

圓福寺報

圓福寺報 第九十三号
 令和七年十月十五日発行
 発行者 臨済宗妙心寺派 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



妙心寺派第三十四代管長 ^{みねこうがく}嶺興嶽^{くわく} 老大師 御染筆
 「天高く 秋月明らかなり」

目次

「最強の二六二字『般若心経』」⑦ 「慧眼」多面的に見る	2
大本山妙心寺遠諱特別参拝 参加者募集中	7
「堂守日記」感想文 花園町 水野美代子さん	8
新命和尚が行く インド仏跡探訪 「悟りの地、ブッダガヤ」	10
お寺のホームページから 「圓福寺日記」	15
お寺と和尚の記録抄	16
写経会・坐禅会の案内	17
穴川花園幼稚園 園だよりから 「時間と手間と・・・」	18
ヨガ教室の「ご案内」	19
「禅をきく講演会」のご案内	20



ナーランダ僧院 三蔵法師玄奘が般若心経を学ばれた場所

最強の二六二字・般若心経

第七回 — 「智慧の眼」 多面的に見る

般若心経の解説の第七回であります。今回は

無智亦無得 以無所得故
菩提薩埵 依般若波羅蜜多
故 心無罣礙 無罣礙故
無有恐怖 遠離一切顛倒夢
想 究竟涅槃

を解説させていただきます。これまでは「すべての物事は空だから執着すべきでない」と書かれておりました。ここではその続きと執着から離れたらどうなるのかが記されています。執着から離れるにはまず物事を正しく理解すること、一辺倒ではなく様々な角度から見るのが大切です。

無智亦無得

むちやくむとく

「智も無く、また得るものも無く」。ここでの「智」は物事を正しく見る力の智慧のことです。「悟りの力」ともいいます。そしてここで「得る」のはその「智慧を得る事」と読めます。ですのでここでは、「智慧も(実体は)なく、また智慧を得るということも無い」と訳せるかと思えます。同時に「智慧というものにも執着してはいけない」というようにも言えます。どこの本で読んだのかは忘れてしまいましたが、修行僧は、仏教の修行を始めるときに「なんとして悟るんだ」と強い意気込みで修行を始めます。その意気込み、**「悟るんだ」**という気持ちはとても大事な気持ちです。しかしその気持ちが強すぎてしまうと、逆にそれが執着、煩惱になってしまつてうまく修行が進まないということがあ



るようです。これを「悟り病」と書

いてあったのをおぼろげに記憶しております。それはまるで水の中にものを落とした時に、焦って取るうとすると水面がチャプチャプと波立っ



てしまい、水中が見えずに逆に取りづらくなってしまうようなものです。「悟るんだ」という気持ちは大事

ですが、それに固執・執着の心が無いように修行するのが大切ということです。智慧、悟りにさえも実体はないのだから執着してはいけないということが書かれています。

いむしょとつこ

以無所得故

「(智慧の) 所得が無い故に」と訳します。前の節「亦無得」と同様に「智慧の獲得というのも実体が無いので」と訳させてもらいます。では悟りの力とも訳しました「智慧」ですが、この「智慧を獲得すること」すらも実体が無く、「空」であることわかり、何に対しても執着することが無くなったらどうなるのでしょうか、さらに読み進めていきましょう。

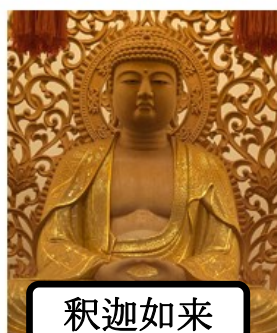
菩提薩埵

この「菩提薩埵」は菩薩の事で、「菩薩は・・・」という主語に当たるものです。「菩提薩埵」の「菩提」は古代インド語で「ボーディ」で、「悟り」の意味です。また薩埵は「サットヴァ」であり、「道を求める者」となります。ですので「菩提薩埵」で「悟りを求める

者」という意味になります。この「菩提薩埵」を略して「菩薩」といえば皆さんおなじみかと思えます。菩薩で有名な方ですと、文殊菩薩・普賢菩薩・地藏菩薩・観音菩薩など多数の仏様がいらつしやいます。ちなみにぎっくりとした分類では、悟った方は「如来」で、まだ悟ってない方は「菩薩」となります。お釈迦さんを始め、阿弥陀如来

仏像の種類(代表的な三種類)

如来



釈迦如来

悟りを開いた方
装飾が無くシンプル
例 釈迦如来・阿彌陀如来・大日如来

菩薩



普賢菩薩

あえて悟らずに修行
中の方 装飾品をつけている
例 文殊菩薩・普賢菩薩・観音菩薩

天



韋駄天

インドや中国や日本の言い伝えの神様
形や姿は様々
例 韋駄天・大黒天・弁財天

写真の仏像はすべて圓福寺奉祀のものです



えはんにやはらみたこ
依般若波羅蜜多故
 「(菩提薩埵は) 智慧の完成をするため」と訳されます。以前の般若心経の解説でもあったように、般若は智慧、波羅蜜多是完成と訳されます。何に対しても執着することが無くなり、智慧が完成したらどうなるのでしょうか。

さんや薬師如来さん大日如来さんたちはお悟りになられているから如来となります。それに対して悟っておらずに修行の最中なのが菩薩となりますが、「悟りを求めるもの」という意味です。私も菩薩ですし、皆さんも菩薩ということになります。ここでは「菩提薩埵は」という、主語の部分に当たります。

しんむけいげ むけいげこ
心無罣礙 無罣礙故
 むうくふ

無有恐怖

「心に罣礙がなく、罣礙が無いがゆえに、恐怖が無くなる」となります。この罣礙の「罣」は「心配する」の意味、「礙」は「さまたげる」の意味で、同じような意味です。ですので「罣礙」は「引っこかすることがない、捕らわれるものがない」と言った意味だと分かります。そのため、「心無罣礙 無罣礙故 無有恐怖」は「心に引っこかかりや捕らわれるものが無いので恐れることが無くなる」と訳されます。般若心経のこれまでの解説を振り返って要約すると「すべての物事は空で、実体はない。実体が無いからそんなものに執着するべきではない」と言えます。その上で今回の節では、執着を止めることができれば、「心無罣礙 無罣礙故 無有恐怖」で心に引っこかかりや捕らわれるものが無くなり、恐れることが無くなるということになります。

おんりいつさいてんどうむそう
遠離一切顛倒夢想
 くぎようねはん

究竟涅槃

「一切の間違った見解や空想から離れ、無上の悟りに入る」と訳されます。この「究竟」は仏教用語としては「物事の最後に行きつくところ、無上の」と訳されます。また「涅槃」は仏教用語で「煩惱の消えた悟りの状態、またはお釈迦様が亡くなった状態」の事を言います。お



涅槃像(圓福寺涅槃精舎)



釈迦様が亡くなった瞬間の仏像は「涅槃像」といい、お釈迦様が横になって寝ている像です。決してゆっくりくつろいでいるわけではないのでご注意ください。圓福寺の墓地の奥にある「涅槃精舎」にも「涅槃像」が安置されており、また、涅槃は古代インド語で「ニルヴァーナ」と言います。一昔前のアメリカのパンクバンド「ニルヴァーナ」は「涅槃悟り」の意味を持つ「ニルヴァーナ」から名付けられたといっています。

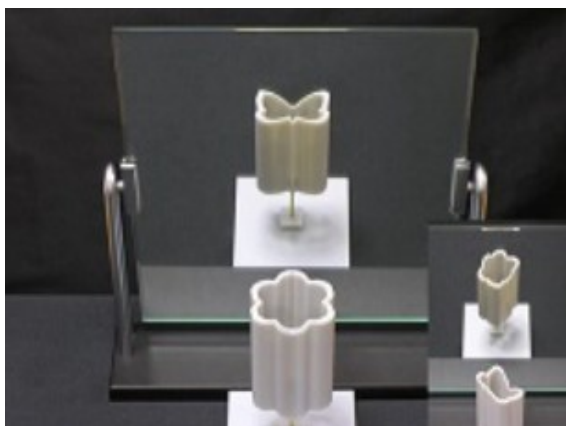
——この節のまとめ——

この節をまとめると、「(すべての物事が空で、実体が無く執着するべきでなく) 悟りさえも空である」とわかったならば、心に引かかることが無くなり、恐れることがなく、無常の悟りに入る」となります。逆を言えば「物事が空であると分かっているならば、心に引かかることが有り、恐れることが多く、煩惱に満ち溢れたままの状態だ」と言えます。では物事をすべて空だと認識しましょう、といきなり言ってしまうのは難しく思います。「物事が空である」というのは、物事に決まった形が無いので、「物事は無数の見方がある」と言い換えることができるかと思えます。そのために物事を決まりきった形の物として、偏った視点で見ると、柔軟に様々な視点から見るのが、空としてとらえる第一歩かと思えます。どんな物事でも見方によってさまざまな見え方があります。

担板漢たんばんかん



修行時代に老師に言われたことを思い出します。あるとき畳一畳ほどあるような大きなベニヤ板を一杯腕を広げて運んでいるとき、偶然通りがかった老師から、「お前さんは担板漢やなあ」と言われたことがありました。そのとき私は「お前さんは力持ちやなあ」と称賛されたのかと思っておりました。しかし後々調べると、担板漢とは「板を担いで、板の片側しか見ていないように、物事を一面だけ見て全体を見ることができない人」の事で、決して称賛ではなく、からかわれていたということに気づいたことが有りました。私たちはよく物事を都合の良い面だけを見てしまう、担板漢になってしまいうことが有ります。どんな物事でも一面だけ見るのではなく、様々な視点から見られるような視点を持てると様々なことに気づくことができるかと思えます。



杉原厚吉教授設計 「花と蝶」

<https://www.isc.meiji.ac.jp/~kokichis/ambiguous/ambiguouscylinder.html>より転載

立体錯視りったいさくし

少し前にテレビで紹介されていた面白いと思っただけのものがありました。立体錯視というものです。これは物を見る角度によって全く違う形に見える現象のことです。これを利用した作品は「錯視アート」と呼ばれるそうです。明治大学特任教授の杉原厚吉教授という方が面白い作品を幾つも作られております。例えば正面から見たら花の形をしています。鏡に反射させて見ると蝶の形になるといった、「花と蝶」という作品があります。写真の右下にはまた

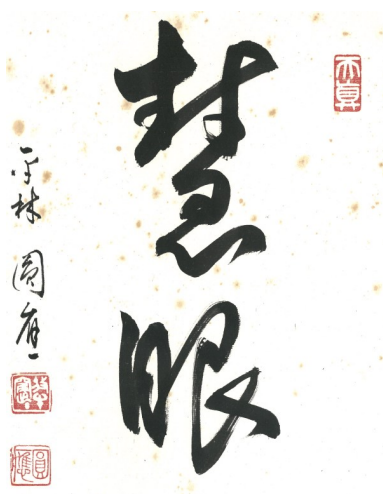
別の角度から見たものが写っております。私たちはこの錯視アートをある方向から見ると、私たちは知るはずの無い立体情報を頭の中で都合よく補完して、「これは花の形の円柱だ」と私たちの頭が勝手にわかったつもりになってしまおうのです。担板漢のように片面だけを見てわかったつもりになってしまおうという事です。物事をちゃんと理解するには様々な面から見なければなりません。

慧眼(えげん)

私たちの生活は私たちがどのように認識するかによって作られています。環境や物が同じだとしてもそれぞれで認識の違いによって感じ方は千差万別です。苦しい・悲しいの面ばかりで認識してしまえば苦しい・悲しい生活になってしまします。物事を悲しい認識だけ捉える担板漢でもなく、逆に楽しい認識だけ捉える担板漢でもなく、柔軟に様々なとらえ方ができると良いと思います。つまり見方を変えれば世界も変

わるということになります。「智慧」の事を「悟りの力」と少々乱暴に訳しておりますが、正確には「物事を正しく認識する力」の事を言います。そして物事を偏った見方でなく、正しく見る眼を「智慧の眼」と書いて「慧眼」(えげん)といいます。どんな物事も一面だけ見るのではなく、斜めから見たり、裏側を観たり、離れてみたりと様々な面から見てみるというのがかもしれません。「寒く、厳しい冬がやってくる」と言ったら辛いイメージを持ちますが、「鍋がおいしく、スキートの季節がやってくる」と言ったら楽しく感じるかもしれません。

(次号へ続く)



糸原圓應老師「慧眼」

大本山妙心寺遠諱特別参拝 参加者募集中



興祖微妙大師とは・・・？

授翁宗弼禪師（じゅおうそうひつぜんじ、一二七七〜一三八〇）大本山の妙心寺の第二代目。昭和天皇より「微妙大師（みみょうだいし）」の大師号が贈られました。妙心寺開創期の同寺の造営と興隆に尽力した功績から「興祖（こうそ）」

と称えられています。令和九年で、微妙大師が遷化（せんげ、亡くなられて）してから六五〇年の節目の年に当たります。節目に際しまして遠諱（おんき）大法会を厳修し、微妙大師のご遺徳を偲びます。

日時：令和9年 3月23日(火)~25日(木)

費用：6～7万円程度(新幹線代・宿泊費込み)

旅程(予定)

1日目：東京駅集合、新幹線で移動、奈良の寺院観光、京都泊

2日目：興祖微妙大師の遠諱法要に参列、

普段は非公開の大本山妙心寺塔頭の特別参拝、京都泊

3日目：自由行動、夕方の新幹線で移動、東京駅で解散

募集人数：20名程度

参加申し込み・興味のある方はお寺までご連絡をください。

043-251-9181 oshou@chiba.enpukuji.com



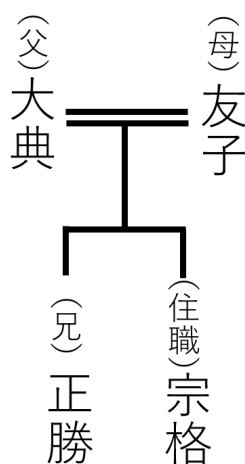
住職の両親の書簡をまとめた、堂守日記。岩手の霊桃寺の住職を務める中、戦地に赴いたため、軍事郵便で寺の事、留守を守る妻を気遣う様子などがまとめられております。この「堂守日記」の感想文を花園町の水野美代子さんに寄稿して頂きました。

ご無沙汰いたしましたして、申し訳ありません。立派な堂守日記をいただいて読み進めました。途中で私の曲がっていた腰が伸びていて、あまりにもすっかりした文章におどろきました。家族関係を頭に入れることが第一と、裏面の謄本を確かめ、格さんは圓福寺の宗格和尚様であることと合点しました。戦地からの手紙とはいえ、あまりにも立派なご両親だったと感服しております。

扱、昭和十五年八月五日、友子様の「なまじお会いして女々しいお別れするよりは一日もお留守を大事にお帰りの用意をしておきます。」との言葉は、結婚後すぐに大きなお寺を

一人で守ることになった重圧の中で、立派に銃後の婦人の役割を自然に果たしておられると思います、さすがにお二人揃っての強さとやさしさに背筋が伸びました。

昭和十五年十二月九日には、「メンソレータムを送れ。」。十六年一月八日には、「金子は俺の預金より使用すべし。」「蔵本は虫にやられぬようにお願い致します。」の言葉



には、はなれていても一刻も家がうまく廻っているだろうか、本は虫に食われていないだろうか、こまごまと思いをめぐらせておられたのですね。

昭和十六年六月二十四日、コンクリート工事を案じられ、昭和十六年十一月十七日、「コンサイス形明解詳漢和辞典 三五〇大至急送れ。」とあり、十一月二十九日、「小生頑健で東亜共栄圏確立の御奉公致しております。」そして、「母上様によりしく。」はちよつと印をつけておいて数えたら十五回もありました。親孝行なお父様だったんですね。

昭和十七年六月十八日と九月九日には、語りたいた事たくさんあれど仲々検閲がきびしいと。また、大腸をこわし情けない位になってしまっ



雲水時代の大典

実際の軍事郵便



たこと、「ビオフェルミン・エビオ入、ご送付願います。」内地から送られてくる薬を待つ心のうちはどうなものであったのでしょうか？

昭和十七年十二月

一日、「零下三十度、大地は深さ三尺以上凍結しているところで暮らし、来春はまた何處へやら・・・。」との文から想像してみただけで自分の行く先もわからない軍隊での生活を思い、同時に戦争は絶対してはいけなさと痛感させられました。

昭和十八年一月二十二日、「賞与金、手元に届きましたか。」と索じ、「就寝すれば思いは御身の上に馳せおります。只々御身よりの便りが、今のところオアシスです。便りが何より楽しみに待ちおります。」と、少しは人間らしい気持ちの便りで、友子様もうれしかったと思います。二月十七日、「何日も吾胸に堅く・・・(省略)・・・鼓動させま

す。」は、やっと本音が書けたんだと思い、友子様のよろこびが私の胸にも伝わってくる気持ちになりました。

以上で信一樣の手紙は一区切りついていますので、私もこの区切りで筆をやすめ、友子様の手紙はゆっくり読みたいと思います。

私はこの夏に九十二歳になりました。その私の身体があつくなくなるのを感じ、戦争中の若い人たちの想いがグングン伝わってくるような気持ちになりました。つくづく健気に生きられたご夫婦、ご立派なご両親を持たれた和尚様の気持ちに少しだけ見えたように思います。「堂守日記」は、どういう形でもいい、もつともつと多くの人に読んでもらえたらと思います。立派な本です。



満州で休憩中の大典(左)

信一樣の軍事郵便に感銘をいただいたので、取り急ぎ、御礼やら感想やらわからないお手紙を差し上げた次第です。友子様の返信文はゆつくりと読ませていただきます。ありがとうございます。不

追伸

やはり最後の昭和十八年二月十七日の手紙は略して書きましたが、読み直してみてもこれはいけなさと強く思いましたので書かせていただきます。

「何日も吾胸に堅く抱擁してやりたき気持ちで一杯で、ひしひしと何物か解らぬと全身を鼓動させます。」その気持ちを制して立派に務めを果たしていかねばならなかった毎日と思うと、今の社会は天と地ほど違って、自由に自分の思うままに生きていけることが当然の事になっています。信一樣の手紙は、九十二歳の私にさえもすぐ考えさせられる手紙でした。もつともつと、若い人に読んでもらえたらと思います。

花園町 水野 美代子



言わずとも知れたように仏教はインドが発祥の地です。私も仏教に生きる人間の端くれとして、仏教が生まれた地がどんなところなのか？、お釈迦様はどんなところで生きていたのか？兼ねてよりずっと疑問に思っておりまして。調べるほど疑問は増し、「行ってみないとわからないー！」という結論に至りました。その勢いのまま、六月の中旬のあらゆる予定を住職に押し付けて、インドの航空券だけを買って、インドの仏跡探訪にぶらりと行ってまいりました。行ってみると実際に行かなければ分からない感動が山のようにありました。これから何回かに分けてインドの探訪記を拙くも連載させていただきます。どうぞお付き合い頂ければ幸いです。

ブッダガヤへの長い道のり
まずインドで目指すところは、お釈迦様がお悟りになられた「ブッダガヤ」という地域、いわば仏教のメッカ。その中の「大菩提寺」というお寺にです。その大菩提寺に、お釈迦様がお悟りになった際に坐っていた場所、菩提樹があるというお話です。そのためまずはブッダガヤを目指します。ブッダガヤは最寄りの「ガヤ空港」からタクシーで三〇分ほどということだったので、ひとまずガヤ空港を目指します。インドへの直行便を使うルートもありますが、安くても九万円ほどするので、それを避けるべくLCCを駆使し





ビリヤニ

インド風炊き込みご飯。大量のスパイスとパラパラとしたインド米が特徴的。鶏肉やフライドオニオンが具材として多い。写真で添えてあるのは生玉ねぎとマヨネーズ風ソースとゆで卵。

て四万円ほどで行けるチケットを入手しました。それはタイのバンコクで一五時間の乗り換えで、バンコクの観光と空港泊をしつつ、インドのコルカタ(カルカッタ)からインドへ入国、そこからまた飛行機を乗り継いでガヤ空港という空港に到着しました。なんと片道三〇時間近くを要する長旅でした。

途中のコルカタ空港で待ち時間に食事をしました。代表的な

インド料理のビリヤニを注文しました。七〇〇ルピー(約一〇〇〇円)ということに、あまり気には留めませんでした。後に街中で同様の物を一〇〇ルピー(約一四〇円)で食べられたので、あからさまな「空港価格」というものに衝撃を受けました。ビリヤニを口に入れるとかなり強い香辛料の香りが口から鼻へ突き抜けました。まるで線香を噛み砕いたのかと思う程でしたが、その独特な香りが癖になり、とてもおいしかったです。

ガヤ空港に着いた後、大菩提寺のあるブッダガヤに行くべくオートリキシャに乗る必要があります。空港の建物を出ると、「まさにインド」というように、大勢の客引きに群がられます。「ブッダガヤ! 一六〇〇ルピー!」とどのドライバーも言ってきました。

す。しかし配車アプリを見ると相場は三



オートリキシャー

小型の三輪タクシー。電動も多い。インドではメジャーでどこでも走っている。値段交渉をちゃんとしないとかなり高額を支払うことがある。

〇〇ルピーほどです。言われるがままに払っていたら相場の五倍以上も支払うことになりましたのでご注意ください。ある程度信頼できそうなドライバーに対して交渉を開始。スマホ片手にしながら、かなり高圧的に「To payment, OK?」と拙い英語で言う。と、以外にもすんなりと聞き入れてくれました。走りだすと他の客が乗り込んできてオートリキシャの中は手狭になってしまいました。ドライバーは荒々しく、クラクションを頻繁に鳴らしながらガヤの道を走りまわります。車内からガヤの風景を見ると建物はレンガで作られている



大菩提寺の入り口

オートリキシャに三〇分ほど揺られ、ブッダガヤの大菩提寺の前まで着き、料金とチップを払って降りると早速大菩提寺の巨大な仏塔（大塔）の先端がお目見えしておりました。お釈迦様がここで悟られたという場所と来ていると思うと胸

ものが多く、鉄筋の物もかなり弱そうで、「これが二〇二五年なのか」と驚くほどでした。ほかに、辺りはゴミだらけで、空き地と思われるところはゴミ捨て場のなっていたり、道端に犬や牛が寝ていたりで、ハラハラしながらもワクワクもしながらオートリキシャでの移動を楽しんでおりました。

大菩提寺へ

が高鳴りました。入り口のあたりの雰囲気は独特のものでした。親子や身体障害者の物乞い、ガイドの客引き、物売り、など様々な人から話しかけられつつ、日本語の流暢な落ち着きのあるガイドと話しました。「日本語を話すインド人は気をつけろ」とよく聞いていたので、気を付けながら、一番まともそうなガイドをお願いすることにしました。

まずお寺に入るにはスマホを含む荷物をすべてロッカーに預けて、入り口の金属探知機を通す必要がありました。

あまりにも嚴重ですが、これは十年ほど前に大菩提寺の菩提樹の下で他宗教信徒による爆破テロがあったそうで、かなり嚴重になっていくそうでした。スマホも預ける羽目になったので写真が撮れないのは非常に残念でした。入ると早々に大菩提寺の中心のモニュメントである大塔の正面に着きました。時代の変遷はかなり複雑なので割愛しますが、この大塔の土台部分はお



大菩提寺の大塔の前での写真（現地カメラマン撮影）

菩提樹
(<https://worldheritage.site.xyz/bodhi-gaya/>より転載)



釈迦様の死後、二〇〇年後の王様によって作られたもの。つまり約二二〇〇年も前の物になります。日本はその時は縄文から弥生時代で、それほど前から仏教とこの大塔が生まれ、長い年月で培われてきたと考えると鳥肌が立つ思いでした。

いよいよ菩提樹へ

お釈迦様がが一週間坐ったのちにお悟りになったという菩提樹は大塔のすぐ裏にあるということでした。大塔のふもとには石畳が敷かれており、その石畳の上では靴を脱いで上がるようになっておりました。インドの太陽で高温になっておりましたので、非常に足が熱かったです。その熱さに堪えながら大塔の裏へ、菩提樹に近づくにつれて多言語のお経があちらこちらから聞こえてきて胸が高鳴ります。そしていよいよ菩提樹にたどり着きました。



金剛宝座(奈良薬師寺HPより)

菩提樹の根本にはお釈迦様が坐られた場所の「金剛宝座」があります。菩提樹は想像していたよりも枝分かれをして湾曲しておりました。周りには各国の僧侶、お経を読む方、礼拝をする方、瞑想する方など皆それぞれ

に菩提樹と金剛宝座に思いを馳せておりました。気づけば足が熱いのを忘れておりました。菩提樹の作る木陰により石畳が熱くなく、お釈迦様もこの菩提樹の木陰に包まれながらお悟りになったのだと思うと身震いがしました。厳密には現在の菩提樹は四代目なのですが、菩提樹の下は神聖な雰囲気の中で、般若心経をお唱えして三拝した後、しばらくこの雰囲気にとろけさせてもらいました。とてもありがたいうちでいっぱいでした。近くのモニュメントに行くと大菩提寺の僧侶がおり、お参りをしてくれるということでした。お経をあげてもらいました。三分程の



手塚治虫「ブッダ」より

お参りの後、最後に千切った華を頭の上から散華して頂きました。圓福寺でもお彼岸のお参りの際に楕円状の紙を蒔いているのはこの散華が起源となっております。

二二〇〇年前の

石柱に刻まれた言葉

一通りお参りをさせてもらった後、大塔に向かい合うようにそびえ立つ電柱のような柱を目にしました。その柱も二二〇〇年前の物だとガイドさんは言っていました。よく見ると文字が掘られており、その英訳が看板に書かれておりました。それを読むと、お釈迦様の残された有名な言葉が書かれており、心から感激しました。

（人は「生まれによって賤しい人となるのではない。生まれによってバラモン（貴い人）となるのではない。行為によって賤しい人ともなり、行為によってバラモンともなる。」スッタニパータ）



大菩提寺の前での配給の様子

インドはカースト制度が未だに根強くあり、生まれた家によってその人の階級が決まってしまう。しかしこの言葉はそのインドのカースト制度を批判するものであるのと同時に仏教の大切な考えでもあります。この言葉は「人の価値は生まれではなく、その人がいま、何をしているのかによって決まる」とも言いかえられるかと思いま

す。自分の過去の栄光に囚われていないでしようか、逆に過去の失敗にとらわれていないでしようか。人の価値は今、自分が精いっぱい生きられているか、そこが大事なのだと思います。今、精いっぱい生きられなければ、それが一日になり、一日が一月、一月が一年と、人生がだらだらとしてしまいきます。禅の修行では「いま・ここ・じぶん」がキーワードです。この禅に通じる言葉が大塔の正面の何気ない柱に刻まれていたことに非常に光栄に思いました。

（次号に続く）



ガイドのラカンさんとてもお世話になりました。

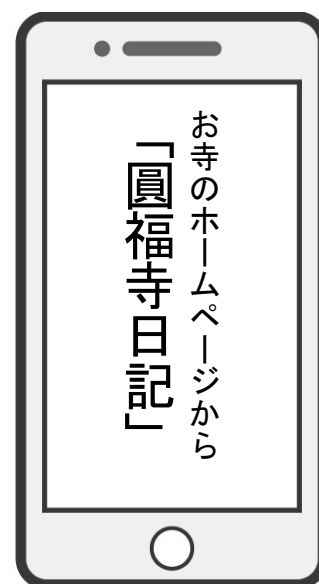


植えたてのサツマイモ

こんにちは
 そらまめの収穫が終わり、
 土はある程度休ませましたので、
 サツマイモを植えました。
 ソラマメの収穫の関係で、
 作付けには少し遅くなりました。

サツマイモの作付け

令和七年六月一日



サツマイモは江戸時代の飢饉を救うために、
 とにかく強い植物に品種改良されたといえます。

そして、江戸幕府から青木昆陽（しんよう）という方が命じられ、
 サツマイモの効率的な栽培方法が確立され、
 その功績から別名「芋神様」とも呼ばれるようになりました。
 現在、幕張には昆陽神社というものでまで建立されているそうです。

栽培方法を調べると、
 ・水はけが良い場所を好む
 ・肥料は与えない方がよい
 ・蔓が伸びたら畝の上に返す
 などなど、様々な工夫があるようです。

この一つ一つの方法を確立するために、
 どれだけのがんがみがあったかと思う



幕張の昆陽神社
 総武線の線路沿いに鎮座

と、

芋神様には頭が上がりません。

普段、日常生活で、当然のように
 行っていることの
 裏側には先人の途方もない努力が
 あるのでしょうか。

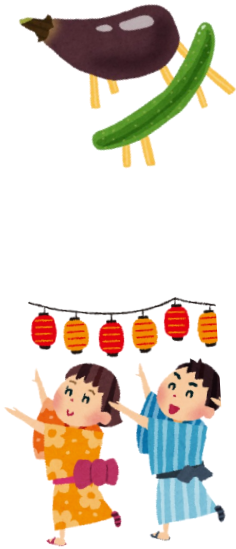
感謝の気持ちをもって大切にサツ
 マイモを育てさせていただきま
 す。



令和七年七月～十月期
お寺と和尚の日録抄

7月

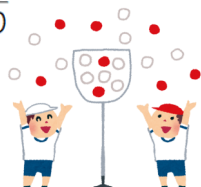
4日	月例役員会
6日	施餓鬼会
10日	スマートコミュニティ「写経講座」
13日～15日	七月盆棚経
16日	幼稚園、一学期終業式
17日～18日	幼稚園、年長組おとまり保育
24日	スマートコミュニティ「写経講座」
28日	「茶禅会」(茶道教室)
1日	月例役員会
2日	幼稚園、市原ボランティア「Q園隊」
3日	写経会
8日	スマートコミュニティ「写経講座」
10日～15日	8月盆棚経
22日～25日	住職、岩手霊桃寺加担
23日	地藏盆、幼稚園みたままつり
28日	スマートコミュニティ「写経講座」



9月

10月

3日～8日	岩手霊桃寺一周忌支度加担
8日	岩手霊桃寺一周忌
7日	写経会
10日	妙心寺派東京教区第七部定例会議
11日	スマートコミュニティ「写経講座」
12日	月例役員会
20日	幼稚園、市原ボランティア「Q園隊」
20日	ヨガ教室
25日～26日	住職、大分万寿寺へ答礼
25日	スマートコミュニティ「写経講座」
3日	月例役員会
4日	幼稚園、運動会
4日	ヨガ教室
5日	写経会
6日～7日	多摩と武蔵野の禅寺巡り
9日～11日	副住職、峰山全性寺結婚式加担
9日	幼稚園、達磨忌
17日	幼稚園、秋たんけん 於市原別院
18日	ヨガ教室
24日	幼稚園、秋たんけん 於市原別院
26日	涅槃精舎毎歳法要・布薩会
26日	涅槃寄席
28日	涅槃精舎毎歳法要、布薩会
28日～30日	開聞岳と特攻隊基地を巡る旅



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。

【期日】

十一月九日

【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（初心者は不要）

【定員】

二十名

【申込】

お寺までご連絡ください。



体験写経

上でご紹介の写経会の体験版をご用意いたしました。写経にご興味を持たれても、いきなりの写経会参加に不安のある方は、一度上記の写経会を体験してみたいかがでしょうか。お道具などもお寺でご用意しますので、手ぶらで気軽に参加することができます。お申込み・お問い合わせは、お寺までお願いいたします。

【参加費】一回 千五百円

体験坐禅

坐禅をやってみてみたい！でもむずかしそうだなあ、と思っている方に、初心者向けの「坐禅体験会」を行っています。

【期日】原則として毎月第二火曜日

【時間】午後七時～八時

【内容】坐禅の説明・坐禅体験・茶話会（抹茶とお菓子）

【費用】五百円

【申込】電話・メール・ファックスなどでお寺までご連絡ください。

禅童会中止 報告

今年で第三〇回の予定の七月の禅童会は応募者が定員に達しませんでした。したので中止の運びとなりました。昨今の小中学生の夏休みは塾の夏期講習や部活や習い事などと、忙しい夏休みを過ごしているように思います。また、核家族化が進み、お寺とのつながりも希薄になってるようなにも思います。お寺としても子供たちとのつながりは未来を創るという上で非常に大事な事でございます。お寺として今後の子供世代への働きかけをどうするべきか今一度考えなおす必要を感じる次第でございます。



令和六年の禅童会の様子

(令和7年2月の「園だより」から)

時間と手間と・・・

今年のくすのきまつりは、寒さあり、突然の雨ありと大変でしたが、委員さんはじめみなさんの熱意で盛況裡に終えることができました。ありがとうございました。そして、おつかれさまでした。

昨年2月の園だよりを読み返したら、「来年のりじちよう屋は、ねんちよう屋に負けないぞと、自らのわずかな可能性を模索してみようと意を新たにしくすのきまつりでした。」と書いていました。意を新たにするなんていうのを、終わってから読み返すなんて愚の骨頂ですが、今年も頑張って揚げ餅・ホットワイン・梅酒・梅ジャムなどの手作り品を出品させていたできました。



野菜はじめ諸物価高騰の折ですが、揚げ餅や梅は材料費はかかりません。揚げ餅は、昨年や一昨年の本堂にお供えした鏡餅を力ラカウに干したものですし、梅酒・梅ジャムの梅はネイチャーランドで収穫したものです。

梅ジャムは、梅酒を作った大量の梅を捨てるのは忍びないと思って、ガス台の前に立ち尽くして、焦げないように煮詰めてようやく出来上がったものです。しかも、梅の種は手作業で取り除くという、手間がかかった梅ジャムなのです。おいしかったですでしょうか？

梅酒に付け込まれてしわくちゃになった梅は、普通なら廃棄されるところなのですが、手を加えると立派なジャムに変身します。それは、梅の実の可能性を膨らませる手間なのだと思います。

年長さんの味噌田楽には、こん

にやく一つ一つに隠し包丁を入れるという手間を加えてあります。せつかくのお味噌が垂



れてしまわないように、年長さんの手作り味噌を充分に味わってほしいという先生たちの思いの表れでした。やはりそれも、味噌やこんにゃくの可能性を膨らませて、おいしいというって貰えるようにという手間です。

子どもの可能性を膨らませるために、手間がかかるのを体感しているお父さんやお母さんには分かり切った話だったかもしれませぬね。

最後に、こんにゃくに隠し包丁を入れたのは私です。その数なんと、約三〇〇個強、手間がかりました。



第1 / 第3 土曜開催

16:00 -

ヨガが初めての方でも
どなたでもご参加頂ける
60分のやさしいクラスです。

-Fee-
¥1,000
(プレオープン価格)

-持ち物-
動きやすい服装
飲み物
あればヨガマット
ハンドタオル

Let's
enjoy
YOGA
@enpukuji

PRE-OPEN



稲毛の圓福寺

やさしいヨガ



-We are-

धी: dhīḥ(ディー)

稲毛Himarayan yogshalaの
RYT200修了生達が主催

個性豊かなメンバーで、
どなたでも楽しんで頂ける
クラスをお届けします。

-Place-

臨済宗妙心寺派圓福寺

明るい光の差し込む本堂。
心やすらぐ空間です。

JR稲毛よりバスで10分程
千葉県千葉市稲毛区
穴川町375 (駐車場有)

Schedule

1回目	9/20(土)
2回目	10/4(土)
3回目	10/18(土)
4回目	11/1(土)
5回目	11/29(土)※5週目
6回目	12/6(土)
7回目	1/17(土)
8回目	1/31(土)※5週目
9回目	2/7(土)
10回目	2/21(土)

※原則、第1・第3土曜の16時～月2回開催
ですがお寺さんのご事情によりお休みや、
第5週へ振り替えさせていただいています



ヨガクラスに関するお問い合わせ | DMへ→ dhiih.inage@gmail.com



@DHIIH_YOGAINFO

○臨濟會

第62回

禅ときく

講演会

聴講券
2,000円

お問合せ・お申込みはホームページからお願います。前売り券をご予約の方には、招待券を一枚お付け致します



とき
令和7年11月19日(水)
午後4時半開演
(午後4時開場予定)

ところ
有楽町
朝日ホール

万寿寺 達磨図

大分万寿寺住職・万寿僧堂師家

佐々木道一 老師

「坐禅と健康について」

大分市教育委員会文化財課専門官

坪根 伸也 氏

「国史跡旧万寿寺跡に辿る

大分の歴史とその魅力」

創立二十周年記念奉詠

花園流青鳳会 御詠歌

主催：臨濟会・妙心寺派東京教区 協力：東京禅センター