

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。本年も除夜の鐘から新年が始まりました。青山俊董師によりますと、除夜というのは夜を除くと書き、夜は道理に暗い、道理が分からないという闇を言います。私たちは道理に暗く、道理に外れた生きざましかできず、自ら招く苦しみの中で私たちはもがき苦しんでいます。その苦しみを打ち砕くために、煩惱を払うために除夜の鐘を撞くと考えてしまいますが、実は、苦しみを手がかりにして、仏の門を開き、自らの手で烦恼を解決して行くのが本来の生き方である、ということ気付かしていただくのが除夜の鐘とのことです。ですから百八の煩惱を鐘を撞いて払うのではなく、自分の前向きな力で煩惱を法門の輝きに変える自分を取り戻すことが除夜の鐘ということになります。またお釈迦さまは煩惱の数、迷いの数だけ教えを説かれた、と言われていています。梵鐘の梵は静寂とか清浄という意味ですから、梵鐘は仏さまの慈悲のお声をお伝えするという意味になります。ですから梵鐘を撞く時は暖かくやわらかい慈悲の心で撞くもので、百八つの煩惱を打ちのめす撞き方であってはなりません。迷いや煩惱の苦しみに導かれて、正しい教えに会い、正しい師に出会い、その光に導かれて、仏さまの光明に照らされることで悟りに至ります。こんな新たな心で新年のスタートにしたいと思います。

**境内散歩 -十一面観音さま-**

全久院の本堂の本尊様の左に厨子があり、そこに十一面観音さまが奉られています。観音様は紀元前ころ大乘仏教運動の始まりと同時に、人々の苦悩を救う菩薩（菩薩とは悟りを求めて修行する、仏と人間を繋ぐ存在）として出現しました。インドの言葉ではアヴァロキテーシュバラ（アヴァローキタは観られた、イーシュヴァラは主人・本源的存在・自在の意）といます。中国では6世紀玄奘三蔵が般若心経を翻訳し「観自在」としたのですが、4世紀に鳩摩羅什が「観音菩薩」と訳し、こちらのほうが世に受け入れられ現在に至っています。観音像の起源は古代イランのゾロアスター教豊





饒の水の女神といわれる為か、水瓶と生産と豊饒のシンボル・蓮華を手にしてしています。観音さまのお経は妙法蓮華経の第25品「観音菩薩普門品」です。檀家の皆さまにも法事の度にお唱え頂いています。33の応身に身を変え、普門つまり、あらゆる方向を向いて（門は顔の意）人々を苦悩から救済してくださる観音さまを称えています。全久院の観音さまは松本観音霊場の6番です。33応身の6番目は自在天（玄奘三蔵の訳した、本源的存在・観自在）身に当たります。紅蓮華を持ち乳白色のお顔が自在天の特徴です。日本では平安時代六道輪廻の苦しみを救う六観音信仰が始まり、十一面・千手・如意輪・馬頭・准胝・聖観音の信仰が広まりましたが、全久院の観音さまはそのうちの十一面観音さまです。11の顔を持ち人々の苦悩を見つけ出し救済して下さいます。しかし、本当の救済は私たち自身が十一面の顔を持ち、今抱えている自分や家庭や社会の問題に対して様々な観点からその原因を考え、解決の道を歩むことにあると思います。私たちへの励ましが、観音さまの真意なのです。

「いらの会」活動本格化

りらの会の
事務所は浅

間温泉の鳥居プロパン店の2階に在ります。この写真は昨年10月に開催された「本郷地区文化祭」に参加した模様です。「家族や地域の絆が希薄になり、ちょっとした気遣いやお手伝いでもっと潤いのある過ごし易い社会になるのに・・・」という思いで、家事手伝いや買い物などのお手伝いをさせていただいて



います。松本市でも高齢化や、核家族かが進み、ご高齢の方が一人暮らしをするケースが増えているのを法事をするたびに感じます。仏教のお寺が何かお手伝いできないかなと考えていましたが、私一人では、お寺一ヶ寺では何もできません。この会の会員のように少しでも社会がよくなるようなお手伝いをしたいという心を持つ人を組織できないかな、という思いが様々な人たちとの出会いの中で実現できたのです。

全久院にとっては葬儀や法事の手伝いをさせていただいています。日本の伝統を自分の力で次の世代に伝えていかないと益々殺伐とした社会になってしまいます。単なる儀式と思われるかもしれませんが、仏壇の前で手を合わせる、法事を家で行うなどの自分のできる身近なことが今見直さなくてはならないことと思います。

昨年は10程の葬儀を寺で行いました。お手伝いのおかげで徐々に寺での葬儀や法事が増えてきました。自分の手で行うことで、親をおくる。それを経験する子供たち

が自分を送る。それが家を支えて行く。そして地域や社会を支えてゆくと繋がってゆきます。どんどんお寺を使ってください、お願いいたします。

全久院の催しもの

全久院には長い歴史の中、地域社会との繋がりによりいくつかの催し物があります。今回魚鳥類供養祭を紹介します。

稲荷堂前に松本調理師会の魚鳥類供養塔と包丁塚があります。松本調理師会は松本市近郊の調理師さんで組織された会です。皆さんもご存知の料理屋さんの調理師の皆さんが参加しておられます。この会が昭和28年より毎年7月上旬に供養祭を行っています。魚鳥類の命への報恩、使い慣れた包丁供養、夏に向けての食の安全を祈願します。供養等の前で読経し、女鳥羽側に魚類を放ち放生の供養をして、懇親会をします。松本調理師会は浅間温泉や岐阜県高山市の調理師会とも深い関係があり、招待し、全久院の庫裏で調理師さんたちの手作りの料理をいただき、お酒をかたむけます。最近では工場調理されたものを解凍して安い値段で出すチェーン店が増えています。インスタントの味ではなく、調理師さんが厳しい修行で習得した手作りの味を大切にしてもらいたい、というメッセージをいただきました。松本市でも老舗といわれる料理屋が何軒か店を閉めました。松本の調理師さんが受け継いできた松本の伝統や味を大切にしよう、味を作る人も味わう人も考えなくてはいけないと思います。



全久院の集い

ご詠歌 10月16日(月)長野県松本文化会館にて長野県大会が開催されました。全久院梅花講も参加させていただき、「御授戒御和讃」をお唱えしました。初めての参加でしたが、このご詠歌は大変難しく、指導していただいている東昌寺副住職、飯島恵道さんのお力で何とか唱えきることができました。現在7人で稽古していますが、皆さんも一緒に稽古してみませんか。また毎年開催される全国大会が各地で開かれ、私たちも参加します。全国の曹洞宗の信者さんがご詠歌を通じて交流します。様々な地方から集まる皆さんとすばらしいひと時を味わうことができ、また普通の観光旅行とは違った経験ができます。今年は埼玉県の大さいたまアリーナで開催されます。鎌倉観光、越後湯沢温泉などを巡ります。どんな大会になるか、また報告させていただきます。



座禅会 座禅会では座禅を組む前に30分ほど話をします。青山俊董師が市民タイムスのコラムに掲載している「従容録」のお話を、私なりに解説しています。今回解説

した中に臨済宗の開祖臨済大師がどのように悟りを開いたかの教えがありましたので紹介します。

大師は黄檗宗を開いた黄檗大師の下で修行をしていましたが、教えを請うたびに警策で打ち据えられます。教えをいただかず、ただ打たれるだけなのに嫌気がさし、黄檗を離れ大愚大師に就きました。大愚様は臨済が警策で打ち据えられたことを聞くと「黄檗は汝のために親切に叩いてくれた」と言い、それを聞き臨済様は悟りを開かれたとのことです。叩かれたことを恨むだけで、叩かれたことの本質を見抜けなかった自分に気が付いたのです。叩かれて痛みを感じる自分自身が仏であることに気付かされ、悟りを開いたのです。仏さまは自分の中にあるのに、外にばかり悟りを求めようとする臨済様に黄檗様はお前が仏だ、お前が仏だと警策で示してくれていたのです。それにハット気が付いたのです。

禅宗が受け継いできた語録を紐解きながら、様々なものの見方、生き方に気付かせていただく学びを続けて行きたいと思います。

観音講 観音講では観音様への読経、ご詠歌、唱歌の合唱、精進料理と盛り沢山の活動をしています。今回新しい試みとして、観音様の塗り絵に挑戦してみました。観音様の輪郭が描かれた白紙に、色鉛筆で自分の好きな色を重ねて観音様を彩ります。30分ほどで皆さんそれぞれの観音様が出来上がりました。無心に色を塗りながら座禅のような静かな心に浸ることができました。



護寺会より 教区研修会が昨年9月5日大松寺で開催され、また宗務所研修会が11月2日菟輪町嶺頭院で開催されました。(右の写真) 縣、宮下、銭坂、務台、永井、備前総代に出席いただきました。各寺院の総代様が集まり、研修を行います。本山から派遣された布教師様のお話に、総持寺を開かれた蛭山禅師が悟りを開かれた「黒漆の崑崙、夜裏に走る」のお言葉の解説がありました。「真っ黒な玉が夜の闇を突っ切る」との言葉です。両方真っ暗ですから境目がありません。私とあなた、私と悟り。私と大自然の境目がない心境とこう生きるという気迫をこめた言葉です。こんな生き方をしたいという言葉を受けました。



次に今年の新年会ですが、従来の進行に加え、新企画として茶室での抹茶の接待、ご詠歌の奉詠、観音講員による唱歌の合掌などを行います。全久院に集う方々皆さんが交流できる催しにしたいと思います。ぜひ皆様も参加していただけたらと思います。

仏教ミニ知識

．．． いろは歌にまつわる話 ．．．

仏教の古典に「雪山(せっさん)童子」という物語があります。お釈迦様が前生の菩薩時代、雪山(ヒマラヤ)で修行していた時の話から、いろは歌が生まれたといわれています。

一人の修行者が雪山で修行していました。するとどこからともなく「諸行は無常なり、これ生滅の法なり」との声が響いてきました。この言葉を弘法大師は「いろは句えど散りぬを、わが世たれそ常ならん」と訳したと言われています。美しく咲き匂う花もやがて散ってゆくように、私たちの命も地上の一切のものも、一刻としてとどまることなく変化し続けている。これがこの世の真理というものだという仏教の根本原理「四法印」をあらわしています。「諸行無常」「諸法無我」「一切行苦」「涅槃寂靜」がそれです。この「諸行無常」を説いたものです。

話を元に戻して、修行者があたりを見回すと鬼の姿の羅刹(らせつ)が立っていました。修行者は「今の言葉はすばらしい。しかしこの天地はどうなっているかという真理は説かれているが、どう生きたらよいかという、後の半分が説かれていない。あとの教えを聞かせて欲しい」と懇願しました。すると羅刹は「腹が減った、生きた人間の血と肉が食べたい」と言います。修行者は「あとの一句さえ聞かせていただければ喜んで身をささげます」と答えました。すると羅刹は「生滅を滅し終わって、寂滅を樂となす」と唱えました。これが「有為の奥山今日こえて、浅き夢見じ酔いもせず」となりました。

修行者は後の人に残すため石や木の幹にこの四句を書きつけ、羅刹の口に身を投げました。すると羅刹は仏法護持の神帝釈天と変わり、空中に修行者を受けとめ礼拝し、あなたは必ず成仏して世の人を救済すると、予言したという物語です。

この物語は仏教の中でも有名な偈「無常偈」となっています。「諸行無常 是生滅法 生滅滅已 寂滅為樂」{諸行は常に無常であり、生と滅の法あるものであり、生じ已って(おわって)滅する。諸行の寂滅は樂である}ここに仏教の最高の教えがあります。真実の教えや人に会うためには命をもいとわない生き方を説き、名誉や財産や色香に酔いしれることを「有為の奥山」にさ迷うことにたとえ、そのはかなさに目覚め真実に目覚めることを説いています。こんな生き方を知識だけでなく、自分の生き方にしたいものです。

いろは歌は字を覚えてたての子供でも口にすることはできますが、それを自分の生き方にすることは大変難しい、そんな歌です。

子供座禅会

昨年6月24日(土)25日(日)

の2日間、松本市内の小学

生40人を集め子供座禅絵が全久院で開かれました。松本旧市内の曹洞宗寺院の奥様たちが主催しての行事です。どうぞこの写真をご覧ください。背筋をすつと伸ばして、すばらしい姿勢で座禅をしています。子



供たちを取り巻く環境が悪化している、子供も様々な事件を起こすといわれていますが、もともとすばらしいものを内に秘めているのに、それに気づき、伸ばす機会を見つけられずにいるだけだと思います。私たち大人がその場をどこかに置き忘れてきてしまったから子供たちに大切なことを伝えていないだけだと強く感じました。

また茶室にて実際茶を点てもらいました。自分で茶筌を使い、茶を点て、自分で点てた茶を飲みました。「思ったより苦くない」「茶道って堅苦しいものじゃないね」「うまく茶筌を振れない」など様々な感想が寄せられました。

子供たちが主役であり、子供たちがもともと持っているものを上手に引き出すのが大人の責任であるのに、忙しさに負けてそれを忘れていたことに反省させられた座禅会でした。



茶道コーナー

茶事が茶道の最高峰で、茶事ができるように習い事が組み立てられているというのが茶道です。茶事というのはお客様をお迎えし、懐石料理を出し、お酒を出し、続いて濃茶や薄茶を出す4時間の時間の共有のことを言います。知識では知っていたことですが実際の稽古

をしたことがなかったため、11月恒例の茶会をやめ茶事

をすることにしました。挨拶の仕方、準備、控え室の準備、料理の出し方、器の扱い方、お酒の出し方など習得しなければならない多くのことを、9月から稽古してきました。中でも「千鳥の作法」にはかなりの時間がかかりました。右の写真のように、八寸の盆の上に山海の珍味2種類を盛り、酒を入れた銚子を一緒に持ち出し、珍味を客にとりわけながら、銚子の酒を注しつ注されつし、杯を行ったり来たりさせます。酔った時の千鳥足はここから来ているといわれます。茶道が日本文化の粋と言われるのもこの茶事があるからだ実感し、茶道の奥深さに触れた一日でした。



城茶会

毎年10月の体育の日に松本城で、市内で活動する6流派により茶会が開催されています。全久院が所属する表千家、その他裏千家、江戸千家、大日本茶道学会、宗徧流、雲伝心道流の各流派が松本城内でそれぞれ茶席を設けます。全久院は今年表流の担当で、私も後見の役を務め、あまり堅苦しくならないように茶道の話をしました。

長生会講習会 表千家は三つの家で支えられています。千家は家元の家で、現在の家元は利休様より数え14代目となります。また久田家は千家と姻戚関係があり両家で千家の血統を支えています。三つ目が堀内家です。家元の点前の指南役を勤め、当主は宗完（そうかん）の名を継承しています。宗完宗匠を慕い全国組織として「長生会」を組織しています。

全久院も長生会に加わり、宗完宗匠においでいただき毎年稽古していただいています。濃茶を点てる時は茶筌を秒速2センチで進める、と教えていただきました。濃茶はただ抹茶がお湯の粒子の中に混ざりこむのではなく、このスピードでお湯を動かすと化学反応が起きて茶と水が一体になる。その時に本当の味がでるとの教えです。上の写真は濃茶の練り方の見本を示していただいているところです。



住職の活動

昨年はあちこちで話をした一年でした。話をするたびに本を読まないともまとまったことが言えないので本を読む量も増えました。若い頃読みっぱなしにしていた本が、この年になってやっと理解できるようになったと感じています。

無量寺法要解説 塩尻無量寺の青山俊董師は東堂の妹弟子（先々代の俊機師の弟子）で、昨年1月4日に本堂の落慶式、梵鐘の撞き初め式、退董式（無量寺の住職を引退する式）を行いました。私は法要解説の役を頂戴しました。本堂、梵鐘、半生について青山師にどんな思いがあったのか、参詣の皆様にご伝えたく、師の著作を十数冊読み、まとめて話をしました。その一部を全久院報の本号に掲載させていただきました。師の著書をこれほど精密に読ましていただいたことがありませんでしたが、師は日本では最高の厳しい生き方をされている仏道の師と、改めて感じました。いつか師の半生を本報に掲載させていただこうと思います。



東京都青松寺講師 道元禅師の正法眼蔵を修行する「眼蔵会（げんぞうえ）」といえは青松寺といわれる、日本でも有数の参学の寺です。現在は東京工業大学、文化人類学上田紀行助教授（右写真の左から2人目、3人目は青松寺住職）を世話人にして、現代の問題に仏教がどう答えられるかをテーマに仏教ルネッサンス塾を毎月開講しています。その塾に昨年6月17日、寺と地域とボランティアとの題でSVA（シャンティ



一ボランティア会) やりらの会の話をしてきました。東京のような都会では人と人の繋がりが希薄になり、家庭や地域が崩壊し様々な問題が噴出しています。人々の繋がりが残っている私たちにとってなんでもないことが都会の人にとっては驚きであり、新鮮であり、羨望の的です。逆に言うと、人の繋がりが希薄になりつつある私たちにとっては、今起こっている都会の問題が近い将来私たちの身の回りに起こるのです。私たちはそれを覚悟しておかなくてはなりません。人の前で話をする時、自分のことや自分の地域の事がよく見えるようになり、自分が一番勉強になると感じています。

長野県高校生ボランティア研究集会講師 長野県社会福祉協議会主催で毎年開かれる研究集会に分科会講師として、「絵本を世界へ届けよう」という題で講演をし、アジアのことに関心を持ってもらうために「アジアビンゴ」をして、カンボジアへ送る絵本を作ってもらいました。

鎌田小学校にて講演 鎌田小学校は以前から学校事業としてアジアの国への支援を取り上げて来ました。アフガニスタンのSVAスタッフ、ワヒドさんとの交流を昨年に行いました。交流に先立ってアフガニスタンの状況を理解するための講演をしました。右の写真はアフガンの民族衣装を紹介しているのですが、



日々の生活、社会状況、教育、政治、宗教、国際状況など多くの質問がありました。外国の事を話していつも感じることは、日本の子供は外国の事と日本とを比較して、今の日本の事を考えているということです。外国の子供は厳しい状況の中でもたくましく、生き生きとしているのに、豊かであるはずの日本にいる自分たちが彼らより輝いていないのはなぜかを感じ、考えています。外国の事を聞くことで、自分や地域や日本を見つめ直すきっかけとしています。

本堂にイスが入りました 昨年この紙面でイスの寄付をお願いしましたところ、早速9名の方からお申し込みをいただき、70脚本堂にそろいました。当初1脚3万円で大きめで背もたれのあるイスを考えていましたが、座り良さ、外観、扱いやすさ、仕舞うスペースを考え、写真のイスに決定しました。1脚7500円



です。3万円で4脚購入できます。ご寄付いただいた方は、青柳守孝様、一色卓様、田口雄一郎様、長澤璋八様、藤田裕通様、丸山英二郎様、丸山公平様、松井忠光様、望月正夫様、山田祝栄様です。またこの他にも9名の方から現在もお申し出頂いています。今年3月までには150人分がそろいます。

法事や葬儀はぜひ全久院で! お寺の葬儀や法事にはほとんどの皆さんはイスに坐って

いただけるようになります。昨年も葬儀はお寺でという檀家様が増え、総数の4分の1をお寺で行いました。葬儀会館とは違った雰囲気の中で、亡き人を家族や親戚や知人と心から送ることができます。費用も会館を使った場合の半分程度で済みます。車も50台は駐車できますし、葬儀に当たっての手続きをしてもらえる方を紹介しますので、手間も会館を使うのと変わらず一切合財任せることができます。ぜひお寺での法要を考えてください。

お盆の施食会

昨年の施食会はもっと多くの皆さんにお参りいただけるようにと、少々内容を変えてとり行いました。12時よりお弁当を出しますが、胡麻豆腐やあえ物など精進のものはお寺の手作りです。代々



全久院に伝わる味をと思っております。12時半からは寺の大黒と一緒に唱歌を歌いました。四季折々の



「早春賦」や「夏の思い出」など参詣のみなさんが口ずさむことのできる懐かしい歌を選びました。1時からのお話はSVAの大菅俊幸氏をお招きし「NGOに生きた仏教者」という題で2時まで講演をしていただきました。奈良東大寺大仏を再建した重源(ちょうげん)師から、SVAを創設した有馬実成師までの僧侶の背景を分析し、大菅氏は「別所」に注目しています。別所とは様々な情報や技術を持つ人々の集まる場所で、重源は別所に大仏を作る技術や情報を持つ人々を集め、再建を果たしたのです。現代にこの別所をどう生かせるのでしょうか。私たちが積極的に社会に関わるためには、社会や人に必要な情報や技術を集積する「別所」を、私たち自分自身の心の中に持つことが大切ではないでしょうか。心の別所を持つ人が次々と繋がって、生き生きとした社会を再生することがこれからの仏教者の使命だと結びました。

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 ・・・

例年通り 1月20日(土) 4時より全久院で開催します。今年は全久院の催しに参加していただいている方々に集まっていただき、より多くの方に参加していただこうと思います。4時より茶室にて薄茶を差し上げます。檀家の皆様にも堅苦しくなくお茶の雰囲気に触れていただこうと思います。4時半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45分より護持会総会、5時より懇親会となります。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2曲お願いします。1曲は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2曲、みなさんにも歌詞を配り合唱してもらいます。楽し

く心豊かになる企画がありましたらぜひお聞かせください。皆様の参加お待ちしております。参加希望の方は1月17日（水）までに電話でご連絡ください。

．．． 座禅会 ．．．

1月28日(日)・2月24日(土)・3月17日(土)・4月24日(土)・5月12日(土)・6月16日(土)・7月7日(土)・8月25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。8月25日はお粥と精進料理を経験していただきます。座禅を経験していただくだけでなく、ものの見方や生き方を豊かにすることができますと思います。ぜひご参加ください。

．．． ご詠歌会 ．．．

1月25日(木)・2月22日(木)・3月8日(木)・4月19日(木)1時より・5月10日(木)ご詠歌検定・6月21日(木)・7月19日(木)・8月23日(木)・

午前10時より11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。今年はさいたまアリーナでの全国大会に5月15（火）～18日（木）参加します。鎌倉散策、品川プリンスホテルや越後湯沢温泉に泊まります。一緒にいかがですか。

．．． 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。気よりも良く60代から90代の方が元気に集まってきます。気楽な会ですのでぜひご参加ください。

お知らせ

☆ イスの寄付をお願いします 本誌にも記事を書きましたが、3万円1口で右のイス4脚の寄付を何口でも結構ですのでお願いいたします。現在120脚分の寄付をお寄せいただいています。もう80脚で合計200脚となりますのでよろしくお願いいたします。ご協力いただける方ははがきや電話にてお申し出ください。よろしくお願いいたします。



☆ 開山堂の位牌調査をしています 開山堂の位牌の位置を表示したいと思います。お名前を確認したいと思いますので、堂内の調査表にお名前などご記入ください。