

行っただと言っていたのを覚えている
そうです。生花店になったのは、章
子さんが小学生のときで、店にはお
花と一緒に菓子も並んでいました。
「来られるお客さんはみんな、おば
あちゃん？と気にかけてください
ます。私の母はお店の顔です。そして
私にとって一番大切な人です。お店
はもうすこし続けたかったのですが、
私も歳ですね。体が思うように動か
なくなっちゃいました。店を閉めて、
母のために時間を作ることにしまし

江戸時代まで辿れました
家系図を作った門徒さん



石井充さん

古い戸籍を取ってみよう
戸籍謄本を請求するための資料が揃ったら、郵便局へ行き、重さを測り切手を貼って郵送します。同封する定額小為替と返信用切手はこのときに購入するといでしょう。
しばらくすると、請求に関して不明なことがある場合、役所の担当者から電話がかかってきます。私の場合は、2か所から問い合わせの電話がありました。内容は、①「まだご先

た。」「来てくださる方には感謝の気持ちと申し訳ない気持ちでいっぱいです。」と、章子さんが言います。お店を閉めてすこし落ち着いたら、ここで座つてのんびりしています。お花はないと思います。が、どうぞ声をかけてください。と笑顔でおっしゃられています。
本当に長い間有り難うございました。
尚、お彼岸・お盆には本堂前に墓花の用意があります。
また、遠方等でお困りの方は西来寺にお申し出下さい。



芝崎生花店の顔
芝崎美和子さん



犬の散歩など立ち寄り
お客さんも多かった

●切手の余り（おつり）
●手数料の領収書

請求した戸籍が思い通りのものかを確認して、次に請求する直系先祖の名前、本籍地、戸主（筆頭者）が読み取れたら、また同じ要領で次の役所に請求します。この作業を何度も繰り返して、これ以上取得できる戸籍がなくなったら終わりです。
次回は、戸籍を読み解くためのコツについてお話いたします。（つづく）

家系図作りませんか？
石井さんがお手伝いをしてください。
★西来寺までご連絡ください。

健康コラム



ゆったり
コッコッ お家ヨガ 12

免疫をあげよう!!

今年は暑すぎた夏が長く、気づくと一気に寒さがやってきたね。そのせいか、寒さに身体が追いつかず、体調を崩しやすくなってしまう。風邪やインフルエンザなどの感染症は、免疫力が下がることでかかりやすくなると言われています。免疫力を保つには、身体を冷やさないことが1番大切！とは言っても冬は何かと冷えやすく、身体を温めてくれる運動も、億劫になりがちです。そこで今回お伝えするのは、一日一回このポーズをするだけで、全身の血流を促し、身体の熱を上げてくれる「下向き犬のポーズ」です。椅子を使って行うので、安心して行うことができます。息を深く吐くことを意識して、寒さで固まりがちな背中や腰周り、膝裏を伸ばしましょう！（まい）



- ① 椅子の前に立ち、座面外側を両手で支える。
 - ② 脚を一步ずつ後ろに引いて、おしりを突き出す。
 - ③ 息を吐きながら腕の間に頭と胸を下ろし、背中を伸ばす。
 - ④ 3回ほど深呼吸をする。
 - ⑤ 椅子の近くまで一步ずつ戻り、ゆつくりと上半身を起こす。
- ※最後起き上がる時に、頭がぐらつとしやすいので、気をつけましょう。

いつでもできる
やさしい「寺ヨガ」会場 西来寺 本堂
開催 毎月第一金曜日 午後2時～3時
参加費 一〇〇〇円 飲み物・タオル持参

西来寺報

令和五年 冬
第四十七号

起点・基点



今号の巻頭言は、過日の西来寺報恩講において読み上げた「表白（ひょうびやく）」を載せたい。表白とは、その法要の位置と、その法要を執行する意味が語られるものである。

数十年に一度の大法要も、一年に一度の報恩講も、毎朝の御内仏（御仏壇）への礼拝が起点であり基点である。お勤め（俗に言うとお経を読むこと）ができなくとも、せめて十秒、たった十秒で良い。阿弥陀様の前に座り「南無阿弥陀仏」と声にしてほしい。（住職代務者）

大塚山 西来寺 令和五年 報恩講
表 白

敬つて、大慈大悲の阿弥陀如来の御尊前、ならびに、宗祖親鸞聖人の御影前にて、申し上げます。

本日ここに、有縁参集の人びとともに、御尊前を莊厳し、御聖教を誦読して、宗祖親鸞聖人が還浄されてから満七十六年、七六二回忌の報恩講を厳修いたします。

振り返りますれば、本年春、京都は御本山東本願寺において、五十年に一度の大法要「宗祖親鸞聖人御誕生八五〇年・立教開宗八〇〇年慶讃法要」が厳修されました。その法要とは、一つには文字通り、宗祖親鸞聖人がお生まれになり八五〇年、もう一つには、宗祖親鸞聖人の主著『顕浄土真実教行証文類』俗称『教行信証』の「草稿本」完成を、教団としての浄土真宗のはじまりと位置づけて、以来八〇〇年、この二つを慶び讃えた御仏事でありました。さて、

世の姿に目をやれば、コロナ禍、種々の不信、明日への不安、現代社会の状況を俯瞰してみますと、どこから見ても、何を見ても、人間が囚われ、束縛され、尊厳が見失われていると言わざるを得ません。しかし、私たちは、本願のほたらきが、普く人びとを広やかな大地へ解放しようとして止まないことを、忘れてはなりません。南無阿弥陀仏の一声一声に、人間回復の願いが満ち満ちています。念仏弾圧の時代も、戦国乱世の時代も、やりきれない思いとともに、それでも「ただ念仏」の教えに生きられた宗祖親鸞聖人や無数の念仏者たちがおられるのです。それらの方々を憶念しつつ、ともに手を相携えて、報恩講を一同で謹んで厳修することをもつて、連続無窮の法灯をみずからがいただき、そして次代に手渡ししていくことの決意といたします。

令和五年十月二十八日
横浜久保山 真宗大谷派 合掌
法皇山 西教寺 副住職
横須賀不入斗 真宗大谷派
大塚山 西来寺 住職代務者 法名 釋大信

閉店しました

西来寺のとなりのお花屋さん
芝崎生花店

西来寺の門の隣にある花屋さんが10月末に惜しまれながら閉店しました。

芝崎生花店と西来寺は、戦前からの長いご近所付き合いで、店主の章子さんは、当時海軍工廠に勤めていたお爺さまが西来寺の新しい住職を駅に迎えに



西来寺梵鐘は横須賀市内に残る最古の梵鐘で、横須賀市の指定重要文化財です。

西来寺 〒238-0051 横須賀市不入斗町3-38 / TEL 046-822-1020 / ホームページ <http://sairaji.com>



報告

令和五年
真宗大谷派 大塚山 西来寺

報恩講

令和五年十月二十八日（土曜日）、西来寺にて報恩講が行われました。暖かな日差しと爽やか風が吹く秋の晴天。報恩講の開催を知らせる30分前の鐘の音が鳴り響き、勤行が始まる頃には満堂となりました。

今年の講師は薬師寺（奈良県）長老、松久保秀胤師。講演に向け、シルクロードの要衝トルファン（現在のウイグル自治区）地方にあるベゼクリク千仏洞の3点の壁画を持ってきて下さいました。その中にインド人、ペルシア人、ヨーロッパ人など様々な人物がブツダを開んでいる構図のものがあります。「宗派の異なるもの同士が集い、静かで平安であることが、今、この場所がどれほどよいところであるか」とおっしゃられました。そして、たっぷり2時間、多くの聴講者は、松久保長老の世界観に真剣に耳を傾けました。



法相宗大本山 薬師寺長老

まつ く ぼ しゅう いん
松久保秀胤師 講演（抜粋）

今、この場所がどれほど平穏なことか

- ◆今報道されている、（世界では）教えが違つからといって、あれだけ激しい殺し合いをする。横須賀の西来寺のある、静かで平安な里に來た私たちが今いるこの場所。一乗教、三乗教がいつしよになっている「この場所」が、宗派の異なるもの同士が集い、静かで平安である「この今」が、どれほどよいことであるか。
- ◆煩惱は私達をつかまえている（ものです）。
- ◆（けれど）仏様の慈悲というのは、一乗教も三乗教も違いはなく、救いの手を差し伸べられるもの。
- ◆（仏様は）人間も畜生も隔てなく、願えば手を差し伸べてくださる。
- ◆極楽浄土のいいところを褒め称えることをしてください。
- ◆自分と同じではない自分以外の全ての「もの」、自分と同じではない自分以外の全ての「こと」。それらがいつしよに存在するから、世界は面白い。そういったみんながいつしよに暮らすんだから楽しいんでございましょう？

「宇宙」「音」そして「光」のお話

長老の講義は、まるで空を飛んでいるような感覚になりました。西来寺のある不入斗の里を見下ろし、ときには宇宙へ、「音」の話では、日本各地の梵鐘を用いた黛敏郎の東京オリンピックのテーマ音楽に触れられ、昭和の時代にもタイムトリップ。インド旅行にもいざなってくださいました。

宇宙には、どこかに地球と同じように生き物がいる星があるのではないかと、思っでごらん下さい。「命あるもの全てが平等」であると思うのです。ウイルスもそうです。コロナウイルスも敵のようにみんな言うけれど、やつつけるだけではなく、いつしよに生きていくこと、お釈迦様の功德（くどく）からの生命感なのです。そういう教えに従えば、自分の命を大事にできるのです。

3ヶ月間、一九六一年に私はインドに行きました。インドハイエナしかないような場所に一週間おりました。そこでなにかの声を耳にしました。（とても恐ろしい気持ちになりました。）しかし翌朝には、その声というのが、となりの村で鳴いているニワトリの声だということがわかりました。（怯えていた心がそのような音に聞こえたのです。）私はニワトリの声にさえ、怯えていました。

「難思光佛（なんしこうぶつ）」は、阿弥陀の教えです。それが私はずいぶん長い間、信じられなかった。「光ではないものが仏であるものか」と。ところが、カミオカンデの話を耳にした私は、（フーベル物理学賞の）小柴昌俊先生に会いに行きました。わずかな光で「光」とは思い難いくらいの、蠟燭のような光が何光年の間、すーっと宇宙から地球に降りてきて、しかも地球を通り抜けるというわけです。ああ、お経には真実が書かれているのだと、私はずっと間違った考えをしていたんだなと思いました。



西来寺のホームページでは、準備から当日に撮影した100枚以上の写真がご覧いただけます。

