

喝破だより 四恩の里

喝 破 五 訓

- 一、よろこんで与える人間となろう
- 一、いのちを大切に作る人間となろう
- 一、心静かに考える人間となろう
- 一、使命に生きる人間となろう
- 一、規律ある幸せ喜ぶ人間となろう

発行 公益財団法人 喝破道場 社会福祉法人 四恩の里 宗教法人 報四恩精舎 発行者 野田 大燈
住所 〒761-8004 高松市中山町1501番地9 TEL 087-882-4022 FAX 087-881-5906 一部500円
E-mail kappa@kappa.or.jp URL <http://www.kappa.or.jp> 郵便振替口座 徳島 01630-6-9731

巻頭言

災難に逢う時節

― 熊本・大分の災害に学ぶ ―



― 失ってはならない「おもてなしの心」 ―

しかし私は鋭い刃物で一突きされたような感覚が長く残りました。誰一人として心を痛めない者はいないでしょうが、現実には被災を受けた人の立場で痛みを分かち合えるか、と問われると躊躇してしまう自分がいいます。

阪神震災も東日本震災も物資を送り慰問にも参りましたが、それでも心の何処かに不燃焼の何かが残っているのは私一人ではないと思います。良寛和尚は文政年間のマグニチュード七の二条大地震で被災した友人に手紙を送っています。

「災難に逢う時節には災難に逢うが宜しく候 死ぬる時節には死ぬがよいく候 これはこれ災難を逃れる妙法にて候」

この文章について東日本大震災のうちに「地震で多くの人が苦しんでいる状況下で僧侶に相応しくない文章だ」と問題視されたそうです。

文章表面のみの理解では無責任に受け取れるかもしれませんが、厳しい禅修行を積まれた良寛様の深い洞察力による言葉です。

世の誰しも災難を好む者はいないでしょうが、遭遇した災難を受け入れる度量が日本人には備わっているのでしょうか。

日本での地震災害に対して外国の評価が高いのは略奪や暴動が起きないことだそうです。

宮沢賢治『雨にも負けず』の一節が不意に甦りました。

「日照りの時は涙を流し、寒さの夏はおろおろ歩き…」とあります。

何も役立たない人間だが、地震の現場で家族や家を失い、半狂乱になつて泣いている人に寄り添つて「本当に辛いね！」と共に涙を流すのがデクノボーと言われる仏・菩薩以外の何物でもないと思いました。

曹洞宗では人民が等しく幸せに至れる工夫の一つとして「同事」を提唱しています。

「同事」は道元禅師の示された正法眼蔵に収まっています。

真理と言うものは道元禅師の七五〇年前と平成の現代でも変わりはありません。

相手の立場に立つてこそ初めて相手が理解できるものです。

子どもと相對する時は、相手の目の位置に合わせて会話を行うのは児童保育の基本です。

被災して苦しんでいる方の状況によって言葉を選び方便を使って理解を深めるのです。

正法眼蔵「四摂法」に

「同事と言うは不違なり、自にも不違なり、佗にも不違なり、譬えば人間の如來は人間に同ぜるが如し、佗をして自に同ぜしめて後に自をして佗に同ぜしむる道理あり、自佗は時に随うて無窮なり、海の水を辞せざるは同事なり、この故に能く水聚りて海となるなり」

― 大燈記 ―

自立塾（一）

— 新年度の始まり —

山桜でお花見

四月は気候も良くすっかり春めいて、過ごしやすい季節になりました。自立塾の活動も冬場の室内活動から外に出て野外での活動が中心になってきました。春は野菜やハーブの植え付けに大忙しです。外に出て身体を動かすと暑くなりTシャツ一枚がちょうど良くなります。そんな活動の最中、八日はお花見を行いました。



ハーブ園から見る山桜

今年の桜は開花も早く、散るのも早かったです。例年は四月の第一週頃が高松市内の満開時期で五色台の山桜は一週間遅れた第二週頃が満開

時期になります。今年は三月も温かったので開花も早まったようで、山桜も市内の桜とさほど差がなく満開を迎えました。桜が咲いて満開の頃に雨風で大半以上散ってしまい、短い花見シーズンであつと言う間でした。八日は散りゆく山桜の花びらを見ながらバーベキューを楽しみました。



BBQでお花見

牛肉や鶏肉の他、猟友会の方から頂いた五色台で捕獲した猪肉を焼いてみました。足部を豪快に網で焼き、焼けた部分をナイフで削ぎながら頂きましたが、クセがなくとても美味しかったです。始めは戸惑っていた塾生も一口食べると箸が止まりませんでした。山桜の美しい景観を眺めながら、年に一回の花見を今年も楽しむ事ができました。

企業研修

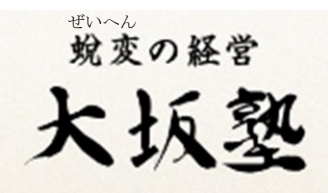
十八日から一泊二日で企業の規律禅研修を行いました。初めて禅研修を受ける企業ですが、以前から喝破道場で研修を受けたいと社長さんが思っていたようで、会社から問い合わせがあり、今回の研修となりました。五名と少ない人数での研修でしたが、内容はしっかりと坐禅や精進料理による禅の食事作法、講話、ビデオ学習、滝くだり、作務、野外炊飯と盛り沢山でした。禅による平常心を学び、食事の大切さや、協調性、仕事への取り組みなど、今一度見直す良い機会になったと思います。



滝をバックに合掌

喝破道場では新入社員や中間管理職の禅研修、学生やスポーツ団体の坐禅体験また、個人での禅体験など日帰りや一泊二日から受け入れが可能です。禅に関心のある法人個人の方はお問い合わせください。

頑張れ!!『自立塾』
私達も応援しています。



本社オフィス
東京都江東区有明1-4-11-3217
TEL/050-5505-1006



<http://www.osaka-juku.com/>

香川オフィス
香川県高松市番町4-2-19
TEL/087-863-6888

『自立塾』
私達も応援しています!



株式会社ギフトグッズ

新しい世界を楽しもう

株式会社ギフトグッズ

香川県高松市六条町1205-1

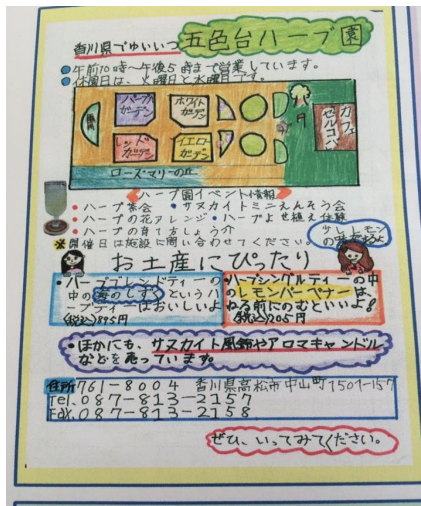
TEL 087-814-4990

FAX 087-814-4991

ハーブ園便り

手作りリーフレット

嬉しいお届けものをいただきました。地元下笠居小学校の皆さんがリーフレットを作り、五色台ハーブ園を紹介してくれています。



ハーブシングルトイでは「レモンバーベナ」を取り上げてくれています。

このハーブはレモンの香りがして飲みやすく、鎮静作用があるので神経が緊張している時やイライラする時にピッタリです。

また、うつ症状や不眠症を和らげる働きもあります。

体を温め、気管支や鼻の炎症を鎮め

るので、風邪のひき始めにもオススメです。

ハーブカフェ「ゼルコバ」では1ポット300円、お持ち帰り用のドライハーブティーは205円(税込)です。同時に紹介していただいている「海のしずく」はローズマリー、ペパーミント、レモングラスのブレンドです。

可愛いリーフレットありがとうございます。子供たちが一生懸命作ったリーフレット是非見に来てください。

カルノシンとカルノシン酸

テレビで「肉を食べる人は長生きする」という特集をしていて、その要因の一つにカルノシンが含まれているからだと説明していました。

五色台ハーブ園ではオリジナルハーブティーとしてローズマリン茶というのを販売しています。

そのハーブにはローズマリン酸、カルノシン酸、カルノソールが含まれています。

もしかしてこのカルノシン酸のことなのかと思って調べてみましたが、カルノシン酸は carnosic acid、カルノシンは carnosine で別物だと分かりました。

ただ、共通しているのは抗酸化作用があるということです。

カルノシン酸には強力な抗酸化作用がある上、紫外線から皮膚を守る効果や抗菌作用もあり、食品の防腐剤や酸化防止剤として使われていたり、歯磨き粉などの口腔衛生用品などにも利用されています。

また、免疫力の向上やガンの抑制、アルツハイマー型痴呆症の改善にも期待されている成分です。



ただ飲むだけで簡単にたくさん作用がある成分を体に取り入れられるのはほんとに手軽です。お問い合わせいただければ発送可能です。

★ハーブコーディネーター えり★

私達も応援しています。
『自立塾』

香川でしごとを探すなら
やっぱり 求人フリーペーパー
ハロータイムスだね!

株式会社 求人タイムス社
本社/観音寺市本町1541-3
TEL (0875) 25-0404
高松営業所/高松市林町230-6 極楽ビル1F
TEL (087) 864-6373
http://www.kyujin-times.net

『自立塾』
私達も応援しております。

キッチン・バス・トイレ・増改築・ボイラー工事
四国ガスショップ・四国電力認定店
高松市上下水道工事指定工事店

(株) 広瀬 住宅総合サービス

(本社) 高松市末広町6番地9
☎822-5478代 ☎0120-512677
(尾島店) ☎851-3167



卒塾記

私は対人恐怖症で長く引きこもりでした。入塾時は、人と会うことに緊張し、頭もうまく回らず大変でしたが職員、先輩の方々が優しく接してくれました。作務では畑の開墾でくたくたになり、全身が筋肉痛になりました。よく体を動かした後に飲んだお茶の一杯は、格別でした。畑作業は初めてでしたが、先輩方が色々教えてくれ、体力のない私をフォローしてくれました。協力し合い、生活を共にする中で、少しずつみんなと打ち解けていきました。色んな人に出逢い、嬉しかったことも、嫌いな事も同じ位ありました。

集団生活の中で、お互いを知り、理解できないことに悩むことも増えました。振り返ると、同じ生活をする中で分かり合えたり、分かり合えなかったりしたことが充実した毎日だったと思います。本当に辛かった時に、なぐさめてくれた言葉は、本当に胸に響きました。

精進料理の食事や、毎朝静かな時を過ごす坐禅の作法を覚えるのに、一ヶ月程かかりました。食わず嫌いが減り、何でも美味しくいただけるようになり、あっさりした食事を舌が好むようにもなりました。実りの

秋にはたくさんさんの野菜が収穫でき、みんなで作った採れたての野菜の美味しさには感動しました。冬は寒さが厳しく、慣れるまで大変でしたが春が近づき暖かくなっていくのはすごでした。

二月からは職場体験が始まり、働くことの厳しさや自分の未熟さを初めて思い知らされました。要領が悪く、注意を受けてばかりでヘトヘトになり忙しく過ごす中、気が付けばすぐそこに卒塾が控えていました。思えば入塾前は、職場体験なんてとても考えられない自分でした。

久々に会った両親から「変わった。」と言われました。私の方こそ親の見方が変わり、新鮮に感じられたことが印象に残っています。やり残した課題もありますが、多くの人に出逢い、経験し、前進できたと確信しています。入塾する1年前の彼岸の日に和尚さんが「必ず春は来ます」と語られたことを懐かしく思い出します。

京都府 K・E



社員研修感想

喝破道場での二日間の研修を通して、自分を見つめ直し、何者なのかを理解するよいきっかけとなった。道場での研修は、決して楽しいもの

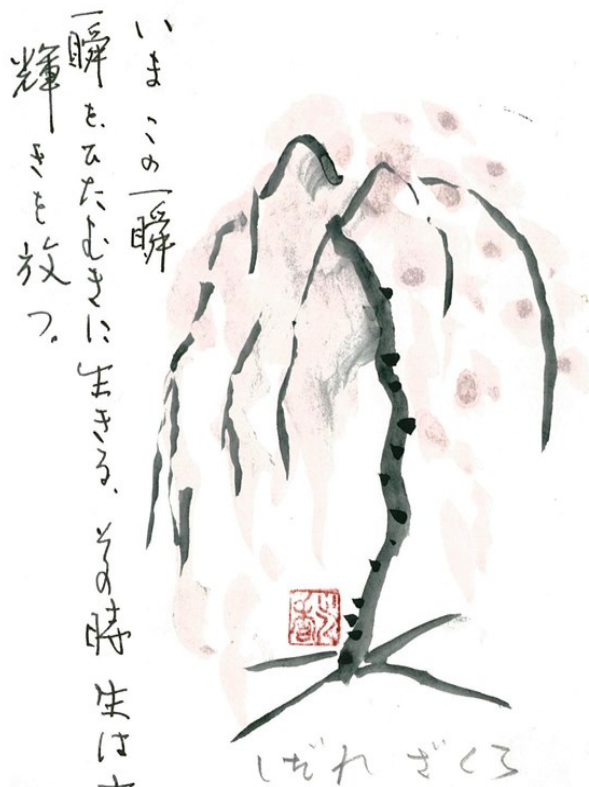
ばかりではなく、暑い太陽の下での草取りや、慣れない正座での食事など苦労することも多々あった。しかし、そんな苦労を通して自給自足の大切さと、命の尊さを改めて意識することができるようになった。坐禅を通して信仰というものが身近になったような気がする。

禅というのは、場所を選ばずに行うことができるというのをビデオで知り、電車などでもやってみようかと思う。そうやって少しでも多く、自分を見つめ直す機会を自分で作る事が現代社会では必要になってくると感じる。

会社に戻り、勤務する際も、ここで学んだことを少しでも活かせるように務めたい。

最後になりましたが、塾長をはじめとする多くの職員のみなさん、ともに作務を行った塾生の方々に感謝の言葉を述べさせていただきます。二日間本当にお世話になりました。とうございました。いつかまた、自分自身を見つめ直す必要があると感じた時には、またこちらに入塾させていただきます。その時にはどうぞ宜しくお願い致します。

S社 N・D



大阪市 山口 近香

アウルウッド物語 (十)

ノッペラボーの話

安部麗子

「ほらほらもう泣くのはよして、可愛い顔をおじさんに見せておくれ」とデブが猫なで声を出します。女の子が黙っているの、デブが肩に手をかけようとしたそのとたん、女の子は、顔をおおっていた手をパッととはなします。その顔は：なんと、真つ白で平たいだけです。「うわああ」と悪党たちは叫んで、後をも見ずに逃げ出します。

「のの：ノッペラボーだ」

「うん。確かに見た」

膝をガクガクさせながら歩いて行きますと、木こりの小屋に、薄暗い燈が灯っているのが見えます。

「ああよかった。あの小屋を過ぎれば親分のお城はもうすぐだ」

「水をいっぱいもらおうぜ」

ドアは半開きになっていて、小さなおばあさんが一人、向こうを向いて、ロウソクの火を頼りに繕いものをしています。

「こんばんは、おばあさん。水をいっぱいもらえませんか」デブが声をかけます。

おばあさんは後ろを向いたまま黙っています。

「頼みますよ。実は今、とんでもないものを見ちまったんですあ。

この世の中にノッペラボーがいるなんて：」

「そのノッペラボーというのはもしかして：」と気味の悪いしわがれ声で言いながら、おばあさんがクルリと振り向きま。

「こんな顔ではなかったかね」

なんということ！また同じ顔です。

二人の悪者は「ひえーっ」と二メートルばかり吹っ飛んで、それからかけることか。

一羽のクラスが、クツクツと笑いながらそれを見送ります。

「うまくいっただす」と、おばあさんの服を着たメンフクロウが言います。

「うん。それではまた一仕事」

クラスは悪者たちを追いついて、待ち合わせ場所へと急ぎます。

悪者たちはようやく走るのをやめて、フラフラと歩いていきます。しばらく行くと、小柄なお百姓さんが、テクテクと荷車を引いて行くのが見えます。

「おーい、おじいさん」と二人が声をかけますと、お百姓さんはゆっくりと立ち止まります。

「ああ助かった。こんなに怖かったのは初めてだ。まあ、聞いてくださいよおじいさん：」

二人が代わる代わる話し始めます。

「あんたがたの見たのは、もしかやこんな顔じゃなかったかね」

おじいさんがくると振り向きま

すと、またもやノッペラボーの白い顔だったのです。

「ギヤーツ」

しばらく走って、ようやく二人は立ち止まり、道端にへたり込みます。あまり走ったので、気管の中が砂でザラザラしているように感じます。

「ああ、どうしちゃったのかな、俺たち。夢を見ているのかなあ」

すると、

「夢じゃないより、夢じゃないより」と、たくさんの気味の悪い声が聞こえます。

すぐその茂みに一つ、二つ：木の上に一つ、二つ、三つ：岩の上に一つ、二つ、三つ、四つ：辺り一面にノッペラボーの白い顔が浮かんで見えます。

「うわーっ」と叫んで、二人はまた走り出します。こんどは、気管の中の砂が、耳から飛び出すような感じです。

「あんだな、悪党のくせにだらしのねえこと。オラだちが目っこさつむってただけなのによ」メンフクロウたちがクスクス笑います。

暗がりの中から、クラスたちも出てきて、「夢じゃないより、夢じゃないより」と言いながら、クスクス笑います。

「クラスどんはモノマネが上手じやのう」

「お化けのモノマネは初めてです

けど：こんなもんでよかったでしょうか」「甲種合格：って、ちょっと古かったべか」と年かさのメンフクロウが笑います。

「古い、ってことは知恵に繋がりますからね。この作戦も、千年生きたという伝説のクスノキが、フクロウ探偵さんたちに教えた古い落語だそうです」

「大したもんじやのう、落語っちゃうのは」

「素晴らしい文化です。メンフクロウさんたちも、たくさんの古い話をお持ちでしょう」

「んだ。田舎には柳田国男先生も知らねえような、おもしれえ話がいっぱいあります。たとえば：」

つつく



この頁は、
公開していません。

四月の日鑑

薬師講

11 8
イオン幸せの黄色いレシート
キャンペーン参加

於 高松イオン

15
山王小祭

17 17
救護施設署名活動

17 17
宝塚中学校坐禅体験

18 19
（株）グローバルセンター新入

社員研修

19
善通寺市就労準備支援事業開始

（毎週火・木曜日）

20
高松市就労準備支援事業開始

（毎週月・水・金曜日）

五月の予定

6 7
四国通商株式会社 新入社

員研修

8
薬師講

11
イオン幸せの黄色いレシート

キャンペーン参加 於 高松イ

オン

15
山王小祭

15
（株）ユメックス マルシェ出店

法人役員会 於 随流荘

高松市就労準備支援事業

（毎週月・水・金曜日）

善通寺市就労準備支援事業

（毎週火・木曜日）

大燈和尚四月の日鑑

1
社会福祉法人「四恩の里」

新規採用者入里式 於 随流荘

1
自立援助ホーム「なごみハウス

圓」職員会議 於 圓通寺

3
紫雲ライオンズクラブ「ふれあ

いウオーク」に若竹学園参加

於 峰山公園

4
救護施設の件で市議と打ち合わ

せ 於 議員会館

5
亀山学園改築落成式

披露宴（オークラホテル丸亀）

5
圓通寺「定例坐禅会」

6
若竹学園新学期始業式

8
社会福祉法人「四恩の里」新採

者研修会 於随流荘

8
若竹学園 入学式

11
若竹学園 管理者会議

於 喫茶「ゼルコバ」

12
若竹学園全体会議

17
四国医療専門学校新入生の坐禅

体験&講話 於 国民休暇村

「五色台」

17
「高松に救護施設を創る会」高松

市丸亀町商店街にて署名活動実施

19
曹洞宗社会福祉連盟理事会

於曹洞宗宗務庁 仏間

20
都下の救護施設「光華園」・老

21
若竹学園事例研究会発足会

（心理・生活・鍼灸） 於 若竹学

園応接室

22
若竹学園中学生参禅

25 26
第九回 自立援助ホーム

ホーム長会 於 名古屋

27
若竹学園小学生参禅

大燈和尚五月の予定

1
鬼無観光協会グループの遍路小

屋おもてなし

2
自立援助ホーム「なごみハウス

圓」職員会議 於 圓通寺

10
圓通寺定例坐禅会

18
香川県法テラスにて救護施設の

説明

19
財団・福祉法人合同役員会

於 随流荘

24
圓通寺「定例坐禅会」

26 27
全国情緒障害児短期治療施

施設長会議 於 横浜

子ども虹情報研修センター



編集後記

この度の熊本地震で亡くなられた方々のご冥福をお祈りいたしますとともに、被災されました方々に心よりお見舞い申し上げます。被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

この度の地震は最大マグニチュード9.1を想定する南海トラフ地震の前兆とも言われており、いっどこで起こるか分からないとされながらも、そう遠くではない事を実感しています。地震の備えを今一度考えなければなりません。

新年度が始まり、今年も昨年度同様に就労準備支援事業が高松市と善通寺市の委託を受けて始まりました。新しく参加される方や懐かしい顔ぶれが揃うなか、四月十九日から始まり、七月中旬まで前期の活動が続きます。生活困窮者や生活保護受給者を就労に結びつける為の事業です。体力的に精神的に辛いと感ずる参加者もいると思います。が、参加者、塾生、スタッフとの絆の生まれる事業でもあります。高松市は今年で五年目になります。約六割が就労していますが、中には病気の問題で就労出来ない方が健康維持や引きこもり回避の為に長く参加しています。そんな方の拠り所になれる喝破道場であるよう、良い活動を今年一年行いたいです。

——大然後記——