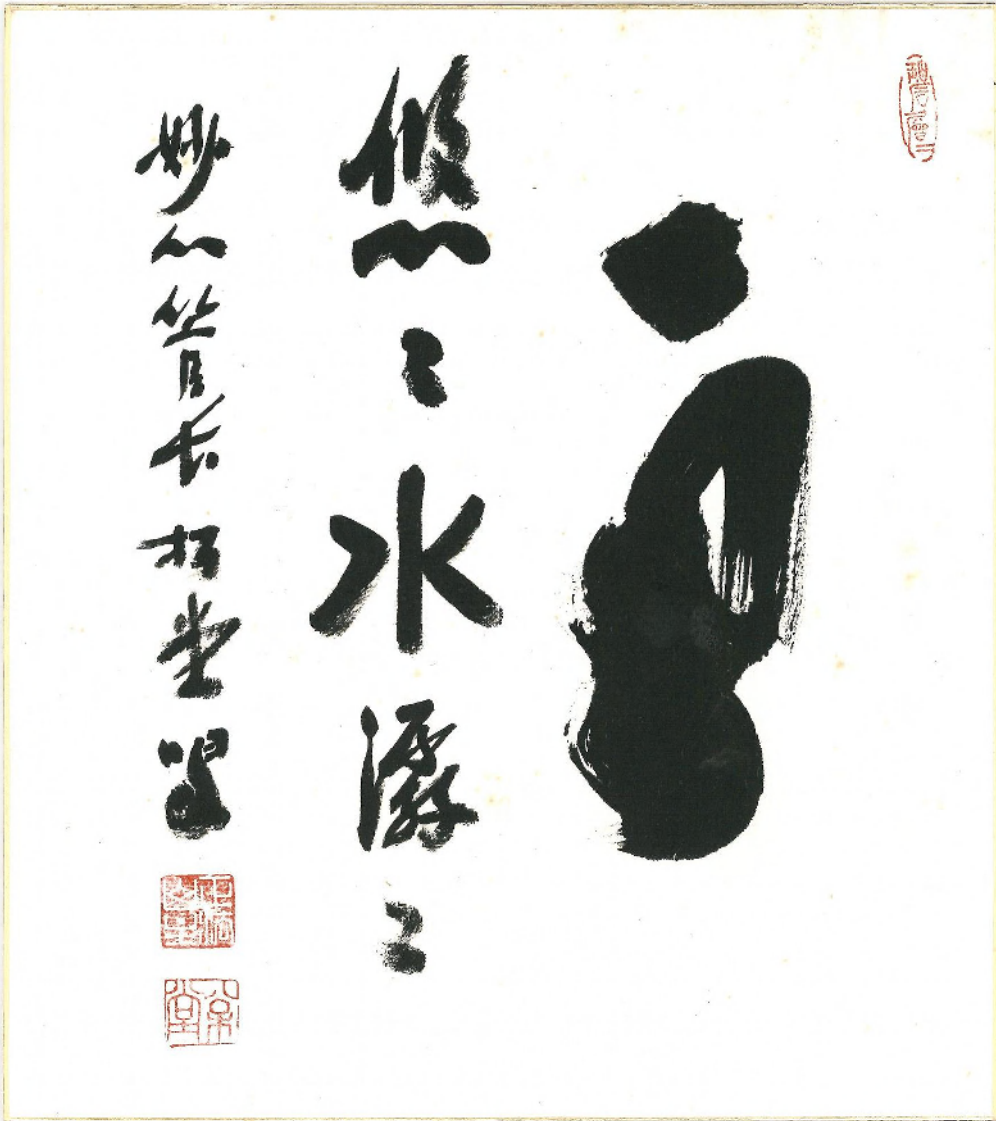


圓福寺報



元妙心寺派管長 倉内松堂老大師 御染筆

圓福寺報 第五十七号
 平成二十二年十月十五日発行
 発行者 臨濟宗妙心寺派 圓福寺
 千葉市稲毛区六川町三七五 TEL (二五二) 九一八一
<http://www.chiba-enpukuji.com>
 E-mail: oshou@chiba-enpukuji.com

「雲悠々、水潺々」(くもゆうゆう、みずせんせん) 雲が悠々と流れ、水がさらさらと流れている無念無心。自然法爾の姿を表しています。

編集後記	20
境内墓地のご案内(二区画)	20
「禅をきく」講演会のご案内	20
「アリナミンの空き瓶」	19
穴川花園幼稚園 園だよりから	18
お寺と和尚の記録抄	18
地藏盆の風情	17
第十九回 圓福寺寺子屋	14
「禅童会」感想文	14
市原別院だより	13
—— 山野僧雜記	13
市原別院、武士風土記(その3)	7
「国分寺台から武士の里へ」	7
熊倉 浩さん	7
法話「拈華微笑」	2
ねんげみしょう	2
目次	頁

ねんげみしよら
 拈華微笑

■顔面マヒ

右舌の感覚がなくなったのが始まりでした。右舌で味を感じなくなり、歯医者さんで麻酔をかけられたような感じのまま食事をしていました。二日ぐらいたつと、そのマヒの感覚が右頬にも広がったように感じられました。「これは『顔面マヒ』だ。」と気付いたのは、十年前に左顔面のマヒを経験していたからです。早速、病院に行つて、——診察は耳鼻咽喉科なんです。——診察してもらつると、案の定「顔面マヒ」との診断。でも、まだ初期段階らしくこれから一週間ぐらいマヒが進



行するでしょう、マヒが底をついたらMRIで検査しましょうとのことでした。「入院して安静にしていた方がいいのですが・・・」と言われたものの、とても無理ですとお断りすると、ご自宅でもできる限り安静にしてくださいと薬を処方してもらいました。数日して再び診察を受け、顔をまじまじと見られ、「マヒの進行も底を打ったようですね。」つまり今回の顔面マヒの最悪の状態というわけです。まぶたは閉じられず、したがって涙があふれ、

それを拭こうとすると眼球まで触ってしまふし、石鹸をつけて頭を洗うと容赦なく石鹸水が目の中まで入ってしまう始末。飲物は唇から洩れ、口に水を含んでぶくぶくとすると麻痺している唇から水がピューッと飛び出し、笑うと顔面がゆがむ状態となつてしまいました。幸い、多少の息漏れはあるにしても、お経は読めたのでお葬式やご法事はなんとか務めることができました。マヒの進行が落ちてきたところで、MRIの検査をすると、脳の中に梗塞や腫瘍は見当たりませんから、末梢神経が損傷しただけのようなのです、との診断でした。その後の経過観察で、治りかたに顔を大きく動かすような大笑いとかは避けてくださいと言われました。それから、口の周り、頬、まぶたと同時に動かさないように注意してください、そうしないと口・頬・まぶたの神経が同時に動くように

なったりして、表情がおかしくなりまますから・・・。今まで意識せずに当たり前に顔を動かしていたのが、治すまでにはいろいろ意識して動かさないとけないんだなど、人間の体の精巧な仕組みと当たり前のありがたさを思い知らされました。

帰りの車の中では、そういえばお医者さんに言われるまでもなく、顔をぐしゃぐしゃにするような大笑いなんて、ここ何年もないような気がして、すこしがっかりしてしまいました。

■顔は心の窓

十月一日は、来春の大学卒業予定者の採用内定日だそうです。就職活動、いわゆる「就活」が厳しいと言われ、大学三年の秋にもなれば、そろそろ会社の説明会に出席するなんていうのが当たり前だそうです。かつては四年生になってから就活だったと思うのですが、どんど

ん早まってきて、大学は最高学府ではなく、就職予備校化している感じですよ。

そんな厳しい就活を経て、無事社会人になれたら、社員教育が厳しい。毎年、四月になると新入社員らしき営業の電話がたくさんかかってきます。おそらく研修を終えての实地研修の意味もあるのでしょう、電話口の向こうの営業スマイルが目につくかぶようです。営業スマイルのまま、台本を読むように一方的に自分の言わなければならぬセリフを並べ立てるのです。決して、相手が今忙しかろうが、取り込んでいようがお構いなしです。

でも、本人は一生懸命だと思えます。なれない言葉づかひや、面白くもないのに笑顔を作り、それまできちんとしたお辞儀もしたことがないのに・・・それをこなすことで必死だと思えます。ですから、相手を思うこと、自分の言葉にここをこ



めることなんてとてもできないんだと思います。自分の思いとは裏腹に、いやなお客さんにも笑顔を見せなさいと言われて、その上、顔で笑って心で泣くんなどど指導されたりしているうちに、上っ面だけの作り笑顔と空々しい笑い声まで身につけてしまひ、そんなのが本当の教育なのだろうかと疑いたくもありません。

「顔は心の窓」と言われ、その顔をのぞけばその人の心を見ることができるので、上っ面だけを整えても付け焼刃はすぐはげるときまっています。営業の電話を切った後に、電話口の向こうでは「チッ」と舌打ちをしている顔が想像できしてしまうのです。

脳科学者の茂木健一郎さんによれば、「そもそも顔は脳のモ

ニターである。心は見ることでできない。コンピュータほど単純ではないものの、入力された情報が脳の中で処理され、なんらかのかたちで顔に表れる。そして他者にわかるように顔にモニターされる。」そうなのだから、笑顔も営業スマイルなのか心からの笑顔なのか、他者にはわかってしまうのです。

そんなことを踏まえての、人間性を高める社員教育をしても、raithたいものだと思おうのですが、その前に家庭教育が基本なのはいうまでもありません。

ねんげみしよう 拈華微笑

お釈迦さまの教えが一番最初に伝えられた故事で有名な言葉に、「拈華微笑」があります。

お釈迦さまのお話を聞きに、大勢のお弟子さんや信者さんが集まっておりました。さて、今日はどんなお話をしてくださる

かとお待ちしているところにお釈迦さまがお出ましになりました



た。それまでざわついていたのが、水を打ったようにシーンと静まり返ったに違いありません。全員の視線がお釈迦さまに注がれる中、お釈迦さまは一本の花を目の前に差し出されました。その花は金波羅華こんばらけという金色の蓮の花だったと言われています。

お釈迦さまが差し出された金色の蓮に何か意味があるのだろう、何か特別なものだろうと思わずにはおられません。一同固唾を飲んでいるのですが、お釈迦さまは口を開こうといたしません。すると、その場には八万ものお弟子さんが集まっていたと伝えられています。その中かしようそんじやの迦葉尊者一人だけが、その花

を見て微笑みました。すると、迦葉尊者の微笑みに気付かれたお釈迦さまが、「我しょうぼうげんぞうに正法眼蔵ねはん みょうしんじつそうみみょう涅槃妙心 実相微妙の教えがあり、そのすべてを今まさに迦葉に伝えた。」とおっしゃったのです。このドラマチックな情景が、仏教が第二世となる迦葉尊者に伝えられた場面だと言われています。

それまでにたくさんのお説法をされ、共に坐禅をし、折に触れその教えを伝えて来られたわけですが、一番最後の肝心要のところは言葉では言い尽くせず、その笑顔を見て以心伝心されたのでした。

偉い偉いお釈迦さまだということ、そのお釈迦さまが差し出された花、しかも世にも珍しい金色の花、もうそれだけで私たちは何か特別なお話をされるだろう、金色の花だから何かありがたいお話だろうと思いきいのでしまいます。すでに、先入観と



このお話は、九

■米寿の肖像写真

か今までの知識・経験という色眼鏡をかけてしまっていて、差し出された花をありのままに見ることができなくなっているのです。きれいな花を見て、微笑むという当たり前のことすらできないうのなら、それはお釈迦さまの教えでもなんでもないと、「拈華微笑」は教えてくれます。

滋賀県大津で写真屋さんをされている写真家の谷本勇さんは、米寿を迎えた方の肖像写真を撮影して、敬老の日にプレゼントされています。ボランティアで続けてきて、今年五十年目だそうです。米寿の肖像写真は、これまでに千五百枚にももの

月二十日のNHK「おはよう日本」で取り上げられました。

撮影する時の様子が放映されていましたが、写真館を訪れた米寿の人の表情が硬いのです。表情が乏しく、もつと言え

さいきしん

猜疑心でもお持ちなのじゃないかと思えるほどです。今の子どもたちのように、運動会や発表会で親のカメラを探してすぐにピースサインや手を振るのが当たり前前の時代に育ったら違うのでしょうか。また、デジカメの時代です。現像などする必要なくすぐに印刷されて出てくるわけですから、写真を撮ることは特別ではありません。それに比べて米寿を迎えた人にとって、写真は何かの記念にしか撮らない特別なものだと思います。そして、口を閉じて顎を引いて撮るのが当たり前、歯を見せるなんてとんでもない、皆一様に、今から見れば無表情をさせられたわけです。そこで、写

真屋さんに来るときから、少し緊張して身構えていたのではありません。

撮影が始まると、さすがプロのカメラマン谷本さん、緊張をほぐすような言葉をかけ、冗談をいい、その間にシャッターを何回も押されていくのです。

出来上がった写真を見ると、どの人も、まるでモデルのように微笑んだ顔で写っています。皆、素晴らしい笑顔を見せているのです。敬老の日に、出来上がった素晴らしい肖像写真をプレゼントされたお年寄りには、「自分じゃないようだ。」「私にもこんな笑顔があつたんだ。」「しばらくこんな顔をして笑った覚えがありません。」「と、顔を皺くちやにして、もともしわだらけですが、さらに皺くちやにして涙を流して喜ばれる方もいらっ



しいました。写真に写った笑顔も素敵でしたが、その写真を見て喜ばれる顔は、もっと素敵でした。

実は、このボランティアで写真を撮られている谷本さんも八十六歳だそうです。そして、「米寿のお祝いに本人や家族を喜ばせたい」と、相手を笑顔にして肖像写真を撮影できる谷本さんの笑顔も素晴らしいなあと思えました。

■なにを拵じようか？

迦葉尊者のようになすべてを悟った微笑はできないにしろ、「笑う門には福来る」と言われるように、私たちも微笑を絶やさないようにしたいものです。

外国人から見ると、日本人はいつも意味もなくにやにやしているように見られるのだそうです。外国語が苦手で、その照れ隠しについて照れ笑いをし

まった経験をお持ちの方も多いのではないのでしょうか。私たちが日本人は、「目は口ほどにものを言い。」ということわざからわかるように、言葉によるコミュニケーションが苦手で、相手の表情や目の動きから相手の気持ちを察することができずきました。

しかし、営業スマイルが幅利かせ、心ない乾いた作り笑いが電話口から聞こえてくるようになった現代では、「顔は心の窓」と、相手の気持ちを察することは望むべくもなくなっているようです。

How are you?



そこで「笑う門には福来る」と過ごしていくためには、相手と言葉が言わないからとか、相手が言ったらか、相手ではなく、「ありがとう」「こんにちは」「おはよう」などのあいさつの言葉、至極当たり前のことですが、そ

んな言葉を大切にすることを心がけるのが一番だと思います。



エレベーターで先に降りて行く人が、「お先に。」といった一言が後から降りる人の心に微笑みを残すように・・・俺は年寄りだからシルバースーツに座って当たり前だというような顔をしているお年寄りが、席を譲られて「ありがとうございます」といった言葉が、バス中の人の心に類した微笑を残すように・・・。「お先に」や「ありがとう」の一言は、お釈迦さまの差し出された金波羅華や、写真家の谷本さんが撮られた米寿の肖像写真と同じように、微笑の種をまいてくれるはずですよ。

あいさつという一輪の花を拵じて、「笑う門には福来る」と生きたいものです。

圓福寺市原別院 武士風土記 その3

文・写真 熊倉 浩さん



既にご案内の通り、圓福寺市原別院計画のもと、種々活動を進めてきております。その一環として、別院予定地周辺の地誌をご紹介します。郷土千葉を知るきっかけにもなります。執筆・写真は、以前「穴川風土記」をまとめてくださった熊倉浩さんです。現地踏査、歴史資料を基にした綿密な内容になっており、ご労苦に感謝申し上げます。今回が最終回です。

国分寺台から武士の里へ

～上総国市原郡の中心地をゆく～
(寺報五十六号のつづき)

◇頼朝伝説と源氏山

個人的な考えを許されるなら、頼朝が房州上陸後北上の途中、源氏山と呼ばれるここに砦を設けて戦いに構えた余裕があったかどうか、歴史には出てこない。また房総半島は中世の古城跡が多いことで知られているが、平安末期から鎌倉時代にかけてはまだその時期は到来していないと思われる。

光風台の南西には「いざ鎌倉」の鎌倉街道が今もはっきり残っている。これは古代東海道（東海道は房総半島を通っていた）を一部利用したとも言われている。そして頼朝が千葉常胤の援護を受け北上する道筋には根強い「頼朝伝説」が今に生きている。中世の「大桶城跡」も頼朝にあやかり後世村人が「源

氏山」と呼ぶようになったのではないか。或いは砦は築かなかつたとしても頼朝がここに逗留したかもしれない。字名の「白畑」は白畑＝白旗または白幡と考えてよい。これが付く地名（音名）は殆どが源氏に関係している。千葉市内新宿一丁目の白旗神社は頼朝がここから出陣した所との伝承がある。近くは宮野木¹⁾と脇に白幡龍神社があり、市内や近在にはこのようなゆかりの場所が多く見られる。

◇^{たけいち}建市神社

二百m先に建市神社が見えた。標柱と拝殿の扁額には建市神社とあるが鳥居の額東には正一位鹿嶋



建市神社・式内社に準ずる古社

大明神とある。これは一体どうしたことか？ 地図にも鹿嶋大明神と出ている。

これから孫を迎えに幼稚園に行くところだというせわしげな老爺をつかまえて聞いてみた。先祖からの言い伝えによれば昔鹿島山にいた神が里に降り立ったのがこの地だという。その鹿島山は何処か聞いたが老爺は知らないという。そして神様のことだから何処でもいいだろうと言って幼稚園に向かった。

しらべたところ大凡こうである。『三代実録』の元慶八年(884)七月十五日条に「武市神」が出てくる。『房総志料』には地名の武士は「建市」の誤りと



建市神社にあった庚申塔、「これは古い！」

ある。近世には建市大明神と称した郷社であった。これらのことからもと村名も神社も「建市」であったことが分かる。

旧郷社である建市大明神の祭神はタケミカツチであるからやっぱり鹿島からやってきたのだらう。したがって鹿島山から降りないとつじつまが合わないのである。加えてオオミヤヒメ、オオヒルメ(アマテラス大神)の二女性神を合祀している。光仁天皇時代の創建という。明治初期神仏分離令により建市神社と改称した。境内には神仏習合の名残が随所に見られる。寛文九年(1669)、貞享四年(1687)銘の古い庚申塔などもある。前に寄った新堀の八幡神社も神仏習合の跡が沢山あった。神社を出ると源氏山を背にした市原別院が目前にあった。山は赤く燃え始めようとしている季節である。

◇武士古墳群・武士遺跡

にいほり たけし
新堀と武士の中間の平地は北に山を控えその麓には畑が続く。西の広い田圃よりは高度がかなり上がっている。この一帯が「武士古墳群」である。現存する円墳、前方後円墳、方墳が十三基見られる。消滅したものが六基。千葉県が県内重要古墳群として測量調査した十数件の一つである。

武士からも簡単に行けるが、新堀の八幡神社の脇から入る。はちまんごえこふん

最初に眼に入った八幡越古墳(前方後円墳)は道路に半分削られていたの
で、この古墳群は相当に荒らされ消滅寸前かと思っただが総じて保存状態は良好であった。畑の



武士古墳群の「いなり様古墳」

中に在って周りが削られてしま

なべつかこぶん

まった最大の鍋塚古墳（円墳）は少々哀れであったが、多くは森や竹林の中を探さねばならず、少々難儀であったが全部確認することができた。特に森や竹林の中を探すのは大変だ。昔と違い需要がないためこの竹林も手入れがされず荒れ放題である。密生した竹は自然倒壊し踏み込めない。

少し離れた北部の山上に第二グループの古墳が二基ある。別院から北に見え、山頂が平坦な裸山である。産業廃棄物の処理で出来た人工の山だという。十歩いては休み五歩行つては息を整えながら喘ぎ々々坂道を登る。坂の途中道端のやや小高い所にフェンスに囲まれた区域があった。小さな急な石段を登ると小さな神社が祀られ、祠や石塔が並び、そこは常緑樹で覆われ昼なお暗い村の「聖域」であった。市原市指定保存樹木の

武士古墳群はこの山の上につづく。



り、三方が土砂の壁となつて椎の老木をゆうに越える高さとなつていた。

「聖域」に接して人見塚古墳（前方後円墳）を発見した時は嬉しかった。山中に自然放置されたままの古墳はなかなか見出せないものである。半ばあきらめかけたところであった。地形的にも分かりにくい位置で墳丘は明らかに盗掘の跡らしく大きな穴で変形していた。全長が三十八・四mを測り古墳時代中期以降のものといわれる。人物埴

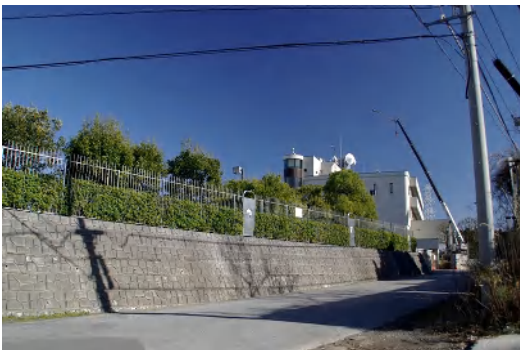
椎の老樹が天を突くように伸びていた。もともと平坦だったであろうところは周囲を土砂で積み上げられぎりぎりフェンスまで迫

輪・家形埴輪が出土したという以外よく分かつていないようだ。

平坦な山は人工的に土砂で築かれそこに登つてみる。未だしつかと固まらず崩れ落ちる不安定な地面を静かに登ると、絶景かな！ 朝から付き合つてくれた富士山がくつきりこちらを向いていた。足下には巨大な水道局福増浄水場・給水場が広がる。産廃処理場は休業のよう

で人影はなかった。このまま処理を止めてくれたらと思う。目の前の森の中に煙突が二本。遠くからでも見える福増クリンセンター（清掃工場）である。

山を降り聖域に戻りさらに進むと平坦地になり十字路



武士遺跡に建つ「県水道局福増浄水場」

にでる。そこは浄水場と化した
 「たけいせき 武士遺跡」で海拔七十五mを
 測る。

養老川と村田川水系が南北に分かれる分水界台地である。旧石器時代の五十五ヶ所の地点より多量の資料が出土された。縄文時代では草創期から晩期に至る各期、特に中期末～後期前半を中心にして四百三十八軒もの竪穴住居跡を検出している。弥生時代では中期の再葬墓が五基発見されたことは注目される。後期には竪穴住居跡六十三軒とほうけいしゅうこうば方形周溝墓（弥生時代のお墓の一形式）三基を検出。古墳時代終末期には方墳の造営が始まり九世紀代まで四十一基がつくられた。木棺直葬（遺体を埋葬する一形式）とともに石櫃などのそうこしき蔵骨器埋葬がみられる。
 以上は「千葉県文化財センター一年報」No.15(1990)による



武士遺跡出土の陥没痕のある猪の頭骨。傷を負った猪が縄文人の囲み突破して出来た外傷。
（袖ヶ浦市郷土博物館、平成二十年企画展より）

であった。
 今や完全に消滅した遺跡は浄水場や給水場になり養老の豊かな水を京葉工業地帯に供給し続けている。浄水場の門をくぐりここが武士遺跡であった証拠を聞きとり確認した。玄関ロビーのガラスケースに出土した縄文土器が千葉県文化財センターの好意で陳列してあり見られたことは思わぬ収穫であった。ここまで土器を見に来る変人はいな
 いらしい。案内してくれた水道局の職員は全くの無関心であった。
 とところでこの水はどこから来るのだろうか訊ねたら上流の高

滝ダムからという。直線距離で十五キロ余を地下導水路で引いている。実距離は二十キロ以上にもなろうか。昭和五十一年発行の二万五千の地図にはどこを探しても高滝のダム湖は見当たらない。ダム湖の海拔は湖岸で四十二mだから途中何ヶ所かでポンプアップしているのだろう。こうして京葉コンビナートの今日があるのだとわかり大いに勉強になった。
 同じ道をくだって武士の集落へ向かう。法泉寺の裏に着いた。道端にいる老人と話しているうち、あれがデーダラボー（ダイダラボッチとも）の山だと意外なことを聞いた。ここにも巨人伝説のあることを知る。デーダラボーがああ山に腰掛けて小便をした云々というどこにもある巨人伝説の一齣であった。その山は別院から真北に見える杉山である。じっくり歩いて探せば里に下りてきたデーダラボーの話がもっと採取できる

かもしれない。
 さきの産業廃棄物の処理場が
 気になってきた。浄水場側に向
 いている処理場の入口から中を
 覗いて見ると産廃の処理場と言
 われればそうかも知れないが、
 はじめ思っていた土砂の採掘場
 のようにも見えるのである。小



武士の「デーダラボ」の山（別院真北の山）

さな事務所小屋とダンプカー、
 小型のクレーン車のほか工所用
 の器具が転がっていた。その場
 で確かめようもなく市役所に聞
 いてみた。それらしい部署に聞
 い合わせてもどの課も把握して
 ません、承知してません、市と
 は関係ありません・・・つれな
 い対応でこれはダメかと半ば諦
 めた。最後に辿り着いた環境管
 理課で分かったことは、同じ産
 業廃棄物でも工事現場から出る
 残土・廃土の捨場であった。た
 しかにそこにはゴミらしいもの
 は見当たらなかった。これで納
 得、一件落着。

◇安須の里の遺跡

あずのさと

市原市は大きい。君津市を抜
 いて千葉県一位である。清澄の
 山に発した養老川は大蛇がくね
 るように市の中央を北上する。
 その間名所旧蹟・神社仏閣は数
 知れない。武士から牛久にかけ

ては特に古墳が密集して数え切
 れほどである。武士古墳群のよ
 うな重要古墳群とされているも
 のがこの地区だけで六ヶ所を数
 える。その一つ、安須古墳群を
 見たく出かけたが、遅い時間
 だったので諦め、上総三又駅か
 ら車だと数分の「道の駅・安須
 の里」に向かう。旧安須村であ
 る。天気が良ければ田舎道を歩
 くのがいい。浅井橋からの近道
 をとれば三キロ三十分ほどであ
 る。

かまがみいせき

道の駅の裏の台地は一帯が
 釜神遺跡という。勝手に拡大解
 釈が許されるなら安須古墳群の
 一部ととれなくもない（許され
 ることではないが）。

ここから弥生～古墳時代の住
 居跡と古墳が多数発見された。
 いまは公園化されているが浅間
 塚・六部塚・行人塚（いずれも
 円墳）の三基が保存されてい
 る。
 中央の大きな浅間塚は、実は

安須の里 釜神遺跡の浅間塚



江戸時代以来の富士山の上になぞらえてさらに築かれた塚なのである。富士山信仰で各地に浅間様を祀る塚もある。明治期までは浅間大神の石碑があったので浅間塚と呼ばれてきた。この下には今なお四世紀の古墳が眠っている。

この台地からの展望がまたいい。五井の街、工場群の煙突、高く聳える白亜の市役所が見える。なるほど国分寺七重塔の高さが実感された。国分寺台、そして武士の山々が昼下がりの低い陽光に染まっていた。

(おわり。)

市原別院東にある「源氏山ゴルフ倶楽部」敷地内の『源氏山由来記』（石碑の文を写したものです。）

源頼朝公陣営之跡

源氏山の地、眺望雄大にして四界展げ西に富嶽を見る。山容自ら貴相あり、往古、天津日子根命の裔、大和國高市郡より来り、此の地を卜して移り住む。依って上総國市原郡建市郷と称す。中世は市東荘に属し、近世に至り武士、大桶の二村に属す、武士なる地名は、建市の転訛せるものなり。源氏山の地名古伝に依れば源頼朝公、安房より北上して下総國府に進むに当り、暫し此の地に陣を敷き、山上に白旗を掲げ、兵を召募せし故事に由来す。蓋し此の地は、安房諸郡より上総國府、即ち現在の市原市役所東辺に通ずる諸道の会する要所なれば當に然るべし。上古日本武尊東征に際し、此の地に憩うとの古伝あるも亦故あるなり。頼朝公は、治承四年八月二十三日石橋山の合戦に於いて敗れ、同月二十九日、逃れて安房國平北郡鼠島、即ち現在の勝山町竜島に上陸す。又一説に云う、東条浦に上陸せりと。九月三日、上総介平廣常の館に至らんとして、東条浦即ち安房鴨川に至る。其の夜、公の宿所を襲わんとする土豪あり。公、難を仁衛門島に避け、其の洞窟に潜むと云う。三浦義澄反撃して之を敗走せしむ。公、此の地方に駐どまりて後途を策す。夷隅郡布施の地に使者を派遣し、上総介廣常を説くも返を得ず。然る所、千葉の地に住む千葉常胤一族を挙げて公に應ずると約す。公、大いに喜び、安房國府を出発し北上す。時に治承四年九月十三日なり。其の将兵、北条、和田、三浦、安達の一統并せて三百騎なりしと云う。古伝に依れば、佐貫、木更津の東方を通り、上総國府を経て下総國府に至ると。源氏山の西麓は、即ちその進路に當る。往時、去就不明の上総介廣常は、此地より東南に通ずる長柄郡一宮又は夷隅郡布施に常駐せるを以て公が警戒の為に、一時源氏山に陣し兵を召募すとの伝、大いに信ずべきものあり。当域内に白旗大権現あり。源氏の守護神なり。又石尊山あり。別名を根利木山と云う。練技の意なり。又馬坂山あり。共に往時の騎馬演練の地なるべし。公、更に北上して下総國府に入りしが、途中千葉西方の海岸に幕を張りて宿營す。依って此の地を幕張と称す。現在の千葉市幕張町これなり。源氏山の地、古来古伝多し。茲に由来を誌して永く顕彰す。

昭和五十二年九月一日建之 源氏山ゴルフ倶楽部理事長 塚本 素山 花押

中央に住職手作りの須弥檀。左右の窓を開けると、雑木林が広がります。



市原別院だより
——山野僧雜記

前号でお知らせしたように、仮本堂の内装工事が終わり、中央に須弥檀をしつらえました。市原別院の寺務所の仏間からお釈迦さまを遷座して、香炉・常花・燭台を荘厳しました。また、鐘や木魚も同じ仏間から仮本堂の方に移しました。草刈りに行った時などにお線香を立てて諷経してまいります。堂内の左右に畳を置いて、坐禅堂のような雰囲気になりましたが、もう少し手を加えて・・・と思つています。プレハブのもう半分も、酷暑の中、片づけが終わりました。秋になると、幼稚園の子どもたちが秋たんけんに出かけてきます。サツマイモの収穫をして、掘ったばかりのサツマイモで「お芋ごはん」を炊きます。大きな炊飯釜で二回も炊かないといけません。学年ごとの秋たんけんですから、それを三回。すっきり「お芋ごはん」の達人になります。おみそ汁もサツマ

イモ。子どもたちはすっかり秋を堪能します。そのようにガス・流しなどを完備しておりますので、井戸水で入れたお茶ぐらいはお出しできますので、お近くにお越しの折には、ぜひお立ち寄りください。



新しい草刈り機「まさお」乗っている住職。

第19回 圓福寺寺子屋



禅童会



ぜんてら く ね すわ
 禅寺で、「食う・寝る・坐って」
 なにも感じたか？

平成22年7月24日(土)~25日(日)

「つらかった坐禅」

松戸市立小金小6年 永沼 寿莉

私が一番心に残ったことは「坐禅」です。

私はおとしにも禅童会にでているので、つらいのはかくごして行きました。最初は坐禅の指導でした。2年ぶりなので忘れちゃったかな？と思っていただけ、すぐに、思い出すことができました。しかし、私は体がかたいで足をふとももの上に乗せるのは私にとって一番キツイので、和尚さんに直されたときは、思わず、「うっ!!」

と言ってしまった。

あんまりおとしのことを覚えていないので(あいまい?)きついのは分かっていたけどどのくらい痛いのか忘れていました。指導が終わり、4時間くらい間が空きました。

いよいよ第一回目の坐禅が始まりました。最初は「この調子だったら楽勝だ!!」と思っていました。そして五分過ぎると「もう無理!!限:界:。」となりました。そう思っていると近くで「パシーンナー!!!」と音がしました。私は、その音にびっくりしました。しかし、たたかれた人、「痛かったでしょ。」と聞いて

スイカ割り



みました。しかし意外にも、「えっうん。打たれた瞬間はすごい良かったけど、あんまり痛くなかったよ。かえって気持ち良かったよ。」と言っていました。私は打たれたことがないから分からないけど打たれたらどうなるかなと少しだけ思いました。

2回目の坐禅が始まりました。1回目は、気がちってしまっって少し動いてしまいました。だから2回目は集中しよう決めていました。おかげで、たかれずにすみました。

第2日目になりました。と中で、和尚さんがエアコンとせんぷうきを消しました。するとさっきまで鳴っていた電気製品の音が一気に静かになり今まで聞こえなかった、小鳥の鳴き声やなんだかわからないけど、水のような、「チョロチョロ」という音が聞こえました。

禅童会最後の坐禅が始まりました。

茶道体験



私は、2日間、圓福寺へ行きました。そこで印象に残ったことは、坐禅です。また、一番つらかったことも坐禅です。最初は、絶対動いてはいけないと聞いて、とてもおどろきました。しかし、もっとおどろいたのは、それが意外と大変だったことでした。毎日ゴロゴロとすごしている私には、簡単だと思っていただけからです。私は、坐禅でもとても大切なことを学びました。そのきっかけとなったの

「坐禅で学んだこと」

千葉大付属小6年 清水 咲希

30分しかかないから全部の力を出そうと思いましたが。だから終わった後すごい骨折をしたっ？っていうくらい痛かったです。すぐくつらかったけど貴重な体験ができてよかったです。

は、和尚さんが言った、ある言葉でした。「どろ水をずっと静かに置いていたら、そのうち、どろと水に分かれる。それは人間と同じで、ずっと動かさずにしていたら、良い心と分かれる。」

最初はこういう意味なのかわからず、頭にひっかかったままでした。坐禅をしている時、私は、どうしても動きたくなってしまっていました。正直、私は、和尚さんの目をうかがっていました。私は、和尚さんにたたかれなければ良いと思っていました。2日目の最初の坐禅の時、私は、少しはじっとしてみようと思っていました。しかし、やっぱり動きたくなってしまいます。がまんしていたけれど、汗でズルズルしてしまった手を動かしてしまいました。しかし、その時、一日目に和尚さんが言った言葉がほんの少しだけわかったような気がしました。

二日目の最後の坐禅の時、和尚さんが言っていた『人生最後の坐禅』を悔いのないようにしたいと思いました。目線にも気をつけて、動かないようにしてみました。やっぱり動きたいと思っただけで、ずっとがまんをしていました。すると、だんだん足のしびれが感じなくなってきました。

禅の食事作法



坐禅が終わった時、私は、和尚さんの言った言葉がはっきりわかりました。言葉では表せないけれど、感かくでわかりました。

和尚さんの言ったとおり、もうずっと動かさずに行けることはないと思います。この感かくは、ずっと忘れないようにしておきたいと思います。

「楽しかったこと2つ！」

小中台小4年 西 駿

今年の七月二十四、五日に禅童会に行きました。今年にはさかねこうだい君と行きました。

禅童会では、去年のメンバーの小林ゆうのすけくんがいました。同じグループでした。ぼくは3ぱんでした。

そして一番たのしかったのがスイカ割です。すいか割では1ぱんと2ぱんと3ぱんに分かれました。すいかわりはなかなかわかることができなくて、むずかしそうでした。

ただ、2はんのある人がスイカに

ひびを入れたのです。すごかったです。ざんねんながらぼくのでんはありますませんでした。

そのあとでスイカをたべました。とてもおいしかったです。

ほかには坐禅がよかったです。

坐禅では一時間やってから足をはずして、のびしてみると、後から足のうらがとてもしびれてびりびりして、歩きにくかったです。

ただかれた人は五人くらいいたけどぼくは一度もただかれませんでした。

おしよさんは坐禅の時、

「うごかさなければどろ水はどろは下におちてきれいな水が上にのこる。君たちも、このどろ水と同じようにゆすらないでどろ水を下にすこしずつおとしていくのを坐禅と言う。すこしでもうごかすとまた、どろ水になってしまふ。」

と言っていました。

ぼくは、いろいろな音をききながらしゅうちゅうしてやる坐禅は、ぼくは、すぎです。

ただかれるといたいけれども、ただかれた後は、

次から集中してやるぞというき合いがたかまるのがぼくのすきな所です。今年の禅董会はたのしかったです。また来年もできたらきたいです。

◆◆禅董会指導員から
禅董たちへのメッセージ

「剣道と坐禅」

幕張 雨海 宏明

私は高校生になってから剣道部に入部しました。毎日毎日竹刀を振って練習をしましたが、ずっとヘタで試合に出してもらえませんでした。そんな時、「宮本武蔵」を読みました。その中に、昔からの剣の達人はみんな坐禅修行をしたと書いてありました。そこで、坐禅をしたら剣道が上手くなるに違いないと思った私は、高校の禅同好会に入って坐禅をすることにしました。

毎週日曜日、朝5時に家を出て、水道橋近くのお寺に行き、6時から読経・坐禅・お墓掃除・朝食（おかゆ）、そして10時解散。それを高校三年の1年間続けました。今でも覚えています。坐禅の足の痛さ、薄いおかゆ、冬のお墓の寒さ、壁のシミ…。とここで、剣道は強くなったかって？、はい相変わらず弱かったです。今思えば、お寺で坐禅をするより、剣道場の朝稽古に通った方がよかったですかも知れません。

いっこうに強くならなかったの、大学に入ってからお寺での坐禅はやめました。剣道だけは続けていました。大学の剣道部は部員が百人いて、私は二軍どころか三軍でした。試合と言えば学生服を着ての応援だけでした。それでも、剣道は好きで、社会人になってからもしばらく続け、今でも庭で木刀を振っています。

初めて坐禅をした高校3年生の時から30年以上たったある日、圓福寺の前を通ったときに坐禅会があることを知り、無性に座りたくなって参加を申し込みました。自転車や水泳と同じように、体で覚えたことは忘れられない、30年ぶりでも意外と自然に坐ることができました。それから17年、圓福寺の坐禅会に通っています。

今でも、坐禅をすると足が痛い、しびれてすぐに立てないこともありますが、でも、坐っているときは足が痛いことにとらわれなくなり、心が落ち着くのです。それでも、まだ心が動きません。だからこれからも坐禅を続けていこうと思っています。

君たちも、この二日間の経験が何年後、何十年後のナニカに必ずつながります。君たちの限りなき可能性に幸あれ。

地蔵盆の風情

八月二十一日、毎年八月末の地蔵盆も、回を重ねて十八回目となりました。

子どもたちの成長を感謝し、これからも健やかならんことを祈る地蔵盆の法要には、献灯献花の園児たちが九十人余り参加しました。この法要に併せて、子どもたちに身近なペットや人形の供養もいたしました。

法要に先立ち、境内・園庭には焼きそば・やきとりの屋台、ところ天やおもちゃの模擬店、野点の席も設けられ、子どもたちはじめおじいちゃんおばあちゃんまで、たくさんの人出でした。

法要後、本堂のお灯明をいただいてのみたま送りで、夏を締めくくる地蔵盆は幕を閉じたのでした。



お寺の駐車場も焼きそば・やきとり・生ビールの模擬店とボン菓子の実演で人があふれました。



参道両側に子どもたちの願い事が書かれた灯笼が並び、どこことなく懐かしい風情です。



本堂前に野点の席が設けられ、親子連れのお客様で盛況でした。



大師堂の下は、おもちゃと玉こんにやく・ところ天の店になりました。



地蔵盆の風情



こんな地蔵盆は、老若男女の大勢のボランテラのみなさんのおかげで運営されています。
鉄板に熱せられる焼きそば部隊、炭火に焼かれるやきとり部隊、爆発音で周囲を驚かすポン菓子隊、売りながら出来る生ビール係、小銭数えに悪戦苦闘のおもちや係、おしとやかな野点の面々などなど、本当にお疲れ様でした。



9月	8月	7月
5日	7日	12日
4日	8日	12日～16日
24日	7日	七月盆棚経
21日	24日～25日	市原別院、幼稚園ボランティア「Q園隊」
18日	20日	東京湯島麟祥院、施餓鬼法話
17日	18日	東京下谷了源院、施餓鬼法話
16日	第十九回圓福寺寺子屋「禅童会」	
15日	市原別院、幼稚園ボランティア「Q園隊」	
14日	写経会	
9日～16日	八月盆棚経	
	佐倉報恩寺施餓鬼	
	佐倉宝樹院施餓鬼	
	佐倉円應寺施餓鬼	
	四街道清久寺施餓鬼	
	取手長禅寺施餓鬼、法話	
	地蔵盆	
	佐倉円通寺施餓鬼	
	市原別院、幼稚園ボランティア「Q園隊」	
	写経会	

平成二十二年下四半期 お寺と和尚の日録抄

アリナミンの空き瓶

(21年11月の「園だより」から)

インフルエンザで
休園となり、静かな
幼稚園です。都会で
はかなわれないこと
ですが、この静けさに



落ち葉焚きの煙でもたなびけば、まさに秋たけなわといったところでしょうか。そうだ、秋たんけんるときに、雑木林の落ち葉焚きをしてあげようかな。ただし、ごはん炊きが優先です
が・・・。

煙といえば、幼稚園の頃、田舎のお風呂は五右衛門風呂だった。といっても、今で言うフリフォームされたばかりで、床も壁もタイル張りだった。洗い場の壁面に、ガラス窓の小物入れがあった。今思えば、随分シャした浴室だった。

この物入れに、私の宝物がしまっていた。その宝物が何かというと、「アリナミンの空き

瓶」でした。お風呂に入るたびに、その空き瓶で遊ぶのが楽しみだった。落ち着きのない私が出してしまうのを防ぐために、母が許してくれたのだと思う。なにしろ、何回も使っているのに、金属製のキャップはすでにさびさびだったのだから。

五右衛門風呂につかった私は、アリナミンの瓶を湯船に浮かべ、一個ずつトポーンと落としたり、大きさの違う瓶を同時に落としてみたりするのである。落とされた空き瓶がプカーンと浮かんでくる様がおもしろかった。まっすぐに浮かんでくるもの、斜めになって浮かんでくるもの。どうすればまっすぐに浮かんでくるのか、どれが早く浮かんでくるのか。子どもながらに考えていたよ



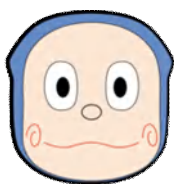
うな気がする。お風呂嫌いの私の、お風呂を楽しんだ瞬間にしてくれたの

が、アリナミンの空き瓶だった。そのうち、「もう出なさいよ。」という母の声で、私のお風呂の時間は終わるのだった。

今思うと、母にもう少し科学の素養があったら、空き瓶の浮かび上がる理由や速さのわけを少し話してくれたのかもしい。そうすれば、私は今頃物理学者になっていたかもしれない。

子どものたわいもない興味を認めたり、汲み取れる親は、子どもの可能性を大きく広げることができると思う。秋たんけんでの、たわいもない収穫物をながいがしろにしていまいだろう

か。
落ち葉焚きの煙で忍者ごっこをして帰った子に、臭い！ということばだけを投げかけないで欲しい、その子は将来忍者になるかもしれないのだから・・・。



第48回 禪をきく 講演会

- ◆平成22年11月5日(金) 午後4時30分開場・5時30分開演
- ◆有楽町・よみうりホール (ビックカメラ7F)
- ◆聴講券 前売り ¥1,500 (当日売り ¥2,000)

※前売券は、お近くの臨済宗寺院または、1,500円分の小為替(無記入のもの)同封の上、臨済会までお申し込み下さい。

花園大学文学部国際禅学科 教授 **安永祖堂** 老師
天龍寺国際禅堂 師家

「一日作さざれば一日食らわず」— 仏教の戒律から禅の清規へ —

「働く阿を惜しんで經典を学び瞑想に励め」。仏弟子たちは釈尊の教えに従い、戒律を持って集団で修行した。ところが、仏教を受け入れた中国には正反對の主張をした禅宗教団が成立する。「一日作さざれば一日食らわず」。百丈懷海はよく知られるこの言葉を残している。

禅僧たちは戒律の精神を活かしつつも中国の文化風土に馴染した自分たちの日常規範を作り上げた。それが清規である。インド仏教の戒律が中国禅宗の清規に変成していく過程をたどってみたい。

花園大学文学部国際禅学科 教授 **佐々木 閑** 先生

インド仏教の僧団生活— 戒律の本義 —

2500年前にお釈迦様がおつくりになった仏教は、人が修行に力によって真の安穩に到達するための道を説き示している。そしてその修行生活の基礎となるのが、仏教独自の法体系である「戒律」である。

今回の講演では、普段あまりなじみのない戒律の世界を紹介し、2500年前の修行者の実態の生活を知らせてもらう。それによって、「生きた宗教」としての仏教の本当の在り方を理解してもらおうと考えている。

主催 臨済会・妙心寺派東京教区 協力 東京禅センター

禪をならう集い 坐禅会

— 坐禅をしてみたいがどうしたら? 坐禅の実修と質問に答えます —

11月27日(土) 午後1時~4時 茶礼費1,000円

所: 鎌倉 建長寺

※参加希望の方は葉書に住所氏名を明記の上、下記までお申し込み下さい。(先着100名)

講演会前売券・坐禅会お申し込みは

〒110-0015 台東区東上野4-1-12 宋雲院内 臨済会まで

□□境内墓地のご案内

境内の墓地に空きができましたので、ご希望される方がいらっしやいましたらお申し込みください。



- ◆永代使用料・・・百万円
- ◆応募資格・・・

圓福寺の檀徒となること。

- ◆募集区画・・・二区画
- ◆区画面積・・・

奥行 85 cm × 幅 90 cm

(過去の宗旨・宗派は問いません。) いつでも自由に「見学ください。また、ご不明な点はお寺までお問い合わせください。

編集後記

寺報の発行目標は年四回です。

すが、なかなか実現できません。現内閣のキャッチフレーズを見習いたいところですが、まずは十月号を発行できるところとしていきます。

今号まで三回にわたって連載させていただいた、熊倉さんの「武士風土記」は好評で、学習院の歴史の先生から寺報を催促されるほどでした。熊倉さんには、本当にありがとうございます。

寺報作りに悪戦苦闘しているところに、吉報が舞い込んで来ました。

檀家さんのご子息で出家をした矢野宗欽さんが、東京湯島の麟祥院に入寺することになりました。京都の圓福寺専門道場で足掛け十五年修行して、このたびのご縁をいただきました。麟祥院は春日局の菩提寺、春日通りはそこから命名されています。また、東洋大学の前身である哲学館が開校されたところでもあります。

入寺式などの様子を、寺報で紹介できたらと思っています。

今年も残すところ、二ヶ月半。十一月の四国あるき遍路が終わったら、ポランテラの大掃除までに、次号の印刷をしなければ・・・。