

## 十一月（今月の掲示板）

しんしゅうおおたには  
真宗大谷派・願成寺

人間関係は、『作るもの』でなく『与えられるもの』

『あの人ひとが居いなければ樂らくなのに』と感じている人が転勤きんしても、『また今度こんど來きた人も嫌いやな奴やつだ』と、嘆く事ことになつたりします。が、緊張きんちょうが無いと、毎日まいにちボーッとしてしまうので、良いストレスは必要ひつようです。その緊張きんちょうを全て受け入れてはダメで、上手じょうずに受けて・後あとは流ながしめましょう。

ストレス（怒り・腹立ち）解消かいしょうには、①時間が経たれば解決かいけつします。②違う場所ばしょで1人ひとりノンビリする。③親友しんゆうなどの飲食いんしょくで、気晴らしする。④先輩せんぱいや自分じぶんと違う職業しちぎょうの人ひととも付き合うと、反対意見はんたいいんから学ぶ事が多くあります。

人間にんげんは、自然の恵み（自然の法則ほうそく）・阿弥陀仏あみだぶつ）に『生いかされている』のです。私が辛く・悲しい時は、阿弥陀様あみださまが抱き締め・『大丈夫だいじょうぶだよ』と包み込んで下くださるので、毎日まいにち報恩感謝ほうおんかんしゃし・『なんまだ仏ぶつ』と合掌がっしょうしましよう。数年前すうねんまえに大ヒットした『千の風せんかぜになつて』の歌詞かしのように、阿弥陀様せんかぜ・ひかり・ゆき・とり・ほしが『千の風・光・雪・鳥・星』になつて、何時いつも私達わたしたちの側そばに居いて（同行どうぎょうにんみまも）見守くだつて下くださつているのです。