



# 12月号

# ひだまり

今月のエッセー

### こたつ



寒くなってきたので、こたつを出しました。上に蜜柑を置けば、冬の風物詩の出来上がりです。

こたつの中に入ると、ぽかぽかと足もとから身体があたたまり、幸せな気持ちになれます。こたつを背にカタツムリ化してウトウトと寝てしまう時間は、最上の時間と言えるのではないのでしょうか。

ただ、一度こたつに入るとなかなか抜け出せないのが困るところです。早くこたつから出て家事や仕事をしなくてはならないのに、その気持ちが萎えてしまいます。まさに魔性の家具といえます。一分一秒でも長く、この小さな幸せを味わ

## 私たち、こんなことをしています！

### 日常の研修風景より

## 『法話の勉強会』



法話とは文字通り「仏法のお話」です。よって釈迦様の教えを正しく理解していることが大前提にあります。この勉強会では全国から志ある僧侶が六十人以上も集まり、一週間という間、食事を共にし、同じ部屋に寝泊まりしながら更なる研鑽を積みみます。

ここでの勉強は敬語の使い方、人前での話し方まで多岐にわたります。人前で話をするのは誰でも緊張します。故に、自分の伝えたいことが本当に伝わったのだろうかと不安になることもありま



法話をする筆者

す。そんな時、同じ志を持つ仲間、法話を聞いて下さる方々の存在は何よりの支えとなります。この勉強会はそういった自分を支えてくれている存在に気づく一週間ともなるのです。

◆堀江紀宏ほりえきこう



一階展示室の風景

## 編集後記



今年もいよいよ終わりに近づいてきましたね。私はいつも年末になると、今年一年に起きた様々な出来事を振り返り、どんな一年だったかを紙に書き出します。そして次に、来年はどんな一年にしたいのかを考え、可能か不可能かを考えずに思いつくまに書き出していきます。

この、年末の紙に書くという作業は、まもなく迎える新たな年に一体どんな楽しい事が起きるのかを考えさせてくれます。すると、それだけで何だか楽しくて、居ても立ってもいられない気持ちになります！

寒い冬を元気に過ごし、新年、元氣にお会いしましょう！

◆大澤香有おおさわこうゆう

発行 曹洞宗総合研究センター教化研修部門

〒一〇五・八五四四

東京都港区芝二・五・二曹洞宗事務庁内

☎〇三・三四五四・六八四四

いたく思ってしまうのです。

日頃の生活でも同じことがいえます。楽しいことや、居心地のいい場所があるとついで必要以上に求めたり、そこに長居をしすぎたりしてしまいます。好物だからといって買いすぎてしまったり、見るつもりがなかったテレビ番組を見てしまったり、予定にはない行動をとってしまったり、その日の計画が台無しになってしまうこともあります。目先の誘惑に負けて、執着してしまうのです。

「人間の苦しみは執着から生まれる」とお釈迦様は教えています。好物だからといって食べすぎればお腹は痛くなるし、すべき事をしないで遊んでばかりでは、後々そのしわ寄せで苦労することになります。欲張ってばかりいると、幸せが一転して苦しみが変わってしまうのです。

好きなことであっても、適度に楽しむ。それが幸せのコツといえます。何事も執着をしすぎず、時には手放す勇気も大切なのです。

さて、自分もそろそろこたつから出て仕事に向かうとしますか。

◆中野太秀なかのたいしゅう

# 法のお話



三年度  
寺門典宏

## 『普回向』

「願わくはこの功德を以て普く一切に及ぼし我等と衆生と皆共に仏道を成ぜんことを」

(私訳)

私が願うところは、この善い行いの功德があらゆる人々に振り向けられ、私を含めた、すべての人々が皆、一緒にに仏の大いなる道を全うできますように」

これは『法華経』『化城喻品』に書かれており、いつも皆さんと共に法話訪問の終わりに読む言葉で「回向」といい他に振り向けるという意味があります。在苑者の皆さんに毎回般若心経を読経していただき、生きとし生けるものへと功德を振り向け

ます。お経は自分の為に読むものであり、自分以外の仏様を含めた普く一切に対して読むものでもありません。お経を読む時には普回向の意味を噛みしめながら一生懸命お唱えされることをお勧めします。私は大学時代、この普回向のように人のために何かをしたいと考えたことがありませんでした。また、人の気持ちを察することが苦手な私にとって人付き合いはとても苦痛でした。私は理系で化学を専攻していたため、入学当初から講義、実験を繰り返す日々。実験はあらかじめあるデータに基づき試行錯誤をしながら結果へと導きます。簡単に言うならば試験管を振って化学反応を分析することですぐに結果が現われる。人間関係を億劫に思っていた私にとって明快でした。しかし、僧侶となった今では人のありがたさを実感しています。それを最も感じる事ができたのが修行です。私は石川県の金沢にある大乘寺というお寺で修行をしました。私が修行していた時は十人程度の修行僧しかいませんでした。相手の良いところも嫌なところも自然と見えてくるため、毎日毎日が譲り

合いです。いびきがうるさく寝られなくても、文句を言わず眠らなければ次の日の修行になりません。修行中は週替わりで様々な役割がまわってきます。私がお風呂当番の時のことです。今では珍しいボイラーに薪をくべてお風呂を沸かしていました。ボイラーの温度調整は難しく、ちよつと油断をしていると温度が急激に上昇し、ボイラーから水蒸気が噴き出し壊れてしまいます。いつものように薪をくべているとボイラーの温度を調節することができず、ボイラーを壊してしまいました。そのことを恐る恐る先輩修行僧に話すと「私も同じことをしたよ」と笑って許してくれたのです。その日はお湯を使う量を制限され、他の修行僧に迷惑をかけてしまいました。私のちよつとした不注意が皆のリズムを狂わせてしまう。「同じ釜の飯を食う」という言葉もあります。一緒に生活しているからこそちよつとした相手への気配りが必要であることを痛感しました。こうして四六時中、仏の道を歩む修行僧として生活できたことをこの普回向を読むたびに思い出すのです。

## 身近な仏事

### 『お仏壇のまつり方』

お墓でよく見かける卒塔婆(あるいは塔婆)。この細長い木の板にはどういう意味があるのでしょうか。

実はこの卒塔婆、お釈迦様が亡くなった後、ご遺骨を納めて供養した塔(ストウパ)に由来しています。これが日本に伝わり、五重塔や五輪塔と姿を変え、年月を経て現在の形になっていきました。また卒塔婆という名は、ストウパを漢字に音写したものとされています。

年忌法要やお盆、お彼岸などには、お墓の傍らに卒塔婆を立てて供養します。これは故人の冥福を祈る意味で立てるもので、お釈迦様への供養に用いられたということからも分かるように、故人への最上の供養になると言われています。  
※五重塔・五輪塔は、いずれも死後の成仏を願って立てるお墓です。



お墓の横に立てられるお塔婆



写真は五輪塔。五重塔や五輪塔を簡略化したものが塔婆です。

◆羽賀孝行

## ひだまり寺社巡り



東京都文京区

えんじょうじ

### 『圓乗寺』



寺社の建ち並ぶ文京区白山の地、ビルの谷間を行くと歌舞伎で有名な『八百屋於七』に縁ある天台宗圓乗寺が見えてきます。歌舞伎と言っても、八百屋於七は江戸時代に実在した話です。八百屋の娘、於七は吉三郎との恋のために罪を犯し、火刑となつて非業の死を遂げます。しかし彼女の亡き後、出家をした吉三郎の篤い供養により、浄土に向かつたと言われています。その際、吉三郎の夢枕に立って残したと言われるのが、お堂に安置された「八百屋於七地蔵尊」、唇に紅をひいたお地藏様です。境内には於七を偲ぶ墓石が三つ並んでおり、於七を演じた役者によって建てられたというお墓もあります。

そんな於七縁の圓乗寺には、芸道を志す方や縁結びの祈願に来る方が絶えず、きれいな花がいつもお供えされています。於七の恋が今、多くの縁を結んでいるのです。 ◆畔柳公潤