

全久院報

松本市深志 3-7-50 電話 0263-36-3211

あけましておめでとうございます

昨年はいろいろなことがありました。なんと言っても

3・11東日本大震災、栄村地震、続いて近畿地方を初めとした大雨洪水、6・30松本地震など、数えればきりがなくらい自然災害が発生しました。また、ヨーロッパの洪水、タイの水害など世界中で災害が起こりました。また、アフリカや中近東の民主化を求める住民運動、ヨーロッパの国が破産してしまうかもしれない経済混乱など、人間社会も大混乱です。街中で人に会うと「なんか、地球が変だね」と不安そうな会話が飛び交います。

全久院も6月の地震では大きな被害にあいましたが、大屋根の瓦葺き替え工事が完了しており、鬼瓦や瓦が落ちずに、被害は本堂の中の最小限に抑えることができました。もし以前のままの鬼瓦でしたら、500キロの鬼瓦が落下し、屋根を貫いて本堂内に落下して大きな被害になったことでしょう。

その他、南側の神社との境のブロック塀の改修、開山堂や稲荷堂や茶室の屋根瓦の改修が終わっていたことが幸運でした。檀信徒の皆さまのご協力をいただいた結果がこのような幸運を引き寄せてくださったものと感謝しております。現在工事に関する会計の整理をしており、寄付をいただいた皆様へ工事完了の報告と、記念品をお配りする準備を進めています。右の写真は私が書いた「南無釈迦牟尼佛」の掛け軸です。長さ1.5m、幅25cmほどの小さな掛け軸ですが、小さな床の間や壁に手軽にかけることができるかと思えます。工事費が膨らみ、皆さまに十分な御礼ができないなかで考え出した苦肉の策です。私にとっても皆さまにお配りする初めての書になりますので、気合を込めて書きました。今年なるべく早い時期に配る予定でいます。

初めてといえば、昨年7月本山で焼香師を勤めることができました。禅師様に代わり、朝のお勤めの導師を勤める、大変名誉なお役目です。



教区の団体参拝を兼ねて、生安寺さま、龍昌寺さまなど総勢20数名での参拝となりました。左の写真は参拝の皆さんと俊浩入れていただき、禅師様と撮っていただいた記念写真です。1日目は「寅さん」で有名な帝釈天をお参りし、大本山総持寺で泊り、翌朝4時前の地震で起こされ、5時からの朝課に参列、5時半か

ら焼香師のお勤め、という流れでした。右の写真は本尊様に菓子をお供えする「献供」という儀式を行っているところです。私の付けているお袈裟は父が初めて焼香師を勤めていた時のもので、黄色い衣は父の着ていたものです。体型が父と同じために父の着ていた衣装を全て着ることができます。黄色い衣は「権大教師」の資格を得ると許可される「黄恩衣」で、今回初めて被着しました。お勤めのお経の先導役を維那といいます。父の袈裟と衣、私、そして俊浩の維那と、本山で全久院の三世代がお勤めできたことは本当に稀なことと、本山の皆さまから声をかけていただきました。計算づくでもできない体験をすることができました。

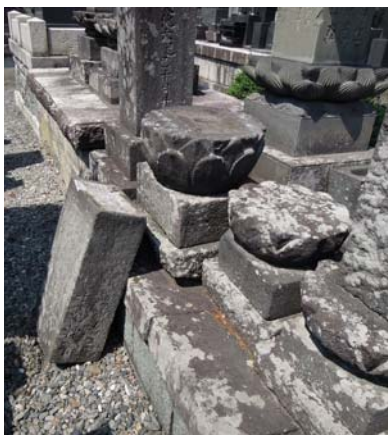


焼香師法要を結ぶ言葉を最後にお唱えしました。「蛍光鶴地御移転（蛍山禪師が鶴見の地にお移りになり）、総持智剣輝百年（禪師さまのすばらしい教えが100年輝いています）、大地鳴動苦難時（大地が鳴動して苦難の時が訪れた今）、諸学慈風払迷雲（総持寺の慈愛にとんだ風が苦難を吹き飛ばすことでしょう）」その日は伊豆の温泉で旅の疲れを癒し、皆さんで一献傾けました。こんなすばらしい祈りをささげることができたのですから、残るは実際の行動ですね。自分にできることを一つずつ行動してゆきたいものです。

6月30日の地震にて

下の写真は本堂前の灯籠です。100年の風雨に耐えたのですが、その間に石が劣化して、砕け落ちてしまいました。本堂に向って左右両方にあったのですが、二つとも同じように石が粉みじんに砕けて、落ちてしまいました。

お墓は17ヶ所で灯籠や墓誌や墓石が倒れました。すぐに連絡して、どのように改修するか相談を始めました。自然災害でお墓が被害を受けた時は墓の持ち主が修理をしなければならないことになっていますが、経済的な負担を軽減したいと思い、全久院の檀家の石屋さんに修理を一括してお願いすることの同意をしていただきました。ただし、市内の各墓地も大きな被害を受けており、石屋さんには他の緊急の仕事を終えてもらい、しっかり改修工事に時間をかけられる状態になったら工事を始めてもらうことにしました。



全ての工事が完了するにはまだ時間がかかります。もう少しご辛抱ください。

次に寺の建物ですが、特に本堂内部の壁に大きな被害が出ました。次頁写真は本堂北側奥の壁が崩落した写真です。ちょっと暗くてわかりにくいと思いますが、1区画分の壁がそのまま崩れてしまいました。この本堂は100年ほど前に建設されたもので、以前より土壁が古くなり強度が下がっているのが改修したほうが良いと指摘されていました。この他十数区画の壁に亀裂が入り、いつ崩落する



かわからず、立ち入ることができなくなりました。

いつも寺の大工仕事を請け負ってくれている山田工務店に相談しました。耐震強化を図るなかで、壁をどのように改修するか考えずにもとの土壁に戻しても耐震化の妨げになる、とのことでした。まず、亀裂のはいった壁を落とし、ベニヤ板で補修し、白壁に見えるようにしました。

現在は総代会で皆さんの知恵を借り、耐震強度を上げる方策を練っています。檀家で構造設計をする方が3人います。その方に現在の寺の建物の耐震強度がどのくらいあるか調査をしてもらっています。川上設計事務所の協力をいただき、信州大学の教授のお力を借りながら耐震化させる基本方針を練っていただいています。現在の法律では震度6強の地震に耐えられる構造が法律化されているそうですが、東日本大震災では震度は8以上だったといわれています。しかしそこまでの耐震化には莫大な費用がかかるため、震度7まで耐えられるという基本方針に従って進めてゆこうと考えています。

右の写真は昨年8月のお盆法要に間に合わせようと足場を組み、壁の改修をしているところです。耐震化のためには多くの費用がかかるとおぼやかれます。まだ屋根瓦葺き替えの寄付をお願いしたばかりですので、しっかりした計画を作るという段階まで行う、と考えています。実際の工事をするにはまだ何年もの時間がかかると思います。その間に建物についての勉強を積み重ねてゆきますので、皆さまからも様々な知恵を拝借したいと思います。



境内散歩 -大日如来-

回廊の北側の真ん中くらいに大日如来が安置されています。サンスクリット語で「マハー・ヴァイローチャナ」といい、宇宙の命そのものを意味します。マハーは大の意味、ヴァイローチャナは毘盧遮那仏、つまり多くの釈迦如来を統一した根源の仏様に、さらに「大」の字を加え、如来、菩薩、明王などのほとけをすべて統一したほとけ、最高位のほとけを意味します。ですから全ての生物を生成する働きを持っています。このようにヴァイローチャナは「輝く」「照らす」「太陽」の意を表すので「大日如来」と意識されたのです。



大日如来は、最高の境地に達したもののしか理解できない教えといわれる密教の思想に基づいた仏、つまり全宇宙をほとけとして表現したものです。この如来様の中に宇宙の森羅万象がすべて含まれ、如来様から森羅万象が現れ出ると密教は考え



たのです。密教ではすべての生成の源の命に触れると仏になるといわれ、自然と一体になることを願う日本人の心とも合致します。

ですから他の仏像と違っています。仏は悟りの世界におり俗世を離れているので、世俗的な装身具を身に付けません。が、大日如来だけはほとけの王者としての存在を示すように、頭にはまげを結び、豪華できらびやかな宝冠や首飾りを身に付けています。他の仏と同じ姿ではこと足りないと考えたのでしょう。

「金剛頂経」や「大日経」の教えによると、左手の人差し指を右手の拳で握る「智拳印」、つまり深く考え、その考えを実行に移す直前の姿勢を表現する印を結んだ金剛界の大日如来と、膝の上に「法界定印（ほっかいじょういん）」、つまり「禅定印（釈迦如来が禅を組む手の印）」を結んだ胎蔵界の大日如来の、2種類があります。全宇宙の表れである大日如来には崩れることのない知恵「金剛界」と、母の母胎のようにやさしく一切を抱擁する慈悲「胎蔵界」があり、それを具現化したのがお二人の如来様ということになります。完全で何者にも傷つかない智恵と、無限の慈悲を表した仏様ということになります。胎蔵界曼荼羅図は仏様が全て描かれていますが、如来・菩薩・明王・天の諸尊の中心に描かれているのが大日如来ですので、いかに圧倒的な存在であるかわかります。

光が消えてしまったかのような感を抱き、不安に怯え、明日の生活を描けない今日、揺らぎのない智恵と深い愛情を人々は求めているのでしょう。その対照が大日如来なのでしょう。でも一歩自分にも視線を向けましょう。完全でなくてもこの苦境に立ち向かえるよう智恵を磨き、深い愛情を培うことが大切ですよね。

全久院の集い

坐禅会 ・ ・ ・ 病はどこから来るの？ 禅の答え。馬祖道一 ・ ・ ・

「従容録（しょうようろく）」に第36則「馬祖不安（ばそふあん）」という章があります。馬祖という方は中国禅宗の初祖達磨さまから6代目慧能（えのう）の弟子の南岳懐讓（なんがくえじょう）の弟子です。彼の門下には多くのすばらしい弟子が輩出し、唐の時代の禅宗発展に大きく寄与された方です。

その馬祖が老病の床に伏せているのを、弟子が見舞ったときの問答を題材にしています。

人間の身体は宇宙の構成要素（四大）から出来ています。四大とは地（固体）、水（液体）火（熱量）風（気体）です。五輪塔に梵字が書かれていますが、この4文字に空を足したものですから、私たちが気付かなくても、日本文化に溶け込んで、私たちの身の回りにいつも潜んでいる考えです。この四つの調和が取れなくなると、不安定になり、病気になる。馬祖不安のタイトルの意味は病気になったからといって、不安になることはない。不安は不安定であり、四大の調和が取れなくなっただけだ。「四大不調」という言葉はここから出ています。私たちが何の気なしに使っている多くの言葉が仏教を基にしていますね。

人間は調和を崩すと、不安になり、気弱になり、考えなくてもいいことに怯え、さらに病気を悪化させます。人間の小さな頭で考えることを妄想と言ったり、執着と言ったりします。人は気弱になると過去の悪い因縁が業となって現在を困難たらしめると考えるのが常です。この

常は人が考えることですから妄想や執着です。この不安に駆られた妄想や執着を転換して、考えることができるかどうか見極めなさい、と馬祖は言います。病気で気弱になってるはずの馬祖が弟子に向かって言っているのです。

「考えは心から生まれてきます。心は身体にあります。この身体は大宇宙の働きによって生まれます。私の妄想からは生まれてきません。大宇宙の働きである身体が病気になったということは、病気も大宇宙の働きだと観念しなさい。その観念ができれば病気が（大宇宙）平癒したということだ。」馬祖は病気も禅の修業にしまいます。

青山俊董師はこの章の解説に「私は青山という具体的な生命をいただいて生死している。同じ天地の働きをいただいて、梅や桜も咲き、やがて散る。具体的な姿をいただければ、必ず始めがあり終わる日もあるけれど、人や動物達を生死させ、花を咲かせたり散らせたりする働きそのもの、生命そのものは不生不滅、永遠なのである。永遠の仏の御生命を、私という姿でいただいて生老病死してゆく。病もうが、ぼけようが、本人は錯乱して仏の命など見失い七転八倒しようが、永遠の仏の御生命、御働きからははずれようのない生命を、生かせていただいている」と述べています。生きるということは気弱になっている暇がないほどの修行なんだ、と思えるようになりたいものです。

仏教三知識

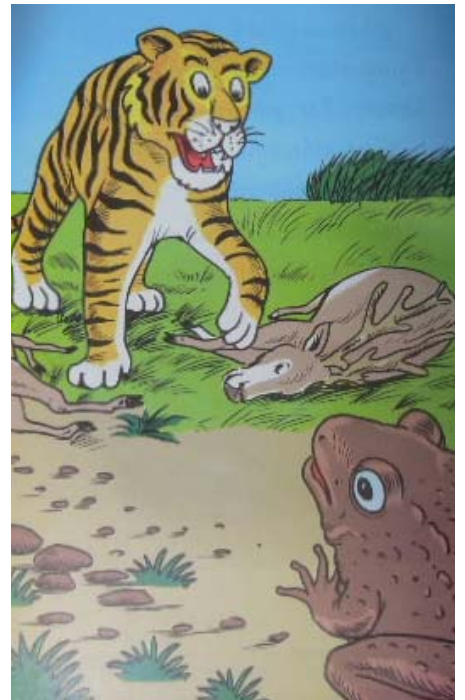
仏教説話

「不惜身命（ふしゃくしんみよう）」という言葉覚えていませんか？

確か貴乃花が横綱を拝命する時の言葉ではなかったでしょうか？

あまりにも偉大なお釈迦様は現世で修行を積んだからといって仏陀になれたわけではない。過去世において多くの徳を積まれたから、現世で仏陀となれたのだ。過去世の出来事をまとめたのが「本生物語」で、そのなかで有名な話の一つが「投身飼虎（とうしんしこ）」です。

この二つの絵はSVAがカンボジアの民話を聞き取り、絵描きを育成し、文章を書ける人材を養成して、発行にこぎつけた絵本に収められたものです。これらの絵本の中にもたくさん虎が出てきます。このよう民衆の身近なところで虎が活躍しています。またカンボジアばかりでなく、アジア全体でも多くの物語に虎が出てきます。身命を投げうつ自己犠牲的な物語がアジアで好かれたのでしょうか。その元は「投身飼虎」で描かれた虎ではないでしょうか。この物語は「金光明経」に説かれ、法隆寺の玉虫厨子の台座にも描かれています。



「ある国に3人の王子様がおり、ある日そろって山中に分け入ったのです。そこには餓えた雌虎が7頭の子虎をかかえ、死にかけていました。二人の王子は可愛そうに思うが、どうしようもなく通り過ぎて行きました。が、末の王子、摩訶薩埵（まかさった）は仏道修行を成し遂げようと決心し、自分の体を食べさせようと、着物を脱ぎ竹の枝にかけ虎の前に横たわりました。しかし母虎は王子に襲い掛かる力も残されていません。そこで薩埵は竹で自分の首

を刺し血を流したまま虎の前に身を投げ出しました。虎の親子はようやく起き上がり、薩埵の血をなめ肉を食べ始めたのです。弟を探しに来た兄たちはその残骸だけを見つけたのです。王様夫婦と兄たちは悲嘆にくれ、薩埵王子のために遺骨を集め竹林中に塔を建てました。」

この物語の浮き彫りはガンダーラでも発見されており、また敦煌の莫高窟の壁画にもあります。初期の仏教は仏を人間的な形で表現できないものと考えていたので、紀元後1世紀末頃まで仏像などの美術として表現されることはありませんでした。初めてその姿を描いたのはギリシャ美術に影響されたガンダーラだったのです。その当初から虎が描かれたのですから、仏教において自己犠牲の考えや虎が重要な位置を占めていたことがわかります。

去年は多くの災害が起こり、今年はその復興の年となります。王子や虎に負けない自己犠牲の精神で、わずかでも役に立つ行動を起こしたく思います。

茶道コーナー

利休の由来？ 利休居士の名前の由来は多くの謎があって統一された見解が出ていません。でも、こんなこと知っているとは様々な説に対応できる

という段階をまとめてみました。

1585年（天正13年）秀吉は関白に任ぜられた記念に御所に座を設け、天皇をお招きし禁中茶会を催しました。その折、何人かの茶頭をまとめ後見役となったのが利休で、名実共に天下一の茶匠となったのです。この時秀吉の計らいで、宗易をいっそう権威付けるために「利休居士号」を勅賜されたのです。利休居士は大徳寺参禅の師春屋和尚の師である大林宗套（だいいんしゅうとう）和尚より与えられたと考えられています。

10月7日禁中茶会の日、まず秀吉が天皇に自ら茶を点て、その後座敷を変え、多くの名物の茶道具をそろえ、利休に茶を点てさせ公家衆に振る舞ったのです。利休という名はこの禁中茶会で茶を点てるために宗易（利休の前の名前）

に与えられた居士号です。参内して天皇のそば近くで茶事を奉仕するための条件として、出世間の身分にすることが必要でした。出家し僧侶となることは、仏の身体をいただき、法の身、つまり法体となり、身分の格差を解消する手段でした。茶人は十徳（丈の短い衣）を着ていますが、どうもこの頃から始まったことのようにです。入道して法体となり十徳を身に付けることで、初めて一人前の茶湯者と認められたのです。十徳は貴人のところへ赴く時の正装となったのです。

その利休号ですが禁中茶会のためだけの「1日だけの借り名」とされたものらしいのですが、堺の南宗寺（大徳寺とともに利休の墓がある）の住職の勧めもあり、秀吉を通じて勅賜という形式に仕立てられたようです。また他の説として、山田宗徧によると天皇家よりの勅命を受け茶道具一式を献上した褒美に利休号を勅賜された説もあります。

利休の意味ですがこれもまたいくつかの説があります。中国蜀時代の禅僧、幹利休（かんりきゅう）にちなむものであるという説。利益や名利を休み捨て去ったという意味という説。悟り



を開くための鋭利・利発な頭脳を休ませ捨て去り、分別を離れた真の悟りの境地を表す意味という説。つまり人間の頭で考えるのではなく、長年の修行の結果到達する悟りで、しかも勉強しつくし、書物などからも離れ囚われない、禅の最終的な境涯にまで到達した人を意味します。私は最後の説が利休にふさわしいと思いますが、皆さんいかがでしょうか？

利休居士号は身分の上の者に対するなど特別の場合にのみ使用していたようです。この禁中茶会以前は抛筌齋（ほうせんさい）という齋号をおもに使っていたようです。筌（ふせご）は魚を捕らえる漁具の意で、抛筌とは手段や方便を捨てて何物にもとらわれない自由な境地を意味しています。ちなみに利休の師匠紹鷗は大黒庵、宗及は更幽齋、宗久は昨夢齋を用いていました。

このような経過と内容で利休という名をいただき天下一の茶人の歴史が始まったのです。この内容は「村井康彦」先生の書物を参考にしていますが、先生は多くの文献を精読してさらに確実な利休の生涯を研究しています。その文献は秀吉や当時の大徳寺の禅師様や当時の茶人などの手紙なども読み込んでおり、研究の緻密さは驚嘆するばかりです。また手紙文などが残っており歴史が次第に解明されてゆくというところにも大きな驚きがありました。日本の根幹にかかわるような歴史の中で茶道が発展してきたのがわかります。それと同時に日本が培ってきた茶道の文化を次世代に伝えるというやくめの重大さにも気付かされました。

茶事 茶事という言葉をご存知でしょうか。茶道の稽古を何のためにしているかという、茶事を行うため、ということが出来ます。客を招き、会席料理を差し上げ、濃茶と薄茶を差し上げるという4時間あまりの客との一期一会のひと時を茶事といいます。待合をつくり、庭を整え掃除をし、茶室を整え掛け軸を掛け、花を飾り、会席料理を作り、作法に従ってその料理を出し、お酒をともに酌み交わし、菓子を出し、炭を炉につぎ、濃茶や薄茶を点て飲んでいただく。この一連の流れを作法に従って進めてゆくの茶事です。普段は割り稽古といって、この一連の作法を自然の流れの中で



執り行うために一つ一つの作法を稽古し覚えこんでいるのです。お膳は左手前がご飯、右手前が味噌汁、奥が向う付け（鯛の昆布しめ）、鉢の中は煮物、その他煮物碗、焼き魚、和え物、酒の肴としての海山の珍味など10品ほどの料理を順番と作法に従って出します。客のほうも作法を知



っていないとそれを受け、取り回し、食べ、片付けることができませんので、客になるにも稽古が必要となります。

また道具も特殊なもので父の時代に、どんな形式の茶事もできるように道具をそろえてあるので、道具の使い方も勉強しなくてはなりません。また父と母で会席料理の方法を研究してあり、私の妻もそれを継承し、煮干・昆布・しいたけからのだしのとりに方を身につけることが

できましたので、母の代から引継ぎ、初めて私たちの力だけで執り行うことができました。

今まで茶の稽古といっても、茶事を行うことができなかったので、自信がないような中途半端な茶道でしたが、やっと茶道の入り口にたどり着いた感じがします。最近では日本文化や、伝統が時代の急変の中で継承者が減ってきています。大切なのは皆さんも知っていると思いますが、なかなか自分がその場に立つことは難しくなっています。檀信徒の皆さんや近隣の茶道の先生



をお招きして、少しでも日本の文化に触れていただけるような機会を作りたいと思っています。それにしても勉強することがいっぱい！！気が抜けません。

ご葬儀法事はお寺を使ってください

昨年「もしものときのお役だちマニュアル」という小冊子を出して、皆様に争議の時の対応の仕方をお伝えしました。葬儀会館を持つ業者のように、夏冬いつも快適という訳にはいきませんが、お通夜で宿泊も快適という訳にはいきませんが、だんだん檀信徒の皆様に御寺を使っただけできるようになってきました。皆様の寄付でできた寺ですので、使用量はとりませんから、経費的にはかなり業者さんより低い金額でご利用いただけます。費用の比較をしてみました。病院からご遺体を引き取り、行政の手続きをし、お通夜、葬儀のお返しの品や料理に掛かる費用は、ある業者は葬儀にお参りする人数×2万～25万円、つまり100人の参りがあると200～250万円かかるようです。お寺では人数×1万円前後、つまり100万円前後になります。(50人以下に人数が少なくなると祭壇などの固定費があるため比例して経費が下がりません)積立金があるといっても、十分おつりが出るほどの費用の差になります。檀信徒の皆さんに費用の心配をなるべく掛けずに法要を行っていただくためにも、お寺を使うことをお勧めします。

また、これらの費用とは別の、寺へのお礼ですが**私が一人で葬儀をする場合は30万円前後。導師が私一人で補佐役のお坊さん3人(1仏3伴僧)の場合50万円。導師が私を含め3人で補佐役のお坊さん3人(3仏3伴僧)では70万円が目処になります。**枕経、お通夜、葬儀、などすべて含めての金額です。しかしお寺へのお礼ですので、この金額でなければ葬儀はしませんという金額ではありません。宗教行為に関しては定価をつけることができません。もしそうしたら営利目的となってしまいますので、お寺の目的からは外れてしまいます。これを目処に皆さんの都合で決めていただければ結構です。また法事のお礼は皆様のお礼の平均をすると、3万～5万円くらいになります。これもまた目処ですので皆様のご都合で結構です。

それより、皆様の心の痛みを和らげることができる儀式を、それにふさわしい場所で行えることを最優先と考えますので、わからない事などありましたらどんどんお寺に問い合わせください。皆様の思いに寄り添えるよう私も勉強して参ります。

住職の活動

カンボジア研修会 外国

の援助をする団体をNGOと通称で呼んでいます。私が常務理事を務めていますSVA（シャンティー国際ボランティア会）もその一つで、日本国内では3本の指に入ると言われるNGOにまで育ってきました。しかし近年の世界的な経済不況や政治情勢の悪化により、NGOの運営は多難を極めています。募金が減ったり、国連組織から出ていた予算が削られたりして、今までの経営では立ち行かなくなってきました。日本でも公益法人化により、会計の整備をし、膨大な書類を提出しなくてはなりません。また外務省から一括で出ていた予算も、ジャイカを通しての支出になったりと大幅にシステムが変わってきました。



そこでSVAも総務や会計を、タイ・ラオス・カンボジア・アフガニスタン・ビルマとそれぞれに独自のシステムで行っていたものを共通化して、精度を上げて省力化して、経費を削減したり、組織の風通しを良くする必要に迫られています。そこで今年は全部の国々の担当者を集め研修会を開いたのです。総務は労働条件、賃金、指示の伝達系統などを、各国の状況を踏まえながら統一化を図り、会計は会計を閉める日時、現金の処理、伝票、会計ソフトなどをなるべく統一して、東京本部で機能的に取りまとめられるように改善を図ります。スタッフがそれに対応できるよう講習もします。



共通の言語は英語ですが、それぞれの職員はお国独自の英語の話し方があります。アフガンスタッフ曰く「カンボジアのスタッフは、あ、という音を違う音で出すし、子音も聴いたことがない音でわからない」。カンボジアのスタッフは「カンボジア語は世界中の音を全部持っていて、どんな発音もできる」。私は日本人で母音も子音ももとも数が少ない言語の一つだから、聞き取れない音がたくさんある。それぞれのスタッフが四苦八苦。

しかし、SVAのモットーは「共に学び、共に生きる」。相手を理解し始めて相手の立場に立った救援ができるのですから、スタッフたちの我慢強さもたいしたもの。スタッフの宗教は仏教、キリスト教、イスラム教。世界では戦争になってしまうが、SVAでは研修後の食事はお酒を囲んで益々お互いの理解度が深まってゆきます。民族や宗教を超えて繋がりが益々深まる組織もあるんだってということ判っていただけたらうれしいです。分かり合える秘訣があるんです。

俊浩本山奮闘記

俊浩は本山修行5年となり、現在堂行長となりました。本堂での法要を仕切るのが副悦（ふくえつ）供真（くしん）堂行長（どうあんちょう）の三人ですから、責任重大なポジションとすることができます。

左の写真は前のコラムにも書きましたが、私の焼香師の法要のもので、右側で経本を掲げているのが俊浩です。私と、父の袈裟と衣、俊浩の維那（いのう、お経を唱える係り）と全久院3代で本山の本堂でのお勤めをすることができました。

堂行長とは堂行寮の長ですので、10人ほどの寮員をまとめ、法要でのお経を唱える部門を仕切ります。お経の先導、鐘や木魚を鳴らす、導師

を法要の場に先導するなどが仕事です。また修行僧全般の管理もしますので、休みの手続きなどもする重要な部署です。また維那という役は100人ほどの修行僧の先頭に立ってお経を引っ張ります。維那との呼吸が合わなければお経が台無しになってしまいます。父はよく「お経は耳で読め」といっていました。周りの僧侶たちのお経の音を聞きながら、音の高さ、間合い、リズム



を調整します。自分勝手では皆がついてきません。最高のハーモニーが生まれた時参拝の皆さんも、心が落ち着いてお参りできるのです。言い過ぎでしょうが、俊浩の積み上げた修行が本山のお経を左右している、と親ばかの私に言わせてください。右の写真は焼香師の控え室で写しましたが、俊浩の顔が大分しっかりした顔になってきました。親以上？ですか？

また、この役につくと二期（一期は約3ヶ月）は最低勤めることとなりますので、俊浩の本山修行はまだまだ続きます。

大黒コーナー

全久院歌の会 スタート

夏の配り物でお知らせしましたが、大黒が「全久院歌の会」をスタートさせました。法事などで皆さんから様々な意見を聞きますが、その中で一番多いのが「お寺は敷居が高くて」ということです。気楽に皆様が立ち寄っていただけるようにと、いろいろな催しをしていますが、「奥さんがあれだけ歌うのだから、私たちにコーラスを教えてほしい」と要望が増えてきました。

そこで腹式呼吸を練習をし、高い音や、安定した音質、響きのある声を出せるようなレッスンをを行います。そして、童謡唱歌・昔懐かしい歌謡曲・ラジオ歌謡・名曲などを練習し、合唱にも挑戦してゆきたいと思います。昨日配った楽譜は「浜辺の歌」「バラが咲いた」「学生時代」「四季の歌」「埴生の宿」「あの町この町」「赤とんぼ」「まごころに生きる」「津軽のふるさと」「ローレライ」などを綴りました。いかがですか？皆さんの好きな歌ありませんか。練習しながら皆さんの要望を聞き曲を増やして行きます。

練習日は1月のみ第3水曜日で、2月からは第1水曜日です。





時間は10時から12時までで、途中休憩を取ります。会費は1000円で、楽譜代とお茶代に当てます。

大きな声を出してストレスを発散して、深呼吸を繰り返して体内の血流を良くして健康を増進します。また趣味を同じくするもの同士の関係も広まって、友達作りにもなります。檀家さんだけの会ではありませんので、ぜひお友達を誘ってご参加ください。お待ちしております。

掲示板 (皆様のご参加お待ちしております)

・ ・ ・ 檀 信 徒 護 持 会 新 年 総 会 ・ ・ ・

1月21日(土)4時より全久院で開催します。全久院の催しに参加していただいている方々など、より多くの方に参加していただきたく企画しています。茶道部の皆さまの協力により、3時より茶室にて薄茶を差し上げます。お正月の新たまった飾りつけの中、日常とは少し違った雰囲気味わい、檀家の皆様にも堅苦しくなくお茶に触れていただこう思います。4時より本堂にてお参り、その後座禅会の皆様と5分間座禅、4時15分より護持会総会、4時半より懇親会となります。総会は皆さまから頂戴している護持会費の会計報告など承認いただき、懇親会ではご詠歌の皆さんと観音講の方によるご詠歌の奉詠を数曲お願いします。また南こうせつさん作詞作曲の「まごころに生きる」を皆さんで合唱します。次に観音講の皆さんで歌っている唱歌を何曲か、みなさんにも歌詞を配り合唱していただこうと思います。一年の初めを皆さま心豊かに過ごし、良い年であるよう祈念したいと思います。総代様のお顔を覚えていただいたり、人柄に触れていただき、全久院のことをいろいろ語り合いたく思います。皆様の参加お待ちしております。参加希望の方は1月18日(水)までに電話でご連絡ください。



・ ・ ・ 青山俊董師特別講演会 ・ ・ ・

1月29日(日)3時から6時まで
参加費500円

座禅会主催により、座禅会で勉強している「従容録」をもとにお話しをいただきます。曹洞宗では「従容録」は坐禅のテキストに当たります。お釈迦さまや達磨さまや、中国の歴史上有名な老師さま方がどのように悟りを開かれたか、お弟子さま方とどんな禅問答をされたかが解説されており、修行の手助けとなる書物です。難しいお話と思われそうですが、青山師の体験談などを交え分かりやすくお話いただきます。また私たちの生き方にも多くの示唆をいただけます。お話しを聞きたいという方は檀家さま以外の方でもご自由に参加できますので、お誘いあわせておいでください。



．．． 座 禅 会 ．．．

1月29日(日) 3時より青山俊董師講演会・3月17日(土)・4月21日(土)・5月19日(土)・6月23日(土)・7月28日(土)・9月1日(土)お粥と精進料理・以上が上半期の日程です。毎回夕方4時集合4時40分まで青山俊董師の市民タイムスのコラム「従容録」を住職が解説し、5時45分頃まで座禅、6時まで茶話会という予定で行います。9月1日はお粥と精進料理を体験していただきます。座禅を経験していただきながら、混迷する現代、自分を見失ってしまいそうな日々を、もう一度自分の時間を取り戻して、ものの見方や生き方をじっくり考えてみるのが是非必要と思います。そんな時間に身をおいてみませんか。会費は1000円で資料代、お茶代と青山先生の講演費に当てます。

．．． ご 詠 歌 会 ．．．

1月11日(水)・2月9日(木)・3月8日(木)・4月12日(木) 1時半より・5月10日(木)・6月14日(木)・7月19日(木)・9月13日(木)
午前11時より12時半まで、白板 東昌寺副住職 飯島恵道師にご指導いただきます。ご詠歌の検定を受けたり、ご詠歌の全国大会や全久院のお盆法要、新年会、和合会の花祭りなどに参加したりお楽しみもいろいろあります。上記の日に突然来ていただいても結構です。一緒にいかがですか。会費は2000円で先生へのお礼とします。

．．． 観 音 講 ．．．

毎月17日10時から12時半まで行います。10時から観音様にお勤め、10時20分からご詠歌、10時50分から大黒の指導で唱歌の合唱、11時20分より大黒手作りの野菜中心の食事という日程です。現在15人ほどの参加者があります。気寄りが良く60代から90代の方が元気に集まって来ます。気楽な会ですのでぜひご参加ください。食費が500円です。

．．． 全 久 院 歌 の 会 ．．．

1月18日(水)・2月1日(水)・3月7日(水)・4月4日(水)・5月2日(水)・6月6日(水)・7月4日(水)・8月1日(水)・9月5日(水) 10時～12時、会費1000円です。
詳しい内容は10ページの説明をご覧ください。ご参加お待ちしております。