



12月号

ひだまり

今月のエッセー

だいこん

身を切るような寒さが続き、吐く息の白さに本格的な冬の到来を感じる今日この頃。冷えた空気が肌を刺すたびに、熱々の料理が食べたい！という欲求が私の脳裏をかすめます。おでんやシチュー、水炊きに肉じゃが。冬至の日が近ければカボチャの煮物なんかも恋しくなります。寒い日の温かい食べ物ほど格別なものはない、惹かれる料理を挙げればきりがありません。ですが、その中でも私が一番食べたくなるのが「ふろふき大根」です。私の実家では、大晦日と新年のお祝いとして自家製の味噌と大根を使った炊き出しを行っています。そこで振舞われる

「ふろふき大根」は、「不老富貴」にあやかっつて長命と富裕を祈願する縁起ものとして、お檀家さん達をはじめ地域の人たちに愛されています。もちろん味も申し分なく、こだわりの持つて作られた味噌や大根は絶品なのです。二日間じっくりと煮込まれた大根にはしっかりと出汁が染み込んで、箸でさくりと割ると薄く色づいた艶やかな断面が湯気とともに食欲を誘い、そこに甘めに仕上げた自家製の味噌を合わせ、刻んだ柚子皮をはらりと落とせば…もう言う事はありません。新年を祝う寒空の下で、はふはふと頬張る瞬間がなによりもたまらないのです。

ある冬の日、どうしても食べたくなって自分で作ってみた事があります。大根を出汁でじっくりと炊き、甘めの味噌と刻み柚子を合わせてみたものの、出来上がったそれはまるで別物。やはり、実家の「ふろふき大根」でなければいけない、と感じ入った瞬間でした。それ以来、特別に冷え込む日が来るたびに、今年の大根の出来はどうだろうかと思いを馳せています。

◆山内弾正

仏教のことば

銀碗裏に雪を盛る



これは巴陵という僧が坐禅の境地を表現した言葉です。「曇りない銀碗の中に、純白無垢な雪を盛る」とは、一体どういうことなのでしょう。真っ白なお碗に、真っ白な雪を盛ると、同じ色でお碗と雪の見分けがつかなくなりません。だからと言って、お碗と雪が同じであるわけでもありません。このことだけ見れば、同じように見えたものは違っていて、違うと思っただけ見えたものは同じものである：そんな意味に捉えられがちですが、巴陵が答えた坐禅の真意はもっと深いところにあります。

私たちは、視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚の五感で得た情報をもとに行動しています。しかし、それら情報の中で勝手に区別しているだけなのです。頭で考えているうちは、全てのものに“思いはからい”が生じ、それによって“分け隔てる”という心：すなわち、思量分別が生まれています。つまり巴陵の示唆する坐禅の境地とは、人間の思量分別など差し挟む余地のない世界です。坐禅をしていると、様々な考え事が浮かんでいきます。しかし、頭で考え事をしていても坐禅をしている姿そのものが「銀碗裏に雪を盛る」ということなのです。

◆深澤亮道

編集後記

十二月を迎え、今年も残すところ後わずかになってきました。皆さんはいかがお過ごしでしょうか？

年末に近づくにつれて、大掃除や年賀状の準備で慌ただしく、間もなく新年がやってくることを肌で感じます。私のお寺で、新年二が日に行われる御祈禱の準備が大晦日に近づくにつれて次第に忙しくなります。そこで心配になるのが体調管理です。

この時期はインフルエンザや風邪が流行ったり、こじらせやすくなったりますので、皆さんもお体にはくれぐれも気をつけて、新年を一緒に迎えましょう。

◆伊藤正法

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

法のお話



二年度
本田真大

瓦と鏡とわたし

想像してください。今、あなたの目の前に、一枚の瓦を熱心に布で磨いている人がいます。その人は、瓦を磨いて一体何をしようとしていると思いますか。

そしてもしその人が「いやー、瓦を磨いて鏡にしようとしているんだ」と言ったら、あなたはどうか。

実はこの話、昔の中国の修行僧とその師匠のエピソードの一部です。ひたすら坐禅に打ち込む修行僧の様子を見た師匠が、ある時熱心に瓦を磨き始めました。不思議に思った修行僧は理由を尋ねます。すると師匠は、「瓦を磨いて鏡にするのだ」とだけ言ったのです。

そんなおかしい行為を通して師匠が弟子に伝えたかったことを、私は身をもって知る出来事がありました。

私が、福井県にある永平寺で修行していた時のことです。十二月の一日から八日まで、臘八摂心と呼ばれる坐禅の集中期間があります。お釈迦様は七日間の坐禅の末に、八日の明けの明星が輝くころにお悟りを開かれたと言われています。そんな逸話から多くの修行道場でこの期間は昼夜を問わず坐禅に打ち込みます。

当時初めて臘八摂心に臨む私は、坐禅に打ち込むことでお釈迦様のように何かを掴むんだと強く意気込んでいました。しかし、待っていたのは普段の何倍もの長さの坐禅と、長さに比例して強まる足の痛みでした。何か掴むどころか痛みしか感じぬまま二日、三日と時間だけが過ぎて行きました。

迎えた最終日、この日は深夜日付が変わるまで坐禅します。しかしどんなに長い坐禅の時間も終わりは必ず来ます。鐘が鳴り、意気込んでいたはずの摂心はあっけなく終わりました。何の手応えも無いまま坐禅堂から外へ出た時、私は周囲

の修行僧が皆上を見上げていることに気づきました。不思議に思い私も見上げるとすぐにその理由が分かりました。坐禅堂の屋根の遥か上に、満点の星空が広がっていたのです。

私は思わず見とれてしまいました。絶対に手の届かないところで輝く星が、まるでお釈迦様のように思えたからです。それらが綺麗であればあるほど、自分と遠い存在である様な気がして悲しかった事が、今でも昨日のこのように思い出されます。

私が冒頭の逸話を知るのはいくら後のことです。瓦を磨く師匠を見て、そんな事をして瓦は鏡になりません、と言った弟子に対して師匠は「ならば同じように、お前がどれだけ坐禅に励んでも、仏にはなれぬだろう」と言い放ちました。この言葉はまさに、自分以外の何者かになることにとらわれ、そのための手段として坐禅に執着し、一喜一憂していた私への言葉でもあったのです。

ありのままの自分で、ありのままの坐禅こそ大切なのだ。そう学んでから、何かを得ようと必死で苦しかった坐禅が、安らいで満ち足りた時間変わったのでした。

お寺散策

萬松山泉岳寺

毎年十二月になると赤穂浪士を題材にした映画である『忠臣蔵』がおきまりになっていますが、今回ご紹介するのはこれと縁深いお寺です。泉岳寺は赤穂四十七士の墓所があることから国指定史跡となっており、赤穂浪士のご供養の法要が毎年営まれています。以前ご紹介した青松寺と並ぶ江戸三ヶ寺の一つでもあります。場所は京急線では品川の一つ隣の泉岳寺駅から徒歩一分という好立地です。

このお寺は元々門庵宗関という、今川義元の孫に徳川家康が依頼して桜田門の近くに創立されました。慶長一七年（一六一二年）のことです。しかし寛永の大火（一六四一年）で焼失し、現在の地に移りました。そこでは三代將軍家光と、また浅野家、毛利家などの諸大名の尽力がありました。

毎月の参禅会もあり、由緒ある禅寺の気風を今日に伝えていきます。数年でJRの駅も近くにでき、よりアクセスが良くなるそうです。お時間があつたら是非お参り下さい。



山門



本堂

◆久松彰彦



ひだまり書房



大丈夫、あのブッダも家族に悩んだ

著 草薙 龍瞬

皆さんがご存じのブッダは、世界規模で広まった仏教の開祖です。おそらく、知らない人はいないでしょう。なぜ家族の話題でブッダ？と思う人も多いかと思えます。実は、私も同様の興味を持ち今回紹介することになりました。

本書は、著者が一貫として述べているのが「業」といかにしてうまく付き合っていくかということです。

業といえど、輪廻転生とか前世のカルマということを見聞きした人が多いかも知れません。本編で登場する業は、「生涯にわたって繰り返す心の癖みたいなもの」だと語られています。

考え方や向き合い方、家族関係のあるべき姿を仏教の考え方に基づいて紹介されています。ブッダの教えは決して古臭いものでも、一部の限られた人のもでもありません。とても合理的で、複雑に絡み合っているように見える原因を明らかにしてくれます。人との関わり方を考え直すのに最適な先人の智慧だ、ということがよくわかる一冊です。

◆伊藤正法