壽徳寺だより

WEB版
11月号

真言宗豊山派 田子山 壽徳寺 寺報
2022年11月号 ＊web版毎月8日発行

境内のイチョウ

『自己覚知（じこかくち）』

最近、社会福祉の学びを重ねています。その学びの中でよく出てくる言葉が「自己覚知（じこかくち）」。福祉や医療、介護など対人援助職の中で意識しなければならない大切な視点で、自分を知った上で、支援に活かすという意味です。

対人援助職の中では様々な方と出会います。相手の生育環境も違えば、思考の相違も生まれます。その中で「あの利用者さんの考えには同意できない」「あの患者さんがおかしい」と自分の視点のみで判断してはよい支援はできません。人それぞれ考え方が違うのは当たり前であり、どうしても受け入れられない考えであっても、その違いを感じる自分に気づき、自分の判断や思考だけにとらわれず、違和感も受け止め、冷静にみるようにできることが、自己覚知でもあります。

対人援助という職業に限らず、人は様々人と出会い、別れを繰り返します。家族や大切な人、身近な人であっても、すべてを理解するというのは難しいことです。ですが、自分の気持ちを知ってほしいと願い、相手を理解したいという想いは生まれます。ではどうすればその思いや願いは成就するのでしょうか。自己覚知と同様、違いも受け止め、排除せず、すべては理解できなくとも、隣り合う部分を大切にあたためてゆくことではないでしょうか。自分とは違う思考や価値観を知ることで、新たな気づきや視点も生まれることもあります。分かり合えない、モヤモヤする気持ちや時間も大切に紡いでゆきたいと思うこの頃です。

合掌

壽徳寺　住職　松村妙仁

おてらヨガ

事前予約制

静かな本堂でゆったりと、からだをほぐす
ヨガ。初めてでもおひとりでも大丈夫です
お気軽にご参加ください
各回テーマ別の内容です。ピンときたらぜひご参加
ください。詳細は HP

日時：11/20(日)
昼の部 15：30～16：30
夜の部 18：30～19：30

体験料：￥1000　　定員：10 名（要予約）
持ち物：ヨガマット、タオル、飲み物

講師：三浦香織氏（白河市シャーラヨガ主宰）
＊ヨガマットレンタルあり

手ぶらで写経写仏

事前予約制

書く瞑想でもある、写経・写仏
お経をなぞり書きする写経か、仏様を
なぞり書きする写仏どちらでも選べます

日時：11/9(水)11/27(日)12/3(土)
各日 14：00～15：30

体験料：￥1000　　定員：10 名（要予約）
持ち物：眼鏡が必要な方は持参ください

＊毎月開催予定。1 月～3 月はお休み

壽徳寺　今後の行事ご案内

朝のおつとめと瞑想の会

予約不要

おつとめで声を出し
呼吸を整える仏教瞑想で
よい朝の習慣をお寺から

日時：毎月 8 日　＊本尊薬師如来 縁日
11/8(火)12/8(木)
朝 6：30～7：30

参加費：お賽銭もしくはお供え物
持ち物：輪袈裟、お経の本、数珠
（手ぶらでも大丈夫です）
＊お供え物は、おてらおやつクラブへおすそわけ
＊8 月、1 月～3 月はお休み
＊日程変更になる場合あり

布薩（ふさつえ）会

予約不要

日頃のおこないを反省し、
これからを誓う仏教儀式
仏教礼拝とおつとめの会

日時：11/8(火)12/8(木)
各日 14：00～15：00

参加費：お賽銭もしくはお供え物
持ち物：輪袈裟、お経の本、数珠
（手ぶらでも大丈夫です）
＊お供え物は、おてらおやつクラブへおすそわけ
＊8 月、1 月～3 月はお休み
＊日程変更になる場合あり

＊感染症対策をしながら行います
＊感染症の状況次第で延期・中止する場合がございます。予めご了承ください。

壽徳寺公式 LINE、 Facebook、インスタグラムなどの SNS
リンク一覧はこちらから
https://linktr.ee/jyutokuji

詳細・申し込み・最新情報は壽徳寺ホームページにて