

# 観自在

弘長寺寺報  
第十六号  
平成二十年  
一月

## 坐禅のすすめ

(仏教は人生の羅針盤)

弘長寺住職 森田裕光

明けましておめでとございませう。

平成二十年の年が明けました。今年こそ争いの止む、平和な世界実現に向けて大きく進展する年となりますように。

皆様はどんな人生の最終目標をお持ちでしょうか。ただ何となくだらだらと毎日をお過ごしになっていませんか。羅針盤を持って目的地へ船を進めるのを航海といいます。羅針盤を持たないで船を進めるのを漂流といいます。

私共は人間に生まれているから当たり前のように思っているのですが、この地球上に命を頂く生命体の数を考えると、人間に生まれ出るといふことは、気の遠くなるような確率の低さであって、奇跡に近いことに気づかされます。せつかく人間として頂いたこの命(魂)、可能な限り磨きあげて終焉を迎えてこそ、頂いたご恩に報いるものだとはお思いになりませんか。

仏教は、お釈迦様が人間としての最高の生き方を示された教え(羅針盤)です。

決して死人にはなく、生きている私共に対する教えなのです。お釈迦様が悟りを開かれたのは、自分の肉体を痛めつける苦行によってではありませんでした。

苦行の果ては悟りではなく死だ、と気づかれ、苦行を止めて静かに坐禅をされると、たちどころにお悟りを開かれたのです。すると仏教にとつて究極の修行は苦行ではなく坐禅だということが解ります。苦行にも快樂にもあらず、これを中道といいます。人間として尊厳されうる最高の修行の姿が坐禅の姿なのです。

道元様は、行住坐臥(生活) 全てが修行なのだが、その修行実践の根幹となるのが坐禅だ。

すなわち坐禅に裏打ちをされた修行(生活)こそが本物の仏道修行だ、と教示されるのです。

だらだらと百歳生きたとて何にもならない、一日でもよいから本物の修行をせよ、それが人間として生まれ出ることが出来たことに対する報恩行だ、と道元様がおっしゃっています。



「坐禅は無所得無所悟であるから目的を持つな、坐禅をしても何にもならん」などということを、曹洞宗は強調し過ぎていると思えます。

そのことが、一般の方から曹洞宗の坐禅を敬遠させる(門前払いに近い)一因になっているような気がしてなりません。

確かに教えはその通りなのですが、坐禅による結果としての功德効能は(α波・β波・θ波による脳の活性化・身心リフレッシュ・腹を立てない・集中力がつく・落ち着く、心が広くなる等)計り知れないほどあるのですから、初心者には坐禅の目的を持ってよいと私は思っています。(普勧のための方便です)

坐に親しめば、初念の目的など霧散してしまいます。

毎月第一木曜日の朝六時から坐禅会を行っています。足の痛い方、イスでもOKです、是非ご参加下さい。

## 謹賀新年

弘長寺護持会

会長 武田民三

新年おめでとつございます。

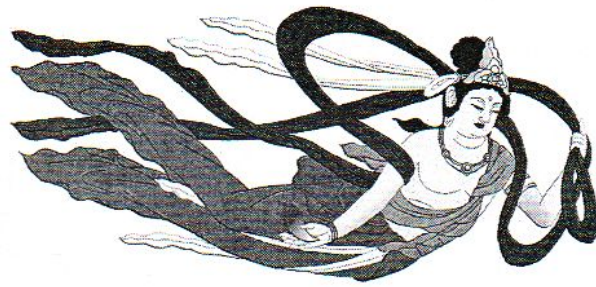
初春を迎え、檀信徒皆さまのご繁栄とご健勝を心からお祈り申し上げます。

昨年十一月に、護持会総会を開かせて戴き、二十二年間据え置きとなっていた護持会費の改定をご決議賜りました。

厳しい情勢下にありますが、ご賢察のうえ、ご理解ご協力を賜り、檀家の使命であります菩提寺の運営護持になお一層精進してまいる所存であります。

早速に新年度の護持会予算の編成にとりかゝること、な

りますが、各般に亘り充分な検討を積みあげ、懸案の事業推進に遺漏のないよう勉めてまいります。



特に老朽化した本堂の修繕

・補強が緊急の課題でありま

すが、そのなかでも開山堂

(本尊須彌壇後方に位置)は、

さきに完成した阿弥陀堂(各

家ご先祖のお位牌堂)の建立

には、その中心にご開山をお

祀りすることとなっていたの

ですが、諸般の事情でまだそ

のままとなり、お粗末な状態にあることに誠に申し訳もなく、心が痛む次第であります。

さて、檀家にとりまして、

菩提寺の継承問題は最も重大なこととして捕らえているところですが、得度を済まされ

ている若さま(大裕さま)が

明春、駒沢大学の仏教学部に

ご進学なさるとの頌報を承り、

護持会として衷心からお慶び

申し上げますと共に、菩提寺の

安泰をお檀家の皆さままでお祝

いし、感謝申し上げますと存

じます。

護持会の大切なもう一つの

使命である檀信徒の親睦・研

鑽であります。第二教区

(宍道・玉湯)の当番寺院と

しての企画や当山護持会の計

画を、平成二十年度も済済と

進めてまいりますので、格別

のご協力をお願い致します。

また、新年度から当山の宗

教行事として、大般若祈祷会

を四月二十日に再営修される

ご予約と伺っています。

檀家挙つて参拝いたしましたよう。

おわりに、今年がお檀家皆

さまにとり、実り多い年であ

りますようご祈念申し上げます、

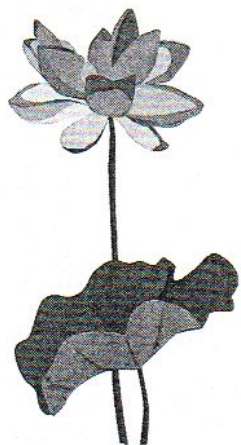
一層のご理解とご協力を切に

お願いし、新年のご挨拶とい

たします。

ありがとうございます。

合掌



お知らせ

お願い

●ご家族でどなたかがお亡くなりになりましたら、まず第一番にご家族がすぐにお寺にご連絡下さい。

どんなに予定が入っていてもなるべく葬儀を優先させるのですが、連絡が遅れるとご希望通りの対応が難しくなる場合がございます。

かなり時間が経過した後、寄り方さんから最初の連絡が入ったりすると、当日檀務予定されていた方に大変ご迷惑をかけますし、どうしても変更がきかず、葬儀の方を一日先送りしていた

だかなくてはいけなくなることもあるのです。

●阿弥陀堂の前机に花立て二器寄付していただきました。

施主は長楽園社長・長谷川暎一氏、阿弥陀様の荘厳が一層立派になりました。

●今年度(平成二十年)より新規行事を始めます。

多くのお檀家様がお詣りされる大きな行事は八月七日のお施食会ですが、これは先

祖供養でございます。

それとは別に大般若祈祷法要を春に設けたいと存じます。

実は昭和四十三年までは、当山でも大般若法要が毎年三月に行われていたということですが、これは先祖供養と違い、大般若

若を転読する功德力で自らの願いを成し、五穀豊穡・災難滅除・病魔退散の祈祷法要でございます。

お寺様は玉湯町のご寺院様三名と安養寺様にお願ひしようと思っております。

気楽にお詣りいただき、お布施(茶封筒でも結構です)は焼香時に前机のお盆に置いていただければ結構です。

特別なお札を作製し、お渡しいたします。

平成二十年四月二十日(日)午後二時から厳修いたします。願ひ事や心配事のある方、多くの方の参拝をお待ちいたします。(加筆再掲載)

●当山には法人の伝導車が二台あります。

着衣時に乗降が楽で、棚等狭い道でも入れる軽自動車・三菱パジェロミニと、もう一台は、トヨタルシー

ダワゴンです。お檀家様や梅花講員の方を送迎するのに必要な方です。状況に合わせて寺族と二人で使用しています。

最近の車は本当に優秀です。ルシーダは十年で十五万四千

kmも走っているのですが、まだでもさすがに外観はポンコツ

になりました。パジェロも十万kmを越え修理が多くなってきたのは確かです。

が、このあたりで5ナンバーの8人乗りワゴンを購入したのですが、現在では8人乗りの5ナンバーを探するのは困難かもしれません。



仏教会総会送迎

梅花講員送迎

●盆棚経は、浜西まで終了しました。

今年池田からスタート、小松―中垣―内ヶ峠―久戸―大森―横見―大野と廻ります。

●東堂様は湖南病院にて介護入院をされています。

鼻からの流動食ですが、お元氣なのですが、人を認識することができなくなりました。

言葉も話せませんし、こちらから話しかけても全く反応がないという状態です。

本山団体参拝ご案内

第二宗務所主催本山研修会のご案内を致します。

昨年は総持寺様でしたが、今年には永平寺様でバスの旅です。ちようど永平寺三世徹通義介禅師様の七百回御遠忌に当たります。

早朝、本山の本堂でお腹に響く木魚や鐘の音と、二百名を越える雲水の読経による厳肅な雰囲気を感じてみませんか。是非本山での有り難い一泊研修旅行にご参加下さい。

◎期日平成二十年五月十四日(水)―十六日(金)―二泊三日

◎募集人員百八十名

◎五万五千元

◎申し込み方法 申し込み金五千円を添えて弘長寺までお申し込み下さい。

◎申し込み締め切り四月十一日

◎コース

・一日目 永平寺吉祥閣泊まり研修(三時起床・坐禅・法話・各家先祖供養等があります)

・二日目 兼六園・大乘寺(徹通禅師開山のお寺)・松井秀喜へスポーツルミュージアム・山中温泉泊

・三日目 九谷焼・お菓子城・越前竹人形の里・御誕生寺(瑩山禅師御誕生地)



### 第二教区護持会

### 京都・奈良研修旅行

昨年より二年間、妙岩寺様より引き継ぎ、第二教区(六道・玉湯寺院十ヶ寺)護持会の当番寺院となりました。

武田護持会長が教区護持会長となり、弘長寺住職と鞍馬寺護持会長が教区護持会副会長の任についております。

二年間の最大の事業が一泊研修旅行です。

役員会で綿密なコース選定と打ち合わせを行い、三十五名募集をかけ三十六名の参加申し込みを得ました。

弘長寺は地区委員さん方を中心に、ほぼ半数にあたる十七名の参加となりました。

昨年十月十六日、十七日、一泊二日のバス旅行。

一日目黄檗宗本山萬福寺から、住職の修行寺で道元様初開の道場である興聖寺へ拝登し、夜は琵琶湖温泉で宿をとり懇親を深めました。

二日目は一路奈良へ。

鑑真和尚ゆかりの寺である唐招提寺、そして平山郁夫画伯の描かれた壁画で有名な薬師寺、そして興福寺等を拝観し、帰路につききました。

普通のツアーコースにはないような寺院巡りコースで、参加者は充分満足されたようです。

### 研修旅行に参加して

寺族 森田春美

十月、第二教区護持会主催の研修旅行に参加致しました。

今年は私のお寺が当番の為、会長さんより「奥さんも是非ご参加を」との言葉。

京都、奈良の一泊二日のお寺巡りという事で楽しみに出かけました。

一日目は宇治の萬福寺に参拝して普茶料理を頂いた後、道元禅師様初開の道場で、弘長寺方丈の安居寺である興聖寺にお参り致しました。

実はここが一番の今回の目的であったのですが、興聖寺方丈様のありがたい法話と丁寧なおもてなしに感動し、枯山水の庭園の眺めの素晴らしさにほっとする思いでした。

山門の前で琴坂を下りて姿が見えなくなるまで見送って下さった方丈様の姿は、今でも忘れることが出来ません。

二日目は奈良、唐招提寺の金堂が修理の為講堂を拝観致しましたが、その講堂にある仏像は次の御開帳は三百年後だそうです。から大変貴重な拝観をしました。

薬師寺では、平山画伯が描かれた大西西域壁画殿の三十年をかけた大作に感銘致しました。

今回第二教区の御寺院様、役員・檀信徒の皆様方と御一緒に旅が出来ましたことは、寺族としてとても有意義に感じ感謝致しました。

(寺族会機関誌原稿加筆)



第二教区護持会 黄檗宗大本山萬福寺 平成19年10月16日



### 葬儀の 達人になりましたよ

(ひろさちやさんの著書を  
主参考にしました)

### ●葬儀とは何でしょう

遺族にとつては、亡き人への「愛慕」と「怖れ」を調和し、死後の平安を祈る儀式です。

亡き人にとつては、四十九日間仏道修行した後に仏の世界(浄土)へ行くのですが、修行する心構えをつくる為の新たな旅立ちの儀式で、仏のみ子となるためお懺悔をしたり、戒法を受けた後戒名(仏の名前)を頂いたり、また今世に未練を残さずまっしぐらに修行に入ることが出来るよう励ましの引導をわたされたりするのです。

だから遺族は葬儀の間、どうか立派な仏のみ子となり、無事に修行を了えてお浄土に行けますようにと念じることが大切です。

### ●自宅で喪主として

家族の突然の死ほど動転することは無いと思います。

特に今まで社交儀礼は全て親がやってきたので、何もわから

ないままその親に突如先立たれ、いきなり三日間「喪主さん」「喪主さん」と呼ばれつばなし、悲しむどころではなかったというお話もよく耳にします。



・お知らせのトップにも書いておられますが、隣保に連絡する前にまずお寺に連絡をして下さい。隣保の方と相談しなければ日取りが決められない場合でもまずお寺にご一報下さい。お寺のスケジュールを、予想できるご希望の葬儀日時に合わせて速やかに最善の変更をいたします。

(逆に皆様方がお寺参り等の予約をされていても、葬儀が入った場合はご理解ご協力いただくようお願いいたします。)

・最近自宅の畳の上で亡くなるケースは稀でしょう。病院で医師から臨終の宣告を受け、親戚知人隣保への連絡、遺体の帰宅となります。遺体が帰宅すると隣保の方が集結、段取りが決まります。

・来待地域では殆どJA葬儀社がカバーしています。入棺までJAさんの主導でされるので、何でもJAさんに相談されたほうがよいでしょう。

### ・末期の水(まつごのみず)

死に水ともいい臨終に立ち会った家族・近親者で行うもの。現在では遺体を清める前に行われる。

お釈迦様が入滅直前弟子の阿難尊者に向かつて「のどが渇いた水が欲しい」と求めたところ、鬼神が水を捧げたという故事にならったものといわれています。

また一説には阿難尊者が川の水を汲もうとしたら、上流を五百台の車が通ったため、水が濁っていた。

しかし急がねばならないので、水をすくおうとしたらその水だけ突然澄んだといわれもあります。

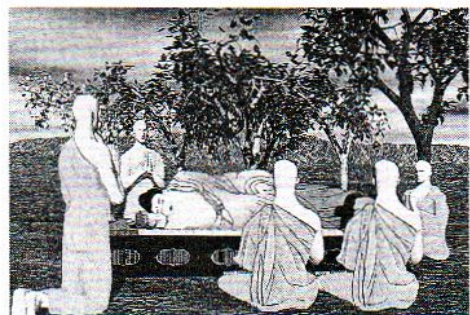
末期の水に使う道具は筆・綿・紙・櫛(シキミ)の葉などが用いられているが、特別に作ったひしゃくで飲ませる例もあります。

### ・湯灌(ゆかん)

湯灌は本来、死後の世界へ清らかな体で旅立つてほしいという考えから、遺体を湯水で拭き清めることをいうのですが、最近松江市内では入棺の前に、車で浴槽を持参して丁寧な湯灌をする葬儀社もあります。

「お湯灌を葬儀社でしましょうか」と聞かれ、何も考えずに「はい」と答えると、突然大きなワゴン車がやってきて、バスタブを部屋に置き、車からお湯を注入し、うら若き女性二人で

何もそこまで思うほど大層丁寧な入浴・湯灌・化粧が施されます。(後で請求書を見てビックリです) 何事も内容と金額を確認いたします。



### ・北枕(きたまくら)

遺体は基本的に北枕にいたします。遺体はなるべく暖めないように、敷き布団は一枚、掛け布団も薄いものにします。

かけ布団はふだんとは逆に、足元にくるほうを頭側にかけます。最近は見かけませんが、枕元には逆さ屏風も立てます。

北枕はお釈迦様が お亡くなりになった時の最後の体位です。大般涅槃経にある「頭北面西右脇臥」の形を真似たものです。頭を北にして、顔は西向き右脇を下にして休まれました。

以下次号