



# 6月号

# ひだまり

今月のエッセー

## 「食」への感謝



梅雨の季節を迎え、ぐずついた天気が続いております。雨ばかりで気が滅入りがちですが、皆さんお元気に過ごすごですか？

先日、梅雨の季節のことを考えていると、ふと、「農家は梅雨の間、休みなんだろうか。」という疑問がわいてきました。雨が降り続いては、畑の仕事はできないだろうと思っただけです。

そこで、農家である私の実家の祖母にそんな疑問をぶつけてみたところ、「農家にお休みはないんだよ。」とキツパリ言われてしまいました。たとえ雨が降っていても、草取りや摘花（大きくて味のよい

## ぶったにゃんの

# ひだまり仏教クイズ



## 問題

曹洞宗には總持寺・永平寺という二つ大本山があります。總持寺は、神奈川県にあります。もう一つ、永平寺は何県にあるでしょうか？

- ① 京都府
- ② 島根県
- ③ 福井県

## 五月号の答え ②番「帰依します」

さて・・・五月号の答えですが、正解は②番の「帰依します」でした。「帰依」とは「拠り所にする・信じる」という意味になります。

「南無」とは「帰依します」という意味ですが、私達の心の持ちようで意味が変わるようです。自分が苦しみ、辛い時の「南無」には「おすがり致します・助けてください」という帰依の意味を持ち、楽しい時、うれしい時の「南無」には「有難うございます・貴方様のおかげです」といった感謝の意味を持つのだそうです。

## 編集後記



先日、友人の結婚式に行って参りました。友人は本山で共に修行した僧侶でしたので、当然、仏前結婚式となるわけです。教会での結婚式は何度か経験があるので、仏前での結婚式は初めてで驚くことばかりでした。

特に印象に残ったことは、仏前の結婚式とは「結婚を神に誓う」のではなく「二人がめぐり逢った仏縁を親族、先祖、仏様に感謝する」場であるということでした。ご縁を大切にすることを祈ることが、二人の生活を豊かにしていくのです。

もしかすると、巷でいうあの赤い糸は「ありがたう」の気持ちで出来ているのかも知れません。◆畔柳公潤

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・二曹洞宗宗務庁内

☎〇三・三四五四・六八四四

果実を生産するため花を間引くこと)をしないでいけないうことです。

考えてみると、野菜や果物は声を出して「水がほしい」「太陽の光がほしい」などと言うわけではありません。

だからこそ、そんな聞こえない声に思いをよせて、雨の中でも風の中でも働いていかなければならないのです。その陰には、農家の方の、美味しく育ててほしいという思いが込められているように思えます。

曹洞宗の僧侶が食事の前に唱える「五観の偈」というお経の中に、次のような一文があります。

功の多少を計り彼の来処を量る。  
(この食事がどの様な苦勞に支えられ、どの様な経緯で私のもとに至ったか十分に思慮し感謝していただきます。)

普段、私たちが口にしてる野菜や果物の中には、大地の恵みと、育ててくれた方の苦勞が詰まっています。

私の体を、ここまで成長させてくれたのは食べ物です。その食べ物を、休むことなく育ててくれた祖父母に「ありがたう」を伝えたいと思いました。◆竹村信彦

# 法のお話



堀江紀宏  
三年度

## 『当願衆生』

「ご飯を食べることも寝ることも、日常の全てが大切な修行である。だから当たり前なことだと言って疎かにしてはならん」これは私が總持寺で修行していた頃、指導してくださる老師がよく口にされていたことです。

誰しも、お腹が空けばご飯を食べるし、眠たくなれば寝ます。この当たり前の日常を疎かにしないとはどういう事なのでしょう？そのヒントは演題に示した「当願衆生」という言葉の中に見いだすことが出来ます。

曹洞宗の修行道場では、ご飯を食べるときや寝るときなど、日常の様々な場面で偈文(短いお経)を読むことが多くあります。

その偈文の中には必ず、この「当願衆生」という言葉が含まれています。例えば髪を剃るときに読む偈文にこのようなものがあります。

〈浄髪の偈〉

剃除鬚髮

当願衆生

永離煩惱

究竟寂滅

〈意識〉

髪や髭を剃るにあたって、当に人々を願ひ、永く煩惱を離れ、安らぎが得られますように。

「当願衆生」の持つ意味は、「当に人々を願ひ」です。仏教では自分だけ良ければそれで良いとは説きません。もちろん、自分自身の修行として日常の行いを大切にしていくことは当然のことですが、その行いは同時に周りの人々のためでもなければなりません。ゆえに「当願衆生」の後には、必要以上の欲望から離れ、人々が心安らかにいられるようにと、他を思いやる願ひの言葉が続きます。私たちにとって髪を剃ることは、ご飯を食べ、寝たりすることと同じように日

常的な行いです。

しかし、日常的な行いは、時としていい加減なものになりがちです。修行を始めた当初は二人一組で、お互いに髪を剃り合うのですが、その際は痛い思いをさせまいと、相手の事を思いやり、丁寧に剃っていきます。ところがある程度月日が経ち、自分で自分の髪を剃れるようになって話しは別です。つい面倒くさいとか、早く終わらせたいという自分本意な思いが先走り、カミソリで頭を切ってしまったたりすることがあります。痛い思いをするのは自分です。誰が迷惑するというわけではありません。しかし、髪を剃ることに慣れ、当たり前なことだという思いが、修行当初の思いやりと丁寧に剃っていくという気持ちを忘れさせてしまうのです。

自分の頭を相手の頭のように、相手の頭を自分の頭のように。日常の行いの中に、少しでも自分と他人を等しく思いやる気持ちを込めることが出来たならば、誰もが心安らかな生活を送ることが出来るのではないのでしょうか。一人でも多くの人の心に「当願衆生」の思いが芽生えることが今の私の願ひです。

## いろんな仏様

### 『文殊菩薩』

今月号では、「三人寄れば文殊の知恵」ということわざで知られる文殊菩薩をご紹介します。

この文殊菩薩は智慧を象徴する仏様です。ここでいう智慧とはものごとを正しくありのままにみて、真実を深く見きわめることです。正式名を「文殊師利菩薩」というこの仏様は実在した方であるとも言われています。

生まれた年の干支によって、それぞれに「守り本尊」があると言われていて、文殊菩薩は兎年生まれの人「守り本尊」であり、智慧明瞭や学業成就のご利益があります。自分の気持ちや相手に伝えたり、人間関係が良くなるように助ける力も持っているそうです。文殊菩薩は、禅宗では修行僧の姿で坐禅を組んだ形で僧堂(修行僧の坐禅・食事・睡眠の場)に祀られています。



◆國生徹雄

## ひだまり

### ご当地グルメ



東京都より  
『東京ラーメン』



今回は、東京名物「東京ラーメン」をご紹介します！このお店は、ラーメン激戦区の東京都内で、唯一私が学生の頃から通い続けているラーメン屋さんです。

お店の名前はラ・ヌイユ。これはフランス語で「麺」という意味です。最近改装したばかりの歌舞伎座の裏にあり、店内が青と黄色の二色に統一されているとても個性的なお店です。

この「東京ラーメン」は、ちぢれた細麺の醤油味で、とてもさっぱりした味付け。可愛いナルトと、こだわりのチャーシューが麺の美味しさをより際立たせます。ランチには、食欲をそそるチャーシュー握りとセットで頼むのがおすすめ！

ラーメンはあまり食べない私ですが、この東京ラーメンには人を飽きさせない魅力があり、いつも美味しく頂いています。皆様も是非一度、足を運んでみてはいかがでしょうか？◆大澤香有