

謹賀新年

令和五年 元旦

圓福寺報



圓福寺報 第八十二号
令和五年一月一日発行
発行者 臨濟宗妙心寺派 圓福寺
千葉市稲毛区穴川町三七五 TEL (二五二) 九一八一
<https://www.chiba-enpukuji.com>
E-mail: oshou@chiba-enpukuji.com

四国あるき遍路再開特集 初遍路感想文・・・8頁 宗耕禅士四国行脚録・16頁

四国八十八か所第五十八番札所仙遊寺からの遍路道を歩く住職

目次	頁
ほとけさんの心シリーズ(その十) 「達磨さん」	2
「僧堂で何してる?」その十三 ——修行道場の生活	6
「住職への道」 ——僧侶の資格と身分	8
三巡目第九回 再開「四国あるき遍路の旅」	10
桜木 照彦さん 土気 福澤 祥子さん 作草部 井門 通正さん	
第十回四国あるき遍路のご案内	15
「僧堂で何してる?」 ——番外「四国行脚」編その二	16
「喜徳院一周忌厳修」	19
穴川花園幼稚園 園だよりから 「令和4年ママ・コレクション」	20
土曜会・写経会・茶禅会	21
令和五年年忌表	22
令和四年下半年日録抄	22
令和五年年間行事予定	23
花園会新年会のご案内	24

ほとけさんの心シリーズ(その十)

だ
る
ま

「達磨さん」

圓福寺のお墓で作務をしていると、幼稚園の園児の「『だるまさんが転んだ』しよー」という声がよく聞こえてきます。最近ちよつとブームだそうです。子どもたちは達磨さんがどのような方だったかは恐らく知らないと思いますが、「だるまさん」という言葉は子どもたちにも親しまれています。

やはり、だるまさんという赤くて丸い球に顔が描かれていた姿を想像される方が多いと思います。その丸くて可愛い



姿から、中には仏教の妖精か何かと思われる方もいるかもしれません。私も子ども。私も子ども。以前の本堂入り口に願い事を書いてぶら下げられているだるまさんを見て、ゆるキャラのようなものと思っておりました。



しかし、そんなかわいい想像とは裏腹に、達磨さんは我々禅宗の初祖となる実在のお坊さんで、正式には「初祖菩提達磨円覚大師大和尚」、朝の勤行では「シーヌブジダモーエンカダイ

スダイオーショー」と堅苦しい呼び方をいたします。中国でも日本でも多くの禅宗のお寺では、達磨さんの像が安置されています。圓福寺でも本堂の須弥壇の右側に、黒い達磨さんの像が奉安されています。そのお姿は丸い妖精のような達磨さんのイメージとは程遠く、真っ黒な姿で坐禅をされ、眼光鋭く目の前をにらみつけるような表情で、どこかイジワルような感じさえします。

達磨無功德

実在のお坊さんとはいえず、実際に細かいことはなぞに包まれていて、五世紀から六世紀前半の方で、インド出身(説にはペルシャ出身)。本名はボーデーダルマ(これを音訳して菩提達磨(ぼだいだるま)。お釈迦さんの教えから二十八代目の継承者で、仏教の正法継承者の中で初めて中国に渡った方です)。

その人柄がわかる問答をご紹介しましょう。「武帝問達磨（ぶていもんだるま）とこう問答が伝えられています。達磨さんが中国に来られた当時の梁の帝、武帝と達磨さんとの問答です。

武帝「朕は即位して以来、寺を造り、経を写し、僧を供養すること数えきれない。それに対して、どんな功德があるだろうか。」

達磨「無功德！」

おそらく、帝としては「こんなに多くの功德を積んだわたしを褒めて！」と言わんばかりの気持ちだったということが想像できます。当時の帝との問答では恐らく何か失礼なことを言ってしまったら、帝の気



持ち一つで命を落としてしまうような、そのような緊張感が回りに張りつめていたと思われます。しかしそんな状況でも達磨さんは何のおべんちやらもなく、ただ一言だけ「無功德」（功德なんてありません）とだけ答えます。なにかの見返りを求めずの帰依なんかには功德なんてないぞという、帝の機嫌を一瞬にして損なってしまいかねないことをサラッとやってのけてしまいます。帝はさぞお怒りになって、分かってない坊さんだ！と思っただけかもしれない。しかし、それは同時に達磨さんのやさしさとも取れます。帝になつて誰からも意見を言われなくなつてしまつていた、帝への警鐘。達磨さんは決してイジワルな方でなく、本当の意味でのやさしさを備えた方だったことがうかがえます。

この武帝とのやり取りで、いまだ機が熟していないと感じた達磨さんは嵩山にこもり、自ら

の禅の教えを体得できる人間が現れるのを待ちつつ、なんと九年間も壁に向かつて坐禅をしていましたといわれております。このことを面壁九年と言ひ、今でも修行の励みとしていのが、我々禅宗なので



八幡圓福僧堂の達磨さん

達磨さんというと、私にとっては特別な仏さんのお一人です。というのも、私が修行させていた京都府八幡市の円福僧堂の、修行を見守る仏さんが達磨さんだからです。

その木像は、鎌倉時代の作で日本最古、いつてみれば実に面壁八百年といえるでしょうか。重要文化財に指定されている達



磨さんは、普段雲水が生活をす
る禅堂の聖僧さん（禅堂をつか
さどる仏様）としてお堂の中
に安座されています。座高八十cm
ほどの大きさで、厳しい表情で
坐禅をしながら睨み付けるよう
に目線を落とされておられます。
その厳しくも品のあるお姿に、
我々雲水は励まされながら修行
に勤しんでおります。

また、修行僧だけでなく、昔
から地域の方々にも信仰されて
いて、年に二度の御開帳となる
とたくさんの方々がお参りに来
られます。そのようなことか
ら、雲水が托鉢の際は地域の
方々に「達磨さん、達磨さん」
と声をかけていただきます。雲
水としては、自分があの禅宗の
開祖たる「達磨さん」と言われ
るのは大変恐縮な思いです。し
かし、同時にどんな未熟であつ
ても外に出てしまえば、「達磨
さん」と呼ばれることで、自分
が坊さんであるということをも自
覚していくものだと思います。
修行が進んで自信に満ち溢れて
いる時、「達磨さん」と呼ばれ
て謙虚さを覚え、逆に先輩
に叱られてへこたれてい
たって「達磨さん」と呼ば
れて奮起したりと、そのた
びに浮ついていた気持ちが続
りセットされて、修行を続
けることができましたような気
がします。今でも毎朝勤行
の時に、千葉の圓福寺の達
磨さんに睨み付けられるた
びに、「お前も達磨さんだ
ろう、何をしておるん

だ！」
と、浮つ
いた気持
ちを払拭
しても
らって
います。

一華開五葉 結果自然成

また、円福僧堂の達磨堂の前
には山岡鉄舟居士の墨蹟で「一
華五葉を開き、結果自然に成
る」と掲げられております。こ
れは達磨さんの残された数少な
い言葉の一つです。これは達磨
さんが弟子に残された言葉で、
禅宗の開祖の達磨さんを花（一
華）、その後、禅宗が五つの宗派
（五瓣）に分かれて、中国で栄え
るだろう、と予言したというよ
うに解釈されております。

あるいは、この「一華」をい
わゆる禅宗が坐禅によって体得
を目指すお悟りととらえ、その
お悟りを得るために五葉が必要

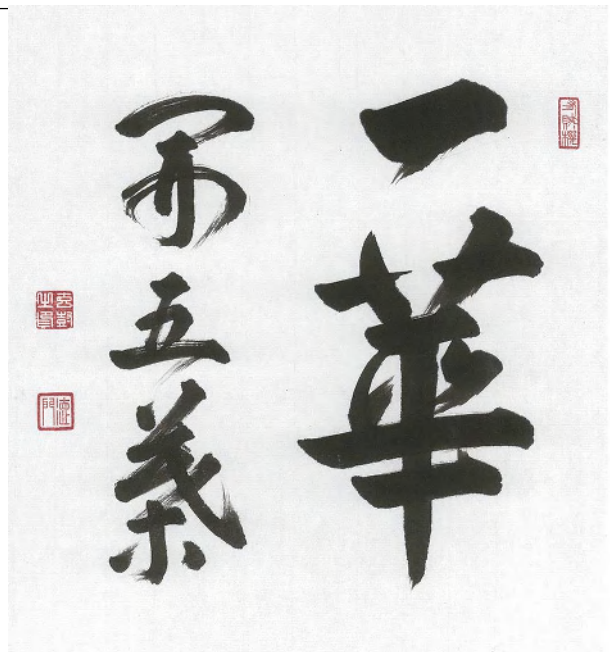


だという解釈もあります。五種類の「葉」、つまり五種類の「智慧」、人のために尽くせる力・悪いことを見抜く力・物事を平等に見る力・物事をありのままに見る力・それらを統合させる力、これら智慧の一つ一つをクリアしていつてから悟りを得るといった考えですが、達磨さんはその考えを否定をされました。

達磨さんの

一華五葉 の教え

達磨さんの「一華五葉」の教えは、智慧を獲得しようと思つて修行しても獲得できるものではないというのです。まずは「一華」ありきの考えで、お悟りの花が咲いてしまえば、気づいたらそこには自然と五つの葉(智慧)が開く、そうといった考えなのです。これはなにもお悟りに限ったことでは無く感じます。



達磨堂の扁額を書かれた山岡鉄舟居士は剣・禅・書の達人といわれており、剣の達人ながら禅の修行にも精通され、書に於いても類い稀なる腕をお持ちでいらつしやうたといえます。これが剣の道だけで達人になれたでしょうか、禅の修行だけでも、書だけでも・・・きつと花を咲かせるということに向かつていった結果として自然に剣が、禅が、書がついてきた、同時にそれによって花が開いた、

ということではないでしょうか。

我々の生活でも、仕事だけやっていけばいい・料理だけやっていけばいい・スポーツだけ・勉強だけ・・・と、葉の一部分のみに偏ることが多くあるかもしれない。一華ありと花を咲かせることに注力すれば、意外と何もかもうまくいき、立派な葉が沢山広がるのかもしれない。

落ち葉が舞い散る庭の中に、彼岸花の青々とした葉が茂っています。お彼岸には見事な花を見せていました。その一華の元に五葉どころからたくさん葉が茂っているのを見ると、達磨さんの「一華五葉」のお話も納得がいくではありませんか。そこで、彼岸、お悟りの向こう岸、彼岸花というんだなともう一つ納得がいくのでした。

(文責 宗耕禅士)

その八

僧堂で何してる？

—— 修行道場の生活

期末の点検

放 行

脱線行

「悪はするな、善を行なえ」の仏の教えをよそに、雲水にかような「夜行」がある。「不飲酒戒」が禅宗の戒律なのにお師家さんは愛飲家だ。世間的倫理道徳から申せばまったく言語道断な話。しかし、この世間的道徳にはいかに偽善的行動が多いことか。偽善を禅でもっとも排斥する。禅者は善行悪行を行なっても煩惱のタネを残さず、その行動は常に良心的、生臭坊主の放行のようでも必ず把住がある。好きな酒なら慚愧懺悔の心を失わずたしなむ。

禅ではよく、右と言えば左、有るかと思えば無しと答えて相手の思想を正反対の表現で打ち砕くが、世間の人は錯覚して、豪放磊落な、円転滑脱な、人を煙に巻くような屁理屈家を禅者と思いがちだ。禅旨を真に実生活に融けこませている者は、戒律に束縛されず、自由自在の人



間性を發揮し、しかもそれでいて自然と法に叶って少しも矛盾なく、接する人びとに何となく明るく暖かく感じさせる。これが禅修行のできたといわれる人間像だ。

起単留錫

いうなれば、雲水の勤務評定。夏、冬九十日間の間、安居の終わる二、三日前になると、大衆は晩、開板後にひとり残らず評席という役位たちの前に呼び出され、起単(転出)か、留錫(残留)かを問いただされる。そして、いま終わろうとする安居中の行状や修行態度が適当であればさほど小言もないが、わずかの反則でもあった者は、その不行状について、実に峻烈なまでの叱責を食わねばならない。

これは、昔の僧伽における自恣の制度の名ごり、百丈和尚の叢林以来実施されてきた自己批判という。僧伽では夏末の一日、ひとりひとりが大衆の前で自分の不如法を告白懺悔せねばならず、自己批判のできぬ者は、他人によってされねばならなかった。

役位たちの函に衣を着せぬ口をかぎりの罵詈雑言は、浄玻璃の鏡で汚れたわが姿を見せつけられるようで、不陰徳な行為が痛く反省されるが、日ごろ無意識に犯していた不徳には大きなショックである。

起単留錫では、出来のいい雲水でも必ず小言の一つ二つは言われます。何もそこまで言わなくても、なんていうこともありません。でもお互いにそれを根に持つなんていうことはなく、終わればカラリとしたもんです。その切り替えの早さは、長く修行をしている古参の雲水ならではの所業です。



起単留錫

暫ざん暇か

帰省

郷里かきで遠諱法要が営まれるので、師匠の要請で知客寮しかりようから暫暇ざんかの許可をもらい、制間せいかんを利用して帰省した。ひさかたぶりに顔を合わせた悪友連中のなつかしい態度は変わらぬが、禅坊主としてのわが貫録は、一年前の出発時とは見違えるばかりという。

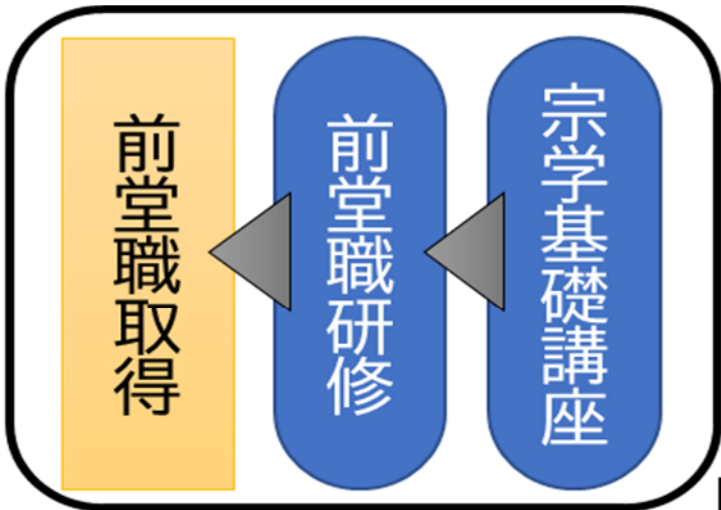
しかし、恰好こそやや禅僧の体をなしてきたものの、修行の道程は実にはるかだ。わが修行に旅立った目的は、まず自分が禅を体得してものにせねば誰も救えぬと考えたからだ。自身の安心や救いのためでなく、人びとを指導する必要からの自分づくり、自信づくりが目的だった。公案こうあんから空の真理を把握し、それが實際生活のすべての面で実証され、生かされ得る自信ができた時、いちおう禅堂に別られよう。でも、公案こうあんの工夫くわうには長年月を要し、飽参ほうさんの卒業者は極めて少ない。せめてその理想になるべく近いものを、確乎と会得するまでは、再び帰き錫しやくして師の厳しい鉗けん錘づいを受けねばならない。

暫ざん暇か

住職長男の宗耕禅士も、足掛け七年にわたる修行から、十月に暫暇してまいました。そそくさと帰ってくるのかと思ったら、京都から東海道を歩いて帰ってきました。

東海道を歩いて帰ってきた道中記は、改めて寺報で紹介しようと思っています。宗耕禅士が暫暇してきましてので、「僧堂で何してる？」シリーズは、今回で終了となります。





いくら修行が厳しいからといって、修行から師匠の下に帰って、いきなり住職になれるわけではありません。

このページの図のように、最低限の住職資格を得られる「前堂職」を得るためには、本山でのいくつかの研修が必須となります。

道場での修行の証明は、その申請のための資格を得るにすぎません。

申請で昇格可飛び級も可



お坊さんの位(本山)

さん)さん

耕さん(こっさん)
* 名前の下1文字に「さん」付けで呼ぶ

呼称

学徒

学徒

左の「垂示式」は本山の開山堂で、開山様の教えを継承することを認めてもらう、妙心寺派で一番大切な式です。

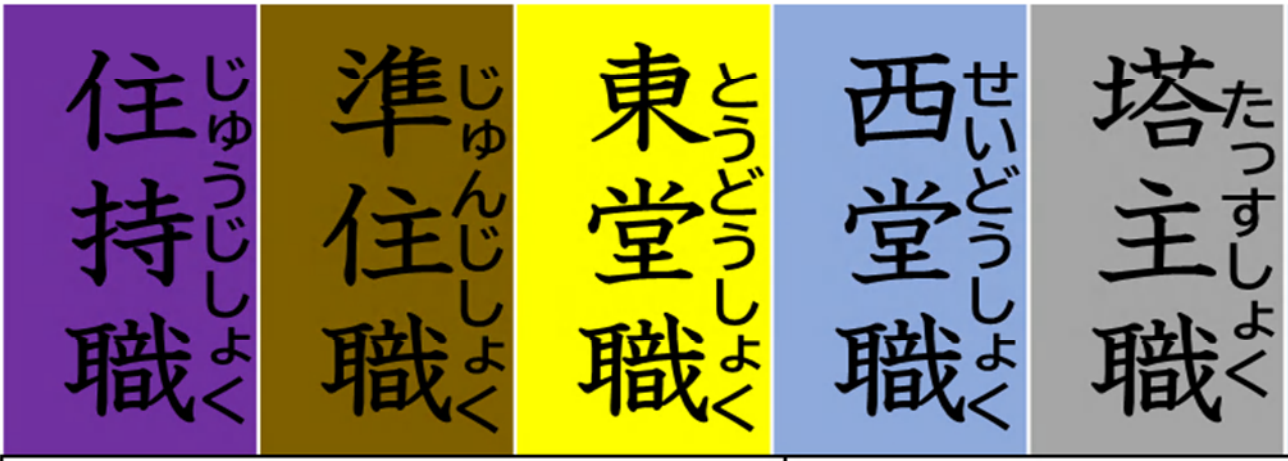
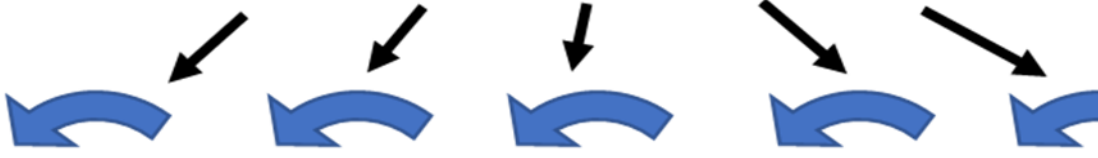
得度式

円福寺での位

住職への道

前堂職から左の背景色は、その位で着ることを許される衣の色を表しています。

年1度の研修会を受講後、1法階だけ昇格可

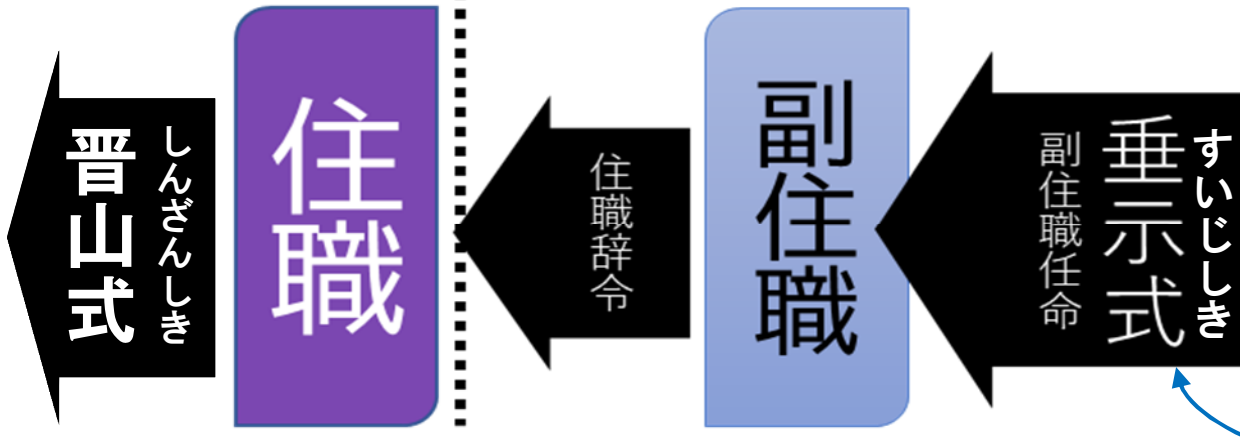


●●●

住職は「和尚さん」
*他宗派では方丈さん、御前さんなど

新命(しんめい)
副住(ふくじゅう)

晋山式に代えて、住職辞令のお披露目である「任命披露」だけの場合もあります。



第九回

三途目

四国あるき遍路の旅

令和四年十一月十八日～二十日

お遍路の旅

令和二年二月の第八回以降、新型コロナウイルスの影響で中止しておりました、四国あるき遍路の旅を再開させていただきました。二年九か月のブランクがあり、同じ年月年齢を重ね、多少不安もありましたが、なんとか無事に歩いてくることができました。

満を持して初参加の方が四名、住職の長男も参加して、総勢十五名でした。松山から再開して、瀬戸内側に足を踏み入れてきました。今回初参加の方々に、感想をお寄せいただきましたので、ご紹介いたします。



落ち葉が散り日増しに寒くなって参りました。今回、初めて「四国あるき遍路の旅」に参加させて戴きました。まずは旅の諸先輩方々には、峠の登り方や途中の休憩時に頂きました飴やチョコレートの美味しかった事など、色々な事で大変にお世話になり、改めてお礼を申し上げます。日々の生活の中でこのような経験は中々出来る物ではなく、私に取っては大変に貴重な体験でありました。

新和式典社長 小林 照彦さん



松山の飛行場で皆さん方との自己紹介をして直ぐに松山駅行きのバスで移動しましたが、私は何と言っても初体験。気持ち「ワクワク」高ぶるばかり。しかしながら皆さんの後に続くのが精一杯。伊予和気駅から今回の最初のお寺「第五十三番 圓明寺」に到着。早速本堂と大師堂のお参り。お参りが終わり御朱印を頂き次なるお寺様へ。駅からものの十五分位しか歩かずにお参りが済み！お遍路の旅とはこんな物か？割合に単調であり、これならばそんなに苦

労なく八十八か所のお寺様を回るのには造作もない。と次なるお寺様に向かつていざ進行。

「圓明寺・奥の院」の参拝が済み次なる「第五十二番・太山寺」様へとなるのですが、まああれが想像を絶する難関でした。道は有れども獣道。しかもどこまで登るやら、先の見えない獣道。先頭集団に遅れを取ると、まさかまさか、同行している諸先輩方々にどんどん抜かされ、しかもどんどん離され、自分の体力の無さに凹みましました。やっとの事で「太山寺」に到着。参拝をさせて戴き、よう



太山寺へのけもの道？

やく昼食タイム、至福の時とは正にこの時でした。山道を下り伊予鉄高浜駅から電



車に乗り「繁多寺」を目指ししばしの車内休憩、皆さんお疲れの様子、いききをかいて爆睡で、これまた至福の時となりま

した。疲れをリセットし「繁多寺」のお参りも無事に終了。本来ならば「第五十一番 石手寺」に本日最後のお参りとの予定でしたが、予定は未定。日もとっぷりと暮れたので、バスに乗り今日の宿へ向かいました。内心ちよつとだけホツとしました。

二日目、朝の食事の何と美味しい事か、やはり空腹は最大の調味料でした。身支度を整えて二日目、和尚さんの「今日はほとんど平らな道です」の一言で、いざ出陣！

路面電車とJRを乗り継ぎ大西駅から平坦な道をひたすら前進。「第五十四番延命寺」様でお参りを済ませて、途中のコン

ビニで買ったお昼ご飯。やはり食べることが至福の時でした(食い意地が・・・) 腹ごしらえを終え、今治市内の「第五十五番・南光坊」様に向け出発。これまた歩く！ひたすら歩く！どこまで歩く！わからない！

「南光坊」から「第五十六番・泰山寺」様をへて「第五十七番・栄福寺」様へ。ところが「今日はほとんど平らな道です」って？ 遍路道途中の神社の石段、先が見えませんが！どこが平らな道だ！

大西駅から延命寺への平坦な道



大西駅から延命寺への平坦な道

石段、さすがに階段はきつかった。内心、和尚さんに騙されたと思いきの悪い思いも頭をもたげるといふもの。

「栄福寺」様から「第五十八番・仙遊寺」様へはかなりの急勾配でしかも長道の事と、前日のアクシデントの事も有り急遽タクシーで仙遊寺までとなりました。ヤッター！地獄の沙汰も何とやら、タクシー乗れるの？結構気持ちに成りました。

でも、自分は何てずるいのか？何の為にこのお遍路の旅をしているのか？あえて近道や楽な道を選ぶならば、はなからバスやタクシーのお遍路を選べば良いんじゃないの。スタンプラリーでも良いんじゃないの？と自省させられました。



栄福寺手前の伊加奈志神社の石段

「仙遊寺」様での飛んだハプニングは、なんとお風呂が温泉ですぞ、温泉！二日間の疲れが一遍に飛びました。

三日目、いよいよ最終日です。我ながらよくぞここまで歩けたなど自分で感心。仙遊寺から山を下り「第五十九番・国分寺」様、そして伊予桜井駅前からバスで「宝寿寺」へ。お参りが済み「伊予小松」駅前のイタリアンご飯屋。通称イタ飯。土地の方には大変失礼とは思いますが、こんな所でイタ飯が食べられるとは思いませんでした。美味しいイタ飯でたっぷりと腹ごしらえをして、伊予小松駅から電車に乗ると、初めの一駅は会話が聞こえたが、二駅目三駅目にはみなさん爆睡、夢の中。気が付くと松山駅でしたが、皆さん、寝て居ませんよ。当然ずっと起きて居ましたよ。と言う顔でした。

路線バスに乗り、「第五十一

番・石手寺」が今回最後のお参りでした。裏山の遍路道から伊佐鹽波神社まで行って一度解散しましょうとの事。折角、道後に来たのだから「道後温泉」に入らない手は無いと、温泉に浸かりに行く方も居ますし、少し早いが飛行場に行かれる方もいらっしゃるやいました。

今回、初参加。自分自身、何の為に参りをするのか？これが一番の難問です。しかしながら楽しい楽しい皆さんと歩いている事が幸せで、歩きはつらいものでしたが、達成感が何物にも代えがたい貴重な体験で有り



三日目昼食の「イタ飯」屋さん、マルブン小松本店

貴重な思い出となりました。二回目も当然ながら参加をさせて戴きます。皆さんの足手まといにならない様に足腰を鍛えて(汗とかな?)頑張ります。

遍路感想文

土気 福澤 祥子さん

令和四年五月三十日、この日は生涯忘れられない日になってしまいました。主人が亡くなった日なのです。

告別式、初七日、四十九日、納骨と淡々と一連の式が終わりに、夏前から参加しますと言っていた四国遍路の日が近づいてきました。気が進まなければ体調がよくないからと言って断れば、お断りする理由も見つからず、その日がやってきてしまいました。

当日、外はまだ真っ暗、でも羽田空港に行くバスは満員の乗客。みんなすごいなあと思いな



がら、私もその一人になりました。羽田空港は家族では利用したことはあっても一人は初めて。心細く、顔見知り和尚さんだけ。機内の隣ともう一つ隣の席もメンバーの方々は知らず、無言の状態。なんと寂しく静かにしていた機内でした。隣の席がメンバーさんだということはあとで知ったことでした。

さあ松山空港です。四国遍路の旅が始まります。

雲一つない絶好のハイキング日和、なんて思っていたのが大間違い。あの先の見えないミカン畑の中の道。そこから続く山の中の道。荷物を持っていただき、手を繋いで一步一步進んだ方、そして、道なき道、途中で、待っていてくださった皆様方、杖を貸し

てくださった方、足をついた私に菓をくださった方、マッサージュをくださった方、自分がヒッチハイクなどという大胆なことをやってのけたのに、今思い出してもあの時の運転手さんにどうやったからお礼の気持ち伝わるのだろうと思うばかりです。書き連ねたら紙面がいくらあっても足りないくらい色々な感謝があります。本当に本当にありがとうございます。

そして、本堂、大師堂で般若心経を唱える皆様方の立派な姿に感心するのです。あれから二週間。今私は、家にある般若心経を取り出し一生懸命覚えている最中です。今度行く時は、一緒に唱えたいものです。いつになったらアンチョコなしに唱えられるのでしょうか。見もの、いや聞きものですね。

行く前の天気予報が良かった二日目も、今までの私の晴れ女の本領発揮して雨が降る

ことなく、無事に帰路に着きました。紀行文・写真集との事です。紀行文にも程遠いこの文章は、ただの私の胸の内を綴った作文です。安易な考えはなし、行動も気持ちも皆様方に追いついていくよう、次回までに努力していくつもりです。私にとって二回目の四国遍路、お邪魔でなければご一緒させていただきたいと思っております。

なのに帰路、松山空港に着いた頃には、体の方はずもかく、気力はすでに回復。当然、次回も参加する気になつていた。皆さんの後押しに助けられ、終わってみれば楽しいことばかりのあるき遍路、わたしの初旅。ありがとうございました。



疲れ果てた福澤さん

四国あるき遍路に参加して

作草部町 井門 通正さん

十一月十八日から二十日にかけて四国あるき遍路に初参加させていただきました。

実は四年前に膝を痛めてリハビリ中ですが、最近膝の調子も良くなってきました。そこで、完走できる自信はあまりありませんでしたが、体力のあるうちにチャレンジしてみようと思いい参加をきめました。

日程表をみて、三日間で六万歩位歩ければ完走できるのではないかといいことで、九月からウォーキングをはじめ、十月に三日間で六万歩を歩くことを三回経験して、体力的に自信を持つことができ当日を迎えました。

十一月十八日は松山空港着後JR予讃線で伊予和氣駅から五十三番札所円明寺に向かい、お天気にもめぐまれ今回の遍路が

スタートしました、

円明寺で初の遍路として皆様とお参りをしたい、清々しい気持ちとなり五十番札所太山寺へ向か



いました。この道中が山を越えてのアップダウンとなり、かなりきつく皆様に荷物をもっていただいたり、杖を貸していただいたり、私としてはかなりきつい遍路となりましたが、なんとかお寺に到着できました。同行の皆様には感謝いたします。

このお寺の本堂は鎌倉時代建立の国宝とのこと体も消耗しましたが、お寺の風情には感動しました。その後昼食をすませてなにか山を降りて伊予鉄高浜駅から伊予鉄久米駅から五十番札

石手寺から道後への遍路道



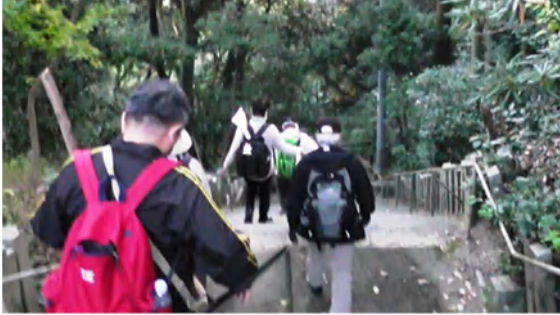
所・繁多寺に向か
いきました。このお
寺から見る松山城
はきれいでした。
その後五十一番札
所石手寺について
は、日没のため中
止となり、その後
道後温泉まで歩き
解散となり、参加した皆様と夕
食をとりホテル泊となりました。

十一月十九日は松山からJR
予讃線で今治方面に向かい大西
駅から五十四番札所延命寺、五
十五番札所南光坊、五十六番札
所泰山寺、五十七番札所栄福寺
と本日の宿坊、五十八番札所仙
遊寺を遍路しました、前日より
は体もなれましたが、歩くのは
きつく遅く、皆様にご迷惑をお
かけしました。最後の仙遊寺へ
はタクシーを使いましたが、な
んとか一日遍路することができ
ました。この日は山腹にある仙
遊寺泊で、今治の夜景がきれい

でした。

十一月二十日は最終日で、朝
六時より仙遊寺での祈禱から始
まり、朝食後五十九番札所国分
寺、六十二番札所宝寿寺と遍路
して、再びJR予讃線で松山市
に戻り、初日の予定されていた
五十一番札所の石手寺に遍路し
て今回の遍路は終了いたしました。

三日間なんとか皆様に助けて
いただき、あるき遍路をなんと
か達成でき、感謝と達成感を感
じております。膝もなんとか三
日間壊れるこ
となくもちこ
たえることが
でき遍路参加
前より調子は
いいように感
じておりま
す。(三日間
で、八万歩強
の歩数でし
た。)



仙遊寺の急な石段を下って三日目のスタート

参加者募集

約20名

第10回

3巡目

四国あるき遍路の旅

四国のへんろ道はぐるっと
一周していますから、途中か
らでも構いません。思い立っ
たが吉日、挑戦してみませ
んか。

【日程】二月十七日(金)
～十九日(日)

【旅程】

【第1日】松山空港から伊予小
松まで移動。63番吉祥寺と
64番前神寺をお参りして、
小町温泉泊。歩く距離は約
8km。

【第2日】伊予の難所60番横峰
寺(標高七五〇m)へ登り、
遍路ころがしを下りて61番
香園寺参拝。電車で伊予三島
まで移動して宿泊。歩く距離
は約24km。

【第3日】伊予最後の札所、65
番三角寺(標高三六〇m)を
参拝して、高速バスで高知空
港に向かい帰路。歩く距離は
約19km。

【参加費】 五万五千元

(花園会員は五万三千元)

【申込】お電話・ファック
ス・メールなどで、お寺
までお申込下さい。

ご不明な点はお問い合
わせください。

僧堂で何してる?!

番外「四国行脚」編その二

修行道場の生活

住職長男、宗耕禅士が、足掛け七年に及ぶ修行生活から、昨秋お寺に戻ってきております。

修行丸五年を終えた時に、少し長めの休暇をいただき、四国八十八か所の行脚の旅に出かけてまいりました。

小学生のころに住職に連れられて何度か四国あるき遍路の旅に行きましたが、自らが僧侶となった今、再び四国を歩いて感じたこと、考えたことなどを書き残してくれました。前号に続いている「四国行脚」の記録です。



三十三番雪隠寺（臨済宗妙心寺派）

〇〇 3月7日

05:30 宿出発

三十二番禅師峰寺、三十三番雪隠寺、

三十四番種間寺、三十五番清滝寺

18:00 宿到着（ビジネスイン土佐）

本当にいいのか迷いながら途中フェリーに乗った。昔は渡しの船で渡っていたということなので、船に乗る遍路道ということに納得させながら乗ることにした。昨日に引き続き足の裏が腫れて痛い。気持ちもそぞろで歩いていた。昼ごはんを調達できなかったため種間寺前のお菓子の自販機で済ますことにした。キー操作を間違えてファミリアパックのお菓子を買ってしまい、全部食べていたら体が一気に重たくなってしまった。情けない。清滝寺まで何度も小休止しながら歩いた。清滝寺でお参り後、ベンチでしばらく一休。宿で足の腫れから化膿を少し絞り出す。



浦ノ内湾の市営巡航船



浦ノ内湾の市営巡航船

□□ 3月8日

05:30 宿出発

三十六番青龍寺

19:30 宿到着（「安和の里」）

塚地峠で入口を間違ひ、時間を大幅ロス、気持ち沈んだ。青龍寺で須崎市までの大師が通った道を尋ねると、大師は船で移動していたことに驚いた。浦ノ内湾沿いは眠すぎてウトウトしながら歩いていた。情けない。岩不動で和尚と寺庭さんの茶礼に呼ばれた。かなり変わり者の和尚だが、しっかりと仏教を勉強されていて、独自の見解をしっかりと持ちだした。寺庭さんも仏教を勉強されていて、いつも和尚と議論をしているようだった。一時間以上茶礼があった。茶礼後は時間に追われていたが、なんだかすぐく元気で明るい気持ちになった。日が沈んだ中で必死に歩いて宿に着いたときに女将さんが玄関で仁王立ちされて待っていた。申し訳なかった。近くのローソクで薬石（夕飯）を買

うつもり

だったが開店されていて買えなかった。この旨を女将に伝えると簡単な薬石（夕食）を用意してくださった。

本当にありがたかった。お供えもいただいた。足の腫れから膿を絞り出せた。大分普通に歩けるようになった。



□□ 3月9日

06:00 宿出発

三十七番岩本寺

16:30 宿到着（岩本寺宿坊）

18:00 薬石

焼坂峠の登りは凄まじかったゴロゴロと切れ味のいい石が転がっている中、急な坂を上り、腿が焼けるかと思った。添蚯蚓峠（そえみみずとうげ）も入口の急な坂もさることながら、高速くぐった後の階段が無限に続

くように思えた。汗ばんでしまった。

道すがら「禅宗 本山」なるお寺があった。喫茶店のおばあさんに電話を借りて宿に連絡。ちようどいい場所に宿がなかったため、少し早い岩本寺に投宿させていただけることになった。岩本寺までの数kmで右足の甲に張りを感じて、引きつりながら歩くことになってしまった。到着してからは「こんなに早い時間から休んでいいのか」という自問自答にさいなまれた。自分の中で「日があるのに歩かない理由がない」という思いが強かった。とりあえず草鞋を編む時間に充てた。久々にしっかりとした薬石をいただけた本当においしかった。ありがたい。

□□ 3月10日

05:30 開静（起床）

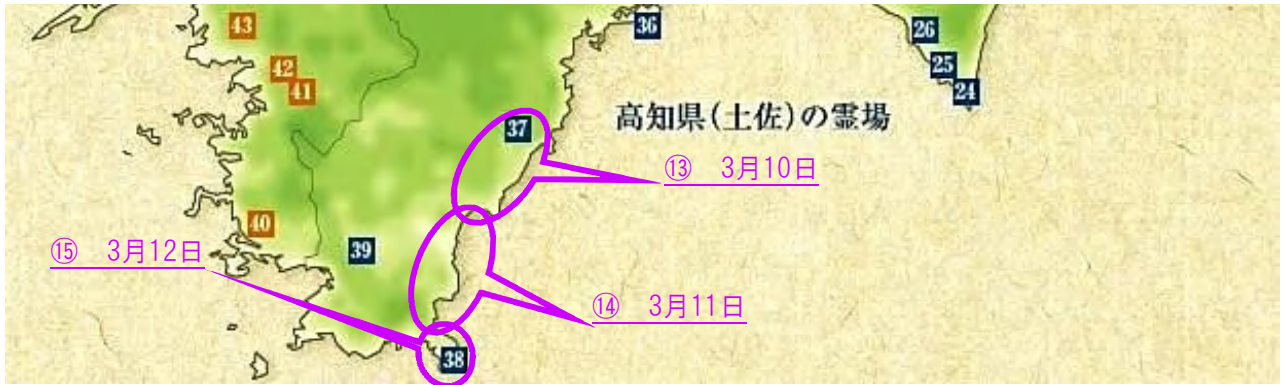
06:00 朝課（朝の勤行）

07:00 粥座（朝食）

08:00 宿坊出発

16:00 宿到着（「海坊主」）

岩本寺さんの朝課は、懺悔三帰戒を唱えたのち、十善戒と心経を唱えて最後に真言を唱えるという臨済宗にはな



いものだった。折祷の雰
囲気が強く、
目を引かれる
ものがあった。
法話も
しつかりとお
話をされてい
た。歩いてい
る途中二十三
歳の若者と一
緒に歩くこと
があった。歩
いている途中
両足首が強く
握られるよう
な痛みに襲わ
れ、かなり
歩くのが遅く
なり、小休止
も随所で行っ
た。宿が取れ
ずかなり早め
に切り上げて
しまったので、
陽がある

のに休んでいる罪悪感を感じてしまっ
た。

□□ 3月11日

04:00 開静(起床)

04:30 宿出発

あまりにも暗すぎて海の音も恐ろし
く感じたので引き返す。

05:30 宿再出発

18:00 宿到着(民宿「旅路」)

終日、昨日の遅れを取り返そうと必
死に歩いた日だった。歩いていくにし
たがって足首の痛みが強くなっていっ
た。弱気にな
ってペース
を落とそうか
と思うが、一
歩一歩弱気な
気持ちで踏み
つづすように
歩いた。しか
し大岐の砂浜
ではかなり
ゆっくりでふ
らふら歩いて
いた。宿に着



足摺岬

いた時にはかなりへとへとだった。か
なり弱気になってしまふ一日だった。
東日本大震災の日だったので、歩いて
いる途中、14:46には東日本の方角に
お経を読んだ。

□□ 3月12日

05:30 宿再出発 三十八番金剛福寺

15:00 宿到着(民宿「田村」)

朝、起きた瞬間から「今日はダメ
だ」と思った。足の甲が痛く、体全体
がだるい。以布利の浜辺を歩く際は顔
を引きつらせながら歩いていた。地図
の表記と異なり、上り下りの多い山道
を歩く個所が多く、かなり心と体に応
えた。無駄に頭の中では文句を垂れ流
していた。必死の思いで札所について
斎座のうどんを食べたのち歩こうと
思っても全く体が動かなかった。路地
裏で荷物を降ろして壁にもたれかかっ
て座り込んで一時間ほど寝ていた。起
きてから宿に行き、ずっと休んでい
た。宿に着いたとき、アイスをご接待
いただけでありがたかった。あまりの
だるさに罪悪感もなかった。四国を最
後まで歩けるか不安だった。

喜徳院一周忌厳修



去る十一月二十六正当日、
 当山寺院宮田尚美、
 喜徳院和氣宗尚大姉、
 一周忌を執り行わせていた
 だきました。
 コロナ禍でもありましたの
 で、法縁の深いお寺さんと役

員さん、親族などだけでの法要
 といたしました。が、それでも三
 十数名のご参列をいただきました。
 般若心経、消災呪読経裡、故
 人が通っておりました、裏千家
 川村社中による献茶式が執り行
 われ、濃茶を献じて観音経、白
 隠禅師坐禅和讃にて一周忌のお
 焼香お参りをいたしました。そ



本堂室中に設えられた献茶式のお道具



の後、本堂西側廊下より墓所を
 遙拝してお焼香お墓参りとな
 りました。
 席を書院に移しての出齋（会
 食）は、感染対策をしてではあ
 りましたが、故人の思い出話を
 たくさんしていただき、心温ま
 る良い供養となりました。
 ありがとうございます。

(6月の「園だより」から)

令和4年

ママ・コレクション

(DJナレーション風に読んでください。)

さあ今年もママ・コレクの季節がやってまいりました。今年もママ・コレクの最新情報とトレンドを一気にご紹介いたしますよ。

みなさんランウェイをご注目ください。最初にご紹介するのは、



「あるがママー」
子どもにはあまり手をかけずに、自由放任に子育てをします。

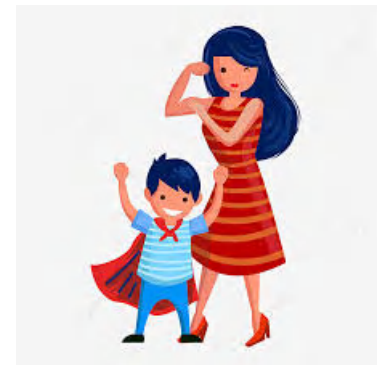
次は、

おっとり、

「なすがママ」の登場です。

あるがママ

とは対照的に、ことばで子どもを上手に操っています。日頃の口うるささが想像されま



す。続いての登場は、あるがママと似た「おもうがママ」です。どうやら言葉だけでなく、手出しもして、思い通りに子育てしようとしているようです。

ぞくぞくと最近のトレンドが登場してきますが、次は「かっぴきママ」!

どうやらあるがママの発展型のようなです。自由放任なのは子

どもだけでなく、ママも自由を楽しんで子育てしているようです。

ママ・コレも終わりに近づいてきましたが、「わがママ」が姿を現しました。少し、ママの思いを押し付け気味なところが心配です。

大トリを飾る「いのママ」が姿を現しました。子どもの気持ちに寄り添い、ママも自己実現しながら子育てをしているようです。

今年もママ・コレを楽しんでいただけでしたでしょうか。また来年お目にかかれることを楽しみにして、ハブアノイスコソダテ、バーイ!



土曜会

この集まりは、圓福寺にご縁のある人が、各種体験などをしながら懇親・談笑する自由空間です。たくさん縁が広がります。

【期日】

- 一月二十二日(日) 花園会新年会
- 二月(未定) (未定)
- 三月(未定) 春彼岸法話会
- 四月十五日 歩禅会
- 五月(未定) 市原ボランテラ
- 六月十七日 仏教シアター
- 七月二十二日
- 八月二十六日 禅童会お手伝い
地蔵盆お手伝い

【会費】

- 花園会員 男性 二千元
女性 千円
- 花園会員外 男性 三千円
女性 千円

【申込】

詳細は、行事ごとにご案内いたしますので、奮ってご参加ください。

写経会

般若心経を写経いたします。大きめな字でお手本が印刷された、とても書きやすい写経用紙を使用しています。お道具の準備から毛筆の基礎なども親切にご指導いたします。

【前期期日】

- 二月五日
- 三月五日
- 四月二日
- 五月十四日
- 六月四日

【後期期日】

- 七月二日
- 八月六日
- 九月三日
- 十月一日
- 十一月五日

【時間】

午前十時～十二時

【会費】

- 一期五回で、花園会員三千円
会員外 五千円

【講師】

齊藤 加代子先生・住職

【用意するもの】

小筆、硯、墨、半紙

【定員】

二十名

【申込】

お寺までご連絡ください。



茶禅会

日本の茶道は深く臨済宗の教えを随所に体現しております。「わかりやすい」をモットーに、基本を大切にしながら茶禅会を目指します。ウン十の手習いでも構いません、お寺で茶道に親しんでくださる皆様のご参加をお待ちしております。

【日時】

毎月第二・第四月曜日午前十時～

【会費】

月五千元

(花園会員には二千元補助)

【講師】

裏千家 小林 宗美先生

【服装】

白い靴下(それ以外は自由。)

【用意するもの】

裏千家用の扇子・帛紗・懐紙

(茶禅会で購入することもできます。)

【定員】

五～六名

【申込】

お寺までご連絡ください。

ご不明な点など、何なりとお寺までお問合せください。



令和5年年回表

百回忌	五十回忌	三十三回忌	二十七回忌	二十三回忌	十七回忌	十三回忌	七回忌	三回忌	一周忌	回忌
大正十三年	昭和四十九年	平成三年	平成九年	平成十三年	平成十九年	平成二十三年	平成二十九年	令和三年	令和四年	亡くなった年

法要の会場として、どなたでも本堂がご使用できます。お参りの方はすべて椅子席ですので、ご安心下さい。
また、法要後のお膳のご用意もできますので、お気軽にご相談ください。

令和四年下半年期 お寺と和尚の日報抄

7月	8月	9月	10月
1日 月例役員会 施餓鬼会 10日 七月盆棚経 12日～16日 幼稚園、年長組おとまり保育 19日～20日 幼稚園、一学期終業式 21日 スマートコミュニティ「写経講座」 28日 月例役員会	5日 幼稚園、市原ボランティア「Q」團隊「 写経会」 6日 8月盆棚経 7日 スマートコミュニティ「写経講座」 12日～15日 岩手長泉寺、先住職密葬 18日 幼稚園、みたままつり。地藏盆 26日～27日 幼稚園、二期期始業式 27日 月例役員会	1日 幼稚園、市原ボランティア「Q」團隊「 写経会」 2日 京都圓福僧堂老大師来山 3日 山梨樂音寺様来山 4日 「茶禅会」(茶道教室) 9日 スマートコミュニティ「写経講座」 11日 「茶禅会」(茶道教室) 12日 菅野企画設計、伽藍見学 20日 写経会 26日 月例役員会 29日 幼稚園、運動会 31日～12日 月例役員会 岩手長泉寺、先住職津送(本葬)	13日 スマートコミュニティ「写経講座」 14日 幼稚園、だるま忌 15日 幼稚園、入園願書配布 16日 涅槃精舎毎歳法要、布薩会 涅槃寄席 21日 幼稚園、秋たんけん 於市原別院 24日 「茶禅会」(茶道教室) 27日 スマートコミュニティ「写経講座」 31日 幼稚園、願書受付・入園手続き 月例役員会 写経会 岐阜華蔵寺、先住職お参り 7日～8日 市原別院耕雲寺収権祭 12日 岩手霊桃寺住職来山 14日 スマートコミュニティ「写経講座」 17日 四圍あるき道路の旅(三巡目第九回) 18日～20日 スマートコミュニティ「写経講座」 24日 寺庭宮田尚美一周忌 26日 「茶禅会」(茶道教室) 28日 月例役員会 12月 4日～5日 幼稚園、おさらい会 10日 「茶禅会」(茶道教室) 12日 幼稚園、成道会 13日 幼稚園、もちつき 16日 土曜会、歳末ボランティア大掃除 17日 幼稚園、二期期終業式 21日 「茶禅会」(茶道教室) 26日 年越しまいり

令和五年
行事予定
年間行事予定

6月	4月	3月	2月	1月
17日	8日	12日 18日～24日	5日 17日～19日	22日 1日～3日
土曜会「仏教シアター」	降誕会（花まつり）	春彼岸 春彼岸の合同法要を、本堂にて執り行います。あらかじめご案内を差し上げます。	涅槃会 三巡目の第十回 四国あるき遍路の旅 お釈迦様のお亡くなりになった日。涅槃図の掛け軸を掛けて法要をします。 十三ページのご案内があります。	花園会新年会 新年修正会 仏教興隆・国家安泰・五穀豊穣・檀信徒各家の繁栄などを祈禱する法要をしています。この修正会で祈禱した「般若札」は、寺報・カレンダーなどと一緒に、みなさまにお届けいたします。 二十四ページのご案内をご覧ください。

10月	8月	7月
5日	9日～16日 26日	22日～23日 11日～16日 9日
達磨忌 禅宗初祖「達磨大師」のご命日。	地蔵盆 子どもたちの楽しいお盆の行事です。夜店や野点・ゲーム大会などで盛り上がる夜祭りです。併せて、地蔵盆の法要で水子・ペット・人形供養も行います。	山門施餓鬼会 初盆の仏様はじめ、檀信徒各家の仏様の施餓鬼会を致します。あらかじめご案内を差し上げます。 圓福寺寺子屋 「禅童会」 一泊二日の子どもたちの坐禅会です。坐禅だけでなく、楽しいゲームやいろいろな体験もできます。たくさんの方の参加を待っています。 七月盆のお宅に棚経にお伺い致します。



釈迦苦行像【圓福寺蔵】

12月	11月	10月
31日 23日	8日 17日～19日	未定 22日 22日
歳末ボランテラ 花園会忘年会 年越しまいり あまざけ・般若湯・年越しそば・福だるま・お守り・新春祈禱など、たくさんお参り下さい。 お釈迦様がお悟りを開かれた日です。	成道会 三巡目の第十一回 四国あるき遍路の旅	涅槃精舎毎歳法要 布薩会 市原別院収穫祭 土曜会「涅槃寄席」 永代供養の方々の法要と、生前戒名の授戒会。



・圓福寺では、毎年、和やかな楽しい新年会をしています。たくさんの方のみなさんのお越しをお待ちしております。

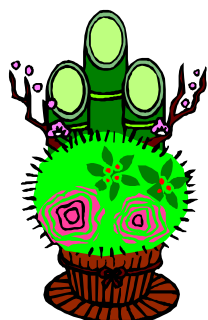
圓福寺とご縁のあるみなさんは、千葉という地域柄、全国各地のご出身の方がほとんどです。北は北海道、南は九州沖縄までという決まり文句の通りです。

石川啄木がふるさとの訛りを上野駅に聞きに行きましたが、圓福寺の新年会に来れば、全国のお国言葉を聞くこともできます。

どうぞ、お気軽にお寺の新年会にお出かけ下さい。



令和5年
西暦2023年
仏暦2566年



日時 一月二十二日(日)

午前十一時 新春ご祈祷
正午 新年懇親会

会費 三千円

(ご祈祷料、お守り、お膳・飲み物代を含みます。)
会費は当日受付です。

申込 電話・ファックス・メールなどで、お寺までご連絡下さい。

圓福寺住職

宮田宗格

圓福寺花園会

平山 実
塩月高泰
高橋敏勝
塚本勝身
西川浩平