

道心



禅昌寺通信「道心」第21号

編集 日光山 禅昌寺「道心」編集室

発行 平成18年4月1日

〒732-0002 広島市東区戸坂山根3-2-7

TEL 082-229-0618 FAX 082-229-0822

E-mail : zenshoji@bronze.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.zenshoji.org/>

拠り所

日々の営みの基準は……

住職 横山 正賢

私たちの曹洞宗は宗祖道元禪師によって、お釈迦様の正伝の仏法が伝えられたもので。

明治までの宗門は出家僧の清貧に坐禅修行する僧を崇める、寺に住持する僧は地域社会の指導者の役割を担っていたこともあり。

菩提寺が教育や地域社会の中心的役割として発展してきました。

明治に入り教育や社会制度が行政に委ねられると共に仏教も、単に崇めるという信仰から教理を理解し生き方の拠り所として仏教の大衆化が求められるようになってまいりました。そんな中で一般大衆への宗門の布教と理解を深めるために、宗祖道元禪師のご著書正法眼蔵九五巻の中から、教えの要点を抜粋し、五章三十一節にまとめて曹洞宗の所依（根本）の教典としたものが「修証義」であります。

修は修行であり、人間の体をもって

実践すること、証は証悟といって心をもつて真証を悟ることをいいます。

このことを「修証一如」とも申します。自己の捉え方が「心と体」「行いと意」が表裏一体のごとく、もつと申しますと表と裏という対照的な捉え方の、表裏では無く一如という表現は、どちらかを固定的にとらえることは出来ない事を言うのです。

信仰をもつと云うことは、教えをどのように受け止め、実践するかによって人生に対する価値観がずいぶん異なってくるといえましょう。

私たちの生命の営みの基準は、法律や道徳以前に生命の根元に基づく生命観から生ずるものでなくてはならないと思います。

是をしつかりと持つていなければ流動化する人生の基盤が揺らぐことになり、人生の基盤が揺らぐことによる不安がストレスを生むのではないでしょう。

仏道とは私たちの生命活動の根元を教示しているものであります。

道元禪師の著書「正法眼蔵弁道話」に「この法は、人人の分上にゆたかにそなわれりといえども、いまだ修せざるにはあらわれず、証せざるにはつることなし。」（現代仮名遣い）とありますように、どんな立派な教えでも生活に活かした修し証せられる（実践し万人の共感を得る）教えでなくては意味のないことを示唆されています。

二度とない、やり返しの出来ない人生を無為に過ごさぬよう、揺るがぬ拠り所を持ちたいものです。「修証義」を生活に則して私訳し味わってみたいと思います。

修証義は第一章 総序は一説から六節まで、仏教教義の要点を示されたもので、仏教の目指す根本義を述べられたものです。

第一節

「生を明らめ死を明らむるは仏家一大事の因縁なり、生死の中に仏あれば生死なし、但生死即ち涅槃と心得て、生死として厭ふべきもなく、涅槃として欣ぶべきもなく、是時初めて生死を離るる分あり、唯一大事因縁と究尽すべし。」

誰もが二度と無い人生だから、二度とない青春だから、楽しく有意義にと云う考えはもつのであります、その場合自分よがりの人生を考えがちではないでしょうか。私に授かっている人生を、私なりに頂いてゆくことは許されていいと思います。

しかし生かされている命の根元を明らかにし、やがて死に至る人間の生死の道理に目覚めて考えなければ空しく過ごすことを示唆されています。

生死の道理を明らかにし、無常の風にさらされて生きる中に日々のお会いを素直に受け入れて、苦も楽も共に我が人生と受け入れられるとき、仏教で云う富楽安穩の世界が体得できるという教示です。

人生には勝ち以外のものさし“があります。”

愛知専門尼僧堂堂頭 青山 俊董

秋の国体に出場する選手団が坐禅にやってきました。生徒たちと引率の先生は学校の名誉のために何とか勝ちたい、勝たせたいの一念に凝り固まっているのが傍目にもわかります。

そこで私は坐禅の後の講話の初めに愛の教育の実践者でいらした故・八ッ塚実先生の「絶対に他と比較しない。その子の自己最高記録に拍手を送る。」やったじゃないか“やれるじゃないか!”という言葉を紹介しました。そして競技を通して私たちが学ぶべきことは何なのかを語り合ったものです。まずいちばん大切なのは「結果は問わない。そのことにどれだけ努力を払ったか、だけを問う」ということです。日本新記録、世界新記録などといって、競技の世界では勝つか負けるか、速いか遅いか

かというような、結果を問うものさししか通用していません。これはそのまま世間一般のものさしでもあるのです。たとえば、役に立つとか立たないとか、能率が上がるとか上がらないとか……。

しかし、このものさしだけではオチコボレになる人が必ず出てまいります。速く走るといっただけなら、人間より速く走る動物はいくらでもおります。中身はどうか、というものさしもあるはず。そして、その方がどれほどか大切なものさしであり、人間らしい深まりと神仏の道にも通ずるものであり、そこにはオチコボレもありません。

勝ち負け以外のものさしがある

兎と亀が走り、競争をして亀が勝った

『イソップ物語』は、速さというものさしよりも、そのことにどれだけ真剣に取り組んだか、努力を払ったかということをはかるものさしもあることを、そしてそのものさしの方が大切なんだということを人々に語りかけているのではないのでしょうか。亀がどんなに努力をしても、兎に勝てるはずはありません。兎は何の努力を払わなくても百の速度で走ることができましようが、亀はどんなに歯を食いしばって頑張っても一の速度しか出せないのです。一の努力で十の結果を出せる人と、十の努力で一の結果しか出せない人を結果だけを論じるものさしで計つたら、一方は常に優位であり、一方は常にオチコボレ組ということになります。とかく世間のものさしは結果を計る方に偏り、ものさしというのはそれしかないと思っている人が多いことは残念でなりません。

世の母親たちが負けるな、追い越せと我が子のお尻をひっぱたくのもこの類と申せましよう。しかし、そのことにどれだけだけの努力を払ったかというものさしから見たら、十の努力で一の結果しか出せなくても諦めず、怠らず最後まで頑張った亀さんの方へ軍配はあがるのであり、このものさしこそ仏のものさしといえましよう。医者であると同時に、宗教者でもあった米沢英雄先生が幼稚園に通うお孫さんのことを語って下さったことがあります。

「私の孫は運動が駄目です。この間

の運動会の走り競争もいちばんビリから走っていたそうです。ところが、孫の前を走っていた友達が転んだんです。そして孫のヤツ、友達が起き上がって走り出すのを待っていて、またボツボツと走り、めでたくビリッコになったというんです。それを応援に行った嫁が帰ってきて話してくれました」嬉しそうに語ってくださる米沢先生のお顔に、私の心もあたたかく爽やかなものに満たされてゆくのを感じました。今の母親たちの多くは、我が子がそんなことでもしようものなら「あんた馬鹿だわね。そんな時追い越してゆけば、惨めなビリッコにならなくて済んだのに」と、勝ち負けなど眼中になく、ただ転んだ友達のことを心配して待っていてあげる仏さまのような垢づかぬ心を踏みにじり、醜い大人の思考でゆがめてしまいかねないのではないでしょうか。日本一駄目な一番もあれば、日本一素晴らしいビリッコもあるのです。

素直に負けられる人が勝ち

相田みつをさんの詩に「受身——負ける練習——」というのがあります。

柔道の基本は受身

受身とは 投げ飛ばされる練習

人の前で 叩きつけられる練習

人の前でころぶ練習

人の前で負ける練習

柔道の基本は
カッコよく勝つことを教えない
素直にころぶことを教える
いさぎよく 負けることを教える
その代わり
ころんでもすぐ起き上がる
負けてもすぐ立ち直る
それが受身の極意
極意が身につけば達人だ

人生という土俵にあって、我々とはかく負け状態になるとダウンしてしまいがちです。そういう人は逆に勝った時、高慢になります。高慢になると劣等感で落ち込むのとは、同じ心の構造の裏表ですから、勝っておごらない修行、負けて落ち込まない修行の方が勝ち負けの技を磨くよりもっと取り組みがいのある人生修行と申せましょう。世の中には絶対に負けられない人がいます。いづどんな場合でも、勝ちの態勢優位でないとイキイキしない人がいます。そういう人が一度負けの状態になると、気の毒なほどに落ち込んでしまい、なかなか立ち上がれません。人に負けるといふよりも、自分に負けてしまうのです。「負けるが勝ち」と言いますが、負けることができるというのは、精神的に大人でなければできません。後輩であろうと部下であろうと、先輩だ、上司だなどとはつまらないツツパリはさらりと捨てて、相手の長を褒め、正を認めることができる、譲ることができる

る……。これは心が柔らかで、大きくなければできません。さらには、負けて落ち込まないばかりでなく、負けて立ち直るばかりでなく、負けたという経験、失敗したという経験を肥料にして人間として大きく成長することが大切です。

人生に無駄なことはひとつもない

昔から「失敗が人間を駄目にするのではなく、失敗にこだわる心が人間を駄目にする」と言われますね。失敗が転んだこと自体が人間を駄目にするのではなく、そのことにいつまでもこだわり続け、心が立ち上がれないことの方が問題なのです。人生に無駄な経験などというものはひとつもありません。転びを、失敗を、得難い経験として生かしてゆくことです。さらに、一段上がるための踏み台としてゆくことこそ、大切な心構えと言えましょう。

勝ち負けを通して、もっと大切な学びがあります。負けた時は負けて落ち込まないばかりでなく、負けることによって負けた人の悲しみや悔しさが理解できる人間になれたことを喜び、我がこととして喜べる人間になろうという願いを持つことです。逆に、さいわい自分が勝つことができた時はおごらずに、自分が勝ったばかりに負けの側にまわらねばならなくなった人の悲しみに、思いをいたすことのできる人間になる努力をしようと呼ぶことです。

ガンと同居となつた この五体をどうしよう！

道心庵主

仏教では「己の命は御仏の御命を授かる」と申しますから、これに宿る病も同時に「御仏の御命として授かる」と受け止めるべきでしょう。

私は小学校二年生の時、肋膜炎を煩い中学校に入るまで病身でわずかな距離を駆けるという運動もできなかった。

中学一年生の時、体育系の家庭教師から体力増進にいいからと、バレーボールをする事を勧められ、バレーボール部に所属して以来、体を鍛える楽しさを感じ、後に駅伝の選手として二十歳で出家するまで続け、丈夫になる喜びを感じてきた。

お陰様で以来病知らずの元氣印でしたが、還暦を迎えるころ職業病とも言われる声帯にポリープができて切除手術をし、幸いに悪性ではなく事なきを得た。三年前には大腸にポリープができて、これは内視鏡による切除手術で良性が確認され安堵したばかりである。

昨年秋頃からどこが悪いというわけはないが、何となく体のバランスが調わないという不快を感じていた。今年一月、一日ドックに入り精密検査の結果、甲状腺にガンの疑いがあるということで、さらに精密な検査をするための診察日の予約は二ヶ月も先となり、ただいま待機中である。

甲状腺のガンは進行が遅いのであわてることがないと言ふ医者之言もあり、差し迫って生命が脅かされるということでもなし、身体に支障が現れているというわけでもないせい、きわめて落ち着いた生活を送っております故に安心下され。

この寺に住職した頃の私は、お酒は飲めないし食事は粗食を好んでいたが、二十五才で住職して以来法事などでの檀信徒との交流、寺の復興、こども育成会・青少年健全育成・町内会・PTA等の役員、ボーイスカウト活動等々社会的交流を重ねる内に、心ならずも美食と飲酒を重ねる事が多

くなっていれば、体に余分なポリープといわれる「おでき」や「潰瘍」ができて不思議ではないと思っている。

この数年の間に、半年前に会った時は元氣だったのに、久しぶりに会って「検査入院をしてガンが見つかり手術しました。経過は思わしくない」という方が数人あって既に三人が六十歳前後で亡くなっている。

聞けば皆さん同様に医師に言われるままに疑いもなく即手術、放射線照射、抗ガン剤投与という道をたどっておられる事に驚いている。

今私は、私に宿っているこの「ガン」の病根を断つ事を試みている。

私はかねてよりガンを患っても、内視鏡などによる簡単な手術はともかく、お腹を開いたり、五体にメスを入れて施術をしなければいけないような手術はしない、健康な細胞まで破壊する抗ガン剤の投与、放射線照射などはせず、自然治癒療法にかけることにしている。

この度も専門医にガンの疑いがあると宣告された日から九日間の断食に入り、といつても豆乳と野菜ジュースは飲みながら胃腸の大掃除をし、血液の浄化を図るために、食生活を玄米食中心とした菜食に切り替えて様子を見ることにした。お陰様でいつも空腹感があってお腹に力が入らないが気分は爽快である。

食生活以外はこれまでの生活を変えることなく、ガン細胞の増殖を助けるような食生活をやめて、身体共同体のガンと穏やかに戦いたいと考えている。

日本百観音 巡拝を終えて

覚峰英俊（松井英太郎）

原爆並びに戦災死没者の慰霊と人々の平和を願って、平成十二年に発心した日本百観音巡拝は、平成十七年十月二十八日で結願成就となりました。百観音とは西国・秩父・板東の観音さまを本尊とする寺の総数のことです。西国三十三ヶ所は近畿地方の観音霊場です。三十三ヶ所という数は観音菩薩が三十三の身に変化して衆生を救済してくださるという教えに倣ったものです。もともと「修験者」や「聖」といった放浪する修行者の拠点であったものが、後に巡拝する聖地となったようです。西国三十三ヶ所に倣い鎌倉時代には板東三十三ヶ所が関東一円の観音霊場を包括して定められ、同様に秩父にも三十三ヶ所ができたのです。十六世紀半ばには三十四ヶ所となり百観音巡りが成立したのです。

私が観音さまの言葉を知ったのは物心が

ついた頃からです。わが家は上下川の流れる田舎町にありました。その川に沿った山の中腹の崖に穴観音があり「白鷺寺穴観音」と稱せられていました。白鷺寺はいつの頃創建されいつの頃廃寺になったかはつきり知る人はいません。備後には当時禅宗が拡められたその流れを受けたと考えられます。白鷺寺観音には次の物語が残っています。

約二百五十年前（享保の頃）一僧侶が若僧を従えて白鷺寺の主となった。若僧は戒満といって年の頃は二十一才で美青年であった。この寺の方丈である英勝によくつかえた。英勝も大変に戒満を可愛がった。この頃北備二帯を大早魃が襲った。作物はい

うに及ばず山の木まで枯死した。難民救護の施設のなかった時代で飢えて死んでいく

ものの数は知れなかった。「たき」という娘は田舎には稀な美人であった。年老いた父

と共に僅かな土地を耕していたが多額の年貢を納めた残りではとても暮せなかった。

戒満は托鉢に出かける度にたきの家へ必ず寄った。托鉢で集めたものの中から珍しい

ものがあれば逆にたきに与えていた。戒満はたまらなくいとしく思った。この大早魃

の年には戒満は托鉢に出なかった。しかし夜になるとたきがこの悪年をどう過ごして

いるだろうかと思うといても立っても居られなかった。たきも日頃の親切が身にしみ

てか戒満と同じ心であった。お互いに会いたいとあせった。ある夜二人が話し合った

わけではないがたきは寺へ戒満はたきの家に向っていた。ばったり途中で出会い互に

情熱を燃やした。

しかしたきは大変やせていた。三日目に又会う約束をして別れたが会う約束をした日にたきは死亡した。無情を感じた戒満はその日から寺の裏の急斜面の大きな岩を掘って穴を造り、その中へ観音を刻んで据えつけてたきの供養にしようと思った。それから百ヶ日かかって遂に目的を果たしたが戒満も疲労のためその穴観音の前でたきの後を追って死亡したというのです。今もこの穴観音は昔のままの姿で残っています。ただいつの頃からか首から上が無くなっています。また崖下には観音淵があり子供の頃友と泳いだものです。

私は中学の時学徒動員で呉海軍工廠で働きました。終戦になり帰宅する時、広島の原爆の惨状を目前にしましたが全く筆舌につくし難い光景でした。現在は「ヒロシマピースボランティア」の一員として原爆資料館で展示品の解説や平和公園の案内をしています。ボランティアを始めて五年になりますがその間に「平和」という言葉を何百回発したことでしょう。しかしいまだに「真の平和」とはで悩んでいます。人は植物や動物の命を戴いて生きています。人間は悲しい運命にあるのです。この事も観音巡りを発心した動機の一つです。百観音巡拝を結願した今も考えはまとまりません。唯一言えることは「平和への道は自分に克つことに始まる」と考えることができるようになったのが幸いです。

参考までに私の英太郎は英勝禅師に因んだものです。父は英之助、子供は英哉とつづいています。

◆道心・趣味の会◆

俳句

- 野紺菊 大顔面の 石仏
- 曼珠沙華 鋼のごとく 開きさる
- 一片の 欠けなく 鱗ならぶ雲

廿日市所山 伊藤 順二郎

- 御詠歌の 鈴に応うる 初音かな
- 磨かれし 堂宇に香る 梅の花
- 母ありて このふるさと 路の臺

東区 青笹 俊枝

短歌

- 厳寒の月 高く青く透きとおる
- 庭の飛び石 ひえびえと白

- 日照雨降る これを「狐の嫁入り」と
大人の言いき 一つよりか消ゆ

東区 矢野 淑子

花吹雪

わが家の前の公園の
桜吹雪が庭にきて
ピンクの庭に衣も替え
お家の窓からそれを見て

お礼を誰に言おうかな

美ごとなピンクの花びらか

運んでくれた風さんか

それとも桜の大きな木

桜の太木言いました

土がなければ咲きません

日照りと雨も必要よ

ありがたいの一言は

誰に言ったらよいのやら

一つ一つに言えないけれど

それはやっぱり仏様よ

仏様どうもありがとう

(二部金子みすずの詩流用)

東区馬木 平田 喜身夫

◆行事報告◆(二月～三月)

- 平成十八年元旦(日)

・新年祈禱法要

大勢の家族連れで賑わいました。

・新春坐禅会

年々参加者が少なくなり寂しい

- 二月二十八日(火)

・青山俊董老師講演会

百三十人を越える聴衆で賑わう。

- 三月十八日(土)

彼岸法要・護持会総会

前年度行事報告決算報告に続いて、今年度事業計画予算案は原案通り承認された。護持会役員の任期満了にともなう役員改選は、全員再選で承認された。



多くの聴衆で賑わった青山俊董老師講演会

◆行事案内◆(四月～六月)

- 四月八日九日の高野山参拝

定員となり募集を締め切りました。

- 四月十五日婦人の集い発会式

午後一時より読経・茶話会三時半終了、楽しい会にしたいと考えております。積極的なご提案をお待ちしております。

■毎週定例行事

- 暁天坐禅会 月曜日～金曜日
毎朝午前五時十分～五十分まで

- 水曜坐禅会

午後七時より坐禅・茶話会 終了
八時半

- 婦人坐禅会 毎週金曜日

午後一時より坐禅・茶話会終了三時(第一金曜日のみ坐禅の後、写経・茶話会)

■毎月定例行事

- 上田宗箇流茶道稽古日

毎月一回 第二又は第四金曜日の予定 午後二時から
※お抹茶と和菓子を気軽に楽しむつもりでご参加下さい。

- 御詠歌の会

第二金曜日午前十時より自主練習
第四金曜日午前九時より講師を招いて練習 昼まで

◎茶道の稽古及び御詠歌の稽古は講師の都合により変更する場合もあります。初めて参加される方は、お寺に電話にてご確認下さい。

原稿募集

皆様の随筆、旅行記、体験談、趣味の短歌俳句など何でも結構です。お寄せ下さい。