

明珠

龍泉院
參禅会会報

從容錄に学ぶ（六九）

第六二則 米胡悟否

〔示衆〕

衆に示して云く、達磨の第一義諦は、梁武の頭迷わす。浄名の不二法門は、文殊の口を過らす。還た入作の分有りや也無？

〔本則〕

挙ぐ、米胡、僧をして仰山に問わせしむ、「今時の人、還た悟りを仮る否？」（還た曾つて迷うや？）山云く、「悟りは即ち無きにはあらず、第二頭に落つるを争奈何せん？」（如何んが免れ得ん？）僧、廻つて米胡に拳似す。「是れ第幾ぞ？」胡、深く之を肯う（肯うことは即ち無きにあらず、争でか第二を免れん）。

『從容錄』の中心は本則ですが、一〇〇の本則中、一番多く登場する人物は、前に申したように雲門さんで、

一三則もあります。反対に一回しか登場しない方も多く、四五名にのびります。勿論、經典が本則の場合は別。今回とりあげる米胡も、ただ一度だけ。

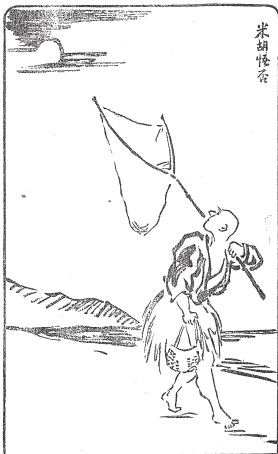
この人は瀉仰宗の開祖、瀉山の法嗣とされますが、米七師とか米禅師ともいわれる唐末の禅匠で、洞山や仰山とも交流のあった人。「胡」とは、中国の北や西に居住していた異民族の総称で、「エビス」のこと。また、顎鬚のこと。つまり、米胡はたぶん立派な顎鬚の持ち主だったのでしょう。今回は、この米胡和尚が門人に仰山さんの力量を問わせたというお話。その一連のいきさつは、唐代らしい素朴でおおらかな禅風がうかがえる一則です。まず、万松さんの「示衆」。

ダルマが教えた仏法の真理は、さすがの梁の武帝もへこませたし、維摩居士の示した不二の法門（絶対の真実）は、智慧第一の文殊の舌すべりを見事やりこめた。いったい深い道理をすぐに納得し、それをすぐに実行できる人などいるだろうか。

ほぼこんなところ。梁の武帝は仏教に精通し、仏心天子とされた皇帝

ですね。でも、

ダルマに「聖諦第一義」、つまり、仏法の真理を質問し、「廓然無聖」、つまり



り、カラリと晴れた大空のようで、凡聖や迷悟の区別など何もないと軽くいなされた有名な話。また、文殊が維摩居士に不二の法門を聞いて、無言に教えられた故事。ズバリと仏法を体得して実行できる人はいるかな、というのが万松の「示衆」。次に核心の「本則」です。

米胡が昔、同参だった仰山のもとへ僧をやつて「今時の者も悟りを目的とすべきですか？」と問わせた。仰山「それはよいが、悟りという分別に落ちたらどうする？」と。僧が帰つてこれを告げたら、米胡は深く肯つた、というお話。

意味はやさしく分かり易いですね。ただ、米胡はなぜ旧友の仰山へ僧を遣つたのか。米胡は既に仰山の力量を知りぬいていた。だから、仰山の力を試しに遣つたのではない。正師家の風光を味あわせるための老婆親切で、これは仲々できないこと。また、仰山もそれを見抜いて、「悟りを設定したら、そこに堕ちこむぞ」と戒めた。禪の修行者は、いつも本源にたつて精進していけばよい、という原点を教えたのはさすがですね。

実は、この「米胡悟否」という一則の典拠は『景德伝燈録』の京兆米湖条なのですが、

右の本則に続いて米胡と洞山さんとの機縁が存在。それは、今度は米胡が一僧を洞山のところへ遣つて「さとりととは？」と尋ねさせた。すると、洞山は、「わしでなく、米胡さんに聞きなよ」とたしなめられた、というお話。おもしろいですね。なお、京兆とは都のこと、唐代は長安。

さて、以上、みてきたように、洞山も仰山も米胡も、唐代の禪僧たちには共通しているところがありました。それは、仏教や禪で究極の目標と思える「悟り」についての見解・態度であります。いずれも大切であり、最重の目的であることは否定しませんが、それを宝玉としたり、「これが悟りだ」と設定することを否定した点。唐代の求道者たちは、常に深刻な生死問題と向き合っていたのですね。

洞山さんなどは、悟りの設定どころか、修行に何の臭みものもなさぬ「没蹤跡」こそ求道のあるべきすがただと教えていました。修行して、そこに何の言動の跡も残さず、ただ、淡々としているさわやかな境地を尊しとし、これをまた、「鳥道」とも称しています。

鳥は大空を融通無碍に飛び、しかも、どんな飛び跡も残さない。大海や大河を泳ぐ魚も

また同じ。行くも帰るも自在。こんな洞山の「鳥道・魚行」の風光を宋代の宏智正覚が換骨奪胎して『坐禪箴』の芳品にまとめ上げ、それをまた改訂したのが、道元禪師の同一題名による禪の名作でした。

悟りから坐禪に飛んでしまいました。ごく自然に筆がすべったまで。要するに、云うは易く行い難いのは時代を問いません。複雑多彩な現代人にとっては、なおさらのこと。己の行として、己の求道として真にマネができるか否かです。

私たちは、「修証不二」を確信して、ただ黙々と坐ることに徹するほかはないでしょう。



長安大慈恩寺の大雁塔 現、西安市、
一九七九・三・一四筆者撮影
米胡は朝夕拝していた

明石師に聞く

信頼獲得にコツコツ

明石師が龍泉院の住職になられ、もう一年有余になる。そこで、明石師はどのような精神遍歴をたどり、龍泉院をどう運営するか、参禅会についてどのようにお考えか。忌憚のないところをお伺いした。

聞き手は 岡本 匡房

小学生の時、志す

—いつどこで、お生まれになり、どのようなご家庭、環境でしたか。

明石 昭和五〇年二月六日、京都府宇治市で生まれました。父はサラリーマンで一人っ子でした。

—いつごろ仏教に関心をもたれましたか。

明石 小学校四、五年ごろのことでしょうか。実は母がお経の本を折る内職をしており、短いお経や和讃などを示し、覚えたらお小遣いを増やしてくれました。やや不純ですが。

それと、遠足では必ず奈良公園に行きましたが、東大寺の大仏に感動したのも一因かもしれません。東大寺には大仏の鼻と同じ大きさの穴がある柱があり、そこをくぐったのも

楽しい思い出です。

—その気持ちはその後も。

明石 小学校、中学校の卒業時の文集に将来の希望を書かされましたが、どちらも「お坊さんになりたい」と書きました。中学校の時は「弘法大師のようにになりたい」とも書いています。



インタビュー中の明石師

—龍谷大学に入られたそうですが。

明石 僧侶になりたい人が少なかったせい。倍率が低かったからです（笑い）。

—そこでの勉強はいかがでしたか。

明石 仏教の基礎的なことを学びました。それと『教行信証』などに触れることができ、

僧侶になるのによい経験でした。テキストが漢文と古文だったので、読解力も付きました。

論理的思考を学ぶ

—なぜ、自衛隊に入られたのですか。

明石 寺院の世襲化が進んでおり、実家が寺院でないためあきらめ、三年で退学し、新天地を求めました。僧侶も自衛隊も「人助け」という点では同じ」と考えたからです。

—どのような経験をつまれましたか。

明石 一九年いましたが、二等陸士（二等兵）から始まり、最後は一尉（大尉）になりました。幹部時代は「あらゆる業務を遂行する上で論理的思考過程を持つて行うよう」指導され、これが寺務をするうえで、大変、役に立っています。

—なぜ除隊なされたのですか。

明石 四〇を前に「僧侶になりたい」という気持ちが強くなりました。ただ、寺院後継者の世襲が進む中、在家出身の私が僧侶になるにはどうすればよいか考えていました。そのような中、智源寺がインターネットで出家者を募集しているのを見て、退職を決意しました。上司、同僚も応援してくれました。いまからみると、逢い難き仏法に巡り合えたのではないのでしょうか。これがご縁というもの

だと思っています。

— 智源寺での修行はどのようなものでしたか。

明石 四年半修行させて頂きましたが、坐禅・作務・典座等や法要進退に檀務など、僧侶としての基本や先徳の宗教書である『祖録』の参究などを通して、禅宗や宗教の奥深いところを学びました。書道やお袈裟の自縫などの経験を積むこともできました。

— 龍泉院にこられた縁はいかがなものでしたか。

明石 私の師匠と東堂老師とは面識があり、後任住職を探していた東堂老師が声をかけて、来る縁を頂いたと聞いています。

やりがいのある状況

— 龍泉院の最初の印象は。

明石 整然とした伽藍群と緑豊かな自然が混然一体となり、禅院らしい寺院だと思いました。ほかの寺院には稀な坐禅堂を完備し、しかも、在家の人の参禅会があり、東堂老師をはじめ、参禅会会員の道心の深さを感じました。

— 智源寺とどのように違っていましたか。

明石 智源寺は専門僧堂ですので、複数の講師や修行僧がおり、作務や檀務に従事する

人を振り分け、同時並行的にいろいろできますが、龍泉院は住職など限られた寺族によってすべてをしなければならないので大変です。

ただ、裏返すと、すべては自分の双肩にかかってくるので、やりがいのある状況に身を置いているというのが実感です。



成道会の時の本堂前の明石師

— 龍泉院をどのように運営したいのですか。

明石 新米ですので、とつびなことをせず、コツコツとお檀家さんや参禅会員の信頼を得るところから始めたいと思っています。

また、寺は信仰の場なので、その場に身を置くものとして、恥ずかしくないよう身を持

するとともに、初心者のお気持ちを忘れず、皆様の信仰の一助になりたい。また、寺はお檀家様にとってかけがいのない聖地なので、その聖地を清潔にお守りするという気持ちを持ち続けたいと思っています。

寺院活動にご協力を

— 参禅会についてのお考えを。

明石 参禅会は五〇年を超える組織です。これからの五〇年も継承していけるよう、支援していきたいと思っています。そのために、継続的に世代交代できるよう、参禅会の存在を知ってもらうことも大切ではないでしょうか。

現在は価値観の共有や多様性への理解が求められているので、年齢や性別にとらわれず、会員を増やすための広報活動も必要では。また、「不易流行」といいますが、変えてはいけないものもあります。坐禅、奉仕作務、三佛忌などの法要には引き続き、ご協力をお願いします。

— コロナで参禅会の活動もままなりません。

明石 「念ずれば花開く」ではありませんが、小さな芽も大切に育てていけば、いつかは大輪の花が開くと思っています。

成道会

二〇二一年一二月五日、風のない冬晴れの日に第三九回成道会が開催された。

差定に従い、坐禅二炷後に、一〇時半から本堂で、成道会を祝い、その後、門答、法話が行われた。変異型コロナ「オミクロン株」拡大が懸念される中、会員一八名と明石師、東堂老師が参加した。

浅葱鼠色の法衣を纏った明石住職。永平寺の一夜住職を務めた吉岡さんの傍らで、病を押して参加された小畑代表幹事が補佐されていた。成道会は三〇分程で終了。その後、東堂老師との問答と明石師の法話が行われた。

【問答】

相澤 発心のない作務、『弁道』などの行持に菩提涅槃はあるか。

東堂老師 当初に仏道の心が備わっていればよい。その心でお務めをすることだ。

杉浦 煩惱の種はどこから来るか。

東堂老師 煩惱は生まれつき備わっており、良い悪いではない。浄化に努めればよい。

中寫 死を想っている。

東堂老師 中寫さんは昭和三九年から坐禅を行ってきた。継続を心よりお祈りします。

岡本 傘寿を迎え、仕事を辞める。今後の生き方をお示し頂きたい。

東堂老師 今のままを続けなさい。

清水 東堂になられ、いかがですか。

東堂老師 継続と整理整頓です。命の続く限り行いたい。



コロナ禍の成道会

松井 作務はこのままでよいのでしょうか。

東堂老師 常に身心堅固に努めよ。

松井 東堂老師の身心堅固をお祈りします。

小畑（節朗） 山門の両側の木を切つて、なにか変わられましたか。

東堂老師 全く変わっていない。小畑さんの身心堅固をお祈りいたします。

吉岡 東堂老師にとって永平寺とは。

東堂老師 心の故郷であり、私を作ってくれた。住職を務めあげ、一つの区切りになったが、これからも務めて行きたい。

五十嵐 本来無一物。坐禅、弁道いかに。

東堂老師 無一物だから、すべきだ。いつも雲堂を磨いて頂き、感謝しています。

東堂老師 来年の成道会は四〇回の区切り。是非、元気で参加して頂きたい。

【法話】

「出会いによって繋がる命」と題して植物を例に話された。

日本に伝わった金木犀は雄株のみで種を結ばないが、人が挿し木することで増えた。河津桜も川沿いの草むらから発見され、接ぎ木によって全国に広まった。どちらも人との出会いがなかったら命が繋がって行かなかった。コロナ禍の中、人間関係が希薄になっているが、こういう時こそ出会いが大切なのでは。



法話後、全員が本堂前で写真撮影をし、その後、大悲殿に戻って各人が感想を述べた。最後に東堂老師が小畑さんに感謝を述べ、長寿を祈念された。また、明石住職の法話をたたえ、ご自身で挿し木した椿を三角山に植える予定と、三角山の復活を望まれた。

歳末助け合い托鉢

龍泉院恒例の「歳末助け合い托鉢」が東葛坐禪クラブの名で、一月二日の日曜日、柏駅東口のコンコースで行われた。東堂老師、明石住職と参禅会員一名が参加した。喜捨は六〇九〇六円。全額、朝日厚生文化事業団に寄託した。

一二時半、集合場所の長全寺に集まり、東堂老師が「吉岡さんが永平寺の一夜住職になり、『和尚』を名乗ることが出来た。助け合いは禅行。みんなで頑張りましょう」と挨拶。その後、明石師に続いて全員が般若心経を唱えて、コンコースに向かった。

托鉢は一時から三時まで行われたが、昨年同様、マスクをして、ほとんどの人が呼びかけを自粛した。托鉢史上、かつてない暖かい日だったが、それとは裏腹に募金の方は喜捨する方が少なく、寒々としたものになった。

コロナが響いたのか、他に団体も少なく、募金活動は東葛クラブだけだったが、皆、足早に通り返り行く。「日本人は共助の心が一四〇カ国中最下位」との統計もあるが、それを肌で感じた二時間だった。通った方は全員がマスクをしていた。同調圧力が感じられ

た。

それでも、「禅行」ということで、全員頑張ったが、小畑節朗代表幹事の体を気遣って、東堂老師が早めに帰るようとし、一時間ほどで小畑さんと車を運転する河本さんが帰宅された。終了後、五十嵐さんが予約した店で、うどんを御馳走になった。



般若心経を唱える前に托鉢

歳末助け合いに参加して

我孫子市 小畑 二郎

歳末助け合い托鉢に参加しました。昨年は、コロナ感染予防のために参加できませんでした。が、毎年のようにうれしいハプニングがあります。

当日は、珍しく風もなく温かい日でしたが、途中までは、ほとんど大きな動きはありませんでした。日も落ち始めた最後の時間帯に、多くの献金がありました。

小学校二年生ぐらいの赤いひらひらのスカートをはいた女の子と手をつなぎ、背中には幼稚園生ぐらいの女の子をおんぶしたジパン姿の若い女性が、なんと一人の募金箱だけでなく、一〇名ほどの全員の募金箱に献金するではありませんか。

小さな女の子も、お母さんのおんぶから降りて、かわいい手で恥ずかしそうに献金していました。最後に私の募金箱にも献金にきましたが、お母さんの顔を見ると、まさに観音様のような顔でした。こんなすばらしい家族に出会えるのは、托鉢に参加させていただいたことが褒美だと、ひと時幸せな気持ちになりました。

毎年感心するのは、募金する人たちの個性豊かなことです。着飾った人ではなく、普段着のままの人が気軽に募金してくれます。

素通りする人たちは、一様に無表情に個性が見当たりません。しかし、辛抱強く、あきらめなければ、きっと、もっと多くの観音様に出会えるに違いないと一人合点して、托鉢修行を終えました。

三角山の花植え

柏市 坂牧 郁子

山門右側に少し盛り上がった地、通称「三角山」があります。かつては色々な花・山野草が見られましたが、盗掘にあたりして、今は絶えてしまいました。

『明珠』七六号発行直後、編集委員の中から「花を植えたら」との提案がありました。一同が賛成、椎名東堂、明石住職の許可を得て、作務班に話したところ、「全面的に協力したい」との力強い声。すぐに、昨年一月五日、山野草の植え付けが行われました。

前日までに作務班が整備、植え易い状態になっていたのは驚き。冬に向かつて花は終わりに近く、宿根の山野草とはいえ、旺盛な力がある時期は過ぎていました。

植え替えるには、決して良い時期ではないと思われ、「根付いたら、また、植え替えよう」と、とりあえず花の種類ごとに一列ずつ植えてみました。

春に白い花の咲く白雪芥子、晩夏のころの秋海棠、斑入りの葉の水引草、秋に開花するホトトギス、藤袴、吾亦紅、本堂裏からは許可を頂いた大きな山百合の球根、その他、数

種類を頂き、植えました。

その後、作務班が長いホースを引き出し、水をたっぷり注ぎました。

一月上・中旬は晴天続きで、根付く心配でしたが、一週間後に見に行くと、ホトトギスは花を咲かせ、白雪芥子も元気な葉が多



花植えに集合した作務班

く茂っていました。これからは、水は天からの貰い水と野草の力強い生命力が頼りですが、根付くと確信しています。

◇ ◇
成道会後の話し合いの最後に、椎名東堂が「三角山の山野草復活を楽しみにしている。

挿し木した椿の苗木があるので、数本を二、三月頃に三角山に植えたい」とおっしゃり、労が報われ、感激しました。

本堂裏の山野草も今は消えたようになっていても、春の芽吹きとともに息を吹き返し、三角山への移植も可能になるに違いありません。



寒さをよそに野草を植える

ん。春にはさらに新しい山野草が増えることでしょう。

美しく整備された竹垣と山野草が調和し、参拝者の目を楽しませる日も近いことでしょう。

参禅会発足五〇周年について

坐禅普及委員会

龍泉院参禅会が定期的な形で実施されるようになったのは、昭和四六年（一九七一年）七月二五日からです。昨年（二〇二一年）は参禅会発足五〇周年を迎えましたが、令和二年からの新型コロナ感染拡大により、参禅会は休会が続き、五〇周年イベントは全く実施することができませんでした。

昨年の秋から感染拡大は縮小してきましたが、今またオミクロン株という新種が猛威を振るい始めました。政府の感染対策により、もし新型コロナの感染拡大の恐れが薄くなるようでしたら、今年、一年遅れで五〇周年記念事業を行いたいと思います。

昨年、東堂老師と小畑代表と杉浦年番幹事の間で、五〇周年記念行事として次の四つが議題として提起されました。

一 第五回在家得度式

二 洞山良价禅師一一五〇回遠忌

三 『口宣』上梓

四 龍泉院参禅会HP改修

以上四つの行事についての具体化は、これから坐禅普及員会で検討しますが、概要を簡

単にご紹介いたします。

一 第五回在家得度式

これまで在家得度式は龍泉院参禅会発足二〇周年の平成三年に第一回を行い、以降三回までは一〇年ごとに行い、第四回は第三回から五年後の平成二八年に行いました。第一回の得度者は二一名、第二回は三〇名、第三回は二三名、第四回は三〇名でした。なお、得度された方の中には、複数回受けられた方もいらっしゃるようです。

在家得度は在家一般の人が出家に準ずる修行者となるための儀式です。釈尊から代々伝えられた教えを全身心でもって授かり、その証として、絡子、法名、血脈を受け、今後は仏弟子としての深い縁を生涯に生かして、精進努力することを誓うものです。

在家得度式で授かる絡子については、小畑代表が『明珠』一五号に寄稿された「小さなお袈裟をいただいて」という玉稿をご覧ください。だと、絡子の意味がよく分かります。これまでは龍泉院参禅会のHPで拝読できましたが、現在、HPは改修中のため、一時中断しています。再開しましたらご覧ください。

二 洞山良价禅師一一五〇回遠忌

洞山良价禅師は元和二年（八〇七年）に生

まれ、咸通一〇年三月八日（八六九年四月二三日）に示寂された中国曹洞宗の開祖です。本来ならば一一五〇回遠忌は令和元年（二〇一九年）に行うべきものでしたが、日本曹洞宗では全く洞山良价禅師の没後一一五〇年に関する法要は行われず、関連行事も全く見当たりませんでした。

そこで、龍泉院参禅会に於いて、ささやかながらも曹洞宗開祖洞山禅師の遺徳を讃え、報恩の法要と洞山禅師に関する講演会を行いたいと思っています。講演会にはゲストスピーカーとして、中国禅宗史の大家であり、道元禅師に関する研究論文や著作も豊富な駒澤大学名誉教授の石井修道先生をお招きしたいと思っています。法要や講演会の内容については、今後具体化を進めてまいります。

三 『口宣』上梓

東堂老師が毎月の定例参禅会や一夜接心および成道会の坐禅開始に垂示される口宣が、二三年間分テキスト化されています。これら殊玉の口宣をさらに厳選して単行本化し、出版することが構想されています。編集や出版などについては今後、具体化する予定です。

四 龍泉院参禅会HP改修

龍泉院参禅会のHPは平成二〇年五月の大

型連休中にオープンしました。HPでは参禅会員向けに定例参禅会報告や成道会などの各種行事の報告、さらに東堂老師の口宣の録音、『明珠』、『口宣』のPDFファイルがアップされており、いつでも見聞きできるようになっています。

また、参禅会参加希望者向けのコミュニケーションツールとして、龍泉院へのアクセスや問い合わせの機能も具わっています。最近、参禅会に参加された方のはほとんどは、龍泉院参禅会のHPをご覧になられており、参禅会普及には欠かせないコミュニケーションツールになっています。

龍泉院参禅会のHPはバーテックス社にお願いして「Joomla」というCMS（HPの管理・運営を簡単に行う仕組み）システムを採用しています。

しかし、「Joomla」のバージョンが古くなり、セキュリティの面で非常に危険な状態となったため、昨年九月から中断することになりました。現在「Joomla」の新しいバージョンで再構築していますが、近頃はHPをパソコンよりもスマホでみる割合の方が多くなっていますので、スマホでも見やすくするように改良を加えています。

なお、スマホを使ったコミュニケーションは無限に拡がっており、今後は参禅会のコミュニケーションも、スマホ対応を真剣に考えなければならないと思っています。

涅槃会

コロナ禍二度目となる涅槃会が二月一五行われました。柏市では一番古く大きいといわれる涅槃図が、例年通り二月一日から一日まで、本堂に掲げられました。



コロナで人員を制限した寂しい涅槃会

二月二日付の毎日新聞で紹介されたこともあり、多くの見学希望者が来られたとのことでした。

リハール（どろちゃん）の後、定刻より早めに開始。明石師が堂行、維那・殿鐘を杉浦、副堂を五十嵐、送迎を佐藤、侍者を松井、侍香を山桐の各氏が務め、無事円成しました。

参加者は、コロナ禍、配役以外の会員の参加を抑えたため、明石師、椎名東堂に加え、参禅会員一〇名でした。

明石師は法話で、幸田露伴の『努力論』における「幸福三説」について、次の様に話されました。

三説とは「惜福」、「分福」、「植福」。「惜福」とは、自分に与えられた福を使い尽くしてしまわずに天に預けておくという心掛け。「分福」とは幸福を他人に分け与えること。「植福」とは、将来のために今から幸福の種を蒔いておくこと、精進し続けることと説かれる。要は、社会全体が幸福になることで、個人の幸福が得られるということです。

新年が明けてから、オミクロン株が猛威振るう中、一月～二月の定例参禅、自由参禅は中止となっており、涅槃会は唯一の参禅会行事でした。

疫病除けの版木を発見

龍泉院で疫病除けの版木が見つかり、一月十五日午前一〇時から、大悲殿で椎名東堂、明石住職の立ち合いの下、杉浦さんが各種用品の購入など裏方を務められ、河本健治さんの手で試し刷りが行われた。



この版木は右のような文字が彫られ、縦二四センチ、横三センチ。「湯尾峠御孫嫡子（ゆのおとうげおんまごぢやくし）」と刻まれ、昔から疱瘡除けにご利益があるとされたお守り。『疫病とその周辺』（大島建彦著、岩崎美術社刊）によると、大略、以下の様に記している。

「湯尾峠で陰陽師安倍晴明と疱瘡神が出会い、疱瘡について論争した。晴明は勝ち目がないと分かると、疱瘡神に『此の上は諸人の疱瘡軽ろき様に守らせよ』と願い出した。疱瘡神は、一枚の守り札を示して『此の御守り所持の家には、孫嫡子迄疱瘡軽からん』と告げて消えた」

湯尾峠は福井県にあり、古代の北陸道に

あった交通の要衝。ここに、四軒の茶屋があり、この版木から刷ったお守りを配布していたといわれている。

現地で作られた版木は福井県の有形民俗文化財に指定されている。明治のころ、椎名東堂の祖父がこのお守りを持ち帰り、それを基に版木をつくり、明治時代に印刷し、檀家さんなどに配布していた。



試し刷りの写真を撮る新聞記者

それを椎名東堂が発見、試し刷りを行ったもの。一二〇枚印刷され、一月二八日の初不動の参拝者や涅槃会の時に、参禅会員に配布された。紙に包まれ、飾るだけでなく、長く保存されるような工夫もなされた。

椎名東堂は「この版木で刷ったお守りはみたことがない」と、語っている。当日は毎日新聞、東京新聞、千葉日報が取材に訪れ、全紙に掲載された。

また、毎日新聞は初不動の時も取材にきて、二月一日から一五日の涅槃会まで、涅槃図を本堂に掲げると報道。多い時は一日一〇件程度の問い合わせがあり、多くの方が拝観に訪れた。

古本の売却益を朝日新聞に寄贈

「読まなくなった本を集めて、それを売って、得た資金を有効活用しよう」。こんな試みを五十嵐さんが始めた。

これは大悲殿の玄関に箱を置いて、参禅会員から本を寄贈してもらい、それを古本業者に売って、それによって得た資金を朝日厚生文化事業団に寄贈してもらい、有効に活用してもらおうというもの。

ここで寄贈できるのは書籍のコードが入っているものに限られている。例会がほとんど開かれていないが、既に六三冊集まり、約六三〇円を寄贈した。もう読まなくなった本があれば、是非、寄贈してほしいものです。

想うこと

一息大きく呼吸すること

我孫子市 清水 秀男

ある禅寺で、「一息大きく呼吸すること」と揮毫した書がありました。揮毫者は栃木県那須の臨済宗妙心寺派の古刹雲巖寺の植木憲道老師（一八七一～一九六七）でした。

植木老師は大正から昭和にかけて活躍された傑僧で、専門道場としての法灯を輝かしめると共に、寺を開放し、無医村解消のため境内に診療所開設や、簡易高等学園の開設を含め、青少年教育に尽力され、多くの人々から生き仏の如く慕われた人です。

私は、学生時代、禅のサークルに属していた縁もあり、一九六四年に雲巖寺を訪ね、当時九四歳の植木老師に相見する幸運に恵まれ、温かく深い慈悲に包みこまれる様な聲咳に接し、感激したことを覚えています。

老師の墨蹟は、禅宗の漢文の難解な表現が禅を一層難解にしているとし、分かり易い仮名交じりが多いと聞きます。「一息大きく呼吸すること」も、その一つであろうと思われるます。

我々は、仕事上や家庭の問題、それに伴う人間関係等のストレス過多の社会の中で、不安と葛藤にさいなまれ、怒り、苦しみ悩んでいます。ストレス過多の時は、交感神経が優位で緊張状態にあり、呼吸は浅くなり体が縮こまりがちです。

こういう時、姿勢を正し、意識的に大きく深呼吸すると副交感神経の働きが高まり、自律神経のバランスが取れ、リラックス出来ると言われています。まさに、「一息大きく呼吸すること」の教えは、そのことを誰にも分かる様に説かれたものと思います。

それともう一つ、植木老師は九七歳で入寂されたのですが、その際に「死に直面して」という言葉を残され、そこには、次の四つの事を書かれていました。

- 一つ、もっと親切でありたい
- 一つ、もっと正直でありたい
- 一つ、もっと真面目でありたい
- 一つ、もっと寛容でありたい

これを知って、私は雷に打たれた様な衝撃を受けました。それは禅の蘊奥を究め尽くされ、人間的に完成され、那須の聖者とも言われた老師が、死の間際に発せられた言葉だったからです。

あくまで、自分を謙虚に見つめ、まだまだ未熟であると自覚され、自分はずっと真面目で正直でありたい、他人にはもっと親切で寛容でありたい。そして、より良き社会実現のために尽くしたいという純粋な熱き思いを死の間際においても、尚持っておられる事に感銘を受けました。

そしてそれは、大慈悲心に裏づけられた、後に続く者への熱き一途なメッセージだと思っています。

七九歳を迎え、植木老師の境地にはとても及びませんが、四つの誓願の言葉をあらためて噛みしめながら、少しでも近づくべく、生涯修行・臨終定年の気構えで、残る人生を精一杯生き抜かなければと覚悟を新たにしています。

そして、ストレスで心が押しつぶされそうになった時、悩んで迷った時、人間関係で怒りが充満した時、大自然の中で遠く大空を仰ぎ見、丹田に気を満たし、一息大きく呼吸して乗りきっていきたいと思っています。

心が小さくなった時は／天を仰いで／大きく息をしよう／大宇宙の無限の力を／吸飲摂取しよう（坂村真民）

伝法式

柏市 吉岡 大龍

冀^{こいねが}う所は、家門繁榮、子孫長久、災障消除、諸縁吉祥ならんことを（家が榮え、子孫が長く久しくあり、災いは起きず、人々物事に恵みの縁がありますように）。

修行は、四月一五日から七月一五日まで行われ、法戦式はその間に行いました。次は伝法式なのですがコロナの関係もあり、秋彼岸が終わってからになりました。

まず、般若心経をお唱えしました。師匠から、「今日からは今までの名前を捨てなさい」と言われ、三物の布を受け取り、「同じように写しなさい」と師匠の師匠から書き写して畳んで袋に収められた三物も渡されます。

袋から出してみると和紙でひとつずつ包装された梅花布が三つ、ともにきちんと畳まれていて、その一つを出して広げると、朱色の細い線が一筆書きに伸びていて、黒い墨でお釈迦様から始まり、歴代和尚様、椎名宏雄和尚様まで数えてみると八〇あります。

ものすごく字が上手でキレイに細く細かいのに、とめ跳ね払いがあつて、どうやって書いたのでしょうか。頭で整理するのにしばらく

く見つめました。墨と硯、筆を何でいくか選択までに時間がかかりました。

試し書き用のが付いていて書いてみたもの、お米までではないですが、小さく書くので団子虫のようになってしまします。

そこをどう折り合いをつけたのかと言いますと、定光寺の修行時代に、「自分よりも字の下手な人も伝法したのだから大丈夫だろう」と言い聞かせて、奮い立たせ、真っ白な梅花布に筆を立てました。

法を伝えるとはどういう事なのでしょう。紙にご先祖様から自分まで筆で名前を書いてみます。

子孫を繋げていかなくてはとか、そのために稼ごうとか、感謝したり、大切なことは目の先の事だけでないと思ったり。

人生一〇〇年と言われるようになりましたが、ひとりの歴史はそれほど長くはありません。冒頭の回向文へ戻りますが、家の繁榮も長久も災障も吉祥も巡り合わせであり、その都度、変化し、消滅しますが、諸行無常の一節はかわりません。

◇

◇

四月に法戦式、十月に伝法式を終え、それにより、この度、両本山へ拝登許可が出まし

て、一月に永平寺拝登、二月に總持寺拝登を終えてきました。晴れて僧侶となりましたのでお知らせします。皆様には大変お世話になりました。心から御礼申し上げます。

本山では一泊して一夜住職の公務をいたしました。これを瑞世と言います。内容は、坐禅をして御開山拝登、請状授与式、湯茶式と次々に決まった型の動きをして、般若心経と大悲心陀羅尼の導師をすることです。

その後、移動して祝拝をして終了となり、移動してお祝いの言葉とお茶をいただきます。前日の午後二時までに本山に到着して進退を教えてもらい、それからは自由時間となります。

部屋には公務帳が置いてあり、勉強するか遊びに行くかは自由に選べます。どちらも一生に一回の良い思い出になるでしょう。

私は永平寺では二人部屋だったので、兵庫から来た方と練習をし、總持寺では個室だったので、持参した紙とペンで勉強をしています。

精一杯やってきました。一三年間ありがとうございました。これから新しい門出となります。皆様お世話になりました。いつまでもお元気でお過ごし下さい。

何を思うか「志納箱」

柏市 杉浦 上太郎

昨年、参禅会発足五〇年を記念して、一月参禅会の際、新たな「志納箱」を奉納させて頂きました。つたない出来の自作です。

お役御免になった初代の「志納箱」は、三一年前、平成三年二月の参禅会から使用を開始したものです。その年は、参禅会発足二〇周年記念の年であり、私は昨年同様、年番幹事を務めておりました。

それ以後に入会された方は、二〇年間も「志納箱」はなかったのはなぜか？と思われるかもしれませんがね。

それは、参禅会初代代表の高間利介氏（平成八年逝去）と二代目代表の小畑節朗氏の多大な貢献に依存してきたことによります。そのことは「入退会自由・会費なし」という当会の会是から、入会歴が浅い頃はあまり不自然にも思わなかったような気がします。

しかし、平成二年頃から会の経費をいつまでも代表の方だけに依存しているのはよくないとの意見が始め、ことあるごとに議論をするようになりました。皆が協力すべきであるとする意見が大勢をしめたものの、具体的

な集金方法で意見が集約できず、なかなか前進しませんでした。「参禅会は仏行修行なのだから、必要な経費はその都度、托鉢で賄うか、茶話会るとき座の中に帽子を回して集めればよからう」とする純粹強硬論もありました。

最終的には、平成三年二月一七日の新年会において、月例参禅会の際、受付に「志納箱」を置き、自由に募金をしてもらうことに決めたしました。年番幹事の私は急遽、志納箱を自作し、一週間後の二四日の参禅会に間に合わせました。

自由募金制度が始まりましたが、これで会の費用がすべて賄えるかというとなかなかそうはいきません。年二回発行の会報の印刷費と少々の経費が精いっぱい、五年単位で行われる記念行事の経費はどうてい賄えません。追加募金を提言しても、小畑代表は承知されません。ご自身で「焚くほどは風がもてくる落葉かな」と唱えながら、黙々と喜捨されてこられました。

また、ときに椎名老師のお志を頂戴したり、大黒様から毎月の参禅会後の茶話会のお世話（茶菓・お湯の準備など）をいただいて参りました。

会の運営に係るすべてのことは自分たちで賄うのは当然のことですが、なかなか自立できていなかったかと思ったりします。

初代志納箱



二代目志納箱

昨年、昭和三十三年に誕生した参禅会は五〇周年を、また、平成三年からスタートした「志納箱」制度は三〇周年を迎えました。今後どうあるべきか、愚鈍な小生の頭では分かりません。改めて小畑代表が良寛様の句に込める思い（左記）を噛みしめたいと思います。

- ・焚くほどは↓坐禅志向でものを考える
- ・風がもてくる↓同行者は乳水の交わりにて仲良くする

・落葉かな↓自ずと結果はついてくる

志納箱は坂牧郁子さんに揮毫いただいた良寛様のその句で飾られております。



（台掌）

本来性と現実態 (三)

柏市 五十嵐 嗣郎

これまで、本来性と現実態とが『普勸坐禅儀』にも『辨道話』の巻にも見えることを述べてきました。本来性とは、人はもともと仏であり、仏としてどのように生きて行くかを示したものです。

現実態は、現実には生身の人間として生きている以上は、煩惱があり、迷いもあれば悩みもある。「その迷いや悩みを持つている生身の人間がいかに生きてゆくか」を示したものです。大乘仏教では人は仏であることを前提としていますから、本来性が建前として説かれることが多いように思います。

しかし、それだけだと、もともと仏であるから何も修行などしなくてもよいという誤った本覚思想に進む危険性をはらんでいることから、現実態が補完的に説かれているのではないのでしょうか。

道元禅師も本来性をもとに教えを展開されていると思います。例えば、

「たとひ一刹那に発心修証するも、即心は仏なり」(即心是仏)

「仏道をならふといふは、自己をならふな

り」(現成公案)

などの有名な一句は、本来性にもとづいて発せられたお言葉です。しかし、道元禅師のお言葉には、本来性の前後に必ず現実態のお言葉が補完されています。

「即心は仏」の「たとひ一刹那に発心修証するも、即心は仏なり」の前文には「即心は仏とは、発心・修行・菩提・涅槃の諸仏なり」とあり、後ろには「長劫に修行作仏するは即心は仏にあらず、といふは、即心は仏をいまだ見ざるなり、いまだしらざるなり、いまだ学せざるなり」と述べられています。

また「現成公案」の「仏道をならふといふは、自己をならふなり」の前文には「自己をはこびて万法を修証するを迷とす、万法すすみて自己を修証するはさとりなり」とありますが、後ろには「人もし仏道を修証するに、得一法通一法なり、遇一行修一行なり」と、修行の仕方についての記述があります。

さらに、最後には麻谷山の宝徹禅師と僧との風の本質についての問答で、修行の必要性が説かれているのです。

師云く、「なんぢただ風性常住をしれりとも、いまだところとしていたらざといふことなき道理をしらず」と。僧曰く、「い

かならんかこれ無処不周底の道理」。ときに、師、あふぎをつかふのみなり。僧、礼拝す。

このように道元禅師は建前として本来性を初めにお示しになられるのですが、それだけに限らず、現実態が必ずびしと据えられておられるのです。我々凡夫は本来性と現実態を別々のものとして受け取っていますが、道元禅師にとって本来性と現実態とは不即不離なのかもしれません。

行動を通じて

流山市 市川 洋介

『修証義』に「造悪の者は堕ち修善の者は陞る」とありますが、少し前の自分は「善悪の絶対的な基準は何だろう」とこたわっていました。

また、その後も「仏教では善によって他者も自分も利益できるらしいが、どうして片方だけではないのか」と疑問でした。しかし、最近では、些細なレベルから自分が善いと「判断した」ことを実践するのが大切だと思うようになりました。

例えば、大きな音を立てない、ながら作業

をしない、人や場所によって態度を変えない、という小さなことです。

善いと判断した行為をすることによって、自尊心が芽生え、自分自身に対しての扱い方が変わると思います。そのため、自己を抛り所（自灯明）とできます。例えば、坐禅は、不健全な思考よりも、整った生活の直後に進行の方が安心していられます。

また、とある禅僧が「お前の顔の表情が悪い」と坐禅中に指摘され、怒られたという話があります。どういう意図の発言かは分かりませんが、自分の姿勢、表情、体の動静さえも周囲の環境へ影響を及ぼすのだと捉えました。

自分にとって、身体的行為の重要性が分かったのは良かったと思います（お寺での礼拝なども、似たようなものでしょうか）。心だけにしか関心がなかった昔と比べて、自分の世界観はかなり変化したように感じています。

自分が自分になること

八千代市 中島 久

昨年の十一月から主に作務に参加していま

す。作務グループの皆様との交流をととても楽しみにしています。人生の先輩がたくさんいらっしゃるのも嬉しいです。

土や草木の相手は生来の楽しみだったのだと最近では自覚するようになりました。職場でも機会があれば進んで草を引いていました。人生の目的は自分が自分になること、そして、好きなことに打ち込むこと。ある日曜日、NHK第2の文化講演会で加藤諦三氏が話していました。

後日、同じ番組で別の先生が石田梅岩の同じような説を紹介していました。そんな思いで作務を楽しんでいます。今はチガヤの相手をしています。小型のススキの仲間で、陽春に風に揺れる花穂の群れがとても愛らしく、一句ひねってみたくります。

しかし、雑草として退治するのは大変で、根を残すとすぐにまた芽を出す厄介な草です。根負けして、地上部にラウンドアップを塗布したら見事に根が枯絶したという経験もあります。

龍泉院では禁じ手の農薬でしょう。他に手強い草としてハマスゲが少し生えています。ひげ根の先の球根がなかなか取り切れません。別名は甲附子で、球根は漢方の薬です。

龍泉院はどこもきれいに手入れされていて草取りは快適な作業です。掘り返した地面に餌を探して寄ってくる綺麗な小鳥と出会いました。雀より少し大きく、翼は赤茶色で百円玉大の白い紋があります。名はまだ知りませんがこれも作務の仲間かと感じています。

門前の杉が置物に

二〇二一年に切られた門前の杉の一部が、置物になって、本堂に置かれています。小林さんが家に持って帰り、辰己さんが加工したものです。本堂にこられた時、是非、ご覧ください。



沼南雜記

令和三年

【定例参禅会・年間行事】
(一) 内は座談の司会者

- 九月二六日 コロナで休会
- 一〇月二四日 一三名
(杉浦上太郎、山桐照夫)
- 一一月二八日 一三名
(杉浦上太郎、山桐照夫)

龍泉院参禅会簡介 (コロナで変更もあります)

【参禅】

一、定例参禅会

・日時 毎月第四日曜九時(初参加者は八時半) 来山、正午解散
・坐禅 口宣、坐禅、経行、坐禅の順
(坐禅は一炷三〇分、経行は一〇分)

・提唱 木版三通、開経偈、『正法眼蔵』の提唱
・座談 自己紹介・喫茶・座談

一、自由参禅

・日時 毎月第一日曜と第二土曜日
・坐禅 九時から一〇時半時まで(入堂九時まで、退堂自由)

※会費無料、年齢・性別など一切不問、初心者には懇切に指導

【年間行事】

一、一日接心 本年は六月二日、四炷の坐禅と提唱等

一、成道会 本年は一二月八日、坐禅二炷・法要・問答・法話等

一、他の行事 涅槃会(二月一五日)、花祭り(四月八日)、施食会(八月一六日)、歳末助け合い托鉢(一二月)、団体参禅受け入れ、歳末煤払い(一二月例会後)

一、作務 毎月第一と第三金曜、及び第二土曜に境内の掃除等

【会報誌】

一、『明珠』(四月八日と一〇月五日発行)

一、『口宣』(年一回)

一、『ウェブ』<http://www.ryusenin.org/> 『明珠』『口宣』

のバックナンバーがご覧になれます

● 二月五日

―成道会― 二〇名

● 二月一一日

―義援金托鉢― 二〇名

● 二月二六日 二五名
(杉浦上太郎、山桐照夫)

● 令和四年二月一五日

―涅槃会― 一〇名

令和四年

● 一月 コロナで休止

● 二月 コロナで休止

【自由参禅】

令和三年

● 九月五日(休止、一一日(休止)

● 一〇月三日(一名、九日(一名)

● 一二月七日(七名、一三日(九名)

● 一二月五日(休止、一一日(休止)

令和四年

● 一月二日(休止、八日(休止)

● 二月六日(休止、一二日(休止)

【奉仕作務】

令和三年

● 九月二日、一〇日、一六日

● 一〇月七日、八日、二二日

● 一二月四日、一二日、一八日

● 一二月四日、一二日、一八日

令和四年

● 一月七日

● 一日、九日、一五日、二二日

● 二月 四日、一二日、一八日

【坐禅普及委員会】

コロナで休止

【編集後記】

▼コロナ猛威の二月一日、お隣さんが老人施設に入居された。ご主人の三回忌を終え「元気なうち、人に頼らず身を処す」と一年がかりの計画だった。九二歳で家の売却、調度品を処分、過去を全部削ぎ落とし、施設に入るだけの季節ごとの衣類の荷物だった。人生の終わり方を深く考えさせられることだった。

▼目の不自由な妻から「あなたがコロナになったら私はどうしよう」と言われた男がいる。ひとことではない。ワクチンの遅れを前首相のせいにする無責任を許す国民が多いのも不思議。それにしても、コロナで世界の人々が苦しんでいる時、宗教はどのような「心の安らぎ」を与える活動をしているのだろうか。「どんな場合でも平気で生きる」岡倉天心の心境にはなかなか到達できそうにない。

▼二月のことを「光の春」という。徐々に日が長くなり、晴れた日は暁闇から、一気に明るい青空が広がる。随分と得した気分になる。「ときめく」心で春本番を迎えたい。

(佐藤)

(岡本)