

喝破だより

# 四恩の里

## 喝破五訓

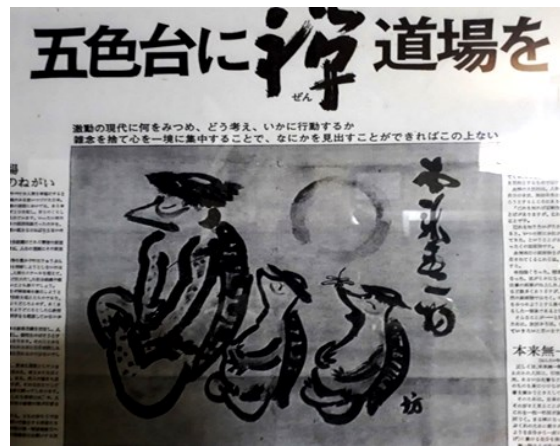
- 一、よろこんで与える人間となろう
- 一、いのちを大切に作る人間となろう
- 一、心静かに考える人間となろう
- 一、使命に生きる人間となろう
- 一、規律ある幸せ喜ぶ人間となろう

発行 公益財団法人 喝破道場 社会福祉法人 四恩の里 宗教法人 報四恩精舎 発行者 野田 大燈  
 住所 〒761-8004 高松市中山町1501番地9 TEL 087-882-4022 FAX 087-881-5906 一部500円  
 E-mail kappa@kappa.or.jp URL https://www.kappa.or.jp 郵便振替口座 徳島 01630-6-9731

### 巻頭言

#### 喝破の風情

— 和田邦方面伯生誕二二〇年 —



— 本来無一物、無一物中無儘蔵 —

香川の金刀比羅宮近くに和田邦方面伯の遺作を中心に常設展示してある「灸まん美術館」の学芸員さんが訪ねて来られました。  
 今年は和方面伯の生誕二二〇年と言う年から、大きな記念行事を計画しているらしいのです。  
 喝破道場の名付け親的な存在であると共に、数点の作品も所蔵している事からの取材訪問でした。  
 和方面伯は戦前に東京で日日新聞の記者として時事や漫画・小説家として一世風靡したことがある超売れっ子だったようですが、その多忙

さから心身症となつて郷里の香川に帰省して静養され、その後は一度たりとも四国を出られたことのない方です。  
 その後に当時のワンマン知事と意気投合して讃岐民芸資料館初代館長に就任し、画伯の絵画やデザインセンスが地元の産業発展に大きく貢献しました。  
 当時私は修行道場を送行し、五色台上の雑木林内に醸造用の廃樽を改造した「知足庵」を住まいとして「五色台に禅道場を！」と奔走している頃でした。  
 そのご縁の当初は忘れてしまいましたが、何方かに連れられて民芸館の館長室を訪ねて会話し、その後日に「画伯が和尚に渡したいものがあるのので取り来るように」との伝言を頂いて訪問しました。  
 その折に頂いたのが、今では喝破道場の寺宝的存在となっているベニア板半分に描かれた三匹の河童の絵でした。  
 賛として「本来無一物」とありました。描かれたベニア板は至って粗末な二mm厚程のものでしたが、迫力のある生き生きとしたものでした。どうしたことか画伯は修行も未熟で若造の私を重用して下さり、知事さんと画伯のうどん探訪時の運転手を任されたものです。  
 ある時、知事さんと画伯に呼び出され、何時にもない真剣な面持ちで画伯が言いました。  
 「大燈は本気で禅道場を建立したいと思っているのか。知事さんとも相

談したのだが、本気なら肚を決めて河童になれ！」と言うのです。仰る意味が充分に理解できずにいると「これからは頭の真ん中を刺つて河童の姿になり切つて活動しろ」と言うのです。  
 河童の顔を思い浮かべてゾツとしました。「それだけの決意がなければ禅道場は建たぬぞ」と迫られました。  
 その場は何か切り抜けて庵に帰り着きましたが、画伯の意に背いたのは後にも先にもこの件だけでした。  
 画伯の河童の絵から「河童の絵の有る道場」が河童道場として世間に知られることとなりました。  
 当時、新酒宣伝に清水崑画伯の妖艶な女河童がテレビで持て囃され、その影響から「エロ河童の禅道場」と呼ばれていました。  
 役員会での協議から「では禅の世界に真理実を述べる事を『喝破する』と言うので喝破道場ではどうか」から正式に喝破道場と呼称し、その後財団法人喝破道場となりました次第です。  
 当時に師匠が弟子のお礼を、から師匠と画伯の面談となりました。  
 「大燈、画伯は単なる画伯ではない。頂いた三匹の河童をよく見てみる。父親の顔は禅をある程度極めた顔で、長子はその父親の真似をしておる。本当に悟っているのは弟だ。その証拠に、頭にトンボが止まっているだろう。無心だからだ」喝破道場が今あるのは画伯のお陰であります。  
 — 大燈記 —

自立塾 (一五四)

― 夏を楽しむ ―

流しそうめん

十一日は高松市から委託を受けている就労準備支援事業の前期最終日でした。四月から始まり毎週月・水・木曜日に実施し、三十一回行いました。計二十四名参加者が塾生達と共にハーブの収穫や選別、草取りや苗の植え付けなど様々な活動を行い、暑い日や雨の日もありましたが、無事最終日を迎えることができました。

最終日の十一日は参加者と塾生達も交えて皆で「流しそうめん」をしました。



風情ある流しそうめん

竹林から竹を切り出して手作りした流しそうめん台で食べるそうめんは普段室内で食べるよりも一段と美味しく、皆さん沢山食べていました。足らずに追加で茹でてでも足りないぐらいの人気で、大盛況でした。



つつい食べ過ぎてしまいます

後期の活動は九月からを予定していません。暑い夏を乗り越え元気な姿で会えることを、塾生達と共に待ち望んでおります。

釣り体験

土用の丑の日に天然うなぎを食べよう!というこで、塾生の皆と五色台の麓の川へ釣りに出かけました。ほぼ全員が初めての釣り体験だったので竿やリールの使い方を伝え、いざうなぎ釣り!

亀が釣れたりナマズが釣れたりしましたが、なかなかうなぎが釣れず、最後の最後に小さなうなぎが一匹釣れました。小さなうなぎ一匹では皆で分けると一口分にもならないので、後日再挑戦しましたが、うなぎは釣れずでした。結局七月は三度川釣りに挑戦しましたが、二十七日

はうなぎを食べることができずに土用の丑の日を迎えました。しかし、川では釣れずとも海では大漁でした。十三日は船で鯛を釣りに出掛けました。うなぎ釣りでは全く良いところがなかったN君が50cm以上の鯛を連続で二匹も釣りました。



初めて釣った大きな鯛



釣りたてを早速昼食に鯛飯・鯛の刺身・鯛のムニエル・鯛の煮付け・鯛のあら汁でいただきました。鯛の鮮度抜群の天然鯛はとっても美味しかったです。大鯛を釣り上げたN君も大満足だったことでしょう。八月も機会を見つけて釣りに出掛けたいと思います。

頑張れ!! 『自立塾』 私達も応援しています。

ぜいへん 蛻変の経営

大坂塾



<http://www.osaka-juku.com/>

本社オフィス  
東京都江東区有明1-4-11-3217  
TEL/050-5505-1006

香川オフィス  
香川県高松市番町4-2-19  
TEL/087-863-6888

『喝破道場』

私達も応援しています!



株式会社ギフトグッズ

香川県高松市六条町1205-1

Gift Goods

TEL 087-814-4990

株式会社ギフトグッズ

FAX 087-814-4991

新しい世界を楽しもう

# ハーブ園便り

## ミント

『夏の暑さ対策』。皆様はどのように行っていますか。夏のハーブの代表と言えば「ミント」です。

緑の葉を広げ、たくさん光を浴びて光合成をしたミントたちは、身体の中まで私たちが元気にしてくれます。ミントは私たちが涼やかにしてくれる『夏の必須アイテム』です。

まず、とても簡単な楽しみ方として「ミント水」をご紹介します。氷を作る際にミントを入れて凍らし、水を飲むときにミント水を入れ、お好みでライムを少し搾ります。ライムの香りと、後から香ってくるほどのミントの香りが爽やかで、身体に必要な水分を楽しく取ることができ、氷が溶けたときにぷかぷかと浮かんでくるミントが視覚的にもとても癒してくれます。



「ペパーミントティー」は代表的な飲み物です。冷房の効き過ぎるオフィスなどでは、心身を冷やし過ぎないためにも温かいまま飲まれることもお勧めです。夏バテ防止や、デトックス効果、リラクゼーション効果もあるので、仕事に最適ですが、飲みすぎると睡魔が襲ってきますので、気をつけてください。



ミントを料理にお使い場合は、肉や魚のソテーがお勧めです。フライパンで焼き目をつけてから香辛料を合わせて乾燥したミントを少量加えて味付けします。最後には彩りで生のミントの葉をのせてあげましょう。「香辛料」として使う場合は、乾燥物の方が効果があるそうです。市販で売られている乾燥のミントを

加えてあげましょう。

ハーブ園ではミントの収穫に追われています。ミントは冷たいデザートに添えたり、カクテルのモヒートに使ったりと夏場は注文をたくさん頂きます。

ミントを収穫していると珍しいミントに出会えます。四つ葉のクローバーならぬ【三つ葉のミント】です。



↑ 普通のミント

↑ 三つ葉のミント

幸せを呼ぶ三つ葉のミントに違いありません！  
これがついたお客様には幸運が訪れるかも？ミントを育てている方は是非見つけてください。

人と企業を結んで31年!

フリーペーパー

私達も応援しています。『自立塾』

Human Network

2,500余ヶ所に無料配布

株式会社 求人タイムス社

本社 / 観音寺市本大町1541-3  
TEL(0875)25-0404

高松営業所 / 高松市林町230-6 極東ビル1F  
TEL(087)864-6373

<http://www.kyuujin-times.net>

『自立塾』私達も応援しております。

キッチン・バス・トイレ・増改築・ボイラー工事  
四国ガスショップ・四国電力認定店  
高松市上下水道工事指定工事店

住宅総合サービス

(株) 広瀬 サービス

(本社) 高松市末広町6番地9  
☎822-5478代 ☎0120-512677

(離島店) ☎861-3167



### 企業研修

#### 「規律研修を通して」

一泊二日の宿泊研修を通して様々な体験をすることができました。普段しないような坐禅や読経などは難しかったです。特に一番大変だったのが坐禅です。私は身体が硬く、あぐらをすることはキツイので坐禅の格好で四十〜四十五分間座るのはとても痛く苦しかったです。しかし、慣れてきた二日目の朝との坐禅は、心穏やかに坐禅することができました。呼吸も普段の呼吸より少なく本当に「無」になることができました。時折、聴こえてくる鳥のさえずりや牛の鳴き声などが心地よく感じる程リラククスして坐禅ができたと思います。

また精進料理も体験しましたが味が付けが薄く、肉、魚がないので物足りなく感じました。特に驚いたのがご飯を食べ終わった後に漬物でおわんを洗い、その漬物を食べることです。ご飯を給仕していただく度に合掌、礼をするのは一つ一つの食べ物に感謝を表す為かなと私は思いました。二日目の朝の精進料理は、なぜかとても美味しく感じました。いつも家では揚げ物や濃い味付けの物を食べていますが、こういう素朴な本来の味が分かる精進料理

を良いなあと思いました。家でももう少し精進料理のような野菜中心の健康的なご飯を食べたいと思います。

お寺参りも自然豊かで心や身体がリフレッシュできました。緑やこもれ日など、山の中ならではの寺の良さを感じる事ができました。そして何より集団で行動し、協力することができたこの二日間を通して思います。これからまた、会社で仕事をしますが、この宿泊研修はとてよい経験になり、また月曜日から頑張ろうと思えるような二日間でした。

R社 T・K



### 企業研修

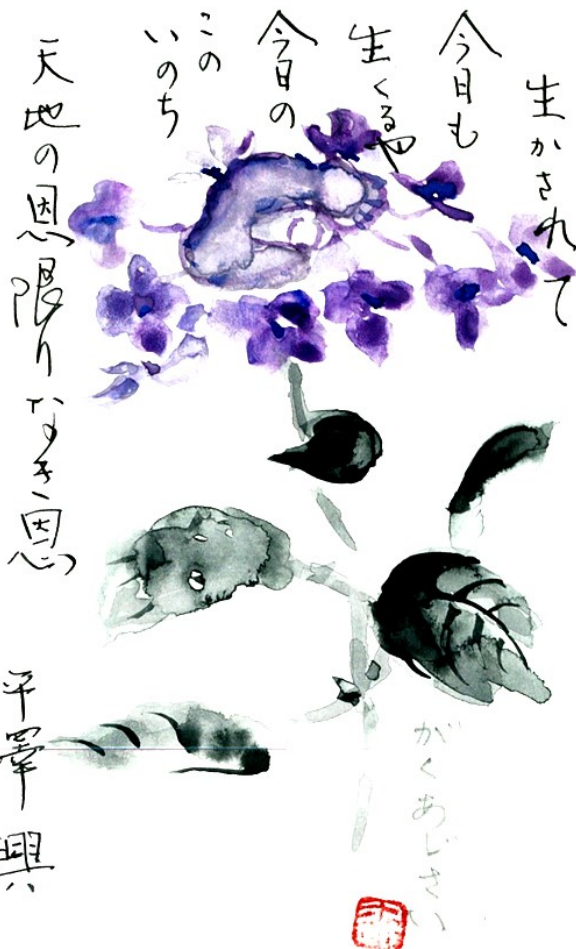
#### 「規律研修を終えて」

二日間の規律研修を終えて思ったことは、普段の生活はとても恵まれていてぜいたくだなと思いました。研修での食事は、肉や魚を使用しない精進料理でしたが、正直きつかったです。しかし、全ての物を自給自足で作っているということには驚きました。食べ物がありがたさを身にしみて感じました。そして、研修では坐禅も経験しました。坐禅は辛かったですが、自分自身の心を整えるためにとっても大切なこ

とであると感じました。坐禅をしている間は、無心で時が一秒一秒進んでいることを感じました。今この間にも世界中の人が色々なことをしているんだなと思いました。時には何も考えず無心になってみることも大切だなと思いました。そうすれば、普段感じることができない何かが見つけられると思います。

そして、作法も学びました。合掌や札などがあり、それらは何をするにあたってても、とても重要であることが分かりました。そして、講話では「守破離」という言葉が特に印象に残りました。今までこのことを守り、そしてそれらを破り、最終的には自分独自の物

R社 T・Y



大阪市 山口 近香

へ詩の授業

安部麗子

「今日は、詩を読んであげましょう」  
ミツユビナマケモノの、ノラーリ・ブ  
ラン先生が言います。

授業はいつも、黒板の前の木の枝か  
ら、ブーランとぶら下がったままお  
こないます。

眠っているのか笑っているのか、誰  
にも解りません。

だから、動物小学校の国語の時間  
は、とても眠くなってしまうのです。

「ありんこ」と、先生が読み始めます。

ボクが山に登ると、村が見えました。  
友達みんな、ありんこのようです。  
あちらから。

こちらから。

出会ったらツンツンご挨拶。

ボクはいつの間にか巨人になって  
いました。

「みんなも詩を作ってご覧下さい」  
先生がおっしゃいます。

コグマのコロスケは、(なあんだ、  
簡単じゃないか) と思い、

「はあい！」  
元気よく手を挙げます。

「8の字」と、コロスケが詠み始め  
ます。

ボクが屋上に上ったら、校庭が見  
えました。  
友達みんな、8の字に見えました。  
赤い8、青い8、黄色い8…

「すばらしいっ！」と、ブーラン先生  
が、ぶら下がったまま、ニヤリと笑  
います。

でもコロスケは、ちっとも嬉しく何  
かありません。  
だって、8の字に見えたなんて、全  
く嘘っぱちなんですから。

先生がお母さんに電話して、コロス  
ケには才能があると言ったので、お  
母さんは大喜び。

「あの子の叔父さんは、トン大医学  
部を出て、立派な樹木医になって活  
躍しています。

大叔父さんは、イカ歯科大学を卒業  
後、カナダに渡り、腕のいい大工さ  
んになりました。

ツースカーペンターという訳です。

叔母さんは、港区にある阿呆山学院  
大学を出て、カナブンの研究をして  
います」

この時とばかりの親戚自慢です。  
その内、大変な事になりました。

国語の授業のたんびに、詩を発表しな  
ければならないはめになったのです。  
先生も友達も、みんなが楽しみにし  
ているからです。

(ええいっ！もう一回だけ盗んじゃ  
え…)

コロスケは図書館へ行き、詩集をた  
くさん借りて来て、似たような詩を  
作ります。

とんでゆけとんでゆけ  
山越えて。

お日様好きなたばめさん。  
もう夏はおしまいだ。

とんでこいとんでこい  
帰ってこい。

帰りに夏をもつてこい。  
お日様を連れてこい。

「すばらしいっ！」

先生は、またまたお母さんに報告し  
ます。

「うちはインテリの家系なんざんす。  
従兄弟はイチオウ義塾大学の経済学  
部を出て、ザーサイ作りの第一人者  
です。

又従兄弟は、中小大学の法科を出  
て、消防士になって放火をふせぐ努  
力をしていますの。

従兄弟の連れ合いは、ケチ大芸術学  
部、通称ケチゲを出ているので、キ  
ムチチゲの美味しいレストランを経  
営いたしておりますわ。

大叔母の息子の嫁は、痩せ田大学コク  
サイ情報科を出ているので、消臭剤を  
販売していますんでございます」

コロスケは、全く困ってしまいます。  
そこで、まねしたただだと解るよう  
に、わざとこんな詩を作ります。

フクロウなぜ鳴くの。  
フクロウが山に  
かわいい七つの子があるからよ。

「聞いたような歌だわ」  
女の子たちがぶつぶつ言います。

「まねっこじゃないの？」  
男の子たちも怪しみます。

「うん、そつだよ。みんなまねだもん」  
コロスケがケロリと言います。

そこで子どもたちは、コロスケが  
図書館から借りて来た詩集を読んで、  
まねっここの詩をたくさん作ります。

こうして動物小学校の子どもたちは、  
良い詩をたくさん覚えたのですが…  
先生にほめられる事はありませんで  
した。



了

この頁は、  
公開していません。

**戴き物一覧**

6月21日～7月20日

- 一 海産物 北海道網走郡 鎌田 宏明様
- 一 静岡県沼津市 大泉寺 様
- 一 ゼリー詰合せ 森口 五郎様
- 一 東京都江東区 宮田 美希様
- 一 神奈川県茅ヶ崎市 芝田 安弘様
- 一 大阪府羽曳野市 牛タン
- 一 宮城県仙台市 千田 祥幹様
- 一 さくらんぼ 山形県天童市 (有)キンダイココミュニケーション様
- 一 山形県西村山郡 布川 昱哉様
- 一 ヘルシーオイルセット 菅野 修 様
- 一 東京都品川区 素麺 東京都市新宿区 (株)ユーキャン様
- 一 香川県高松市 高松市 (株)石の店山田様
- 一 観音寺市 匿名 様
- 一 洗剤セット 千葉県木更津市 妙泉寺 様
- 一 ハム詰合せ 大阪府東大阪市 赤坂 為雄様
- 一 香川県高松市 漬物、ドーナツ 中原 元子様
- 一 広島県広島市 食品詰合せ 松本 優子様
- 一 広島県広島市 (株)ビバ 様
- 一 愛媛県西条市 井上 隆寿様
- 一 お酒 広島県廿日市市 延命寺 様
- 一 香川県丸亀市 大久保歯科医院様
- 一 コーヒー 香川県高松市 高野 正彦様
- 一 高松市 (株)マリン・ライフ様

**ご寄付**

6月21日～7月20日

- 一 ジュース 香川県高松市 立野 省一様
- 一 綾歌郡 南隆寺 様
- 一 どんこ椎茸 香川県高松市 陣内 梅溪様
- 一 すいか 香川県高松市 白井 俊明様
- 一 豆腐 香川県観音寺市 (株)カンショク様
- 一 アイスクリーム アイスクリーム 法龍寺 様
- 一 愛媛県松山市
- 一 北海道札幌市 群馬県邑楽郡 大熊カオル様
- 一 群馬県邑楽郡 明言寺 様
- 一 群馬県邑楽郡 明言寺内こぶ観音救援基金様
- 一 愛知県春日井市 平澤あさ子様
- 一 広島県広島市 (株)ムルク 様
- 一 香川県高松市 鈴木 莊平様
- 一 香川県高松市 非常利(株)ビッグ・エス インターナショナル様
- 一 香川県高松市 (株)広瀬住宅総合サービス様
- 一 香川県高松市 佐藤 武夫様
- 一 香川県観音寺市 (株)求人タイムス社様
- 一 観音寺市 匿名 様
- 一 高知県高岡郡 観喜寺 様

令和元年度(7月20日)

ご寄附総額は、七十六万二千円です。

皆様方の温かいご支援に、

心より感謝申し上げます。

**塾生募集!**

自分を変えたい変わりたいあなたへ

禅をこころの支えに合宿形式による自立支援を行っています。禅とは、今のときに集中し現在の自分自身と静かに向き合うことです。

自分を変えたい、変わりたいあなたにふさわしい環境を提供いたします。変われるかわられないか、最終的には『自分が変われる』と自分を信じる心です。自然豊かな環境に身を置き土に触れ身体を動かすことで心身ともに良好になります。

シンプルに無心に日常生活の雑務をこなすことこそが大切なのです。本来の自分、自分らしい生き方をみつけましょう。

「禅」を心の依り拠として

○規則正しい生活リズムの体得。

○自給自足の農作業を通して「体力・気力・忍耐力・持続力・協調性」を涵養。

○卒業前にはコミュニケーション能力を高めるために付属施設「ハーブ喫茶」で接客体験実施。

詳しくは電話にてお問い合わせ下さい。  
(087-882-4022)



**「喝破道場」ご支援のお願い**

平素より公益財団法人喝破道場の活動にご理解とご支援を賜り誠にありがとうございます。

「禅」を心の拠り所としての活動を展開し、更なる社会貢献を図って参ります。どうぞ本誌のご購読とご寄付によるご支援を賜りたくお願い申し上げます。

ご寄附に対しましては、公益財団法人の活動として租税特別措置法施行令第二十六条の二十八の二第一号に規定する要件を満たしております。「税額控除に係る証明書」が発行されますので、節税としてもご利用下さい。

購読料 年間五、〇〇〇円  
ご寄付 一口五、〇〇〇円  
(一口以上、何口でも結構です)

郵便振替口座 01630-6-9731 公益財団法人喝破道場

**賛助広告掲載ご協力のお願い**

平素は『自立塾』の活動にご高配を賜り御礼申し上げます。

昭和49年に興されたカッパ禅道場。開山の精神は、自立塾に受け継がれています。揺るぎない思いを胸に今後も活動してまいります。一層のご支援ご協力を賜りたくお願い申し上げます。

ページの下端一枠  
(ヨコ8cm×タテ6cmほど)  
年間12回 60,000円  
受付 087-882-4022

## 七月の日鑑

15 11 8  
 薬師講  
 イオン幸せの黄色いレシートキャ  
 ンペーン参加 於 高松イオン  
 山王小祭

高松市委託就労準備支援事業  
 (毎週月・水・木曜日)

## 八月の予定

15 13 11 9 8  
 薬師講  
 海水浴  
 イオン幸せの黄色いレシートキャ  
 ンペーン参加 於 高松イオン  
 高松まつり花火大会  
 山王小祭

## 大燈和尚七月の日鑑

23 23 16 13 12 11 10 3 3 2 1  
 若竹学園生徒参禅  
 圓通寺「定例坐禅会」  
 県立東高校に出前授業「サヌカ  
 イトの話とサヌカイト演奏」  
 お薬師茶会 於 ゼルコバ  
 一般社団法人「サヌカイトの里」  
 総会 於 ゼルコバ  
 香川県県産品コンクールにサヌカ  
 イ陶琴出品 於 県庁  
 香川県自立援助ホーム施設連絡会  
 於 香川県児童相談所  
 若竹学園夏祭り  
 圓通寺「定例坐禅会」  
 公益財団法人喝破道場に県から  
 の監査  
 四恩の里施設管理者会議

25 30  
 於 若竹学園  
 農林水産省より視察来山  
 31 曹洞宗社会福祉連盟主催職  
 員研修会 於 大本山總持寺

## 大燈和尚八月の予定

31 20 19 6 1  
 若竹学園生定例参禅  
 圓通寺「定例坐禅会」  
 サヌカイトの里定例会議  
 於 ゼルコバ  
 圓通寺「定例坐禅会」  
 白百合女子大学坂本教授他来山



① 赤一味 ② 青一味 ③ 激辛一味 ④ 三色一味  
 ⑤ 五色味とうがらし ⑥ 七味とうがらし  
 各540円(税込)



## 種類豊富な香川本鷹

## 編集後記

幻のとうがらしと言われている香川本鷹の栽培は今年で四年目になります。香川本鷹の特徴や栽培のコツが分かり始めたところでもありません。今年の作付は無理のない約1千株を育てています。青い実がなりだし、これから収穫に忙しくなっています。

七月中に香川本鷹の取材を二件受けました。  
 一件は、西日本放送が豪腕シェフの密着取材をしており、シェフを連れてとうがらし畑へやってきました。香川本鷹を使った料理を考案している様子の取材でした。

二件目は、NHK総合の毎週月曜日午後〇時二十分から放送の「うまいッ!」で香川本鷹を取り上げることになったようで、制作会社の方が畑を視察にこられました。時期的にまだ株が小さく花が咲き始めた状態だったので、真っ赤に熟した香川本鷹の撮影とはなりません。放送は九月のようです。

注目が集まる香川本鷹を使ったハーブ園の商品として①赤一味 ②青一味 ③激辛一味 ④三色一味 ⑤五色味とうがらし ⑥七味とうがらし ⑦ハーブ&ソルトの七商品をリニューアルと新商品で販売始めました。香川本鷹の旨くて辛い味を是非ご体験くださいませ。

— 大然後記 —

## 児童施設で働いてみませんか

職 種：管理者候補 医師(精神科医) 看護師(正)  
 心理 保育士 児童指導員 事務員  
 勤務先：四恩の里 本部  
 児童心理治療施設 若竹学園  
 児童養護施設 亀山学園  
 自立援助ホーム なごみハウス園



連絡先：香川県高松市中山町1501-192  
 社会福祉法人四恩の里 本部 ☎087-816-1380  
 メールアドレス: 4on@4on.or.jp ホームページ: http://4on.or.jp