

○今月のことば

慈悲を持つための二つの思考法

実際に他者への愛情や思いやりを深めるにはどのようなことをしたらよいのでしょうか。仏教では具体的な方法論を二つ教えています。

まず一つは、自分の視点と他者の視点を置き換えてみることにすると人は自分だけ良ければいい、自分さえ幸せになればいいと考えてしまいがちです。しかし、一旦その視点を捨てて他人の視点と入れ替わってみるのです。

そうすると、他人の目から自分を見ることができる。自分がいかにたくさんの他者と共に生きている存在なのか、自分の考えがいかに狭く悲しいものだったのかが 自ずとわかってくるでしょう。

もう一つは、どんな事象も全て自分につながっていると考えることです。

【「ダライ・ラマ 14 世 傷ついた日本人へ(新潮新書)」より】

○今月の行事

水無月 フルート法話のつどい

6月25日(日) 午後4時～

・共催「宇奈月の歴史と文化を楽しむ会」(会長 河田 稔)
によるティータイムがあります。

○その他

「絵で読む阿彌陀経」の絵解き(10回目)をします。いつから聞いても、初めて聞いても阿彌陀経の世界が楽しめるように心がけ、工夫しています。

お誘いあわせの上、参加くださいますようお願いいたします。