

慶念寺々報

# つなばかり

## 慶念寺の掲示板 第三十五回

ポジティブ思考は  
ドーピングだから  
無理して使うと  
大変なことになるよ  
ポジティブ思考は  
ドーピングだから  
無理して使うと  
大変なことになるよ

「ポジティブ思考はドーピングだから無理して使うと大変なことになる(よ)」この言葉は佐久間宣行さんが、無理に頑張ってしまうような後輩の方にかけている言葉なのだそうです。「頑張ります！」私もブログでよく書いています。



「忙しいのはいいこと」「沢山の責任があるのは信頼されている証拠」と自分に言い聞かせていることがよくあります。大変な状況をポジティブに置き換えてやる気に変える。これは実際に効果がありますし、大切なことだと思います。ポジティブな言い換えは大切です。佐久間さんも「ポジティブ思考がダメ」とは言っていない。ただ、「それを

使って無理するのは危険だよ」と言っているんです。考え方を变えても、言い方を変えても、大変なことは変わりません。だからこそ無理をしていけると、どんどん自分を追い詰めていってしまいます。



私もこの傾向があります。これまでの寺報でも書いてきましたが、慶念寺を開いた当初は何もない。お参りの方もいない。そんな状態から始まったので「止まったら元に戻ってしまうのではないか。休んだら元に戻ってしまうのではないか」そんな不安をいつも心のどこかに抱いています。でも、不安だからこそ「動くぞ！」というやる気もわいてきます。不安はやる気のタネになるんです。

ただ、この考え方はうまく付き合っていないと、無理を重ねてしまいます。だからこそ時々「まあいいか」というガス抜きが必要なのだと思います。完璧主義は無理が出ます。張り詰めた糸は切れやすいです。考え方を変えても、言い方を変えても大変なことは変わりません。だから、時には無理せず立ち止まる。これも大切だと思います。

昨年徳光和夫さんのラジオに出演した時に、座右の銘として「人に頼れて一人前」というお話をして「頼られてじゃないの？」と驚かれたことがあります。でも、無理して倒れてしまったら、その分周りにしわ寄せが行ってしまうんです。だからこそ、無理をしすぎない。頼るところは頼って、自分にできる最善をする。それが大事なのだと思います。

実際は、状況によって無理しなきゃならない時もあります。そんなときのために、自分に余裕を少し残しておくことも大切なのだと思います。「いつもポジティブじゃなくたっていいじゃない」そう自分に言い聞かせています。

### 門徒総代さんのご紹介

今号では筆頭総代さんをご紹介します。



皆さまはじめまして、宗教法法人化にあたり門徒総代を委嘱されました野村清と申します。私は登戸に生を受けずつこの地に住んでおりますがご住職とご縁は二年前の出来事から始まり現在に至っております。六月二十五日・二十六日に京都本願寺で住職補任式と研修があり



りご住職と私の二人で行ってきました。そこで私は帰敬式(おかみそり)を受けました。門主さまより法名を授けていただきました。法名をいただくということはみ教えに生かされて生きていく決意表明であり身の引き締まる思いであります。今後いろいろな行事を通じて皆さまとのご縁を広めていけたらいいなあと思っておりますのでどうぞよろしくお願いたします。(野村)

野村さんは、慶念寺の行事にはほぼすべてに参加してくださっていますので、色々頼りにしていただければと思います。

今年度は、時々このように慶念寺の総代さんのご紹介をしようと考えております。



## 第十六回公開講座を開催します



五月に引き続き、公開講座を開催いたします。

今回で十六回目となったこの公開講座ですが、ご講師の南條了瑛先生が「初めての方でも大丈夫ですよ」と優しく易しくお話をしてくださいませ。『歎異抄』は人気の書物ですが、その分信用できない解説書もたくさん出版されています。是非、この公開講座で安心して学んでください。

前回は、募集を開始してすぐに定員がいっぱいになってしまい、枠を増やして対応したのですが、それでもキャンセル待ちが出てしまいました。参加をご検討中の方はお早めにお申し込みください。

### 発送作業のお手伝いをお願い

来月も、寺報の発送作業のお手伝いをしていただける方を募集いたします。

日時：令和六年八月二十四日（土）

十四時から

場所：慶念寺本堂

内容：寺報等の封筒詰め作業

終了後、ご希望の方は駅までお送りいたします。

みんなでワイワイとおしゃべりしながらやっている発送作業です。寺報を折って封筒に詰めるだけ。時々子供たち参加してみんなで楽しく作業をしています。お時間ありましたら是非お越しくださいませ。



### 仏事について何かあったらまずお寺へ

ご法事に際しても、お葬儀に際しても、事前に日程を決めてからご連絡を頂くと、対応しかねる場合がございます。日程調整の上、予定を決めていきましよう。その際に疑問や質問がございましたら、遠慮なくお尋ねください。会場や葬儀社探しのお手伝いも致します。また日程や会場・葬儀社がお決まりでも、お寺への連絡は直接お願いいたします。

### ご法事について

最近ご法事で皆様が悩まれるのが場所の問題です。慶念寺では、お寺だけでなくご自宅でのご法事や、お気軽にご相談ください。また、お布施に関しての質問等もお電話にてお尋ねいただきましたら、お答えいたしますので、こちらも遠慮なくお尋ねください。

### お手紙下さい

おうちにあまっている便せんやハガキ、切手などがありませんでしたら、是非慶念寺にお手紙をください。住職や坊主がお返事をいたします。最近では、お手紙をいただくことも増え、本当に嬉しく思っております。日常の事、ご相談などなど。是非お寄せ下さい。

### 次回の法話会は

八月十八日（日） 十四時から 慶念寺本堂

にて「旧暦お盆の法要」を行います。過去帖・お位牌をご持参ください。皆様のお参り、心よりお待ちしております。

### 編集後記

総代さんも書いていただきましたが、六月二十五日・二十六日に本山本願寺にて、筆頭総代の野村さんと一緒に住職補任式を受けてまいりました。非常に身の引き締まる思いです。

また、七月十四日には慶念寺お盆の合同法要を行い、大変多くの方にお参りをいただき、また「おてらおやつクラブ」にも沢山のご協力を賜りましたこと、心より御礼申し上げます。

この寺報を書いている段階では、まだ発送ができておりませんので、来月の寺報で発送のご報告ができるようにしたいと思います。

さあ、この寺報が皆様のお手元に届くころには、小学生になった娘の初めての夏休みが始まっております。正直ドキドキ。お仕事との兼ね合いを考えつつ、娘と過ごそうと思っております。



浄土真宗本願寺派 慶念寺 歓喜山

〒214-0012

川崎市多摩区中野島 4-24-2-5

電話：044-819-5482

FAX：044-819-5538

Email：mail@kyounenji.com

ホームページ URL

https://kyounenji.com/



慶念寺ホームページ QR コード