

# ちよつといし話

## ～ 遍路 Part II ～

今年も機会を得て6月9日～20日まで本四国の霊場を巡錫させて頂きました。昨年末に今年度のtime scheduleを作るに際して、空海大師様にお尋ねし決めさせて頂きましたので、天候にも恵まれ、蒸し暑さも無く、涼しく札所を巡錫することが出来ました。空海大師様の「おかげ」を、身を以って知る事が出来、感謝申し上げます。今回特によかったのは食事に関して考えることが出来た事です。人間として生きていく為には大切な食生活があります。幸い、宿坊にて一夜泊めて頂き食について話を聞く事が出来ました。食事にも**五観**があり。五観とは何か、それは食物が供されるまでの人々の辛苦と施主の恩、自分にこれを受ける徳があるか否か、食する時に今一度思慮することだそうです。

五観のプリントされたものを下に記す

1. 自然の恵みと万人の労苦に感謝いたしましょう
2. 徒食（働かない）を恥、自分の行いを反省しましょう
3. おごりを慎み明るい心で頂きましょう
4. 好き嫌いをやめすこやかな体をつくりましょう
5. 正しい食生活から正しい人生を築きましょう

実践こそ人生の足跡になりますから皆さん頑張って見ましょう。「**思いやりの心**」が育ち心身の健康につながります。

善入院油掛地藏尊