

十二日(日) 草取り 午前八時 -

勉強会 午前十時 -

二十日(火) ピサ。パ。ナ。ー。九頁参照。

十九日(日) 寺カエ 午前十時 -

「お墓の相談何でもどうぞ。」

二十五日(土) お茶会

お茶で交流しませんか。四頁参照。

日か 毎週大曜 午後一時 - 午四

お朝事 毎朝六時半 -

様々なお経を読むと、怒りを
テーマとしたものが多い。

先日、アメリカの保守活動家の
キャリー・カーク氏が射殺された。

追悼集会で、妻のエリカ・カーク

氏が「犯人を赦します。憎しみ

の答えは憎しみではない」と聖

書を引用しながら演説をした。

ところが、その後のトランプ大統領

領は暴力は左派とりべんから

来ていると、犯人像を拡大し、民

衆を煽った。

怒りに火を点ける事は簡単で

す。無視をし、堪えるさ、とお経

にあります。でも、ムズカシイ。それを
すよう。阿弥陀仏。アミトブツ。

法名ご希望の方

十月十二日に、築地で受けられま
す。五頁をご覧下さい。

法座案内

十二日(日) 十三時〜十五時

はじめの一步

第四期最終講義。卒業式に向けて正信偈の読み方や作法を中心に行います。これまで受けていない人も参加できます。家で読むときの参考になります。

二十六日(日) 十三時〜十五時

日曜法座

「塵が塵のままに照らされて
ひかり輝いている」

今月の法語カレンダーより、住職が話をします。

各種ご案内

・お朝事

毎朝六時半〜七時、お勤めをしています。日々のお参り、命日などにお参り下さい。

・草取り

十二日(日) 八時〜九時 雨天中止

・写経会

十日(金) 十三時〜十五時

・壮年会・婦人会主催の勉強会

壮年会 一日 十一月は五日 十六時〜
婦人会 十二日 十時〜

・お茶の勉強会

六日(月) 千円 予約二日まで
お茶の基本を学びましょう! お昼付!

・お茶会

二十五日(土) 千円 予約二十日まで
お茶で交流をしませんか? お昼付き

・Youtube 西光寺チャンネル新作配信!

仏教紙芝居「しばられて」追加予定!

他にも節談説教、アニメ、読経を上げています。QRからどうぞ!

・はじめてのヨガ

毎週火曜(祝日休) 十三時〜 毎回千円
ヨガマット持参 予約不要*二十三日休



・全国大会直前ピザパーティー

二十一日(火) 十一時半〜十三時 千円
予約不要 持ち帰り可

インスタクターのマリコ先生がビューティーセッションを千葉大会を制覇! 十一月の全国大会に向けて応援パーティーをします。参加費はすべて支援金に致します

・みんなの寺カフェ

内容 「お墓の相談」

Youtube でも活躍中の大地石材さんに、様々なお墓の相談を受けていただきます。皆さまどんどん質問をして下さい。

日時 十九日(日) 十時〜十二時半
昼食付 大人五〇〇円 子ども無料
予約制 お寺まで 締切 二十七日

・法名ご希望の方へ

十一月十二日に、団体で築地本願寺に行きます。法名をご希望の方は帰敬式を受けられますので、別紙参照の上、お申し込みを

結跏趺坐

ですのでご紹介させていただきます。結跏趺坐とは跏

(あし)を跏(あぐらをかいて)して結ぶ坐り方のこと
です。座っている仏像に多く、座禅の時の姿勢です。

お釈迦様は、王子の位を捨て、苦痛を伴う修行を捨て、
菩提樹の下で結跏趺坐をして瞑想をし悟りを開かれま
した。十二月八日の出来事でした。成道会の由来です。

結跏趺坐の姿勢は、まず片方の足の甲を反対のものに
乗せ、もう片方も同じように重ねます。この時、右足が
上にのる座り方を吉祥座といい、悟りを開く意味があり
ます。左足が上にのると降魔座といい、修行の意味があ
ります。また、片方の足だけをかける座り方を半跏趺坐
といい、菩薩像などに多い座り方です。結跏趺坐ができ
ない場合は、この形でもよいとされています。

結跏趺坐の姿勢は、坐骨、両膝の三点で身体を支えて



結跏趺坐

いるので、長く座ることができま
す。長く瞑想をするために、インド
では少しずつこの形が整ってきた
のでしょう。

日常の仏教用六十の手習い

語ではないので今からでも

すが、重要な言葉「遅くない」

こんなところに

仏教用語

方々

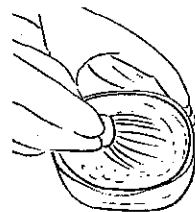
身近な仏教用
語を紹介して
います。

結構

結構は、現代では意味が

変わりやすい言葉のひとつ

ではないでしょうか。



「結構なお手前で」十月に開催されるお茶会に是非参加して下
さい。この場合の結構は、とても準備され、立派であるという
賞賛の意味が込められます。

お店などで、〇〇どうですかと勧められた時に、結構です。
という断りの意味になります。

広辞苑を引いてみましょう。

- ①かまえること。組み立てること。②たぐらみ。もくろみ。
- ③したく。用意。④申し分のないこと。よいこと。⑤気立
- てのよい事。好人物であること。⑥これ以上は望まない事。十
- 分。たくさん。

このように意味が多岐にわたります。

お経にも結構という言葉はでています。この場合は、①や④
のように、よく整えられているとか立派であるという意味で出
てきます。⑥の否定の意味で用いることはまずありません。同



じ言葉でも、時代が変わると意味が変
わることがありますので注意して見て
いきましょう。



お茶を楽しむ勉強会

主催 西光寺婦人会

共催 " 壮年会

仏教と関係が深い「お茶」を楽しみながら和の文化を学び、門信徒の交流を図る勉強会を下記のとおり開催します。茶道の経験が無い方・男性也大歓迎です。皆さまのご参加をお待ちしております。

1人席です

安心して下さい！

令和7年度勉強会開催日及び実施内容等: 下表参照

会場: 西光寺 対象者: 門信徒 開始時間: 10時 講師: 矢元久代先生

勉強会テーマ	開催日時	参加費	内容(一部調整中)	備考
茶道の基本を学びましょう！！ 抹茶ってどんな味？ 和菓子とお茶を楽しもう	9月16日 火曜日	500円	・茶道の基本作法について学ぶ 挨拶、茶碗の扱い方 抹茶の点て方、飲み方、菓子の食べ方等	・参加申込 9月10日 まで ・終了時間 12時
お茶の効能を学びましょう！！ 抹茶で免疫力アップ 美肌効果は？	10月6日 月曜日	1,000円 交流会不参加の場合は、500円	・茶道の基本作法、効能について学ぶ ・10月25日開催する茶会に向けた模擬練習 ・交流会で親睦を図る	・参加申込 10月2日 まで ※交流会(昼食)あり ・終了時間 13時
さあ、やってみましょう！！ お茶会本番を楽しもう	10月25日 土曜日	1,000円 交流会不参加の場合は、500円	・基本の作法などの学びを基に、実際に茶会を体験する ・交流会で親睦を図る	・参加申込 10月20日 まで ※交流会(昼食)あり ・終了時間 13時

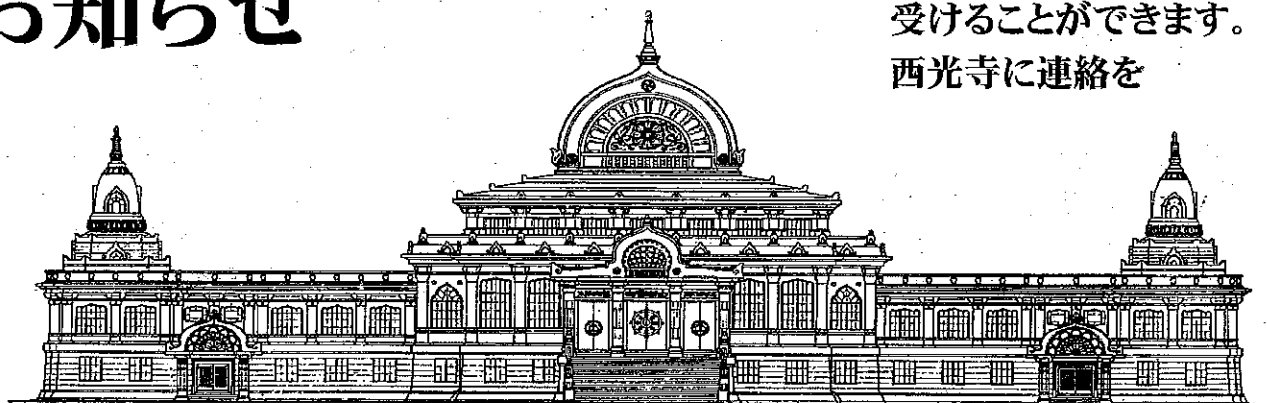
※参加希望の方は、西光寺(☎22-7412)あて電話でお申し込みください。

なお、内容等は予告なく変更する場合がありますので、ご了承ください。

つ き じ ほ ん が ん じ ほ う お ん こ う

築地本願寺報恩講参拝の お知らせ

*法名ご希望の方は
受けることができます。
西光寺に連絡を



築地本願寺外観

日にち：11月12日（水）

集 合：西光寺9：30

五井駅9：40

解 散：五井駅17：50頃

西光寺18：00頃

場 所：築地本願寺

会 費：4,000円

（昼食代、築地本願寺への懇志、保険代含む）

締切：10月31日まで

連絡先：西光寺Tel.0436-22-7412

✉ saikohji@saikohji.net

ほうおんこう
報恩講とは？

親鸞聖人のご法事を報恩講と言います。最も大切な法要です。西光寺は11月12日築地本願寺の報恩講に参拝をします。雅楽も加わる盛大な法要に参加してみませんか？午前中は自由行動で、隣の築地市場で買い物もできます。

若住職運転のマイクロバスで行きます。安全運転を心がけます。

旅程

9：30 西光寺集合、出発 === 9：40 五井駅 === 10：30 築地本願寺到着、自由行動（買い物よし、法要にでてもよし） === 12：00 昼食（築地本願寺内でお斎） === 14：00 法要・帰敬式 === 16：30 築地出発 === 17：50 五井駅着 === 18：00 西光寺到着、解散

切り取り線

氏名	年齢	生年月日	住所	電話番号

みんなの寺カフェ

誰もが集まる居場所です。

お墓なんでも相談所

10/19(木)

10:00~12:30

会費:大人500円

こども無料

予約制:10/18締切

*昼食付

場所:西光寺

(市原市根田723-1)

連絡先:

0436-22-7412

公式ライン↓



講師:大地石材さん
創業まもなく50年。
市原市を中心に、
安心できるお墓を
提供する。
新しい事にも
常に挑戦し、
Youtubeにて
「お墓のまっちゃんねる
大地石材」を開設。
大好評で、
登録者数は5千人を
超える。



お墓の手入れ、選び方、墓じまい、改装など
みなさんの質問にその場でお答えします!

主催:みんなの寺カフェ 共催:西光寺

祝！MARIKO先生！

Beauty Japan 日本大会出場 応援支援ピザパーティー

西光寺でのヨガでお世話になっているMARIKO先生が、内面外面の美を競うBeauty Japan千葉大会で、見事グランプリを獲得しました。全国制覇に向けて、西光寺名物のピザで応援パーティーを行います。参加費は、大会チケット等に変えさせていただき、先生への支援といたします。

10/3からアイチャンネルにて西光寺で撮影されたCMが流れます。

日にち:10月21日(火)

時間:11:30～13:00

会費:1000円

場所:西光寺

予約:不要

ピザのみOK！
持ち帰りOK！
ヨガだけでもOK！

13時からのヨガも
参加お待ちしております！
ヨガマット持参、会費1000円

三輩往生 『大経』末四

南無阿弥陀仏 なんまんだぶ なまんだぶ

前回の十八願成就文の至心信樂欲生の三心は『教行信証』の「信巻」の三一問答の字訓釈で「至心」疑蓋ギガイ雜マわること無し、信樂「疑蓋雜ギガイわること無し、欲生「疑蓋雜ギガイわること無し」と大慈大悲の阿弥陀如来の信心が私達に回向されているのだと語られています。『正信偈』では「摂取心光常照護 已能いんぐも雖破無明闇」だけでもですが、「貪愛瞋憎之雲霧 常覆真實信心天」と疑蓋が雜マわつてしまいうどうしようもない私達に着目します。疑蓋の疑は自力の心に塗マシていることで、蓋は蓋ふたを意味し疑いの蓋が常に自分にかぶさっていることを意味します。親鸞聖人独自の言葉です。そんな疑蓋の我らは三輩なのです。この三輩往生以降そんな私達が拯すくわれて行く手法が語られます。

三輩とは色々考かんえて浄土往生をしたいと願う人間等の個々の状況を上品・中品・下品と分類したものです。『観無量寿経』ではこの三輩を更に上上品から下下品まで三つずつ分けて九品ほんとして事細かに説かれています。親鸞聖人はこの箇所を十九願成就文としています。

まず上輩とは一生懸命努力して学んで家を捨てや欲を棄あきらめて僧侶となり一向に専ら阿弥陀如来を念じて功德を修しゆして願生自力するものことです。この者が臨終の時、阿弥

陀如来が沢山の衆生と共に目の前に現れ、その仏に随したがつて往生し不退転に住す。多くの衆生は之を参考に修行して願生しますというのが上輩です。

中輩は前の上輩のようにはいかないが、菩提心を発おこして一向に専ら阿弥陀如来を念じ、そして善根を修し、戒かを守り、色々な布施をして願生します。臨終の時、仮かりの阿弥陀如来が大眾と共に現れるので、それに随えば、まあ上輩と同じになりますというのが中輩です。

下輩は上輩や中輩のようにはいかないが、菩提心を発して一向に専らに十念、阿弥陀如来を念じて願生すべし。縁縁が有ればが有れば、もし深い法を聞いて喜び疑惑がないその時、仏を念じ至誠心をもって願生します。臨終の時、夢の如く仏を見て往生しますというのが下輩です。

ここで共通しているのが臨終の時、で仏の現れ方に差があります。また一向に専ら念仏することが前提に成つて、最終的に往生します。しかしすでに阿弥陀如来により拯すくわれていることが解わからず臨終までの自己的努力が観みられます。修行を前提とし至誠心という自力の概念が自己を覆おほっています。上中下関係なく菩提心の必要性が語られています。願生や往生はその為に向けられた方便なのです。全ての人が仏道を歩む事を願っています。

住職多感

彼岸の中日を挟んで前後の三日間、西光寺の秋季彼岸会の忙しさを終えて、気持ちも落ち着いた。暑さ寒さも彼岸までの喻えどおり、秋の気配も漂い始めた。彼岸花が咲き、稲刈りは終わり、コスモスも伸びて、栗の便りも届いてくる。

とにかく暑い夏だった。夜通し冷房をかけることなど今までなかったことを二晩続けた。けれど八月の末、夜中に東の空、人家の屋根の上にオリオンの三ツ星・鼓を見て、冬の兆しが届いていることに心が震えた。まだ秋の気配すらないときに、冬の準備は出来ているのだ。

八月、車の免許を返納した。目が時々おかしくなるのだ。日常生活には不自由しないのだが、一度運転中におかしくなると何が見えているのか分からなくなった。田舎道だったので車を止めて目の回復を待って帰ってきた。あるとき娘に聞いた。父さんの車に乗ると怖いと思うか。うん。返納を

決めた。二年前から運転は止めていたので生活に変わりはないが、寂しい思いは確かにある。嫌なものだね。

「槃特」、仕上がりの想像も漸くついて来たので、毎月十六日の御命日法座は十月を最後に終了します。ただ晨朝後に誰かいれば話をします。いつも通りのことですね。

御命日法座 十六日 朝八時半より

夏の様子は子どもの頃とすっかり変わってしまった。蟬の声が聞こえない夏。信じられない現実だ。これから更に変わり続けるという。台風十八号は巨大化し、台湾・フィリピンそして中国に大きな被害をもたらしている。パレスチナ・ガザのニュースに、かつてPROのアラファト議長の来日を歓迎したのはこの国だったのかと、この国の変容に驚く。だがね、時代は常に地獄の様を呈するものだ。そこを日常の場として、根を張って生きるのが庶民ですよ。

明るく朗らかにナンマンダブナマンダブ

十一月の行事

- ・五日 勉強会
- ・九日 草取り
- ・十二日 築地本願寺参拝
- ・十四日 写経会
- ・二十一、二十二日 報恩講
- ・三十日 寺力フェ
- ・ヨガ 毎週火曜
- ・お朝事 毎朝

発行

浄土真宗本願寺派(西)

西光寺

〒二九〇一〇〇二四

千葉県市原市根田

七二三一一



TEL : 0436-22-7412

FAX : 0436-24-1652

HP : <https://www.saikohji.net>

MAIL : saikohji@saikohji.net