

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

昨年中は大変お世話になりました。本年もよろしくお願いいたします。昨年を振り返ると、表千家の全国大会を松本と諏訪に会場を設えて、1000人ほどのお客様を全国からお迎えした行事に終了した一年だったと思います。11月に最終の会計報告が終わり、何とか勤めを果たしました。父の代から引き継いだ表千家の茶というものが、おぼろげに感じられる入り口にやっと立てたかなと思います。どんな道でも奥が深く、その道を極めるなど到底できることはありません。一步一步、前と思われる方向に歩みを進めることに、一喜一憂している状態です。この写真は今年の初釜で茶を点てている副住職です。今年も一層皆様に親しんでいただける全久院を目指しますのでよろしくお願いいたします。



親しんでいただきたいという思いが強くなってきたのは、人と人の結びつきが急激に希薄になってきたのを実感するからです。日本の国民が代々守ってきた伝統や習慣、親戚や隣近所とのお付き合いが崩壊寸前というような気がします。寺の立場で見ると、最近よく「葬儀は家族葬をお願いします」といわれるようになり

ました。社会との付き合いが希薄になり、経済的にも苦しいから、「家族葬」という選択肢を選ぶ傾向ですが、「葬儀が終ってから亡くなったことを知った方が後から後からお参りに来て、家を空けることができなかった」、と檀家の皆さんから話を聞きます。まだまだ地方では人情が篤い。都会から流れてくる人間関係の崩壊は、まだまだ地方に蔓延していない。今、もう一度社会のあり方を見つめ直す時だと思います。お寺がその核になれるよう突き詰めてゆきたいと思います。

それから昨年は多くの自然災害が起こりました。2月の大雪、南木曾町の土砂災害、御嶽山の噴火、県北部の地震など、不安を掻き立てています。解決策をすぐに見つけることはできませんが、自然災害への対応も考え始めなければなりません。檀信徒の皆様から智慧をいただきながら今年一年を良い年にしたいと思います。

副所長に就任

曹洞宗の行政区として長野県には東北信の第一宗務所と中南信の第二宗務所があります。その第二宗務所の副所長に就任しました。先代が所長に就任した時



私は事務担当の書記を経験し、その後の宗務所では会計担当の庶務主事、次に松本市内の教区長

を務めた経験から、この役に推薦されたのだと思います。宗務所の所長は梓川の金松寺、教化担当の東光寺（穂高）、会計担当の放光寺（松本）など8人で構成されます。任期は4年で、行政に例えると曹洞宗における長野県庁のような役割を担います。またこの紙面にて曹洞宗の動きを報告いたします。

全久院の集い

坐禅会 ・ ・ 「維摩居士（ゆいまこじ）」 ・ ・

座禅会で勉強している「従容録」の四十八則をご紹介します。この章に出てくるのが維摩居士です。居士の名前は「維摩経」という經典の名前になるほどの方で、在家にもかかわらず、お釈迦様の弟子からもその知識や修行に太刀打ちできず恐れられた方です。

その維摩居士が病気にかかり、お釈迦様は弟子たちに見舞いに行かせようとしたが、誰もが尻込みをして行き手がない。最後に文殊菩薩がお釈迦様に代わり見舞いに行くことになった。この二人の会見がどうなるかと3000人の弟子たちが維摩居士の方丈（4畳半の自室）に詰め掛けたと、話が進みます。禅宗の寺の住職を「方丈様」と呼ぶのは直接名前を呼ぶのを遠慮して部屋の名前で呼ぶ禅宗の慣わしです。

この章の話の中に「釈尊は四弁八音」を具して説法をしたという句が出てきます。維摩居士の知識もそれを言い表す「四弁八音」の技を駆使したので「維摩経」としてまとめられたのだと思います。ではどんな技なのでしょう。まず「四弁」ですが

- 1、教えを熟知すること。
- 2、教えがどのように役立つかを知ること。
- 3、それを表現する言葉を熟知すること。
- 4、それを伝える相手に合わせ、相手の身になって説くこと。

「八音」は

- | | |
|----------------|-----------------------|
| 1、聞く人を引き込む妙なる音 | 2、やさしく穏やかな音 |
| 3、調和のある優雅な音 | 4、聞く人に智慧を体得させる音 |
| 5、畏敬の念を起こさせる音 | 6、聞く人に正しい見解を抱かせる音 |
| 7、深遠な道理を悟らせる音 | 8、聞く人を尽きることなく悟らせる明瞭な音 |

自分勝手に話すだけではなかなか相手に伝わりません。話す内容を徹底的に勉強し、相手の立場に立って語り掛けることが、話し方の極意と云うことでしょう。

観音講 ・ ・ ・ 奈川で蕎麦会 ・ ・ ・

毎年10月の観音講は近郊の半日旅行をします。本年は奈川村にて新そばを食べる会を企画しました。皆さんも奈川のそばを召し上がったことがあると思います。「とうじ蕎麦」が有名ですよね。私もそばが好きで、プロの方が打つ蕎麦と、田舎のおばちゃんが打つ蕎麦どっちもいいですね。今回は地鶏、マツタケ、山のやさいがたっぷり入った特性のつゆに、風味豊かな蕎麦をとうじて、熱々の蕎麦を口に放り込む醍醐味をたっぷり味わってきました。総勢15人でゆっくり食事した後、奈川の温泉で日ごろの疲れを取り、ゆったりとした半日を過ごして来ま



した。観音講の皆さんゆったりとした良い顔をしているでしょ。皆さんも是非お仲間になってくださいね。

ご詠歌 昨年はまず正月新年会でご詠歌部はスタートしました。「浄心」という曲は座禅の時にお唱えする曲で、座禅のシーンとした心持を続けるのにぴったりな落ち着いた曲です。しっかり稽古した出来栄を披露してもらいました。

またお盆の供養祭でも法要の前後にお唱えしていただきました。「心の闇を照らします・・・」の曲は皆さんも口ずさめるのではないのでしょうか。

今年は10月に第二宗務所の担当で、キッセイホールにてご詠歌の県大会が開催されました。こうして見ると毎月の稽古と、様々な催しへの参加で充実した時間を過ごせるのではないのでしょうか。古臭い、難しそうなどと言わず、是非お仲間になりませんか？



施食会 昨年もバザーを行いました。本堂北の稲荷堂で店を開いたのですが、多くの方に協力いただき10万円ほどの売り上げとなり、SVAを通して東日本の被災地支援に協力しました。

またいつもどおりお参りの皆さんは11時ころから三々五々集まり、12時よりの全久院手作り弁当を食していただきました。毎年同じ料理ですが、家族で前日から仕込み、朝9時頃から弁当箱に詰めてゆきます。以前業者さんをお願いしたこともありますが、やはりお寺の手作りにして欲しいとの声が多く、これからも手作りにこだわりたいと思います。1時から「全久院歌の会」に観音講の皆さんが加わり、日ごろの練習の成果を発表し、懐かしい唱歌や最近の心に残る歌を1時間ほど参加者全員で歌いました。



最後に2時から読経をし、皆様にお焼香をしていただきました。お経を引っ張る役を「維那」といいますが、副住職が勤め、本山仕込みの朗々としたとおる声で盛り上げてもらいました。全久院の催しのさまざまな会が集まって施食会ができるように益々頑張ります。少しずつですが、檀信徒の皆様の心が安らげる場を目指します。

茶道コーナー

全国大会の後日談

前号で掲載しましたように、今年は全国大会に始まり、全国大会に終わったという感があります。信州の自然を満喫し、おいしい水で点てた茶を堪能された方々が、是非自分たちの大会にも来て欲しいと誘いを受け、10月に開催された三重県の伊勢神宮大会に行ってきました。



神宮の拝殿で行われたお家元の献茶式では、一番前の席に座ることができ、じっくりとお家元のお点前奉仕をお参りすることができました。また各席を回ると、男性が少ないので、ほとんどの席で正客という一番先頭の位置に座る役を務めることになります。茶の作法や知識がないと勤まらない役であるし、まだ駆け出しの私にとってはみんなの鋭い視線にさらされる針の筵のような席ではありますが、これも最高の稽古をさせてもらっていると頭を切り替え、一層懸命勤めさせてもらいました。

長生会 講習会

以前にも説明しましたように、堀内家の当主は代々「宗完」を襲名します。その宗完宗匠に始めて全久院で稽古をしていただきました。今までは父が先代様と大変懇意に



させていただけにいましたので、ずっとお勤めいただいていたのですが、ご高齢になられたので今回から当代の宗匠に来ていただくことになりました。当代の宗完宗匠は毎年1月に栂池スキー場にいらっしゃり、一緒に滑らせていただいていたので、親しくお付き合いさせていただいております。

宗匠は京都大学で物理学を修めた方で、茶の教え方にも特徴があります。お湯を沸かすにも釜の特徴があり、釜の中でお湯の正しい対流が形成されるとおいしいお湯になるが、その対流が起こるための釜の基本的な形がある。また炉を切る時、炭と釜の正確な距離は1.5センチほどである。そのためには短い炭の長さは2寸5分、長い炭は5寸。お茶を点てる時はお茶の分子がお湯の分子に混じるのでは美味しいお茶にならない。茶筌の使い方次第で化学変化が起き、美味しい茶になる、など興味深い教えと説明をしてくださいます。文字にすると堅苦しく見えてしまいが、溢れるほどの知識をふんだんに贅沢に、私たちに「これでもか」と云うくらいに投げかけてくれます。しかも親しみやすい話し方ですので私たちもぐんぐん吸収することができます。前頁に掲載したお釈迦様の話し方そのものです。それにしてもこのような先生に教えていただくと、自分が何にもできないことを思い知らされます。きっとこれが稽古というものだと思います。



夜咄（よばなし）の茶事

毎年11月3日の文化の日にお茶会を行っています。今回は稽古の皆さんと夜咄の茶事をしました。この茶事は冬の夜長、炉をかこんで主客がゆったりと時間をかけて語り合い、暖かな懐石料理を賞味して、酒盃を交し合い、最後に濃茶と薄茶をいただく茶会です。本来でしたら冬至のころ夕方5時頃か

ら始めますがそれでは少々遅すぎますので、季節も早いのですが、稽古もかねて文化の日に行いました。

夕方の薄暗さをイメージして写真をご覧ください。まずは入り口で燭台を交換して客を迎えます。茶室では蠟燭や行灯を灯して光を取り、まずは炭をついで湯を沸かしながら、部屋の中も暖めます。それから懐石料理を出します。料理の作り方、盛り付け方、出し方、食べ方に作法があります。それを覚えるだ



けでも大変。

更に大変なのがお酒が出ます。お客様がもう結構ですと全員が言うまで亭主は盃を交換しながら飲み続けなければなりません。先代がなぜ茶を始めたか皆さんは分かりますか？そうです。公にお酒を頂戴することができるからです。（冗談ですが）盃を収めると、部屋の中の酒飯の残り香を一掃するために、一度退席していただいて、次に濃茶と薄茶を皆さんに飲んでいただき、茶事



は終わります。85才になった母も日ごろの稽古をしながら、元気にしております。席入りからお客様を送り出すまで4時間の時が流れます。作法を覚えこまないと茶事にお客様を呼ぶことができません。茶の稽古とありますが、この茶事を行うための作法を覚えるために毎日の稽古をしています。「おもてなし」という言葉が流行語をにぎわしましたが、「おもてなし」のため

の作法の覚えは並大抵ではありません。この大変さのために気軽に稽古に来てくださいと言えないジレンマを抱えています。でも自由自在にこの作法を駆使できるようになれば、その先にいろいろな物事が見えてくると思います。



法要の会場は是非お寺をお使いください

このコラムを掲載して数年になります。檀家の皆様にも次第に浸透してきて、寺での法事や葬儀が増えてきました。寺とホールの葬儀費用を比較してみますと、ホールを持つ業者の中には、100人のお参りの人が来る葬儀を仮定すると、ご遺体の自宅への搬送から始まる全ての費用は、業者ではお参りの人一人当たり25000円かかるという計算をしているようです。100人の会葬者があるとする、100人×25000円＝250万円。寺を使えば一人当たり10000円ほどですので、100人×10000円＝100万円。差し引き150万円の差が出ます。

「寺を使うと人手がかかり大変ではないのですか？」と聞かれるのですが、まったくご心配は要りません。ことの葉式典部（電話32-8722）かメモリアルライフ信州（電話40-7745）へ電話するだけです。後の手続きはみな業者がやってくれます。業者も対応の仕方が慣れてきて、心配りが大変嬉しかったとの声も聞いております。

また前頁でも書きましたが、葬儀は社会的な繋がりを大切にして、何百年かけて日本人が作り出してきた智慧の固まりの儀式です。経済性ばかりが選考する都会の風潮で、家族葬・密葬・儀式なしに火葬するだけでは、今まで大切にしてきた日本らしさが破壊されてしまい、私たちの心のはかされてしまいます。いざという時では時間に追われ、後で後悔ということにもなりかねません。自分の葬儀の仕方を住職と相談しておくことをお勧めします。

りらの会に是非ご協力ください

寺での法要の手伝いをしていただいているグループが「りらの会」です。現在は10人ほどで、週一回木曜日の掃除と、随時依頼される法要の手伝いをしていただいています。檀家の皆様にもぜひ会員として登録いただき、お手伝いいただきたいと思っております。お手伝いの条件は、1時間1000円ほどのお礼を差し上げていますが、そのうち会の運

営費を若干納めていただいています。寺での法事の回数が増えており、時間調整がしにくくなる前に是非多くの方に仲間になっていただき、お寺の手伝いをお願いできたらと思います。「人のお手伝いをさせていただける分、させていただいている自分のほうが心豊かになっているように感じます」と会員の方から言われ本当にうれしく思っています。皆様のご参加ぜひご参加お願いいたします。

絵本をカンボジアに贈ります、お手伝い募集！

SVA

は東南アジアの国々へ絵本を贈っています。日本語の絵本に現地語の翻訳文を糊付けして贈るのですが、その糊付けを日本国内の学校や寺院などのボランティアを募って、作業をしてもらいます。その糊付けが正確にできているかを検査する作業を全久院でしています。火曜日が19～21時、木曜日が13～16時の時間帯でやっています。1月20日までに作業を終え、横浜港に搬出します。

1月中の作業になりますので、このボランティアに興味のある方、寺まで問い合わせください。難しい作業ではありません。カンボジア語もわからなくて結構です。ちょっとしたコツを覚えていただければ誰にでもできます。手伝ってくれてもいいじゃないの！だめよ！ダメ、ダメ！なんて言わないでください。



大黒コーナー

全久院歌を楽しむ会 発表会

大黒は現在3つのグループの合唱指導をしています。「全久院歌を楽しむ会」を中心に今年一年の成果を発表する会を催しました。初めに体操も含め、全員で発声練習。体が楽器になると良い響きが生まれます。良い響きが出る体は健康です。健康で長生きの秘訣が発声練習に繋がります。発声が出来上がったらいよいよ本番。まずは四季折々の唱歌。子供の頃歌った歌はいいですね。身も心も若返らせてくれます。続いて大黒のソロ、オペラのアリア2曲など歌い上げました。最後に全員で今年練習してきた合唱曲を歌い上げました。技術はだいぶ上

がってきたと思いますよ。発表が終われば、お楽しみ会。お茶で培った料理の腕も披露して、全久院秘伝の技で鰹節や昆布から出汁を取り、京都から取り寄せた麴入りの吸い物碗を賞味してもらいました。さらに抹茶。ちょっとやりすぎカモ。来年も歌の会を計画していますので仲間作りにも最適です。関心のある方は是非連絡ください。



喜歌劇 シュトラウス作 「こうもり」公演

大黒の主催する「オペラを楽しむ会」と、信州大学を中心に音楽家が構成する「土の会」が主催し、今年10月19日（日）公演会をまつもと市民・芸術館主ホールにて行いました。

このオペラはオペレッタの最高傑作と云われ、「ワルツ王」ヨハン・シュトラウスの作曲です。公演をご覧になった方は気付かれたでしょうが、台詞は上演する場所や時によって、流行や時事問題を盛り込まれるようにできているため、信州弁





や信州の食べ物が登場したり、流行語が話されたり、笑いの絶えない、肩のほらない公演と成りました。

物語はオーストリアの温泉地、仮面舞踏会から始まります。主役の一人ファルケ博士は仮装姿の「こうもり」のまま友人アイゼンシュタインに酔ったまま道に置き去りにされます。アイゼンシュタインがひょんなことから役人を殴り、禁固

刑。大晦日に刑務所に出頭と分かり、落ち込んでいる。そこにいつか復讐してやろうと心に秘めた「こうもり博士」ことファルケ博士がやってきて、オルロフスキー公爵の舞踏会へ誘う。復讐劇の始まり始まり！アイゼンシュタインの妻ロザリンデ、女中のアデーレ、刑務所長のフランクを巻き込んで男女の愛憎どたばた劇が、誰もが聞きなれたワルツの曲に乗って進行する。

今回の伴奏は「長野楽友協会」50人編成のオーケストラ、「白鳥バレエ学園」「向山ダンスアカデミー」によるバレエや社交ダンスの共演があるなど、公演の内容に厚みを加えました。次回の演目の候補が上がっているとのこと。また次回ご期待ください。

掲示板

(皆様のご参加お待ちしております。なお、下記の日程につき変更もありますので、

電話などで確認ください。)

・・・ 檀信徒護持会新年総会 ・・・

1月17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と思います。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(右の写真)、4時15分より懇親会、4時半より護持会総会となります。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。今年から「歌の会」の皆さんも加わります。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16日(水)までに電話でご連絡ください。

・・・ 座禅会 ・・・

2月21日(土)・3月14日(土)・4月 日・5月16日(土)・6月20日(土)・7月4日(土)・9月7日(土)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。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

そんな日々を、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ゆっくり考えてみる
こと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。

・ ・ ・ **ご詠歌会** ・ ・ ・

2月12日(木)・3月12日(木)・4月9日(木)2時より・5月14日(木)・6月11日(木)・
7月23日(木)・9月10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。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。

・ ・ ・ **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。

・ ・ ・ **歌の会** ・ ・ ・

1月14日(水)・1月28日(水)・2月4日(水)・2月25日(水)・3月4日(水)・3月
25日(水)・4月1日(水)・4月15日(水)・5月13日(水)・5月27日(水)・6月3日
(水)・6月24日(水)・7月1日(水)・7月15日(水)・7月29日(水)・8月3日(月)

8月26日(水)・9月2日(水) 大黒の指導で、童謡・唱歌・流行歌・名曲を練習します。発
声練習の成果で高い声が出せるようになったと、好評です。10時から12時。会費は1回
1000円、途中10分ほどのティータイムがあります。ご希望の方は全久院まで連絡ください。
上記の日程には変更する場合がありますので、お越しの際にはあらかじめ電話等で確認ください。

・ ・ ・ **青山俊董師特別講演会** ・ ・ ・

5月4日(月) 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。

