



ゆかり通信  
VOL. 283  
令和3年8月

SENSHOJI  
2021 YUKARI NEWSLETTER  
since 1994

北海道千歳市清水町1-14 鶴竇山 千正寺  
TEL:0123-23-2442 FAX:0123-24-9883  
ホームページ <http://sensho-ji.net/> フェイスブック @Senshoji

2021年千正寺カレンダー 8月の言葉



口は、  
いのちの入口、  
このころの出口。

「口は命の入り口」という言葉を見て何を思い浮かべますか。

私は「いただきます」という言葉が真っ先に浮かんできました。食事を頂く際に感謝の気持ちを述べる大切な行為ですが、その言葉を合図のように使っている人も多いのではないのでしょうか。

浄土真宗本願寺派では食事を摂る際に、いただきますという言葉だけではなく「いただきます」「ごちそうさまでした」と手を合わすことの意味や“多くのいのちと、みなさまのおかげで”生かされていることを考える機会として「食前・食後のことば」を制定しています。

〔食前のことば〕

多くのいのちと、みなさまのおかげにより、このごちそうをめぐまれました。深くご恩を喜び、ありがたくいただきます。

〔食後のことば〕

尊いおめぐみをおいしくいただき、ますます御恩報謝につとめます。おかげで、ごちそうさまでした。

私達は生きるために数えきれないくらいの多くの命を頂いており、その命は沢山の人の苦勞の末に私達の口に食べ物が届けられ、生きながらえることができます。そして、そんな私達を必ず救うと願い、支えてくださっているのが阿弥陀様です。

「食前・食後のことば」は、そのことを皆で確認する機会でありましょう。

次に「口は心の出口」ですが、これは私達が口に出す「言葉」のことだと思います。私達は自分の思いや願いを言葉にして話すことが多いですね。やさしい心で話す言葉は優しい気持ちを伝えてくれます。怒って相手に投げつける言葉も口から出ます。口から出た言葉は相手を傷つけてしまうかもしれません。

しかし、きちんと御恩を喜ぶことができているのなら、闇雲に人を傷つけるような言葉は投げかけなくなるのではないのでしょうか。

(文：行武秀明法務員)