

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

#### 因縁時節

― 蒔かれた種は何時の日か生える ―



― サヌカイト原石から陶琴誕生 ―

慎みまして西日本大水害で被災又は故人となられました方々に心よりのお見舞いと哀悼の意を表します。

ご承知の通り「サヌカイト」の名称は讃岐に産する石、と言う意味を持つ学名で、正にサヌカイトは世界にこの地の香川、そして喝破道場の所在する五色台周辺に産する稀石です。打てばカーンと言う澄みきった音色が人の心を癒す事から主に打楽器

として使用されて来ました。しかし天然自然のもの故に採掘する程に枯渇して来ます。

その為にか価格も以前からすると高額なものとなっております。

自給自足の道場は山を切り拓き大地を耕しての農行(道場では農を修行として捉えています)ですが、土中に埋まっている硬度七と言うサヌカイトの鋭い石片で幾度指先を負傷しその度に「どうして悪魔のような石がこの地にはあるのか!」と不満に思っていました。

三〇年ほど前に国立大学院中退でアル中のD氏が「修行したい」と訪れましたが、酒を断ってから出直して来いと追い返したら、一年後に断酒して再来山したので仲間として受け入れました。

ある時D氏から「和尚さん、サヌカイトで抹茶碗を焼いてみたい」との申し出があったので承諾はしたものの、石で焼き物が出来る筈もないと思っていました。

数か月後にD氏が完成しました、と抹茶碗を持参したことでサヌカイト塊を粉末にして粘土と混ぜ合わせて焼き上げればサヌカイトの音を発する碗が出来ることを確認。

その後はサヌカイト風鈴から陶琴へと開発が進んで参りました。

喝破道場は寺院の形態はしているものの基本的に葬儀・法要を営まない為に財源が乏しい上に、様々な状況の人達を受け入れての共同生活です。このサヌカイトの活用が収

入源になれば、と願ってはいましたが何分にも武士の商法ならぬ坊主の商法は策(ザル)で水を掬うが如きもので、世に売り出す手立ても判らないままに今日に至りました。

先日、京都の福祉に関わるAさんより電話がありました。

認知症の方に効果のある音楽を聴かせてやれないものか、と言う事で音楽に関する様々な分野にリサーチしたところ、サヌカイトがヒットしてネット上では理解できたので実際確認のために訪問したい、とのことでした。

当日、サヌカイト原石の打楽器を展示してあるハーブ喫茶で現物を見て頂いた際に「この原石は天然有限のものなのでどうしても高価なものとなっているが、サヌカイトを粉末にして陶器化した陶琴は音色にも遜色ないので、この陶琴を多くの方に使用してほしい」旨を話しました。

数日後に電話で陶琴を購入したいとの申し出があり「可能なら自分で音を選別して組み立てることは可能か」とのことでした。

Aさんは二泊三日投宿されて二〇枚の陶板を調律して持ち帰られました。

このご縁が許でAさんは陶琴音楽の普及に尽力下されることとなりました。約三〇年前に蒔かれた種が芽を出そうとしていると直感しています。

― 大燈記 ―

### 自立塾 (一四二二)

#### 灼熱の夏

##### ブルーベリー収穫

七月からブルーベリーの収穫が始まりました。一昨年頃から収量も増え出し、今年も豊作です。一粒一粒が例年より大きく実っています。



大粒のブルーベリー

収穫は手作業で青黒く熟した実のみを収穫します。少しでも実が赤いと酸っぱくて美味しくありません。ブルーベリーはバナナやメロンと違い追熟(果物を収穫してから、食べごろに熟すまで時間をおくこと)しないので熟している甘い実をしっかり見極めなければなりません。どの程度が甘くて、これくらいが酸っぱいのかを確かめながら塾生の皆と暑い中一生懸命収穫作業をしています。

収穫したブルーベリーはジャムやフレッシュフルーツとして販売していますので、ご興味のある方はお問い合わせください。収穫は八月中旬まで続きます。

##### 就労準備支援事業

四月から実施してきた高松市の委託事業である就労準備支援事業は、七月十二日をもって前期の活動が終了しました。また、善通寺市から委託を受けている就労準備支援事業は六月末で前期事業を終えました。今期も多くの方が参加してください、様々な活動を通じて就労に向けた一歩が踏み出せたと思います。特に七月は炎天下が続く、暑い中でも精一杯活動してくださりました。最終日の十二日は、暑い夏を吹き飛ばす「流しそうめん」で締めくくりました。



早く流れてこないかなあ

事前に竹林から竹を切り出し、竹を加工した流し台を参加者の皆さんと手作りし、皆でわいわいと流れてきたそうめんを頂きました。この流しそうめんも、皆さんの思い出のページになれば幸いです。

##### 海を満喫

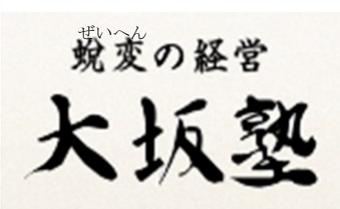
暑い夏は海!二十七日は皆で海水浴に行ってきました。毎年バナナボートで遊ぶのですが、バナナから空気が漏れてしまいバナナボートで遊べませんでした。その代わり、船で釣りを楽しみました。釣り初挑戦のNさんが見事に鯛を釣り上げました。釣った鯛はBBQの時に網焼きで美味しく頂きました。



大きな鯛とBBQ

釣りを楽しんだり、海で泳いだり、BBQでお腹いっぱい食べて夏を満喫してきました。

頑張れ!! 『自立塾』 私達も応援しています。



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

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

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

『喝破道場』 私達も応援しています!



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

新しい世界を楽しもう

## ハーブ園便り

皆さんはマロウと言うハーブをご存知ですか？

マロウにはたくさん種類がありますが、単に「マロウ」というと南ヨーロッパ原産のウスベニアオイのことを指すのが一般的です。



ウスベニアオイはコモン・マロウとも呼ばれます。毎年花を咲かせる多年草で草丈は開花時で六〇cm〜一、五mです。葉は長い軸をもっており丸形で掌状に切れ込みます。初夏〜夏に茎のつけ根近くで直径三〜四cmの花を咲かせます。色は紅紫色で濃い紫色の筋がたくさん入りまます。花にはほのかな香りがあります。花は食用やお茶に利用されます。マロウの花で入れたお茶は鮮やかなスカイブルー〜紫色で美しく(水質によって色幅があります)、レモンを入れるとさっと薄ピンク色に変わります。



マロウは様々な効能があります。

★風邪でつらいノドの痛みや咳に

コモンマロウには、粘膜を守り、弱っている喉を助けてくれる役割を持ちます。喉に痛みがある時や咳が出る時には、コモンマロウティー飲んでもいいですし、冷ましたものでうがいをする、痛みなどを抑えてくれる効果があります。

★弱っている胃腸に

食欲が出ない、胃のあたりにむかつきがあるといった時に、コモンマロウティーを食前に飲むと良いと言われていきます。胃にとっても優しいハーブティーなので、弱っている胃腸にとっても良い効果を発揮してくれます。また便秘にも効果があります。

★夏バテに

鮮やかな色が夏にぴったりのコモンマロウティーは、夏バテや夏風邪にも良い効果があります。レモンを加えると、効果が出やすくなります。

その他のマロウには、ムスクマロウがあります。ウスベニアオイの近縁種です。和名はジャコウアオイといいますが、草丈七〇cmほどです。草丈も花も全体に小ぶり、葉が細かく切れ込んでいることも特徴の一つです。花色は淡いピンク、白などです。もう一種ご紹介するのはマーシユマロウです。和名ウスベニタチアオイといいますが、名前や姿は似ていますがウスベニアオイとは別属です。花色は白、ピンクなどです。お菓子のマシユマロは、この植物が語源で、根の粉末が咳止トローチの原料として用いられていたのが起源ともいわれていますが、現在のマシユマロは、卵白やゼラチンや砂糖でつくられています。



約千種もあるマロウの多くが鎮痛作用をもつ粘質物を含んでいるのが特徴ですが、マーシユマロウはなかでも特に強い薬効をもつことで知られています。

### 『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

**住宅総合**

**(株) 広瀬 サービス**

(本社) 高松市末広町6番地9  
 ☎822-5478代 ☎0120-512677  
 (羅島店) ☎861-3167

### 私達も応援しています。 『自立塾』

人と企業を結んで30年!

新聞折込

Human Network  
**求人タイムズ**

株式会社 求人タイムズ社  
 本社/観音寺市本大町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>



主要  
 全国紙にて  
 絶賛折込中  
 朝日・読売・毎日・  
 日経・産経



企業研修

「喝破道場を経て」

喝破道場での規律研修から、感謝することの必要性を再認識することができた。一泊二日の研修では、飯盒炊飯や館内清掃など、他力本願ではなく、自分のことは自分でする機会が多く与えられた。

また、食事においても、普段では好きな物を好きなだけ食べることに対し、給仕さんに決められた量を与えられた。これらの生活から、普段自分がどれだけ周りの人に甘え、その生活が当たり前になつていたということに気付いた。

理事長の講話にもあつたように、「四恩」を大切にしていかなければならないと考えた。普段の生活を、不自由なく過ごせるように支えてくれている父母、働く機会を与えてくれる社会、安心できる故郷、食事など、生きる上で欠かすことのできない大自然への恩を忘れずに生きていきたいと再認識できた。

今回のメイン行事である、坐禅では、初めての体験であるため、不安が大きかった。実際に経験してみても、「無」でいることの難しさを痛感した。時計がない状態での四五分

間はとても長く感じ、普段このような時間をとれていないことに気付いた。邪念を取り除き、何も考えず過ごす時間も時には必要であると感じた。しかし、今回は初めての坐禅ということもあり、足の痛さや痺れに気をとられ、「無」でいる時間があまりとれなかつたことが残念であつた。これからの生活では、思い通りにならないことが多く、高い壁にぶち当たることもあると思うが、それが娑婆なんだと思ひ、生きていきたいと思つた。

R社 S・E

「喝破道場での研修を通して」

はじめての喝破道場で、色々な体験ができ、とても有意義な時間となりました。中でも一番印象に残つた事は食事の方法でした。食器の持ち方や食べ方をこんなにも意識しなければならぬのかと、食べた気がしませんでした。食事中にも喋らず、ただ食べることにだけに集中することも辛いなと思つていましたが、段々と食事を作ってくれた方や、食材に對しても感謝しなければならぬなと思ふようになりました。

坐禅中もそうでしたが、周りを自

分から遮断し無になることで、逆に自らを見つめ直すことが出来たのではないかと思います。

朝早く起きてお経をあげる事も普段しない経験でとても良かったです。また二日目の野外炊飯では、周りの同期達と協力して作る大切さを学べました。何人もの人たちで、一つの料理を作るにあたって、自分のやらなければいけない事を自分で探し、人の為に動くことは以外にも難しかったです。他の人が気付かないことに気付いて動けるようにならないといけないなと思ひました。

この喝破道場での研修は、異次元な空間でも楽しく過ごすことが出来ました。理事長さんのお話しに

もあつたように、父母、社会、故郷、大自然に感謝し、これから過ごしていきたいです。

四月から社会人となつて、毎日忙しくなってきましたが、時々自分の心をゼロにして、平常心を保てるようにしようと思ひます。

今回のような研修がなければ、今の自分を見直す時間も作れなかつたです。これからは、日々の全てのことと感謝して生きて行きたいと思ひます。貴重な経験をさせていただきありがとうございます。

R社 S・T



人間何の希望も持たねばならぬ  
希望を自らもつていよう  
自分も自らもつていよう  
必ずいつかそれが  
光る  
くさ  
そして  
その人と仰けるうた  
坂村直真

大阪市 山口 近香

# フジバカマの災難

安部麗子

ベランダに、フジバカマが咲いています。

もう2年もたっているのです、又は小学2年生くらいあります。茎は竹のように頑丈で、ツルツルしています。

牛のデボラ・カウ夫人の一日は、バルコニーの草花に水をやることから始まります。

日当りと風通しの良いバルコニーなので、植物たちは思い切り枝を張り、葉を茂らせ、1年中見事な花を咲かせます。

ある朝、郵便配達のだルメシアンのドットが、いつものようにベランダの前に自転車を止めて、いきなり「奥さん！」と叫びます。

カウ夫人は、大きな木のカップになみなみとミルクを入れて、ドアをあけます。

ドットは手紙の束を渡し、チップのミルクを受け取って飲み干します。

「お洋服のセール…  
化粧品のカタログ…  
ガス代の請求書…  
税金の督促状…しつこいわねえ」  
デボラ夫人が肩をすくめながら家に入りかけた時、

「奥さん！」

ドットがまた叫びます。

「まだありますの？」

「まともなお手紙？」

「じゃなくって…奥さん、「賢なさい。この花、えらくしおれちゃってますよ」

「ああ、フジバカマね。」

「そうなの。」

「名前の通りおバカさんなのかしら？水をやってもその時だけ。」

「たちまちぐったりしてしまいますのよ。今日にでもすてちやうつもり」

それを聞くと、フジバカマはますますグツタリしてしまいます。

ヒマワリは顔を伏せ、オミナエシはぼろぼろ花粉の涙を落とします。

ケイトウがキリキリ歯ぎしりする

と、黒い種が飛び散ります。

黄色いバラは、悲しげにかぶりを振りまします。

酔芙蓉は、白い花をたちまちピンクに染めます。

「どうしたの、フジバカマさん。気分が悪いの？」

「ハンギングバスケットの上から、オキザリスが声をかけます。」

「わからないの。」

「多分、悪い病気だと思っの」

「フジバカマさん、死んじゃだめだよ。せつかくみんな、夏を頑張ってきたんだから」

「ススキが長い腕をのびし、そっと撫でてやります。」

「これからのよ。涼しくなればなるほど、あたしたちの色は鮮やかになるわ」

そう言ったのは、赤いゼラニウムです。

「寒い季節がやってきて、もうこれ以上我慢できない、という頃に…」

「ようやくボクたちの本当の色が出るんだ」

「あたしたちの命の中で、一番きれいな色を咲かせるの」

「それからゆっくり眠るのよ」

「春がくるまで」

「フカフカの土の中で」

その時です。

デボラ夫人の逞しい腕が伸びてきて、フジバカマを鉢の中からズボツと引き抜いて、ポリ袋の中にドサツとぶちまけます。

「オオッ」と、花たちは声にならない叫び声をあげます。

「ンモオッ…！」

デボラ夫人の叫びが空気をふるわせます。

なんと、フジバカマの下についているのは、プランターの形そのままの、カチカチに乾いた根っこのかたまりです。

「こりや驚いた。」

「土がありませんね。土を全部食べちゃったんですかね？」

ドットが目を丸くします。

「ああ、可哀想なあたしのフジバカマちゃん！」

おりこうさんのこの子ったら、水を飲むことも息をつくことも出来ない

「かっただわ」  
デボラ夫人がおろおろ言います。

それから二人は、一回り大きな鉢を持ってきて、底にゴロ土を敷き、肥料を混ぜた土を敷き、その上に肥料を混ぜない土を入れて、フジバカマの根っこをほぐし、少し切り詰めて、さっぱりと植え付けてやりまします。

たつぷりの水を与えると、その瞬間からみるみる元気になります。

まわりの草花が、いっせいに微笑みます。

「で、この鉢もいっぱいになったら…」

とドットが聞きますと、夫人はしばらく考えていましたが、

「いい考えが浮かびましたわ」

「どんな考えです？」

「あのね…そのときになって考える、って考え」

「さすがです！」

ドットはすっかり感心してしまいました。

了



この頁は、  
公開していません。

**戴き物一覧**

6月21日～7月20日

- 一 ジュース詰合せ  
東京都江東区 森口 五郎様  
香川県高松市 菰田 裕一様  
丸亀市 (株)シコクモーターズ様
- 一 味の素調味料セット  
東京都品川区 菅野 修 様
- 一 そうめん  
東京都新宿区 (株)ユーキャン様  
香川県高松市 (株)石の店山田様  
愛媛県西条市 井上 隆寿様  
さくらんぼ  
山形県天童市 村山 光男様
- 一 カステラ  
神奈川県横浜市 春木 豊 様  
横浜市 鎌田 松栄様
- 一 ヌーヒーセット  
千葉県木更津市 妙泉寺 様  
香川県高松市 (株)マリン・ライフ様  
高松市 高野 正彦様  
宇多津町 大石 光昭様
- 一 お菓子  
茨城県つくば市 カウナン春奈様  
愛知県名古屋西村 伸枝様  
京都府京都市 新田とよ子様  
香川県高松市 アイゼン浜街道店様
- 一 アジ干物  
静岡県沼津市 大泉寺 様

- 一 静岡茶  
静岡県浜松市 中西 大介様
- 一 ちりめん山椒  
滋賀県彦根市 長松院 様
- 一 ハム詰合せ  
大阪府東大阪市 赤坂 為雄様  
香川県高松市 中原 元子様  
野菜  
山口県宇部市 中田勢津子様
- 一 桃  
兵庫県芦屋市 三戸岡クリニック様
- 一 お中元セット  
広島県広島市 (株)ビバ 様
- 一 蟹缶詰セット  
広島県廿日市市 延命寺 様
- 一 洗剤セット  
香川県高松市 名淵 薫 様
- 一 鯉のたたき  
高知県高知市 石原 真生様
- 一 アイス詰合せ  
愛媛県松山市 法龍寺 様

**ご寄付**

6月21日～7月20日

- 群馬県北群馬郡 宮昌寺 様
- 香川県高松市 匿名 様
- 観音寺市 匿名 様

平成30年度(7月20日現在)  
ご寄附総額は百五十九万五千円です。

皆様方の温かいご支援に、

心より感謝申し上げます。

**塾生募集!**

**自分を变えたい変わりたいあなたへ**  
禅をこころの支えに合宿形式による自立支援を行っています。禅とは、今のときに集中し現在の自分自身と静かに向き合うことです。

自分を変えたい、変わりたいあなたにふさわしい環境を提供いたします。変われるか変われないか、最終的には『自分を変えられる』と自分を信じる心です。自然豊かな環境に身を置き土に触れ身体を動かすことで心身ともに良好になります。シンプルに無心に日常生活の雑務をこなすことこそが大切なのです。本来の自分、自分らしい生き方をみつけましょう。

- 「禅」を心の依り拠として
- 規則正しい生活リズムの体得。
- 自給自足の農作業を通して「体力・気力・忍耐力・持続力・協調性」を涵養。

○卒業前にはコミュニケーション能力を高めるために付属施設「ハーブ喫茶」で接客体験実施。  
詳しくは電話にてお問合わせ下さい。  
(087-882-4022)



**「喝破道場」ご支援のお願い**

平素より公益財団法人喝破道場の活動にご理解とご支援を賜り誠にありがとうございます。

「禅」を心の拠り所としての活動を展開し、更なる社会貢献を図って参ります。どうぞ本誌のご購読とご寄付によるご支援を賜りたくお願い申し上げます。

ご寄附に対しましては、公益財団法人の活動として租税特別措置法施行令第二十六条の二十八の二第一号に規定する要件を満たしております。「税額控除に係る証明書」が発行されますので、節税としてもご利用下さい。

- 購読料 年間五、〇〇〇円
- ご寄付 一口五、〇〇〇円
- (一口以上、何口でも結構です)

郵便振替口座 01630069731  
公益財団法人 喝破道場

**賛助広告掲載ご協力のお願い**

平素は『自立塾』の活動にご高配を賜り御礼申し上げます。  
昭和49年に興されたカッパ禅道場。開山の精神は、自立塾に受け継がれています。揺るぎない思いを胸に今後も活動してまいります。一層のご支援ご協力を賜りたくお願い申し上げます。

ページの下端一枠  
(ヨコ8cm×タテ6cmほど)  
年間12回 60,000円  
受付 087-882-4022

## 七月の日鑑

- 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 山王小祭
- 28 滝川中学校坐禅体験 於 国民 休暇村 讃岐五色台
- 高松市委託就労準備支援事業 (毎週月・水・木曜日)

## 八月の予定

- 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 山王小祭
- 高松市委託就労準備支援事業 (毎週水曜日)

## 大燈和尚七月の日鑑

- 1 FCラソ鬼無サッカーチーム 五〇名参禅来山
- 3 圓通寺「定例坐禅会」
- 4 白鳳女子大学坂本教授と情報交換 於 都内蒲田
- 5 曹洞宗社会福祉連盟職員研修会 於 大本山總持寺
- 10 社会福祉法人四恩の里 法人管理者会議 於 若竹学園
- 10 圓通寺「定例坐禅会」
- 13 茨城大学院生 春名さん参禅&アグリセラピー打ち合わせ 来山



— 今が旬 ハーブ園のハーブ達 —

## 大燈和尚八月の予定

- 14 京都の新田さん陶琴作製で 来山
- 14 若竹学園夏祭り
- 17 圓通寺「定例坐禅会」
- 21 龜山学園夏祭り
- 24 圓通寺定例坐禅会
- 25 香川県PHP友の会講演 於 高松信用金庫太田支店会議室
- 7 圓通寺「定例坐禅会」
- 21 圓通寺「定例坐禅会」
- 22 社会福祉法人四恩の里施設管理者会議 於 龜山学園
- 26 高松紫雲ライオンズクラブ恒例 慰問で来山

## 編集後記

長く続いた梅雨の最終は、東西に連なる梅雨前線が活発化し西日本に豪雨と大きな爪痕を残しました。そして、長雨から一変、嘘のような猛暑が続き、熱中症で亡くなる方や病院に搬送される方が相次ぎました。そして、今回の台風十二号は過去に類を見ない進路で近畿・中国・九州へと東から西へ進み被害をもたらしました。世界でも米カリフォルニア州で発生した山火事は拡大を続けて最大規模となっており、過去十年間で最悪の被害と専門家は言っています。地球規模の異変が全世界各地で現象しています。

いち禅僧として何をすべきか？何ができるのか？四国地区曹洞宗青年会では多くの青年僧が連日愛媛県内の被災地でボランティア活動を行っています。また、二十四日から福島の子供たちを対象に「第七回こども自然ふれあい広場」が三泊四日で開催されました。先頭にたつてボランティア活動や福島の子供たちを支援する青年会活動に敬意を表すると共に、感銘と刺激をもらいます。今後何が起こるか分からない現代で、喝破道場の禅僧として皆さんの心に寄り添い、心をはぐくむ活動を目指したいです。

— 大然後記 —

## 児童施設で働いてみませんか



職 種：管理者候補 医師（精神科医） 看護師（正）  
心理 保育士 児童指導員 事務員  
勤務先：四恩の里 本部  
児童心理治療施設 若竹学園  
児童養護施設 龜山学園  
自立援助ホーム なごみハウス圓



連絡先：香川県高松市中山町1501-192  
社会福祉法人四恩の里 本部 ☎087-816-1380  
メールアドレス: 4on@4on.or.jp ホームページ: http://4on.or.jp