

東光禪寺 寺報

HAKUSAN

2019 秋

[ハクサン]

vol.6



Photographed by Hisao Saito

浄裸々 赤酒々
じょうらら せきしゃしゃ

生まれてくる時も死ぬ時も、人は形あるものは持たず素っ裸である。隠さず飾らず、欲も外聞も見栄も何もかも一切を放下しきった、純真無垢な赤子の微笑みのような境涯。丸裸で自由自在の生き方の中に、本当の幸せや豊かさがある。

今

日、この一日。それは皆さんにとつてどのような時間でしょうか。嬉しいことがあつて良い気分でごせる一日であるかもしれないし、逆にやることなすこと全てがうまくいかず、思い出したくもない一日であるかもしれない。晴天ばかりでなく、雨や風、時には嵐が猛威を振るう時があるように、人生においても様々な波があるのは当然です。

うまくいかない時、私たちはどうしても焦り、苛立ち、そしてつい過去を追い未来を願い、ああでもないこうでもないと思ひます。一方で、楽しかろうが苦しかろうが時間は誰にとつても平等に、正確に淡々と過ぎ去り、そうこうしているうちに人生などはなくなつていつか終わつてしまいます。だからこそ「禪」は様々な手段、表現方法を用いながら「眼を覚ませ！」と私たちに鋭い問いを突き付けてくるのです。



唐代末の禅僧、雲門文偃の有名な言葉

「日日是好日」は、きつと多くの方が一度は耳にされたことがあるかと思ひます。亡くなる直前の樹木希林さんが出演されて話題となつた、茶道が題材の映画のタイトルにもなりました。この言葉は、その柔らかな響きの裏で、実に本質的な気付きをもたらしてくれます。

「毎日が楽しく良いことではいつばいの人生でありますように」などという薄っぺらな意味でないのは、言うまでもありません。喜びの日は良くて悲しみの日は悪いと感じるのは、自分の浅はかな物差しのみでその日の出来事や経験を受け止めているからに過ぎません。

映画「日日是好日」の中にこんなくだりがあります。

「世の中には『すぐ分かるもの』と『すぐには分からないもの』の二種類がある。すぐに分からないものは、長い時間をかけて、少しずつ分かつてくるものだ」

親の気持ち、子の気持ち、人の気持ち。自分が失つたもの、得たもの。生と死について。他にも人生においてすぐには分からないものが数多くあるでしょう。それらは時に行つたり来たりしながら、ある時は別物となり、そして時間や経験とともに染み入るように徐々に姿が見えてくる、そのようなものだと思います。

同様に、喪失感や絶望感に打ちひしがれた経験も、生きる力を失つてしまう程

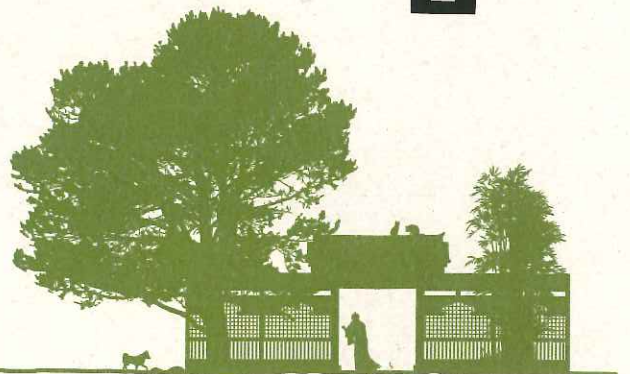
にちにち これ こう じつ

日々是好日

のつらい経験も、きつといつの日か「好いことであつた」と振り返ることができるときが来る。そう信じて、努めて一日一日を「好日である」と感謝しながら生きていこうとする姿勢、態度、あるいはそう信じ抜く「気概」を忘れてはいけない。それこそがこの言葉の核心となるメッセージであるように感じます。

人間にとつて「あいにくの雨」の日であつても、草木や花や畑の作物は天の恵みに大喜びでしょう。立場が変われば見方は変わります。また、自分と他人が絶対に比較などできないように、昨日という一日、今日という一日も本来比べようがありません。

本当に大切なことは、すぐに分かるとは限りません。毎日を「ひび」と括らず「にちにち」と独立して考え、上つ面の善し悪しにとらわれることなく、かけがえない「今、ここ」を全うせよ。そんな力強いメッセージが、この美しい言葉には込められている気がいたします。



亡き夫と過ごす新しい時間

平成29年9月。夫はすい臓がんで余命一年の宣告を受けた。43年前、見合い結婚で結ばれてずっと、いわゆる夫唱婦随で過ごしてきた私達。定年後の生活は、どちらかといえば夫が家を守り、私が外を飛び回った。数学脳の夫は、食事の買物や家計の管理をカンペキにこなし、自分の時間は、多彩に持った。

海辺のリゾート地のような住宅街にある我が家を、夫はフル活用。シーズンには友人たちと毎日のように釣りに出かけ、そのあとは必ず皆で釣果に祝杯を挙げ、帰宅してはその日のエモノを器用に三枚におろし、食卓に供してくれた。ひとりおのときは潮干狩り。ときには散歩をし、絵を描いた。絵は水彩。少し習いにいったが、あとは自己流。スケッチをして写

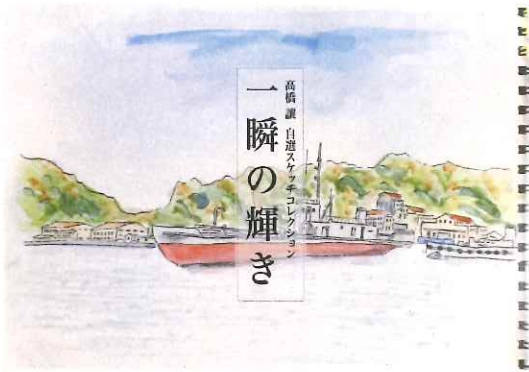


涙の向こうに 花は咲く

愛する者との別れに直面し、人はその悲しみの先に何を思うのか。新たな旅路、再出発のとき――。

真を撮って、家で仕上げる。何度か行って行ったこともあるが、今思えば、夫の描いた絵をそんなに真剣に見なかった。そんなふたりの生活が、余命宣告で一変した。一時は抗がん剤で苦しむ夫。考えてみれば亡くなるまでの1年3か月、

且は反対したが、幾日かして、表紙に使う絵を指定した。そして画集のタイトルを私に告げた。「一瞬の輝き」。本人もそんな気持ちになっていたので。なんとか急いで作りたい。できることなら完成した画集を見せてあげたい。生きているうちに。



画集が、夫との新たな絆の象徴となった



金沢区役所での遺作展の様子

長い結婚生活ではじめて向き合つて暮らしたかもしれない。この人の生きた証を何か残したい。そんなふうな考えはじめたのは、もう近場の旅行もこれが最後かなと思つた頃であつたらうか。「絵がたくさんあるから、画集にしたらどうかしら？」そう言うとき夫は一

そんな願いも空しく、やがてその日はやってきた。平成31年1月3日のことだった。葬儀をはじめ、数々の雑用が私ひとりの肩に覆いかぶさつてきた。しかし、専門分野を持つ友人たちのおかげで、多くのスケッチブックの中から遺された絵を選び、写真を撮り、編集し、印刷され、画集『高橋譲自選スケッチコレクション 一瞬の輝き』は、刊行された。多くの人が、ページをめくって泣いてくれた。そのあとは、区役所のロビーギヤラリーで遺作展も開催できた。そんな、夫の絵に関する作業は、私の寂しさをずい分まぎれさせてくれたように思う。「作

品の横に、同じ場所の写真も展示しよう」。展示を仕切ってくれた友人の提案で、夫が絵に描いた現場へカメラを持って出かけた。「…そうか、ここからスケッチしたのか」。夫の足跡を追体験する小さな旅は、なにか亡き人と一緒に出かけているような、奇妙な感慨があつた。

画集作りと展覧会。そんな作業の中で、私は夫の絵とじっくり向き合い、作品をますます愛おしく感じるようになっていった。素朴で、手を抜かない正直な筆運び、上手い下手という基準ではなく、対象物への誠実な対峙が感じられた。それが心地よい。八景の海、横浜の街並み、旅行で出かけた京都。その絵に向かつて、夫の時間や描いているときの意識が、なぜか共有できるような気持ちになつて、見ていて飽きることはない。

人は、大切な者を失つた時、悲しい。しかし今、失つてから始まる絆もあることを、私は実感している。



入院中の主人と家族



掲示板を当山入口正面に設置

6月より東光禅寺入口正面の土塀沿いに、新しく伝道掲示板を設置いたしました。114センチ×84センチと大型の掲示板面にガラス戸が付いた、御参拝の皆さまや門前をご通行の人々の目を惹く掲示板です。お寺からの様々なお知らせや仏教の智慧をお伝えする情報ツールの一つとして、大いに活用してまいります。ありがたいことに、既に、お参りの方や地域住民の皆さまからの反響も届いております。どうぞ今後ともご注目下さい。



円覚寺・横田南嶺老師講演のお知らせ(9月29日)

金沢区佛教会が主催する第68回金沢仏教文化講演会に、数々の講演や著書を通じて禅を分かりやすく多くの人々に伝えている、鎌倉の臨済宗大本山円覚寺派管長・横田南嶺老師が登壇されます。今回のテーマは「花は嘆かず、今を生きる」。改修されたばかりの新生金沢公会堂にて。入場無料。その他、天台聲明音律研究会による天台聲明の公演も予定しております。是非この貴重な機会をお見逃しなく。
日時：9月29日(日)午後12時50分開会
会場：金沢公会堂(金沢区総合庁舎内)
入場無料・申し込み不要
お問い合わせ：東光禅寺もしくは金沢区内各寺院まで。



横田南嶺老師 ©大本山円覚寺

東光禅寺 主な行事予定 9月～3月

- 9月5日 おてらで整体ヨガ
9月8日 月例坐禅「白山坐会」
9月23日 秋のお彼岸「ご先祖まつり」(午後2時)
9月28日 白山坐会「よるの部」
9月29日 金沢仏教文化講演会(於：金沢公会堂)
10月3日 おてらで整体ヨガ
10月13日 月例坐禅「白山坐会」
10月14日 子供向け消しゴムはんこワークショップ(左記参照)
10月26日 白山坐会「よるの部」
11月7日 おてらで整体ヨガ
11月10日 月例坐禅「白山坐会」
11月23日 白山坐会「よるの部」
12月1日 第108回ZENと写経とお茶の会
12月5日 おてらで整体ヨガ
12月15日 和菓子作り&坐禅体験(協力：たんの和菓子店)
12月28日 白山坐会「よるの部」
12月31日 望年会(除夜の鐘)
2月9日 月例坐禅「白山坐会」
2月22日 白山坐会「よるの部」
3月8日 月例坐禅「白山坐会」
3月21日 春のお彼岸「ご先祖まつり」(午前10時)
3月28日 白山坐会「よるの部」

告知



月例坐禅「白山坐会」

原則毎月第二日曜日、午前8時半より。坐禅、小法話、読経、茶礼など。予約不要。会費(浄財)1000円。未経験の方は坐り方をご案内いたしますので、8時10分までにお越しください。また、経験者向け「～よるの部～」も毎月第四土曜日、午後7時半より開催中。ともに1月・8月は休会。詳細は当山HPにて。

10月14日 開催

子供向け 消しゴムはんこで作る秋の千代紙

金沢文庫芸術祭の一環で開催する、ミナホミデザインワークショップ監修、消しゴムはんこワークショップ。お寺や秋の季節にちなんだ可愛らしいデザインの千代紙を作ります。はじめにプチ坐禅体験で心を調えた後、男の子も女の子も一生懸命はんこを捺して、楽しみながら気軽に取り組みます。お申し込み方法など詳細は追ってHP等でお知らせいたします。



©Minahomi Design Workshop

- 1月 鎌倉・報国寺大般若荷担
1月 金沢区佛教会新年総会
1月 国際仏教興隆協会周年祝賀会出席(前住)
1月 日米婦人会坐禅会荷担於：建長寺
1月 建長寺派神奈川二部新年会出席
2月 建長寺土曜法話・親子朗読会法話担当
2月 鎌倉検定一行団参
2月 横浜市仏教連合会涅槃会(前住)
2月 東光禅寺檀信徒総代会
2月 神奈川県仏教青年会移動研修会
2月 建長寺派神奈川二部14寺院・住職拜命回礼
2月 鎌倉・報国寺新命和尚結婚式荷担
2月 金沢区佛教会花まつり総会於：長昌寺
2月 建長寺土曜法話担当
2月 神奈川県仏教青年会役員会於：浄光寺
3月 金沢区地域ケアプラザ健康体操教室開催
3月 春の彼岸「ご先祖まつり」法要厳修
4月 金沢区佛教会第73回花まつり大会於：長昌寺
4月 松本・神宮寺大般若・献茶式出仕・荷担
4月 建長寺派布教師会会議出席於：建長寺
4月 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
4月 建長寺派住職研修会出席
4月 第107回ZENと写経とお茶の会開催
4月 神奈川県仏教青年会役員会・布教紙発送作業於：龍華寺
5月 金沢区佛教会理事会出席於：正法院
5月 鎌倉ガイド協会団参延べ約300名
5月 東光禅寺施餓鬼法要厳修
5月 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
5月 横浜市仏教連合会総会出席(前住)
5月 神奈川県仏教青年会定時総会
5月 金沢区佛教会総会於：正法院
5月 国際仏教興隆協会監査会出席(前住)
5月 伊勢原・能満寺本堂落慶法要出席
6月 建長寺派布教師会「法話スペシャル」登壇
6月 東京国際大学14名坐禅研修
6月 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
6月 横須賀・独園寺御母堂葬儀出席
6月 国際仏教興隆協会評議会出席(前住)
6月 当山第20世住職省元和尚隨身・小澤礼子七回忌法要
6月 印度山・日本寺同山会参加(前住)
6月 金沢区佛教会理事会出席於：禅林寺
6月 畠山重保公顕彰墓参会於：畠山重保公廟所
6月 金沢区南小学校2年生街探検学習来山
6月 金沢区佛教会機関紙配布作業於：東光禅寺
7日 鎌倉・報国寺大般若荷担
7日 金沢区佛教会新年総会
7日 国際仏教興隆協会周年祝賀会出席(前住)
7日 日米婦人会坐禅会荷担於：建長寺
7日 建長寺派神奈川二部新年会出席
8日 建長寺土曜法話・親子朗読会法話担当
8日 鎌倉検定一行団参
8日 横浜市仏教連合会涅槃会(前住)
8日 東光禅寺檀信徒総代会
8日 神奈川県仏教青年会移動研修会
8日 建長寺派神奈川二部14寺院・住職拜命回礼
8日 鎌倉・報国寺新命和尚結婚式荷担
8日 金沢区佛教会花まつり総会於：長昌寺
8日 建長寺土曜法話担当
8日 神奈川県仏教青年会役員会於：浄光寺
9日 金沢区地域ケアプラザ健康体操教室開催
9日 春の彼岸「ご先祖まつり」法要厳修
10日 金沢区佛教会第73回花まつり大会於：長昌寺
10日 松本・神宮寺大般若・献茶式出仕・荷担
10日 建長寺派布教師会会議出席於：建長寺
10日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
10日 建長寺派住職研修会出席
10日 第107回ZENと写経とお茶の会開催
10日 神奈川県仏教青年会役員会・布教紙発送作業於：龍華寺
11日 金沢区佛教会理事会出席於：正法院
11日 鎌倉ガイド協会団参延べ約300名
11日 東光禅寺施餓鬼法要厳修
11日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
11日 横浜市仏教連合会総会出席(前住)
11日 神奈川県仏教青年会定時総会
11日 金沢区佛教会総会於：正法院
11日 国際仏教興隆協会監査会出席(前住)
11日 伊勢原・能満寺本堂落慶法要出席
12日 建長寺派布教師会「法話スペシャル」登壇
12日 東京国際大学14名坐禅研修
12日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
12日 横須賀・独園寺御母堂葬儀出席
12日 国際仏教興隆協会評議会出席(前住)
12日 当山第20世住職省元和尚隨身・小澤礼子七回忌法要
12日 印度山・日本寺同山会参加(前住)
12日 金沢区佛教会理事会出席於：禅林寺
12日 畠山重保公顕彰墓参会於：畠山重保公廟所
12日 金沢区南小学校2年生街探検学習来山
12日 金沢区佛教会機関紙配布作業於：東光禅寺
13日 鎌倉・報国寺大般若荷担
13日 金沢区佛教会新年総会
13日 国際仏教興隆協会周年祝賀会出席(前住)
13日 日米婦人会坐禅会荷担於：建長寺
13日 建長寺派神奈川二部新年会出席
14日 建長寺土曜法話・親子朗読会法話担当
14日 鎌倉検定一行団参
14日 横浜市仏教連合会涅槃会(前住)
14日 東光禅寺檀信徒総代会
14日 神奈川県仏教青年会移動研修会
14日 建長寺派神奈川二部14寺院・住職拜命回礼
14日 鎌倉・報国寺新命和尚結婚式荷担
14日 金沢区佛教会花まつり総会於：長昌寺
14日 建長寺土曜法話担当
14日 神奈川県仏教青年会役員会於：浄光寺
15日 金沢区地域ケアプラザ健康体操教室開催
15日 春の彼岸「ご先祖まつり」法要厳修
16日 金沢区佛教会第73回花まつり大会於：長昌寺
16日 松本・神宮寺大般若・献茶式出仕・荷担
16日 建長寺派布教師会会議出席於：建長寺
16日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
16日 建長寺派住職研修会出席
16日 第107回ZENと写経とお茶の会開催
16日 神奈川県仏教青年会役員会・布教紙発送作業於：龍華寺
17日 金沢区佛教会理事会出席於：正法院
17日 鎌倉ガイド協会団参延べ約300名
17日 東光禅寺施餓鬼法要厳修
17日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
17日 横浜市仏教連合会総会出席(前住)
17日 神奈川県仏教青年会定時総会
17日 金沢区佛教会総会於：正法院
17日 国際仏教興隆協会監査会出席(前住)
17日 伊勢原・能満寺本堂落慶法要出席
18日 建長寺派布教師会「法話スペシャル」登壇
18日 東京国際大学14名坐禅研修
18日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
18日 横須賀・独園寺御母堂葬儀出席
18日 国際仏教興隆協会評議会出席(前住)
18日 当山第20世住職省元和尚隨身・小澤礼子七回忌法要
18日 印度山・日本寺同山会参加(前住)
18日 金沢区佛教会理事会出席於：禅林寺
18日 畠山重保公顕彰墓参会於：畠山重保公廟所
18日 金沢区南小学校2年生街探検学習来山
18日 金沢区佛教会機関紙配布作業於：東光禅寺
19日 鎌倉・報国寺大般若荷担
19日 金沢区佛教会新年総会
19日 国際仏教興隆協会周年祝賀会出席(前住)
19日 日米婦人会坐禅会荷担於：建長寺
19日 建長寺派神奈川二部新年会出席
20日 建長寺土曜法話・親子朗読会法話担当
20日 鎌倉検定一行団参
20日 横浜市仏教連合会涅槃会(前住)
20日 東光禅寺檀信徒総代会
20日 神奈川県仏教青年会移動研修会
20日 建長寺派神奈川二部14寺院・住職拜命回礼
20日 鎌倉・報国寺新命和尚結婚式荷担
20日 金沢区佛教会花まつり総会於：長昌寺
20日 建長寺土曜法話担当
20日 神奈川県仏教青年会役員会於：浄光寺
21日 金沢区地域ケアプラザ健康体操教室開催
21日 春の彼岸「ご先祖まつり」法要厳修
22日 金沢区佛教会第73回花まつり大会於：長昌寺
22日 松本・神宮寺大般若・献茶式出仕・荷担
22日 建長寺派布教師会会議出席於：建長寺
22日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
22日 建長寺派住職研修会出席
22日 第107回ZENと写経とお茶の会開催
22日 神奈川県仏教青年会役員会・布教紙発送作業於：龍華寺
23日 金沢区佛教会理事会出席於：正法院
23日 鎌倉ガイド協会団参延べ約300名
23日 東光禅寺施餓鬼法要厳修
23日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
23日 横浜市仏教連合会総会出席(前住)
23日 神奈川県仏教青年会定時総会
23日 金沢区佛教会総会於：正法院
23日 国際仏教興隆協会監査会出席(前住)
23日 伊勢原・能満寺本堂落慶法要出席
24日 建長寺派布教師会「法話スペシャル」登壇
24日 東京国際大学14名坐禅研修
24日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
24日 横須賀・独園寺御母堂葬儀出席
24日 国際仏教興隆協会評議会出席(前住)
24日 当山第20世住職省元和尚隨身・小澤礼子七回忌法要
24日 印度山・日本寺同山会参加(前住)
24日 金沢区佛教会理事会出席於：禅林寺
24日 畠山重保公顕彰墓参会於：畠山重保公廟所
24日 金沢区南小学校2年生街探検学習来山
24日 金沢区佛教会機関紙配布作業於：東光禅寺
25日 鎌倉・報国寺大般若荷担
25日 金沢区佛教会新年総会
25日 国際仏教興隆協会周年祝賀会出席(前住)
25日 日米婦人会坐禅会荷担於：建長寺
25日 建長寺派神奈川二部新年会出席
26日 建長寺土曜法話・親子朗読会法話担当
26日 鎌倉検定一行団参
26日 横浜市仏教連合会涅槃会(前住)
26日 東光禅寺檀信徒総代会
26日 神奈川県仏教青年会移動研修会
26日 建長寺派神奈川二部14寺院・住職拜命回礼
26日 鎌倉・報国寺新命和尚結婚式荷担
26日 金沢区佛教会花まつり総会於：長昌寺
26日 建長寺土曜法話担当
26日 神奈川県仏教青年会役員会於：浄光寺
27日 金沢区地域ケアプラザ健康体操教室開催
27日 春の彼岸「ご先祖まつり」法要厳修
28日 金沢区佛教会第73回花まつり大会於：長昌寺
28日 松本・神宮寺大般若・献茶式出仕・荷担
28日 建長寺派布教師会会議出席於：建長寺
28日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
28日 建長寺派住職研修会出席
28日 第107回ZENと写経とお茶の会開催
28日 神奈川県仏教青年会役員会・布教紙発送作業於：龍華寺
29日 金沢区佛教会理事会出席於：正法院
29日 鎌倉ガイド協会団参延べ約300名
29日 東光禅寺施餓鬼法要厳修
29日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
29日 横浜市仏教連合会総会出席(前住)
29日 神奈川県仏教青年会定時総会
29日 金沢区佛教会総会於：正法院
29日 国際仏教興隆協会監査会出席(前住)
29日 伊勢原・能満寺本堂落慶法要出席
30日 建長寺派布教師会「法話スペシャル」登壇
30日 東京国際大学14名坐禅研修
30日 外国人英語坐禅会荷担於：建長寺
30日 横須賀・独園寺御母堂葬儀出席
30日 国際仏教興隆協会評議会出席(前住)
30日 当山第20世住職省元和尚隨身・小澤礼子七回忌法要
30日 印度山・日本寺同山会参加(前住)
30日 金沢区佛教会理事会出席於：禅林寺
30日 畠山重保公顕彰墓参会於：畠山重保公廟所
30日 金沢区南小学校2年生街探検学習来山
30日 金沢区佛教会機関紙配布作業於：東光禅寺
31日 鎌倉・報国寺大般若荷担
31日 金沢区佛教会新年総会
31日 国際仏教興隆協会周年祝賀会出席(前住)
31日 日米婦人会坐禅会荷担於：建長寺
31日 建長寺派神奈川二部新年会出席
31日 建長寺土曜法話・親子朗読会法話担当
31日 鎌倉検定一行団参
31日 横浜市仏教連合会涅槃会(前住)
31日 東光禅寺檀信徒総代会
31日 神奈川県仏教青年会移動研修会
31日 建長寺派神奈川二部14寺院・住職拜命回礼
31日 鎌倉・報国寺新命和尚結婚式荷担
31日 金沢区佛教会花まつり総会於：長昌寺
31日 建長寺土曜法話担当
31日 神奈川県仏教青年会役員会於：浄光寺

白山住職・寺務日誌より

(令和元年1月～6月・抜粋)
通常の年忌法要、通夜・葬儀、個人参加による坐禅・写経体験、月例坐禅「白山坐会」、御詠歌講練習日、「おてらで整体ヨガ」開催日は省略
※前任職：(前住)



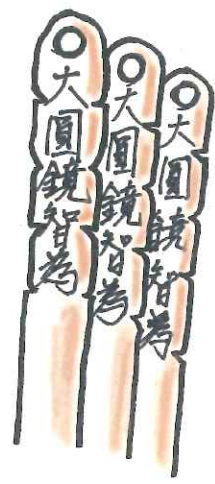


「卒塔婆」を お墓に立てるのはなぜ？

A

ご法事やお盆、お彼岸、納骨などの際に、卒塔婆をお墓に立てるのは何故でしょう。その起源は、釈尊（お釈迦さま）の御遺骨（舍利）を納める、サンスクリット語で「ストウーパ」と呼ばれる仏舎利塔にあります。さらにストウーパから日本でも見られる「五重の塔」や「五輪塔」が生まれ、その形を模して簡略化したものが今の卒塔婆の原型となっています。

釈尊は宇宙を構成する五つの元素「空・風・火・水・地」を示し、それらによって人もまた生かされて



れているのだ、と教えられました。五重の塔や五輪塔、そして卒塔婆板の上部に見られる独特の形は、上から順にこの五つの元素を表したものです。日本の仏教では、卒塔婆を立てることは「功德」を積むことであり、「追善供養」の心を故人に伝え示しその冥福を祈るものとされています。

書かれる内容や書式は宗派や寺院によって異なりますが、基本的には御戒名や法要の回忌数、施主名、建立年月などが記されます。密教的な宇宙観をモチーフにした「梵字」が書かれるものも多々あります。

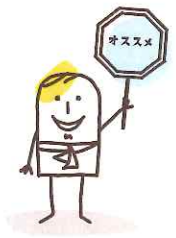
東光禅寺では最初に○(円相)、続いて「大圓鏡智」(円い大鏡に一切がそのままに映し出されるように、すべてを明らかにする曇り一つない清浄な仏智。「岩波仏教辞典」より)と記すスタイルを使っています。

お墓参りの際には、皆さまのご先祖への感謝と追善の真心のお印として、是非卒塔婆をご建立ください。お申込みだけでなく、建立のタイミングや本数、内容などご不明な点がある際には、どうぞお気軽に就職までお問い合わせください。



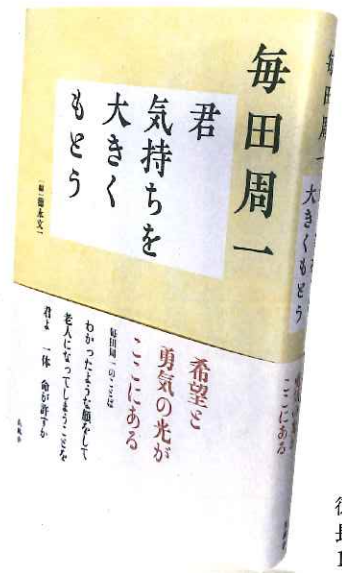
東南アジアなどでよく見られるストウーパが起源

イチオシ! BOOK



『毎田周一 君気持ちを大きくもとう』

「わかったような顔をして老人になってしまふことを君よ 一体命が許すか」(「好奇心」より)。西田幾多郎・暁鳥敏に学んだ後、師範学校教授を辞して釈迦や道元、親鸞などの教えを学び広めた、昭和の仏教思想家で詩人・毎田周一。混迷の時代にあっても右往左往せず、悲しみも逆境も悠然と乗り越え、自分を見失わずに歩んでいく。そんなしなやかさと力強さが、日常の言葉で語られる仏教の智慧の数々から湧き出してくる。



徳永文一編
長風舎
1,500円(税別)

坐禅

〜千古これを廃すべからず〜

文：福嚴寺（栃木県足利市） 采澤良晃
画：法蔵寺（三重県四日市市） 水谷周行

「坐禅は乃ち大安樂の法門なり」と、建長寺開山大覚禪師（蘭溪道隆）はこの言葉を残しております。言うまでもなく僧堂（修行道場）での生活は坐禅が根本にあります。

開静（起床）後すぐに始まる朝課の時も、開枕（消灯）前の読経の時も、しつかり結跏趺坐（両足を両腿に乗せる坐禅）をして腰骨を立てて坐ります。

管長猥下曰く「姿勢を真っ直ぐにしたら、必ず余計なものとは考えなくなる。姿勢が悪いから、いろいろなことを考えてしまうわけ」

僧堂での坐禅は主に禅堂に雲水が集まり徹底して行います。実に無駄なものは一切ない静寂な禅堂に一步足を踏み入れたら、その瞬間に異空間へと入り込んだ心境になります。

禅堂内に雲水たちが揃い坐り、直日（禅堂内の指導役）が香盤に線香を立て柝を叩き引磬を打ち鳴らすと、忽ち堂内は一切の動きが出来ぬ、坐禅三昧の止静の世界になります。一本の線香が燃え尽きるまでの三十〜四十分、



これを一炷と呼び坐禅の時間として計ります。坐禅中、煩惱邪念を払い集中させるため、先が平たい木の棒で強く打たれます。この棒は「警策策励」の語を略して警策と呼ばれます。つまり、眠気を覚まさせ修行に精進し励ますことを意味します。

慣れぬうちは背中痛み、足の痛みとの戦いでした。特に坐禅中の足の痛さは想像を絶するものでした。夏でなくとも痛みによる脂汗で衣が濡れるほどでした。坐禅のどこが大「安樂」であるのか理解不能でした。しかし乍ら痛みは痛みとして受け入れる大切さを教わります。痛み三昧、坐禅三昧です。

人を苦しめる悩み煩惱は、事実を受け入れまいとすることから起こるのではないでしょう。悩み苦しみを隠そうと余計な考えを廻らしてしまい、悩みは一層深まります。

有難いことに、自ら本来既に仏であったと気付かせて頂くのが坐禅です。宜なるかな「坐禅は乃ち大安樂の法門なり」

合掌

チョシヤム マイ仏壇のすすめ

ブータンの家には必ず「チョシヤム」と呼ばれる仏壇がある。そこには仏像や仏画、祈りに使う仏具などが備えられている。人々は朝起きてまず、金色のカップの水を入れ替え、「サン」と呼ばれる香を焚き、手を合わせて経文を30分から1時間ほどかけて唱える。それが一日をスタートさせる大切な日課だ。

一般的な家屋には仏間があり、煌びやかな仏壇が設置されている。経済的に余裕がある家は「ほぼ寺の本堂」と言っても差し支えないほどの豪華さだ。信仰心の深さが社会的なステータスにも直結するこの国では、車や服よりも仏壇に投資する人が多い。「年収の三分の一を費やす」と話す友人もいるほどだ。国内の雇用不足から、近年は海外に出稼ぎに行く若者が急増しているが、オーストラリアと日本に住む友人宅を訪ねた時、そこでもチョシヤムは大切にされていた。住まいに仏壇のない生活など考えられないのだろう。彼らにとっては、どんな家具や荷物よりも貴いものなのだ。

先祖供養の拠点としての意味合いが強い日本の仏壇とは少し異なり、チョシヤムには仏様や菩薩、仏教的聖人が祀られている。そして、祈ることで心の汚れを洗い流す「スペース」でもある。そんな心を豊かにしてくれる空間を当たり前のように大切にしている彼ら。一朝一夕には真似できない、高貴な感覚を持っているように感じた。

ブータンの
風を感じて

06

ブータン



文・写真

関 健作

Seki Kensaku

写真家。3年間ブータンで体育教師。帰国後、写真家の道を選び、ブータンで生きる人々をテーマに撮影している。APA（日本広告写真家協会）アワード2017写真作品部門・文部科学大臣賞受賞・第13回「名取洋之助写真賞」受賞
【著書】「ブータンの笑顔」（径書房）