

教養掛勉強会 令和8年6月8日

健康な心でおたすけを ～教祖のお心を求めながら～

修養科アドバイザー・中千住分教会前会長

白熊繁一

1,自分を信仰の道、おたすけに導いてくれた人を思い出してみませんか？

2,「ふしから芽が出る」日を目指して・・・

明治28年1月14日 諸井ろく身上願

『(前略) 長くの道すがらなら、照る日もあれば曇る日もある。雨も降れば風も吹く。どんな日もある。これから聞き分けて、心たっぷり大きく持って治めば治まる。とんと成る日も成らん日もある。よう聞き分け。成るも成らんいんねん聞き分け。何も案じる事はありゃせん。よう楽しめ楽しめ。』

明治27年3月5日 増野道興 二三日前よりだん／＼目が塞がり願

『(前略) ずつない事はふし、ふしから芽を吹く。やれふしや／＼、楽しみやと、大き心を持ってくれ。小人という、目という、開かんというは、これ必ず案じてくれるな。内々大変案じる。案じる事は無い。世界救ける事から思えば、案じる事は無い。(後略)』

明治21年3月9日(陰暦正月27日) 陰暦正月二十六日、教祖の一周年祭式の際に
警官出張して、集合の人を退出せしめ、真之亮始め四五十名の姓名を帳簿に記し、
家族の者以外は門前へ警官付添い追出さしめたるに付、翌二十七日伺

『(前略) 難しいと言えはむずかしい。どんな道も連れて通ってある。何でも洗い
切る。今の処すっきり止めたと思えば、すっきり掃除。これまですっきり掃除する
と言うてある。ふしからふしからの芽が出てある。こんな中から芽が出る。(後略)』

3,育ち 育てること

明治26年6月19日 平野トラ身上願

『(前略) 若い者寄り来る処厄介、世界から見れば厄介。なれど道から厄介ではない。
道から十分大切。道は遠かるが言わん。たすけ一条と言う。これ聞き分け。
十のもので九つ半大切して、半分だけ出けん。十のもの半の理で九つ半まで消す。
よう聞き分け。喜ぶ者は少ない。成る事情いんねんである。いんねんというは面倒
いなる者も寄せる寄せる。皆運ばすも同じ理、出て救けるも内々で救けるも同じ理、
いんねんならどんな者もいんねん。道の処は重々掛かり、これから先掛かりの者
そこで入り込む。年の行かん者我子より大切、そうしたなら、世界からどうい
う大きい事に成るやら知らん。(後略)』

明治24年3月23日 平野トラ身上に付願

『(前略) いかなるも皆、育てば育つ、育てにゃ育たん。(中略)育てるといは、
心だけの理を以て育てる。(中略) 先々の事情、心治まれば治まる。これだけ論し
置こう。』

4,おたすけは「きく」ことから

三つの「きく」

訊く

聞く

聴く

5,話すこととは

逸話篇100「人を救けるのやで」

「あんたの救かったことを、人さんに真剣に話さして頂くのやで。」

教祖伝逸話篇45「心の皺を」

「心の皺を、話の理で伸ばしてやるのやで。」

教祖伝第六章「ぢば定め」より

「五ッ いつものはなしかた、六ッ むごいことばをださぬよふ、

七ッ なんでもたすけやい、八ッ やしきのしまりかた、

九ッ こゝでいつまでも、十ド ところのおさめかた」

『正文遺韻』より

「あいそづかしや、すてことば、切口上は、おくびにもだすやないで」

明治5年6月18日に梶本惣治郎妻おはる様が42歳で出直された時の教祖のお言葉。

6.私のおたすけノートから

- ①「相対する人とは時間の約束をする」
- ②「チャンネルを切り替える」
- ③「無理に頑張りすぎない」
- ④「答えは言わなくてもいい。答えは相手が気づき、出すもの」
- ⑤「睡眠、休憩をしっかり取る」
- ⑥「自分も相談できる人を持つ」
- ⑦「完璧でなくていい」
- ⑧「どんなに苦しい中でも喜ぶことがある」

7.WHO世界保健機構より「健康」について(要旨)

「健康とは、病気でないとか弱っていないということではなく、身体的・精神的・社会的にすべてが満たされた状態」

「体も心も、生活も、おおむね良い状態で元気で、いきいきと生活できていること」
心の健康は「気分が大きく落ち込まず、ストレスともうまく付き合いながら、自分らしく過ごせている状態で、家族や職場、地域などに関わりながら、社会生活を送れている状態も健康の一部であると考えられています」

「よく眠れて、食事がおいしく、無理なく動ける、気分が安定し、ストレスに対処できる、家族や友人・職場などで孤立せず、支え合っている」