

# 光雲



## 雛人形

可愛らしい雛壇ポストカードです。年中行事で季節を感じさせられます。

### 日々是仏法 〜日常の中に仏を見る〜

新年度が始まり約一か月が過ぎようとしております。自身が新しい生活を踏み出した方はひと息つく頃ではないでしょうか。また、自分でなくとも家族や親

しい人が新生活を始めたという方もどこか心配しつつも元気をもらおう時期ではないでしょうか。そんなホッとひと息つくこの時期はちよつとほかの事をやってみる、新しいことに手を出してみるには良い時期かもしれないですね。私も新しくお寺でできることではないだろうかと思いを巡らせているところですよ。

さて、近年色々な所でお寺のあり方が少しずつ変わってきているのをご存知でしょうか？ お寺を活かして地域を活性化した



り、お寺を広く開放して多くの人たちが集まってイベントしたりする動きが広がっています。現代社会においてお寺が新しい役割を持ち始めています。私自身も光雲寺の住職になって以来、お参りしやすいお寺、明るい雰囲気のお寺にしたいと思いつづけておりました。そんな場になればと思い盆踊りや坐禅会など新たにお寺が活きる活動を模索しつづけておりました。そんな中でこの春に鹿野の町の方たちと共に鹿野を外に紹介するイベントに参加させてもらう機会を頂きました。このイベントは鹿野の各所を巡るツアーの中の一か所として光雲寺に立ち寄ってもらい「お寺体験」をしてもらうというものでした。お寺で応量器という器を使って精進料理を食べ、坐禅、ヨガ、お香作成などを体験してもらおうというものだったので、私が特にこの中で大切にしていたのが応量器を使った食事でした。最近テレビをつけると毎日のようにグルメ番組が流れています。どこどこのお店が美味しい、この食材が美味しい…私

たちは食べものばかりに気をとられ、目の前にある食べ物を美味しく頂くということ忘れてしまっていないだろうかと思うのです。応量器とは修行僧が修行道場で食事をするときを使う器で、五つの器が重なった重ね鉢です。修行僧はこの応量器を使い、細かい作法に従って食事をするので、その食事作法は現在の日本食の食事作法の原型であるともいわれているのです。応量器を使った食事を体験してもらうことで食べるという何気ない日常の一コマを見つめ、一口一口に目を向けていってもらいたいと思っていたのです。イベントに参加してくれた学生さん達も初めての応量器での食事にてこずりながらも真剣な表情を見せてくれました。そして終わった後には「初めてで難しかったけれども楽しい体験でした」と言ってもらえました。出た料理

## 坐禅会

日程 毎月第3土曜日  
時間 午後4時(約一時間)

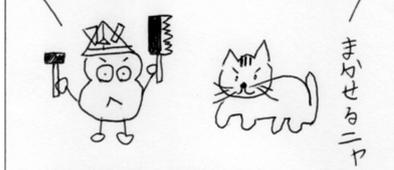
## 写経会

随時受け付けています！





よしぼくらが、とておきの  
こいのぼりを作てあげる!!



をただ食べるというのではなく食べ方を通して仏教を体験してもらえたことは大変ありがたいことであつたように思います。お寺や仏教という仏像や法要しか頭に浮かばないという方も多いのではないかと思います。しかし、お寺も仏教も普段の生活の中に生きてこそ輝いてくるものなのです。「威儀即仏法 作法是宗旨」という言葉があります。威儀（姿振舞い）はそのまま仏さまの姿であり、作法（行い）は仏教の教えの中心であるという意味になるかと思ひます。私が2年間修行道場へ行って学んだことは仏教は遠くにあるのではなく日々の生活の中にあるという事です。そして私が修行道場で学んできた生活の中でのこころがけを伝えることも大切なお寺の役割であると思つています。形あるものだけでなく普段の生活の中での過ごし方、心の持ち方というものを伝えることが出来ればと考へていゝるのです。これから更に光雲寺が皆さんの生き方を豊かにしていく存在であることを願つております。

住職 合掌

こんな事やつてます

花祭り

五月八日(新暦四月)はお釈迦様の『降誕会』です。

お釈迦様はルンビニ園という花園で生まれにりました。そこからお釈迦様の誕生日を「花祭り」としてお花で飾つてお祝いをします。



光雲寺でも五月八日に御花堂を飾つてお祝いをしてお参りくださつた方には甘茶をお接待させて頂いております。懐かしい甘茶の味を味わいに御越しくださいませ。

いきいき健康術



「お酢のチカラ」

昔からお酢は体に良いとされてきました。最近、若い女性の間でも飲むお酢やサラダにドレッシングとしてバルサミコ酢をかけるなどお酢が見直されています。お酢には疲労回復やダイエット効果、血圧の低下など様々なうれしい効果があるとされています。

\*個人差はありますが。。。

これから田植えの時期になります。水分補給にスポーツドリンクと飲むお酢などががでしようか? そのままでと酸っぱくて飲みにくいので、水とハチミツで割つたり、市販の黒酢などを試してみたいかがでしようか? ちなみに私はリンゴ酢を愛飲しています。

【年間行事予定】

- 一月一〜三日・大般若祈禱会
- 二月十五日(月)・涅槃会
- 三月十七日〜二十三日・春彼岸
- 二十日(日)・千巻心経
- 五月八日(日)・花祭り
- 七月二十四日・お地藏供養
- 八月前半・お盆経
- 八月十四日・盆踊り大会
- 九月二十日〜二十六日・秋彼岸
- 二十二日(木)・千巻心経
- 十二月末・歳末行事