

# Living the Lotus 11

*Buddhism in Everyday Life*

2025  
VOL. 242

2025年 お会式・一乗まつりに海外会員が参加  
笑顔と感謝の心で教えを世界に



Living the Lotus  
Vol. 242 (November 2025)

【発行】立正佼成会 国際伝道部

〒166-8537

東京都杉並区和田2-7-1 普門メディアセンター3F

Tel: 03-5341-1124 Fax: 03-5341-1224

E-mail: [iiving.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:iiving.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

編集責任者: 赤川 恵一

編集チーフ: 三川 紗知

校閲者: 小坂 和正、菊池 克之

編集スタッフ: 国際伝道部スタッフ

立正佼成会は1938年に庭野日敬開祖、長沼妙佼協祖によって創立された、法華三部経を所依の經典とする在家仏教教団です。家庭や職場、地域社会の中で釈尊の教えを生かし、平和な世界を築いていきたいと願う人々の集まりです。現在は庭野日鑪会長とともに、私たち会員は仏教徒として布教伝道に励みながら、宗教界をはじめ各界の人々と手をたずさえ、国内外でさまざまな平和活動に取り組んでいます。

Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life (法華経を生きる～生活の中の仏教)というタイトルには、日々の生活のなかに法華経の教えを活かして、泥水に咲く美しい蓮の花のように、人生を豊かに、そしてより価値あるものにしていきたいとの願いが込められています。本誌を通じて、世界中の人々に日々の生活のなかで活かす仏教の教えをお伝えします。



## みんなで奏でるハーモニー① 分断と調和

庭野日鑑  
立正佼成会会長



### 行くところのない私たち

今月、生誕会を迎える開祖さまは、本会創立から一貫して人類の調和と世界平和を願い、いまの私と同じ米寿の年にも「自分が生きていることがそのまま人さまへの布施になるような人生を送りたい」と、その意欲を語っています。

しかし、いつの世にも、自分の思いどおりにならないからと不満を募らせ、対立する人を憎み、おのれの利益のためなら調和など歯牙にもかけずに、相手を打ち負かすことも国や社会の分断さえいとわない人がいます。とくにいま、世界のあちこちで繰り広げられている現実を見ると、人として大事なことが忘れられている気がしてなりません。

その大事なことの第一は、私たちはみな、あらゆる因縁のなかでお互いに生かし生かされあっているという理です。

「宇宙を知った人間は、けっして前と同じ人間ではいられない」といったのは、私も以前、講演を聴講したことのあるシュワイカートというアメリカの元宇宙飛行士の方ですが、日本人宇宙飛行士の山崎直子さんは、この言葉を裏づけるように、宇宙から見た地球の美しさと帰還したときに感じた地球の愛おしさとともに、「全てのものがこの地球の上で、いろいろなバランスによって生かされている」と気づいた体験を語り、「だから人間同士が争うのはすごく悲しいことで、宇宙から見れば地球も本当に一つの宇宙船」（「中外日報」平成二十八年一月二十七日付）と述べています。

シラーというアメリカで最初の宇宙飛行士は、「私は三度、地球を離れたが、ほかに行くところではなかった。どうか宇宙船地球号を慈しんでほしい」と、私

たちがいま自覚すべき大切なことを指摘しています。私たちが互いに傷つけあって調和を破ることは、ただ秩序と地球環境の破壊を進め、人類の自滅を招くだけなのです。

### 自灯明・法灯明を胸に

世界じゅうの為政者に、宇宙から見た地球の写真を届け、私たちの命がどこからきて、私たちがどのような摂理のもとで生きているかの自覚を促したならば、「戦争などしている場合ではない」と考える人もいると思うのは、やや樂觀がすぎるでしょうか。ただ、少なくとも仏の教えを学ぶ私たちは、地球の大切さはもとより、争いや分断を遠ざけ、調和をもたらす教えをすでに学んでいます。

もろもろの事象は移ろいゆく（無常）、すべてのものごとは縁によって起こり、相互依存の関係で成り立っている（無我、空）——こうした真理を知り、自分の命がいまある奇跡と有り難さにめざめれば、瞋りや貪りの炎が燃えあがることはない（涅槃寂静）と教えていただいています。開祖さまは、この涅槃寂静を具体的な表現で、「おたがいが愛しあい、おもいやりあって、遅れるものは手を引き、力の足りないものには力を貸し、つりあいをとりながら、いっしょに歩く。人類全体がこういう生きかたをすることができれば、生々はつらつたる創造と進歩の生活のなかに、しかも大きな安らぎを味わうことができる」と記しています。このようにありたいと願う自らの心を拠り所とし（自灯明）、この世の理を拠り所として（法灯明）、身近で困っている人を助けたり声をかけたり、とくに縁もない人びとの窮状にも心を寄せて、自分にできることを実践する。それが、寂静の世界をめざす一人ひとりの「平和行」といえるのです。

そのうえで、開祖さまは「部屋の暗さに不満を言う前に、自分からすすんで窓を開けようではありませんか」とも呼びかけています。「お釈迦さまの教えを聞いた私たちが、すすんで人びとの心の窓を開けようではありませんか。無明の闇に、仏の教えという灯を高く掲げよう」——いまほど、この言葉が力強く響くときはないのではないのでしょうか。

（『倭成』2025年11月号）





## 柔軟な心で今を精いっぱい生きるために

韓国教会 イム・スジョン

### 立正佼成会には、いつごろ、どのような動機で入会されたのですか？

私は 2001 年 4 月に立正佼成会の会員の義姉（オ・ジョンスック龍山支部長）のお導きによって入会させていただきました。入会の動機は当時、幼稚園児だった二人の息子を良い子に育てたいという願いからでした。息子たちは、いつも落ち着きがなく、どこにいても人から何か言われるような行動を起こす子どもたちでした。一方、義姉にも 10 代の二人の息子さんがいたのですが、とても素直で心穏やかな性格で、利発な息子さんたちでした。身近でそうした姿を目にして、私も立正佼成会に入会すれば義姉の息子さんたちのような子どもに育てられるのではないかと思ったのです。

そして入会後は、家庭教育の勉強をはじめ、法座修行や健幸行への参加、追善供養、手どりやお導き、家庭での三つの実践（①自分から朝



イム・スジョンさん

のあいさつをする②名前を呼ばれたら「はい」と返事をする③席を立ったら椅子をしまう。脱いだ履物をそろえる）などに努め、現在は主任のお役をいただき、日々修行をさせていただいています。

### 今年 8 月に本部で開かれた東アジア幹部教育にはどのようなお気持ちで参加され、また、いちばんの学びはなんですか？

私は長年、夫のギャンブルによって経済苦を味わい、これまで李幸子教会長さんや李京子顧問さん（前韓国教会長）に何度もご指導をいただいてきました。しかし、そうしたご指導をいただいても、私は「それはこうだからできません」とか「それはこういう理由で行けません」などと言い訳をしていたのです。今、振り返ってみれば、その都度のご指導を素直に受けて実践していたら長年にわたる苦労はなかったと思います。今回は、李教会長さんから「本部での東アジア幹部教育に参加してみませんか」と声をかけていただいた時、あれこれ考えずに本当に素直な気持ちで「はい！」と返事をして、参加させていただきました。

東アジア幹部教育では法華經の教義や法座の意義など多くのことを教えていただきましたが、特に教会実習では二つの貴重なことを学びました。一つ目は実習先のご家庭の会員さんが、ご先祖さまから連綿とつながる「いのち」の有り難さや不思議さを語りながら、ご先祖さまへ

の感謝に報いるための回向供養の意味や行供養の大切さについて教えてくださいました。韓国では儒教の教えの影響で、ご先祖さまを敬うことや親孝行が重要な美德とされています。しかし、私はそのお話を聞きながら、《自分はこれまで、わが家のご先祖さまに心から感謝していただろうか。何か行動で感謝を表してきただろうか》と改めて自分を見つめ、反省させていただきました。

二つ目は不思議なご縁でしたが、その会員さんも私と同じように 90 歳を超える義母の介護をしている方でした。私は日ごろ、義母を大事にしたいという気持ちで介護をしておりますけれど、時として義母の言動に対して、《一生懸命お世話をしているのに、なんでこんなことを言われなければいけないの》という思いが湧くことがありました。そう私が今の気持ちを正直に打ち明けると、その会員さんは「そういう心が起きて大丈夫ですよ。決して自分を責めないで、献身的に介護を続けている自分を褒めてあげてくださいね」と優しく私に寄り添ってくださいました。その貴重な、そして不思議なご縁をいただき、私も周囲で同じように介護に疲れ、悩んでいる人がいたら、「決して自分を責めないでください。今のままで大丈夫ですよ」と相手の心に寄り添ってあげられるような自分になりたいと思いました。

**東アジア幹部教育の中では法座に関する講義や実習が行なわれましたが、その中でどんなことが印象に残っていますか？**

教会の健幸行などの時、私は当番長として法座主を務める機会がありますが、これまではそのお役の責任の大きさから強いプレッシャーを



2024 年 10 月 4 日、韓国教会の「入寂会団参」で夕方のご供養の協導師を務めた後、会員を前に感想発表をするイムさん

感じていました。それはきっと会員さんたちに対して、《せっかく道場に來たのだから何か有益なアドバイスをしてあげなくては……。悩み事や問題を解決するために的確な結びをしなくては……》ということに心を奪われていたからだと思います。でも、今回の教育で法座主をされた日本の幹部さんは、私の話に注意深く耳を傾け、「あなたはどのように思われたのですか？その時、どんな気持ちでしたか？」と私の言葉の奥にある気持ちや考えを懸命に理解しようとしてくださいました。その法座のやりとりをとおして、私は悩みや苦しみを抱える会員さんにどうしてそういう心が起きたのか、そこに焦点を当て、相手の気持ちを深く理解するために徹底的に聴くことに集中することが最も重要だということに気づいたのです。ですから、これからは法座主を務めても、今までのような不安やプレッシャーを感じることはないと思います。「法座は立正佼成会のいのち」と言われるように、法座修行をとおしてサンガの皆さんとともに学び、磨き合いを続け、そして法座主として悩みを抱える会員さんに少しでも心



の安らぎと生きる希望が与えられる自分になれるよう精進させていただきます。

### 仏さまの教えの中で心に留めているものはありますか？

仏さまの教えの根本である縁起の教えです。この教えを胸に日ごろから、「すべての学びは出会いから始まる」と受け止め、毎日毎日の出会い、一瞬一瞬のふれ合いを大切にしています。そうした出会いの一つひとつを人生の学びとして生かすことによって、自分が成長し、幸せに近づいていくのだと信じています。

### 立正佼成会のどういうところに魅力を感じていますか？

立正佼成会の最大の魅力は、法華經の教えを実践すれば、すべての人が救われ、幸せになることです。例えば、「自分が変われば相手が変わる」と教えてくださっているように、教えをコツコツと実践して自分が変わること、おのずと「相手が変わり、周囲が変わり、環境が変わる」と思っています。私自身、立正佼成会に入会した動機は二人の息子を良い子に育てたいという願いでした。その後、私が仏さまの教えを家庭で実践することで、お陰さまで二人とも素直で優しい立派な青年に成長してくれ、心から感謝しています。また、かつては経済苦や夫婦不和によって夫と離婚を考えたほどでした。しかし今、教えによって夫は教会の壮年部長を務め、夫婦そろって修行させていただけることが本当に有り難く、幸せだと思っています。

### 最後に今、願っていること、さらに今後の修行目標を聞かせてください。

以前、李顧問さんから「この教えを支えにして一生懸命修行をしていけば、美しい人生の黄昏時を迎えられますよ」というお言葉をいただきましたが、今、老境を迎えつつある私の胸にそのお言葉がとても響きます。「人生の黄昏時」とは決して暗いイメージではなく、「人生の素晴らしい期間」であると受け止めています。実際に長年、地道に修行を続けてこられた教会の年長の元幹部さん方のお姿を拝見すると、内面の輝きからとても美しく年を重ねておられるのを感じます。自我にとらわれず、どんな変化をも受け入れる柔軟な心をもって今を精いっぱい生きる——そうした魅力的な人生の先輩方を良きお手本として、この有り難い教えを支えに修行を重ねていきたいと思います。具体的には、私自身が仏さまの教えを実践して救われたように、これからも自分の縁に触れる多くの人びとをお導きできるよう精進していきたい——これが私の今の願いであり、今後の修行目標です。



2025年8月5日、「東アジア幹部教育」の修了書を手に（左から2番目）



# 四聖の境地を行じる

先月に引き続き、立正佼成会の国際アドバイザー、ドミニク・スカランジェロ 博士による「即是道場（Practicing the Dharma in the Here and Now）」を掲載します。即是道場は法華經の「如来神力品第二十一」に示される「道場觀」——あらゆる場所が修行の場になり得るという教え——に由来しています。即是道場は、家庭や職場、学校など、日常生活のどのような場所でも教えが実践できるよう、私たちの背中をそっと押してくれる教えです。



ドミニク・スカランジェロ 博士

凡夫の心の中にも、ときおりは聖者のような念の湧くことがあります。すなわち、正しい道を学ぼう（声聞）とか、何かの経験によってハッと正しい道を悟る（縁覚）とか、人のため世のためにつくそう（菩薩）というような心のはたらきが起きます。

庭野日敬『法華經の新しい解釈』

前号では六道について考察し、苦しみを乗り越えて幸せになるためには、心の持ちようを変えることで苦の境地を超え、悟りの境地へ入ることが唯一の方法であることを学びました。立正佼成会の庭野日敬開祖が説かれたように、一人ひとりの人間には悟りの種が具わっているため、私たちも四種の聖者の心を育むことができます。

悟りの境地には声聞、縁覚、菩薩、そして仏の四

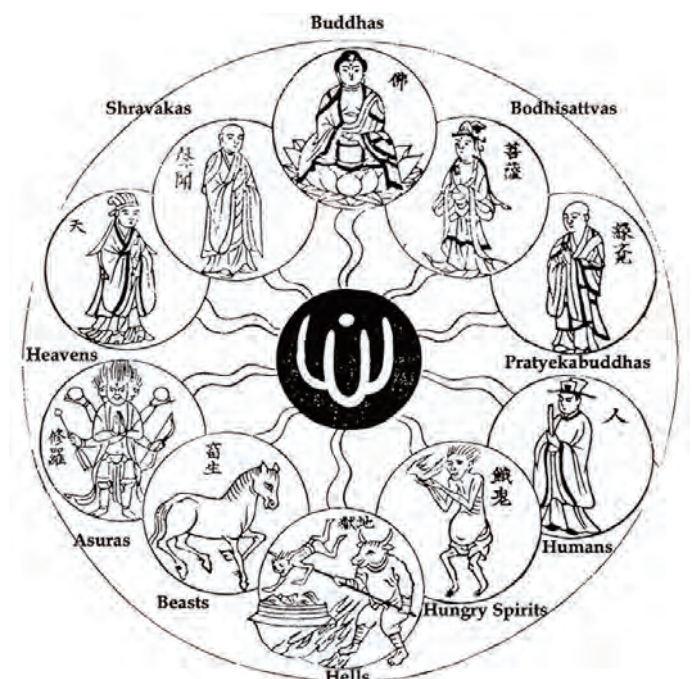
種があります。難しそうに聞こえますが、意味はそう複雑ではありません。それぞれの境地は仏の教えの異なる実践方法を表しています。声聞は学生や弟子の心構えで、苦からの救われを目指して、仏の教えを繰り返し聞き、常に復習し、実践する聖者のことです。縁覚は経験的な学びを通して苦しみを解決し、人格の完成を求める聖者のことです。世の中に出て、自らが実際に経験することを通して仏の教えを体得するのです。

菩薩の境地とは、すぐれた社会活動家の姿勢にほかなりません。菩薩は他を優先し、あらゆる人々の救いに身を捧げることによって自らの救いを目指します。そして、仏の境地とは、完全で円満な慈悲に満ちた静寂の境地であり、自己中心の心から完全に解放された、いわば人間の理想の姿です。

かつては、四聖のはじめの三つの境地、すなわち声聞、縁覚、菩薩のどれが真に仏の教えを実践する者であるか、議論されてきました。しかし、お釈迦さまは法華經の中で、一切衆生は本来菩薩であり、未来の仏であることを明らかにすることでこの論争に終止符を打ち、私たちの「内なる菩薩」を大切にしよう励まされたのです。しかし、お釈迦さまは三つの境地には人々の状況、能力、そして法の理解度に応じて、ふさわしい時と場所があると説いておられます。開祖さまも次のように仰っています。

仏の目から見れば声聞・縁覚・菩薩といった違いはなく、みんな仏の境地に至る道をあゆんでいる。

（『開祖随感』 第3巻）



『大日本統藏經』所収「円頓觀心十法界図」を基に作成

言い換えれば、声聞、縁覚、菩薩はどれも私たちを成仏へ向かわせてくれる境地なのです。その意味

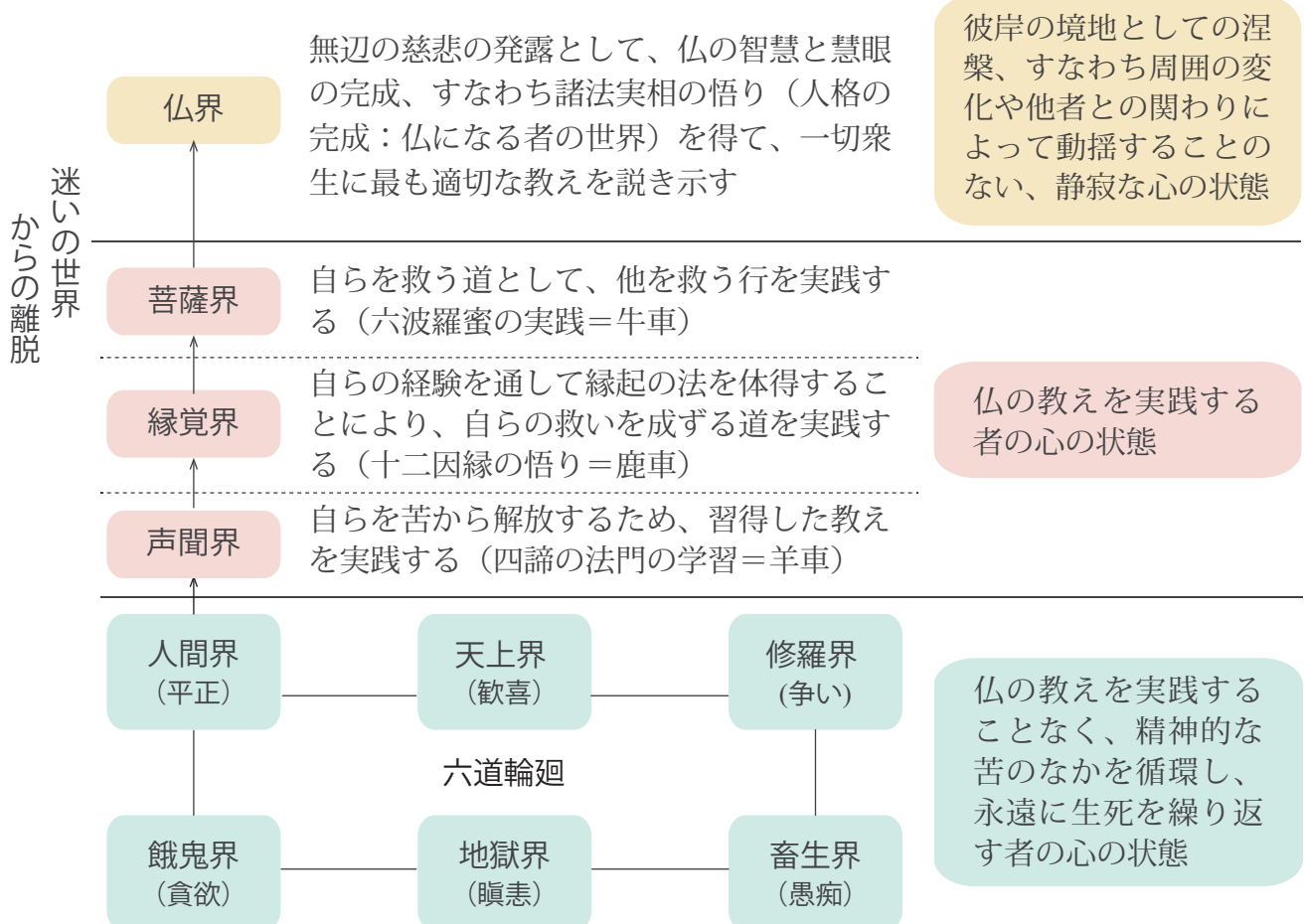


で私たちが想像するほど互いに大きく異なるものではなく、ましてやどれかを低く見たりするべきではありません。

実際に、私たちは法華經を実践する中で、ひょっとしたら四聖のすべての境地を自ずと経験しているかもしれません。例えば、立正佼成会の「いのち」と呼ばれる法座を例に見てみましょう。法座で教会長や法座主、またはサンガの仲間の話に真剣に耳を傾け、彼らの言葉を仏のメッセージとして受け容れ、記憶し、忘れないように復習する時、私たちは声聞の境地にいます。ご法を日常生活で実践し、自らの体験を通して正しい生き方に気づく時、私たちは縁覚の境地に入っています。後に法座で、ご法の実践によって救われた体験を話すことで仲間の支えになった時、私たちは菩薩の境地にいます。そして、法座で自己中心の心を忘れ、純粹にサンガの仲間への慈悲の心に満たされた瞬間、私たちは仏の境地に達しているのです。

数年前、ある教会長さんがこれまで経験した全ての苦を振り返り、その一つ一つが今の自分になるために必要なものであったことに感謝されていました。私はその言葉を聞き、深い感銘を受けました。そのように、智慧の言葉に耳を澄ませ、記憶し、心の中で反芻している時、私たちは声聞の境地にいます。そして、その智慧を使って自らの苦を乗り越えようと、道諦を実践する心も、同じく声聞の境地です。後に人生の出来事を契機に、過去の困難が実は幸福の種であり、悟りへとつながることを知った時、自らが縁覚の境地にいることに気づきます。そして、全ての経験が悟りの糧となることを確信して、苦手な人に対しても忍耐と思いやりの心で接し、さらにはもう一歩進んで慈悲の心で受け容れた時、菩薩の境地に入るのです。私自身は、仏の完全で円満な慈悲の心をこれまで経験したことがあるとは言えません。しかし、そうした仏の境地もまた、いつか私の心の中に生じ得るものと信じています。

## 十 界







## サンガの現場レポート

### ロサンゼルス教会布教責任者 三川恭平

ある日、ロサンゼルス教会の熱心なメンバーが私のところに相談に来て、「自分の中で何が起きているのか分からないのですが、何か喪失感のようなものを感じています。」と言いました。

一週間後、そのメンバーからあらためて詳しく話を聞く機会を持ちました。彼は生活の中に何かが欠けているような気がしていたこと、そしてその感覚は、私に相談をしに来た日から二週間ほど前、最近亡くなった甥のために自宅で追善供養を行なった後から始まったことを話してくれました。

彼の喪失感がどこから来るのかを知るため、私は彼の話に耳を傾け、いくつか質問をしました。すると彼はこう言いました。「たぶん家族の死について考え過ぎていたのだと思います。甥が最近亡くなり、二年前には兄を亡くし、その二年前には叔父たちが亡くなりました。母と姉はもっと前に亡くなっています。でも、実は今週、教会で素晴らしいことがありました。」私は興味を持って「それはどんなこと？」と尋ねました。

すると彼はこう話しました。「一昨日の木曜日、教会で倍音浴（サウンド・バス）瞑想の前に参加した法華經の勉強会で、あるメンバーが十如是の一節について話をしながら、『如是力、如是作、如是因…』と唱えるのを聞いて、私はこの教えが自分の行動にどう生かされているのかを考えました。するとその時、自分が＜布施の人＞であることに気づいたのです。それまで忘れていたことですが、人に親切にすることで、人にも自分にも喜びを与えることができた瞬間がたくさんあったことを思い出したのです。

それは布施の心、つまり私の善の心はいつも自分自身の中にあったことへの気づきでした。」

そのとき、どのような気持ちだったのかを尋ねると、彼はこう教えてくれました。「喜びで胸がいっぱいになりました。それまでは虚しさを感じていたのですが、自分の中のやさしさを全身で受けとめた時、何ひとつ欠けているものなどなかったことに気づいたのです。」

このメンバーが自らに本来備わる慈悲心、すなわち仏性に目覚めるという素晴らしい体験をされたことに、私は深く感動しました。はじめ彼は苦の六道の中にいましたが、教会に足を運んで学びと修行を深めることで、その苦しみを乗り越えようとしていました。そして、法華經の勉強会で他の参加者の言葉をとおり、仏の教えを聞きました。これは「声聞」の実践です。そこで気づきに触発され、彼は自らの経験をとおりて自己理解を深めたのです。それは「縁覚」の実践です。その過程で、彼は布施の心として表れる自らの慈悲心に気づくことができました。それは「菩薩」の実践です。そして、この気づきは彼を大きな喜びで満たし、内なる「仏」の発見に導いたのです。

苦が持つ意味を変化させたことで、彼は喪失感との葛藤を自らの悟りの重要な一部にしたのです。彼の修行は今も続いています。そしてその修行がさらに発展し、学びの喜びを人と分かち合い、人の苦しみに耳を傾けられるようになった時、彼は「仏」の境地に入っていくのです。



仏さまのご恩に報いる

## 教えを伝えることが最上の道

立正佼成会開祖 庭野日敬



それでは、お釈迦さまのご恩に報いるにはどうしたらいいのでしょうか。

これも、じつは「布施」なのです。それも、「布施」のなかで最高の「法施」です。お釈迦さまが説かれた教えを多くの人にお伝えして、その教えをしっかりと身につけるために、仏道に入るように導いてあげることです。



「無量義經」の言葉を借りれば、「菩薩の未だ発心せざる者をして菩提心を發さしめ」ることです。「菩提心」というのは、自ら仏の悟りを求めると同時に、人びとを教化しようと願う心で、いわば「菩薩」としての自覚といえるでしょう。

ところで、お釈迦さまが説かれた教えは「八万四千の法門」といわれるほどたくさんありますが、法華經はその最上・最高の教えであって、お釈迦さまのご本懷が説かれている經典です。「方便品」に、「若し法を聞くことあらん者は一りとして成仏せずということなけん」と説かれているように、すべての人を目ざめさせ、最高の幸せに導く教えなのです。

ですから、一人でも多くの人に法華經の教えをお伝えすることは、お釈迦さまの大恩に報いる大道であると断言していいでしょう。

いま、人類にとって最大の問題は、地球環境の危機です。これを解決しなければ、そう遠くない将来に地球も人類も破滅するだろうと危惧されています。それを解決するのは何かといえば、とくに先進諸国の人びとの「貪欲」を抑制することです。「物質的にもっと繁栄したい」「もっと安楽に、もっと便利に生活したい」という「貪欲」が、現在のような環境危機を生み出したのです。

法華經には、そのことがちゃんと説かれています。「譬諭品」に「諸苦の所因は 貪欲これ本なり 若し貪欲を滅すれば 依止する所なし」とあります。

また「普賢菩薩勸発品」には、法華經を受持する人は「少欲知足にして能く普賢の行を修せん」と説かれています。

この「貪欲を滅すること」と「少欲知足を実行すること」が、地球と人類を破滅から救う一大事なのです。

そういう意味でも、法華經は人類全体を幸せに導く大指針ですから、これを説き広めることこそ、お釈迦さまの大恩に報いる最上の道なのです。法華經の「囑累品」には、人びとに法華經を説き聞かせて正法に導く人は、「已に諸仏の恩を報ずるなり」と、明記してあります。

庭野日敬平成法話集 1『菩提の萌を發さしむ』P.86-88



## 飽くことのない布教伝道を

国際伝道部長  
赤川恵一

皆さま、お元気でお過ごしでしょうか。早いもので今年も11月を迎え、佼成会では一年の締めくくりの時期となりました。今年、会長先生は「真っ新たな一年」と題し、年頭法話をお示しく下さいました。皆さまはこの一年、どのような歩みを重ねてこられたでしょうか。

さて、今月は「分断と調和」というタイトルでご法話を頂戴しました。足元の日常から周囲の社会、日本、そして世界へと視野を広げていくと、国や地域同士の利害やイデオロギーがぶつかり合い、出口の見えない戦争や紛争、不調和によって多くの人々が傷つき、涙の乾く間もなく苦しみ続けている現状が見えてきます。

会長先生は、「世界じゅうの為政者に（中略）私たちがどのような摂理のもとで生きているかの自覚を促したならば、『戦争などしている場合ではない』と考える人もいると思う」と、争いや分断を遠ざけ、調和をもたらす仏の教えによって、平和な世界が築かれていくことへの希望を述べておられます。

布教伝道に携わる私たち一人ひとりも、この「摂理」を「縁起観」・「無常の教え」・「無我の教え」といった仏教の真理に置き換えながら、これからも飽くことなく、出会う人々に常に心を寄せ、調和と幸せに至る道を歩き続けてまいりましょう。



10月4日、大聖堂で行なわれた入寂会式典に参列したハワイ教会の会員と（2列目右から4番目が赤川部長）





# 一食を捧げる運動

Donate-a-Meal Movement

こころがよろこぶ。



「一食を捧げる運動」の日本語ウェブサイト。精神、概要、支援している団体からの情報、現地の声、ボランティア活動の様子など、さまざまな情報を掲載しております。

## 「一食を捧げる運動」とは

「一食を捧げる運動」とは、世界各地で起きている紛争や災害、貧困などで苦しむ人々に思いをはせ、食事や趣味に使う自分にとって必要なお金から献金し支援活動に役立てる、わかちあいの運動です。

今月は、今年50周年を迎えた同運動に向け、会長先生から寄せられたメッセージをご紹介します。

## 「一食を捧げる運動」50周年に寄せて

立正佼成会会長 庭野日鑛

「一食を捧げる運動」が今年、50年の節目を迎えました。半世紀にわたってこの運動を支えてくださっている全国の皆さまに心より御礼を申し上げます。

これまでに寄せられた浄財は160億円を超え、貧困の削減、難民支援、環境保全など国内外の幅広い分野で役立てられてきました。近年ではコロナ禍に、「一食地域貢献緊急支援プロジェクト」により、フリースクールや無料塾、子ども食堂などに助成が行なわれました。時に応じて最も必要とされるところに迅速に支援がなされてきたことは、皆さまの継続的な実践の賜物であります。

この運動を通して、私たちは、さまざまな困難に直面している方々に「同悲」の心を寄せて献金し、世の中の現実や課題を学び、いま自分自身のなすべきことを教えて頂いてきました。心の内にある慈悲の心、思いやりの心に気づかせて頂いてきたということもできます。それは結局、「自利利他円満」ということであります。

「自利」とは自分の利益、救われのことであり、「利他」とは他の利益、人さまの救われのことです。「自利利他円満」は、自利と利他の両方が一つとなることを指します。つまり、慈悲の心によって、人さまを救いに導き、それが同時に自らの喜び・救われにつながることで、人間の本当の幸せであるということでもあります。この「自利利他円満」は、大乘菩薩道の世界観であります。

お釈迦さまご自身、最初にご自分の苦悩を解決しようとして修行の道に入られました。しかし、お悟りを開かれると、ご自分だけの悟りでは本当の安らぎは得られない、万人が救われない限り、個の真の救われはないということに気づかれたのです。

その精神を現代的に表現したのが、童話作家であり、法華經の信仰に篤い宮沢賢治の「世界がぜんたい幸福にならないうちは 個人の幸福はあり得ない」という言葉であります。すべての人々が幸せを実感できるような世の中にすることが、結局、自分自身の幸福につながるということです。



道元禅師は「自己」と「他己」という言葉を使われています。「自」「他」は別々に切り離して考えられるものではなく、「自」の「己(おのれ)」、「他」の「己」と見て、根底では一つの「己」につながっている。自己・他己は、すべてひっくるめて「大己(だいこ)」であり、宇宙そのものが己だということでもあります。大宇宙にいかなることがあっても、そのことごとくが自分自身の問題であり、人の悲しみも喜びもみんな同じように感じる、それが仏さまの心だと教えてくださっております。

この運動の根底に流れている深い精神を改めてかみしめ、私たちが日常の中で実感してきた他の人のお役に立てたとき、笑顔に触れたとき、その喜びの一つひとつを大切な心の糧として、50周年を機に、心新たに運動の実践に励んでまいりたいと思います。

### 事務局長からのメッセージ

「一食を捧げる運動」の取り組みが始まってから今年で50周年を迎えたことを記念し、1月号より8回にわたって、一食運動についての特集記事を掲載していただきました。この機会をいただいたことで、みなさまと共に一食運動について学び、深く考える時間をいただきました。一食運動の探求を皆さまと一緒にできたことを、とてもありがたく感じています。

みなさまから寄せていただいた献金は、世界各地の紛争・災害・貧困・気候変動などの影響を受け、困難な状況下にある方々への支援に活用されています。みなさまの祈りのこもった献金が、支援を必要とする人々の生活を支え、生きる希望となっています。これまでのみなさまの運動の実践に、改めて心より御礼を申し上げます。

現在の国際情勢は、分断や対立が深まる厳しい状況にあります。そうした中だからこそ、この運動の根底にある「一乗」の精神が求められており、具体的な実践としての一食運動が世界を平和にしていく重要な取り組みだと信じます。

今後とも、みなさまとともに「一食を捧げる運動」の実践を重ね、すべてのいのちが尊ばれる平和な世界を実現する一助となることを強く願っております。

立正佼成会一食平和基金運営委員会事務局長  
秀島くみこ



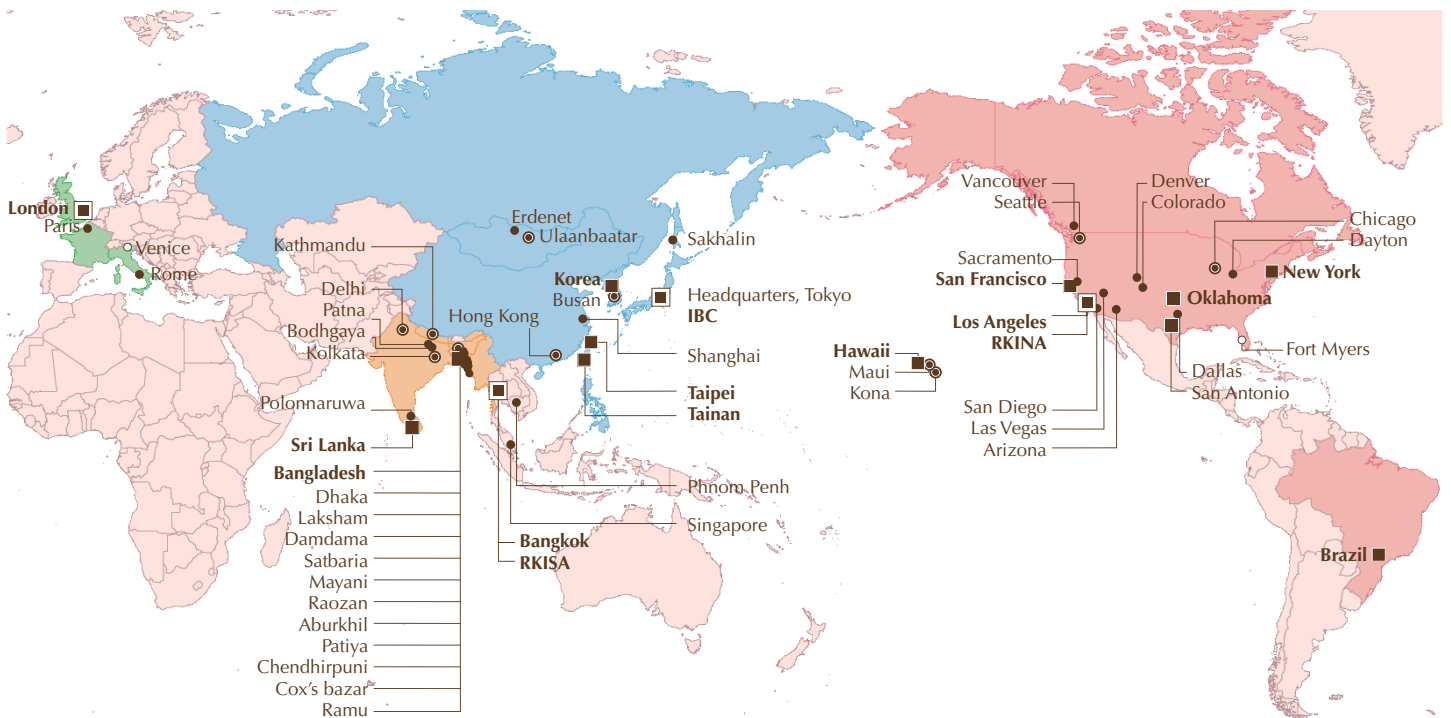


# Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



## 🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about  
local Dharma centers



facebook



X



✉ We welcome comments on our newsletter *Living the Lotus*: [living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)