



菜食健美

「笑って白いご飯が食べられれば幸せ」

分とく山・総料理長 野崎 洋光 氏



故秋山庄太郎の筆による「美しきもの心やさしく」の白紙が飾られている

今や日本における屈指の日本料理人として、さまざまな方から支持を受けている野崎洋光さん。その活躍は、日本料理人として一筋であるが故に、講演・実演の要請も多い。その日本料理の伝道の肝要と我々の布教としての精進料理とは、どのような共通点があるのか。商いと修行では決定的な違いがあるが、通じては、食(命)にどのような対峙して料理というものが施されるものなのかを、型枠にはとられず一料理人として捉えて、おおいに語っていただいた。

野崎氏の心と生き方を感じられる料理や接客が、訪れた人の足先を再び向かわせるように、現在も多くの人が「分とく山」に足繁く通う。

(聞き手 菜食健美主宰 白澤雪俊 氏)

商いとしての料理

いろいろな木材が使用され、
客人を和ませるような店内

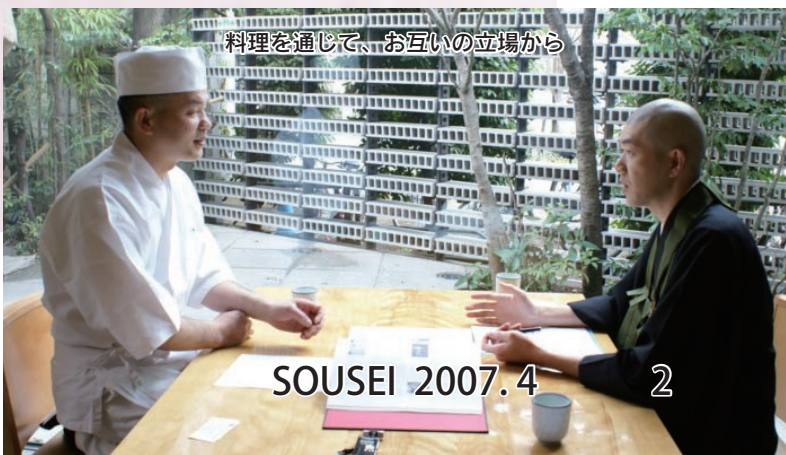
先ず、われわれ店で厨房に立つ人間が、皆さまと一つだけ違うのは、商売として立っているのです。もちろん五観の偈の精神はありますが、商売が成り立たないといけないのです。しかし、商売の料理と家庭の料理は違うことがあります。例えば、刺身を食えるときは、暖かいご飯で食えると思うのです。しかし、

船となると生ものを温かいご飯にはのせることができないのです。これは、商業の正しさと、家庭の正しさの違いです。そのようにさまざまな状況において変化することがあるわけです。

日本には、陰陽五行説があります。表裏一体であるということですから、動物性タンパク質と植物性タンパク質も同じです。例えば日本料理では、「松茸の土瓶蒸し」がありますが、土瓶の中には、大体鱧と海老が入りますね。これは本来から言いつつ、「松茸の土瓶蒸し」ではないのです。動物性タンパク質と植物性タンパク質とどちらが高いかというと、動物性タンパク質なのです。料理での脇役はそのまま良いと思うのです。しかし、「鱧の土瓶蒸し」としてしまつと、海老はいらなくなつてしまふのです。他にも伊勢海老に生雲丹をのせて焼いてしまつと、どちらが主役なのかわからなくなつてしまふのです。これはもう、単なる「良い物」になつていくのです。素材を活かす料理にしなければならぬと思います。そこで重要なのが、どこに価値をおくかであります。立前としては、商売の常識として料理の値段はあります。それは、そのお客さんとの商談(やりとり)があつてこそその、値段となるのです。そこが商売の料理となるのです。お坊さんの立場ですと、お布施の感覚と同じであると思います。



斬新な建前が目を引く



料理を通じて、お互いの立場から



まかない料理も大事な修業



16人ほど入れる涼しげな雰囲気のある離れ

アテネ五輪の経験を経て

多くの料理を調理することでは、アテネオリンピックの時に、野球の日本代表選手の料理長として、ギリシャに同行しておりました。栄養面も特に気をつけなければならぬのですが、選手にとっては、楽しみの一つであり、元気の源になる料理を作りました。その中、野菜と肉の調整を考え、野菜を刻んでチャーハンに混ぜたりして、一応栄養バランスを考えましたが、結局は品数を増やすことしかなかったですね。例えば、昼食ですと麺類とご飯類と二種類必ず用意していました。うどんやそばめん等もよく出しました。

アテネでは、仕入れの買い物の際に思ったのですが、建設が遅れているとかの問題があったと思いますが、私ら関係者も焦っていたのです。買い物に行っているとき、レジや接客の対応が随分ゆっくりしていたので、びっくりしました。しかし、そこで私たちが焦っているということとは、アテネの人びとに「君たちより古い歴史を持つているんだよ。焦ってもしょうがないだろう」と教えられたように感じました。

現在の状況のように資源が無くなる生活は、無駄な生活が原因だと思えます。たとえば、食べることで言えば、10キロ一万円のお米が、茶碗一杯150グラムでして、金額は七十

円なのです。普通の米は、10キロで五千円位ですから、茶碗一杯三十五円です。この三十五円の米が、ふやけて二〜三倍に増えますので、約七十円です。ペットボトルで約四杯分食べられるのです。それよりも安いものを、人は買おうと思つたのです。しかし、現在電子レンジで暖めて食べるご飯は、10キロあたりにすると一万円から二万円になるのです。また調理することを怠つて、外食などで家族四人が八百円のものを食べたとしたら、合計三千二百円となりま

す。例えば、包丁ですと、片刃の方で切ったものを表にして盛り付けるのです。また、丸い器には、四角い皿で盛りつけるのです。これも陰陽の作用であり、理にかなっているのだと思えます。したがって、その作法も理にかなっているのです。

また、和食は、咀嚼の文化なのです。何故かという、背筋を伸ばして正座して机の上の食器を手に取り、噛んでのみこむのです。喉の奥が狭いので、咀嚼するのです。ですから、昔から「食事の時は、話をするな」と言つたのは、噛む動作で喋る余裕など無いはずだからだと思います。洋食は椅子に座る文化で、ムース等なめらかな食事が多く、咀嚼が少ないので食事中に会話する文化であります。また、咀嚼が多いということは、唾液が多く分泌され、喉の湿度が高まり細菌の侵入を喉で防ぐ役割があるのです。それと、発酵食品が発展



見習いの皆さんは、午後2時過ぎに昼食をとっていた



2階の厨房は、きれいに掃除されている



包丁の使い方として、切り方の根拠を丁寧に実演いただいた



満面の笑顔で店頭に立ち、お客様との会話も弾む

敷衍していたのに、今は滅菌の世の中になってしまい、人びとの抗体が変化して、貧弱な体質になってきています。このように、先人の知恵は間違いがなかったのですから、見直すことが必要であるでしょう。御馳走の流通が氾濫していますが、本来「身土不二」の土地から馬に乗って、県外から珍しいものを運んできたものが御馳走であります。現在は、国外のものを持ってきてしまっているのが原因で細菌への関心が高まって来た傾向があると思います。私は普通にあつた食事が一番であると思ひ、自分の座右の銘として「笑つて白いご飯が食べられれば幸せ」と考えております。本来日本人は、分をわきまえる人種だと思ひます。

作法とは、文化の象徴である

五観の偈にもありますように、食べる価値をわかっているかとか、ただ充たせばいいというものではないことだと思ひます。日本にとつての教訓だと思ひます。今は、国をあげて食育とか言われていますが、現状のままで、いつか必ず飢餓状態が来ると思ひます。世界で二万人が餓死している現状と言われていますが、その二万人分の食料は、世界で生産製造されているのです。日本においては、年間1200万トンの残飯が出ています。これらの量を、その飢餓に苦しんでいる人たちに供給してみると、十分足りるのです。全世

界の人口の8パーセントが、文化的生活をしているとされていますが、世界人口の100パーセントの人口が平等に、文化的生活をすると地球は滅びると言われています。その中、3〜5パーセントの人たちが、環境問題に手をあげているのです。これらの問題を解決できる思想は、道元禅師の『典座教訓』に記されているのだと思ひます。食育は、料理ではなく生き方であると考えております。ですから、若いお坊さん達には、自分の仕事に誇りを持つていただきたいです。現在まで繰り返し行われている意義があるのだと思ひます。

この優秀な文化を伝えていかないと、価値観が無くなつていくと思ひます。これらの事は、先人達の言葉できちんと述べられているのです。それらは、道元禅師が最初に『典座教訓』『赴粥飯法』等に述べられているのです。料理も人生も、そのままの姿に通じていることを述べられていると思ひます。そこには、宇宙に對しての教訓があると、皆さまには伝え続けていたいただきたいと思ひます。私も昔、般若心経等を独学したことがあります。その際、生き方のスタイルを教えるように感じました。昔、先輩から「料理は、心だよ」とよく言われておりましたが、その時は全然理解できず、この歳になつて段々とわかつてきました。また、幼い頃よく父に言われた事ですが、祖父の法事の際に「必ず出席する必要



ここも陰陽に則る工夫があった

はないが、本當に思つて気持ちがあるのであれば、道端の草花に手を合わせるだけで良いよ。絶対に仏壇の前でなければいけないというわけでもなくて、一番大事なのは、心の中できちつと手を合わせる事ができてくるのかだよ。ただ、ご先祖様には感謝しなければならぬ。そのご先祖様が、ちゃんとした生活をしてきたから、おまえがここにいるわけだから」と、言われたことが胸に刻まれています。その点『典座教訓』は、無駄なものこそぎ落とされたものの究極であると思ひます。全国の青年僧侶の方達には、自分達が一番進んだ職業をしているのだと思つてほしいです。また、人生の教師であることは忘れないでほしいと思ひます。

○野崎 洋光 (のざき ひろみつ)

一九五三(昭和二十八)年、福島県生まれ。武蔵野栄養専門学校卒業後、東京グランドホテル、八芳園(東京都港区白銀台)にて修業。一九八〇年に西麻布のとく山に入り、一九八九年に分とく山を開店し、総料理長になる。

『分とく山』

東京都港区南麻布5-1-5
TEL (03)5789-3838

閑静な街、西麻布の交差点から、広尾へ続く外苑西通り沿いに佇む『分とく山』。一見どのような店なのかは解らないが、お店に入ると驚きと安心感が用意されている。店内は、野崎総料理長が語つたように、至つて無駄のない作り。木の温もりが都会の喧噪を忘れさせてくれる。料理は、野崎総料理長の心が味付けされた、純日本料理がメイン。そのあたたかい語りに沢山のお客様がもてなされている。



Contents

02 菜食健美

「笑って白いご飯が食べられれば幸せ」

— 野崎洋光氏（東京南麻布 分とく山）を訪ねて —

新連載

06 曹洞宗の袈裟に学ぶ — タックのある大絡子 —

新連載

08 そうとう衆列伝 [鴻 雪爪]

09 青年会モザイク《曹洞宗長野県第一青年会》

10 全曹青情報局

■ 広報委員会紹介

■ 第二回「禅」知識まんだら実践版講習会開催レポート [チベット仏教講習会]

■ 訃報記事 全曹青第三期副会長 森田宏彦老師

16 賛助会員名簿

18 世界の重層信仰(最終回) — 『シンクレティズム』の現在 —

20 「禅」知識まんだら(最終回) — 曹洞宗侶として他宗派の坐禅を学ぶ意義 —

22 あまんずそうせい

23 寺族の窓

24 スポーツ心理学で読み解く禅 [究極の集中状態“ゾーン”]

27 そうせいサロン

28 そうせい美術館《雲に笑い夢の海に生きる》



曹洞宗の袈裟に学ぶ

1

——タツクのある大絡子——

今号より、川口高風先生に、法衣等について論じていただきます。基礎知識や歴史の変遷などについて、最新の知見を散りばめつつ網羅した、斬新な内容になることが予想されます。初回は、なんと「タツクつきのお袈裟」!! 「タツク」について、思わず胸囲が気になるか、あるいは、タツクの数でささやかなお洒落心を満たしていた学生時代に思いを馳せるか……いやいや、そんな話ではありません。ふだん何気なく着けている絡子にまつわる知られざる歴史が、今、明らかになります。次号以下にも乞御期待。

※ご自坊にかわったお袈裟などありましたら、著者または編集部まで情報をお寄せください。

はじめに

現在、私たちが身につけている袈裟や法服は道元禅師と同じであるうか。禅師はどのような威儀であったであろうか。それを明らかにするため禅師の著作を研究したり、木像や頂相、禅師が搭けたといわれる伝衣などを分析してみなければならぬ。かつて、昭和期の禅匠沢木興道は「曹洞宗は袈裟宗だ」ともいわれた。袈裟を重要視する曹洞宗の袈裟信仰はどのようなものがあるうか。最近の調査研究も踏まえながら、それらについて学んでいきたい。私は昭和五十一年に『法服格正の研究』（第一書房刊）を出版した。大学院時代の研究をまとめたもので、江戸期の袈裟研究を集大成した黙室良要の『法服格正』に訳註を加え、研究篇

ではインドの戒律に説かれる袈裟から中国の律宗を大成した南山道宣の中国的解釈による袈裟、さらに道元禅師の袈裟観、江戸期の袈裟復古運動などを研究してみた。その後、同五十九年には祖光来禅の『福田滞遠』を中心に袈裟の名称や由来、衣財、色、大きさ、作り方、搭け方などを考察して『曹洞宗の袈裟の知識』（曹洞宗宗務庁刊）を刊行した。袈裟の研究を行うようになったのは大学二年生の時、大法輪閣より出版されていた『袈裟の研究』によって水野弥穂子先生宅で袈裟を縫う福田会のあることを知り、そこに通って自分の袈裟を縫い出したことに始まる。袈裟に関する知識は、その頃から水野先生や酒井得元先生より教授された。した

がって、私は袈裟から仏教学研究への道に進んだのである。

タツクのある大絡子

昨春秋、東京世田谷の五島美術館で「鎌倉 円覚寺の名宝」展が開催された。その名宝の一つに、染織が十三世紀のものと思われる、おそらく開山無学祖元（一二二六—一八六）が用いていたものと思われる大絡子（おほえす）が出品されていた（図1）。無学が中国から来朝した時に持参したものと思われるが、南宋時代の大絡子である。道元禅師とほぼ同時代であり、如浄禅師も道元禅師も

大絡子を搭けていたのであるうか、いろいろ思いを馳せた。

図録を送ってもらい、その写真をもた限りでは曹洞宗の大掛絡と似ているものと思われた。しかし、美術館へ行き、実際に大絡子を見ると、下部が女性のスカートのように広げて展示されていた。担当の学芸員にたずねると、少し変わった珍しいものだったため広げたとのことであった。私は掛絡の名前を文献で知っているものの、実際はどのようなものであったか詳しいことはよくわからなかった。しかし、これを見て文献に出てくる掛絡はこれだと思い驚嘆したのであった。現在使用されている大掛絡（大絡子）になる以前の原型と思われるからである。

図録の寸法では縦五〇・五センチ、横一〇八センチとあり、横の寸法が縦の二倍になっていた。しかし、図録をみる限り、横の長さは二倍も大きくなく、約六〇センチである。展示してある大絡子は、左右の横にタツク（ひだ）が施されていた。つまり、横が一〇八センチの五条衣の左右を折り曲げて六〇センチに縮小しているのがある。そのため表面は三条しかみえず、折り曲げたタツクの部分に各々の一条がある。その上部の左右に首から搭ける紐すなわち棹（威儀と



図1 タツクのある大絡子
(図録『鎌倉 円覚寺の名宝』より転載)

だ）が施されていた。つまり、横が一〇八センチの五条衣の左右を折り曲げて六〇センチに縮小しているのがある。そのため表面は三条しかみえず、折り曲げたタツクの部分に各々の一条がある。その上部の左右に首から搭ける紐すなわち棹（威儀と

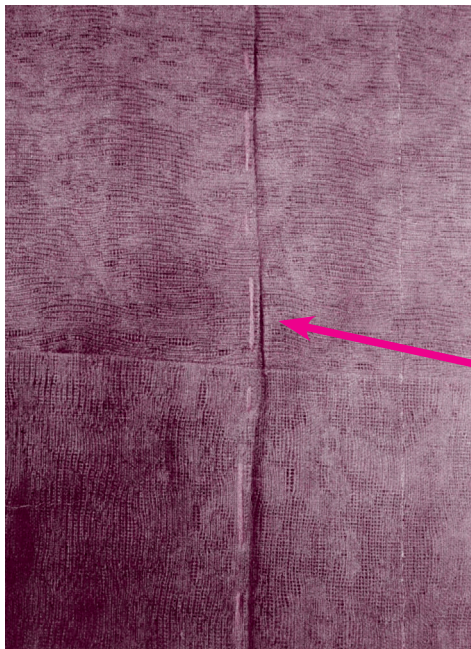


図3 拡大写真



図2 仕付け糸がある臨済宗の絡子

もう一つがついていた。
現在の曹洞宗の大掛絡をみると、田相は五条になつてゐる。しかし、臨済宗の田相は三条である。タツクのあつた部分と思われるところに仕付け糸（飾り糸）がつけられてゐる（図2・図3）。仕付け糸のつけられた理由はわからないが、おそらく五条衣であつた名残としてつけられたものと思われる。私は円覚寺蔵の大絡子をみて、五条衣の変遷を明らかにできる大発見だと思つたのである。来朝した中国僧が開いた臨済宗の他の大本山寺院にも、このような大絡子が存在するものと考えられるが、それらの発見は今後の調査に期待したい。

五条衣（守持衣）の縮小

五条衣はインドで安陀会といい、体に最も近づけて着たり、体をおおいつつむところから裏衣ともいつた。九条衣、七条衣の下に着るところから下衣といわれ、寺院内で労働する時につけたり、行脚する時に搭けるところから院内道行作務衣ともいわれた。最小の大きさは縦二肘、横四肘で、守持衣ともいい、臍から両膝の三輪を蓋うものであつたことを『根本説一切有部百一羯磨』巻十にいう。この守持衣がほとんど縮小されて、私たちが搭けている掛絡（絡子）になつたのである。

ところが、掛絡と守持衣は別々のものであつたようである。それは元禄十六年（一七〇三）に徳巖養存が著した『仏祖袈裟考』に「当時の禅宗の多くの人は掛絡か守持衣を着ており、天台宗では輪袈裟、真言宗では紋白を搭けていた」という。卍山道白も正徳五年（一七一五）に著わした『対客閑話』

で「掛絡は五条守持衣を大略したもの」という。したがつて、江戸期は掛絡（絡子）と別の守持衣が存在していたものと考えられるのである。

中国の道誠が著わした『釈氏要覧』をみると「縦二肘、横四肘の守持衣は北宋時代の絡子と同じ大きさである」という。また、「絡子は掛子と称され、体に掛け絡うところから呼ばれた。当時の南方の禅僧は作務の時に搭けているが、その姿は法に合わず、戒律にも名称がない。そのため禅宗以外の人がから非難されている」ともいつてゐる。陸庵の『祖庭事苑』には『釈氏要覧』を引用した後に「一長一短の安陀会を叢林の禅者が作つた掛絡と呼び、その名を改めないのはどうしてか」という。

このように中国では最小の安陀会（守持衣）と掛子（掛絡、絡子）を同じものとみており、インドの守持衣にタツクを施して紐をつけ体に掛け絡うようにした北宋時代の掛子が、無学祖元の用いていた大絡子であつたといえるのである。初期曹洞宗教団でも搭けていたのではないかと推測できるが、タツクのついた曹洞宗の大掛絡はいまだみることがない。

- 次号以下の掲載予定内容（順不同、掲載号未定）
- 道元禅師の袈裟―著作・木像・頂相・法衣などから―
 - 瑩山禅師とその門下の袈裟
 - 袈裟の基本的知識―名称・由来・衣財・色・大きさ・条・部分など―
 - 搭け方の相違（両本山・如法衣など）
 - 小三衣について
 - 改良衣について
 - 江戸期の袈裟の外観―法衣店の仕立寸法図などより―
 - 直裾、褌衫、裙子、坐員について
 - 法衣商（江戸・明治期）の働きなど
 - 袈裟の研究書・研究者について
 - 「曹洞宗宗制」の服制規程について―成立過程など―

○川口 高風（かわぐち こうふう）



一九四八年 名古屋に生まれる
一九七〇年 駒澤大学仏教学部卒業
一九七五年 駒澤大学大学院博士課程修了
現在 愛知学院大学教授。博士（仏教学）。名古屋市法持寺住職。

主要著書（先に挙げた二書以外に）
『鳴海瑞泉寺史』（共著、愛知県郷土資料刊行会）、『尾張高野八事文庫書籍目録』『尾張八事文庫文書目録』（第一書房）、『龍靈瑞和尚研究』（共著、安楽寺）、『白鳥鼎三和尚研究』（第一書房）、『幽谷子大薩和尚』（陽秀院）、『風外本高和尚―研究と語録―』（編著、名著普及会）、『大府市誌―資料編宗教（共著、大府市役所）、『愛知県曹洞宗寺院集覧』（愛知県郷土資料刊行会）、『愛知県曹洞宗歴任集覧』（株式会社フレコム）、『尾張熱田全隆寺史』（全隆寺）、『詔認律師研究』（法蔵館）、『明治前期曹洞宗の研究』（法蔵館）、『明治期以後の法持寺史』（法持寺）など多数ある。

宗門の歴史は「伝灯」の歴史です。我が国でも数多の宗侶が「自灯明・法灯明」を体現して、現在まで受け継がれてきました。

この連載は、一仏兩相信仰の影で見落とされがちなながらも、衆星羅列し禿樹に花を咲かした、知られざる禅匠たちの「自灯明」の伝記で繋ぐ、もう一つの宗門史です。

鴻雪爪は僧名を鐵面清拙と称し、伊予(愛媛県)因島で文化十三(一八一四)年に生まれた。六歳で石見(島根県)津和野大定院の鉄籃無底について得度する。

「鴻雪爪」の姓名は「雪泥鴻爪」という「雪あとの泥の上に残った白鳥の足あとのように、人の行いは一時的で儚いもの」の譬えに由来し、弟子で永平寺六十二世鐵肝雪鴻禪師(一八二一～一八八五)の名前もこの師名にあやかっている。

慶応四(一八六八 注1)年の三月、雪爪は岐阜・全昌寺住職時代以来の知己である小原鉄心(明治新政府参与)と嵐山に遊び、そこで木戸孝允、大久保利通、広沢真臣、中根雪江や肥前藩主鍋島閑叟といった明治の元勳らと知遇を得た。その席上で維新回天の談笑に花が咲いたことを、雪爪は「今国は一定、なんぞ早く凶り改め太政(天皇親政)を賛げん」と。同年六月には軍事総裁彰仁親王から北征の参謀に乞われたが、「山翁(雪爪のこと)別に済民の策有り、肯つて兵の間、馬尾の塵を逐わず」と辞退した。

さて、この時期の宗門内部に目を転ずると、雪爪は当時の永平寺六十世臥雲重龍禪師(一七九六～一八七二)の命をうけて「宗門改革」に協力している。そ

の内容は、当時の関三刹(下総「千葉県」総寧寺、武蔵「埼玉県」龍穩寺、下野「栃木県」大中正)や遠江(静岡県)可睡齋の四力寺による大僧録制を廃して、永平寺を総本山として学寮を創設し、僧侶を養成することなどであった。

臥雲禪師は慶応四年二月早々に上洛して、雪爪らの協力で、禪師自身が薩摩出身という利も生かして新政府と交渉している(注2)。能登の總持寺に対しても

に於いて学寮を創設、宗門制度碩徳の公論を遂げ宗規一新、諸民を教化し国恩に報ずべし」の沙汰があった。同時に總持寺には「輪番住持制を廃して宗門碩徳の僧を選挙住職致し、永平寺へ昇住すべし」と沙汰している。当然、これは總持寺の猛反対に遭う。

永平寺は、新政府の命令として十月一日を期日に京都天寧寺に於いて、当時の宗内十二名の碩徳による会議を召集した。總持寺代表の諸嶽奕堂(後の總持寺住持)世・梅崖奕堂禪師(一八〇五～一八七九)らは上洛しつつも出席しないという戦術に出る。また座長である雪爪と、臥雲禪師股肱の臣で当時の永平寺監院是山との意見が対立するなどして、会議は空転・決裂し、結果的に「永平寺総本山制」は頓挫した。



おひとり せつ そう 鴻雪爪

維新回天の世に現れた“黒衣の宰相”

向いがあつたが、到底協力を得られるものではなかった。

当時、永平寺と總持寺の間には、嘉永五(一八五二)年八月の道元禪師六百回忌を契機とした十二年間に及ぶ公事(訴訟・裁判)が続いていた。「三衣争論」である。この三衣争論の行き詰まりによって、永平寺側はこの拳に出たともいえる(注3)。

六月には永平寺に新政府から「総本山

明治二(一八六九年)五月、雪爪は新政府に乞われて「教導局(宗教政策担当省庁御用掛)を命じられたが、局内には神道家が多く、これらと対立して直ぐに辞表を提出する。更に同四(一八七二)年八月には真宗の大洲鐵然、島地黙雷らと宗教問題について建白書を政府に提出、これを受けて政府は同五(一八七二)年四月に「僧侶の肉食妻帯」を認めた。同年九月には神仏合併の大教院が設置され(注

4)、この頃政府の辞令に従って還俗した雪爪は、十一月に大教院の総裁となり、次いで神道御嶽教の管長を務めた。明治三十七(一九〇四)年六月十八日、世寿九十一歳で遷化した。墓は東京青山墓地に「従四位鴻雪爪翁墓」とある。

参考文献:『永平寺風雲録』中嶋繁雄著 永平寺傘松会刊

(注1) この年の九月八日から元号が明治になる。

(注2) 維新直後の明治新政府の官職は、薩長土肥各藩の出身者がほぼ独占していた。

(注3) 三衣(三種の袈裟)の服制についての両本山の争論。特に環の有無で紛糾した。雪爪がこの件について「近古 両山に於いて衣体の争論御座候て余論御未派に波及り宗規法衣兩端に出で、甚だ迷い蒙りまかり在り候、右等の儀は、今回御浪絶に相成る可くと一同蘇息仕り候」と總持寺側に「願達」を提出している。

(注4) 当初、急進的な国家神道主義を指した明治政府の宗教政策は混迷を極め、これに伴って担当省庁も数年の間に再編を繰り返した。大教院は明治五年に設置された当時の宗教担当省庁・教部省管轄の僧侶・神官の養成機関。全国の府県に中教院、小教院を置いた。

文:熊谷 忠興(くまがい ちゆうこう)
一九四五(昭和二十年)、岩手県生まれ。大本山永平寺傘松会館長や同単頭などを歴任。現在、永平寺史料全書編纂委員幹事。岩手県正洞寺住職。

絵:山田 剛弥(やまだ たかひろ)
一九八一(昭和五十六)年、北海道千歳市生まれ。道都大学美術学部デザイン学科絵画コース在籍。

曹洞宗長野県第一青年会

発会 足：昭和44年
副会 長：秋山時慶
事務局長：小林亮宏
庶会 務計：宮澤昭雄
渉外 報：清水泰憲
会 員 総 数：101名



独参や小参を取り入れている緑蔭禅の集い

曹 洞宗長野県第一青年会は、県内東北信地区寺院の青年僧侶（四十五歳迄）で組織され、青年僧侶としての自覚に基づき、相互の研鑽と社会に貢献する事を目的に昭和四十四年に結成されました。以来、一般の人を対象にした緑蔭禅の集いや各種研修会、歳末助け合い鉢鉢といった伝統行事の他、青年僧侶として時代に呼応すべく五つの委員会を設け、佛教の理念に基づいて、より密接に社会に貢献していく方向性を打ち出し、会員自身の研鑽と積極的な実践に努力しております。

特 に、当会はボランティアに力を入れて居り、ボランティア委員会ではオリジナルの禅Tシャツを作成販売し、大勢の皆さまの御協力をいただきながら、その収益でさまざまな活動を行って参りました。本年度は、チャリティーバザー・講演会を開催し、地域と密着した、心の触れあいが出来、会員各々充実出来たと思つて居ります。

地域の方とのふれあいを大切に
チャリティーバザー



『歎佛勝会』声明研修会 講師 秋山時雄老師

聴く会を開催。総会は年四回開催して居ります。また、今はパソコン時代であり、當会でもワープロや表計算を苦手とする会員が居ることから、年に二度パソコン研修会を開催。パソコンに全く触れた事が無い人も興味を示して研修

その他車椅子の寄贈をはじめとする社会福祉、災害復興、難民教育支援等々継続事業として活動をして居ります。

各 種人権研修委員会では、眼蔵勉強会・研修会は元より、本年は曹洞宗で重視して居るハンセン病の研修として、群馬県ハンセン病保養施設「栗生楽泉園」への視察研修並びに物故者供養を厳修いたしました。講義を拝聴し、今現在でもハンセン病への偏見や差別が想像を絶するものであるという驚きを感じ乍ら、我々曹洞宗青年僧侶にも何か出来無いかと考えさせられる研修で有りました。世間や檀信徒との繋がりの中で、誤解や偏見を取り除いて布教に努めて参りたいと存じます。

部落差別問題や狭山事件問題等も忘れず、當会で考えて参りたいと存じます。

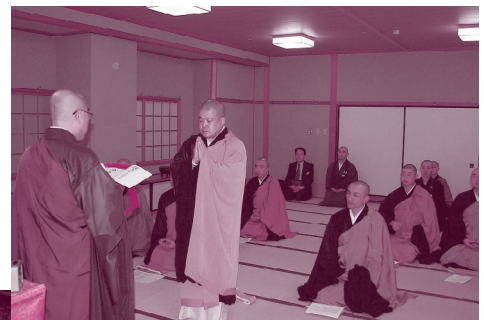
坐 禅研究委員会では一日撮心会や一夜撮心会、研修会を開催。緑蔭禅の集いでは、二年前より独参・小参を取り入れる等、一般の方に貴重な体験をしていただけるよう努力し、覚醒の法会（懺悔道場）も行って居ります。

布 教研究委員会では、継続事業の歳末助け合い鉢鉢を五会場にて開催し、収益をNHK歳末助け合い募金へ寄附いたして居ります。また、布教師会会長老師を講師に拜請し、布教説法を会得することを目標に布教研修会を開催いたしました。

法 式研究委員会では、實相寺住職秋山時雄老師に歎佛勝会の声明研修の講師を依頼し開催。本山・地方僧堂での実践以来、忘れて居る方、未経験の方も居ります。故、声明研修は継続し、他の講式声明も考え、研修に努めたいと思つて居ります。

本 会執行部では、宗議会議員老師を御招きし、宗議会で宗門報告や

大本山永平寺 回廊台風災害寄付贈呈式



国立ハンセン病療養所『栗生楽泉園』物故者供養

に参加し、解らない所は講師へ率先して質問、そして問題解決。此れからも続けて参りたいと存じます。そして何十年も開催されなかつた、両大本山への研修旅行を実現することが出来ました。永平寺様へは台風災害寄付を、總持寺様へは慈峰閣建設寄付を、それぞれ少なながらもさせて戴きましたことに感激いたして居ります。

長 野県には、第一・第二と曹青会が二つ在り、年に一度交流会を開催。一年毎に交互に當番に成り、幾つかの競技を行う大会を開催して親睦を図つて居ります。また、宗務所の行事である禅文化講座や奥梅花大会への随喜のほか、管区教化センター行事への積極的な参加をいたして居ります。

最 後に、諸老師、諸先輩方の築かれた伝統有る曹青会を運営するに当たり、恥の無い様に執行部役員、各会員で協力し合い乍ら、一丸と成つて益々精進に大精進を重ね努めて行く所存で御座居ります。

合掌

全曹青情報局

委員会紹介

広報委員会

◆広報委員会とは

広報委員会は、全国曹洞宗青年会以下、全曹青の発行の広報誌『そっせい』の編集作業、並びに定期発行をその活動の主体としています。内容については、全曹青各委員会並びに各曹青会活動の紹介・報告を主体とした記事編成に努め、広報誌としての役割を果たしていく一方、現代社会に存在するさまざまな事象に、青年僧の視点から焦点を当て有益なメッセージを発信していくことを目的としています。

◆『そっせい』発行までの流れ

- 現在『そっせい』は、四月、七月、十月、一月の年四回発行しております。この一ヶ月までの流れを申し上げますと、
- ①各号発行の約三ヶ月前に編集会議を開催し記事内容・編成を決定。その後、執筆依頼等の作業に入る。
 - ②約一ヶ月の執筆期間を経て、編集部へ原稿が届き始め、直ちに編集部校正に入る。
(原稿は広報委員会メンバーリングリスト上で共有し、ウェブ上で編集校正を行う)
 - ③発行の約一ヶ月前から一週間ほど

の期間、執行部理事校正を実施。

- (この作業も執行部理事メンバーリングリストを使用)
- ④執行部理事校正終了後、直ちに宗務庁教化部企画研修課(全曹青所轄部署)へ校正ゲラを提出し、検閲をしていただく。
 - ⑤宗務庁教化部より郵送された校正ゲラが印刷会社へ到着し、最終調整・確認を行う。
 - ⑥発行責任者である、全曹青会長の最終確認を得て校了し、印刷発送へ。
- ※各号発行後、約半月〜一ヶ月で①の作業に戻ります。

◆第十六期『そっせい』を振り返って

編集部では、全国の会員諸師を始めとした読者層にこれまで以上に共感していただけの記事編成を心掛け、とにかく皆さまに手にとって開いていただくことを編集方針としてスタートいたしました。

広報誌の責務としては、前期までの流れを踏襲し、各曹青会の紹介や各管区大会開催報告記事を掲載して参りました。また、編集部内における企画に



ついでには、表紙デザインの変更、「そっせい君」というイラストキャラクターを生み出してデザイン面の刷新を図り、多様なニーズに応えられるような様々なコンテンツを増加して編集に取り組みました。

・「あまんずそっせい」「寺族の窓」という新規連載コラムにおいて、尼僧さま、ご寺族さまの声を紹介し、その周辺にある諸問題を青年僧が自らの問題として考える機会を設けた

・同じ広報媒体でありながら、情報伝達の即効性という特性を持ち合わせる「T委員会との差異性を打ち出していくために、誌面媒体としての役割を意識し「そっせい美術館」を掲載

・「ENXENびーぶる」「精神医療の現場から」「青少年相談室」等、布教現場に立つ青年僧へ教化活動の具体的なモデルケースを提示

・「世界の重層信仰」という枠で、世界の中における日本仏教のあり方を探り、我々の現在の「いどころ」を確認すると共に、他宗教と

の境界線を見極め共存の方途を探るといふ平和問題を喚起するレベルにまで昇華させる切り口を提示

・「菜食健美」では、主筆・白澤師と共に、僧侶一般を問わず「食といのち」という問題に積極的に取り組まれていた方がたを訪ね、その心を紹介

・読者の声を記事編成に反映させるため、総会、評議員会等で読者アンケートを実施

また、時事問題を扱う特集枠においては、「エンゲイジド・ブッティズム」「宗教教育とのかかわり方」「アニメという布教ツールの可能性」等を取り上げ、我々が社会と正面から向き合っていく中で不可欠な情報提供や厳しい自己省察を促す記事編成に取り組みで参りました。

しかし、これらの取り組みも、ある方面からは一定の評価を得られたものの、一方で「まだまだ難しい」との厳しいご指摘も頂戴いたしました。来期以降の広報委員会においては、このようなご指摘を謙虚に受け止め、更なる飛躍をしていただけるものと確信しております。

◆誌面を飛び出し、ひとりひとりが意識をつなぐ

全曹青主催「禅」知識まんだら 実践版講習会の実施
広報委員会では『そっせい』編集発行という本来業務の他に、全曹青主催のもと委員会が主幹となり今期はじめて試みた事業として、「禅」知識まんだら

実践版講習会の開催がありました。(昨年六月に東京・青松寺様に於いて「一座仏教の坐禅法講習会」、今年二月に永平寺東京別院長谷寺様に於いて「手ハット仏教講習会」を開催)

その開催意図は、坐禅法について連載してきた当記事枠の持つ、「坐禅実践」と「記事」理論」といった相反する性質をそれぞれ補完する意味合いがございました。

また、昨今、その動員人数を競い合うように大勢の人間を箱(ホールや講堂)に集め、受け手の希求に応じていく感覚に乏しい、スローガンだけが声高に叫ばれる大会が催される中、ある意味で全国組織というマスのな性質を持ち合わせる当会が主催し、参加人数二十人から三十人といった少人数ではありましたが、高い目的意識を持つ方がたにご参加いただき、その一人ひとりの意識を繋ぐことが出来たことは、今後我々にますます要請されていくであろう「個対個」の布教のあり方を探る上で、非常に有意義なことであつたと感じております。

◇おわりに
今号を以て、第十六期広報委員会編集発行による『そうせい』は終了となります。

今期は後年度より発行月変更等(発行月の繰上げ)の物理的な問題や、前期全般に亘って展開されてきた周年事業の報告記事もなく、各記事を編集部にて一から企画作成をしなくてはならない事情がございましたが、優秀なスタッフの尋常ならざる情熱と体力に

よつてそれらのヤマ場を乗り切つて参りました。

この二年間は大切に追われ続けた日々でしたが、委員長をはじめとして各委員それぞれが非常に充実した期間を過ごすことが出来たと感じております。これもひとえに、宗務庁教化部企画研修課並びに全曹青各位、特にこの二年間ご一緒させていただきました執行部・理事の皆さまには、今期委員会が幾度と無く苦境に陥つた時に、たえず厳しくもあたたかい適切な助言を頂戴し、我々を導きその背中を押し続けていただきましたことには深く感謝をいたしております。また、全国のご寺院様、全国各曹青会会員諸師をはじめといたしました『そうせい』読者の皆さま方には、賛助会費の納入や記事等に対するの貴重なご意見をお寄せいただいたなど、物心両面からのご協力を頂戴いたしました。ここに重ねて厚く御礼申し上げます。

そして今、最後に思いますのは、全曹青並びに『そうせい』とご縁を結んでいただいた青年宗侶をはじめとした読者の方がたが、自らの人生観、僧侶観を振り返り、苦しんでいる人びとと手を携え、一歩共に歩こうとする意思と、一歩共に進むとする行動力を奮い起こしていただければ、と、そのこととでございます。二年間お付き合いいただきましてありがとうございます。 (広報委員会委員長 久間 泰弘(合掌))



各委員コメント

委員長 久間 泰弘

(曹洞宗福島県青年会)



二年間、『そうせい』をお読みいただいた方がたに心より感謝申し上げます。皆さまより頂戴いたしました声を次期編集部へ繋ぐのと同時に、今後の青年会活動の尊い糧として参ります。

副委員長 河村 康仁



この二年間、微力ながら『そうせい』の編集にたずさわり、

すばらしい法縁とさまざまな活動をされている方がたにめぐり合うことができたことには感謝です。ご助力いただいた皆さま、本当に有難うございました。

副委員長 森田 英仁



(千葉県曹洞宗青年会) 現代の日本で仏教と青年僧侶とがどう関わっていったらよいかというさまざまな可能性を勉強させていただきました。二年間でした。どうもありがとうございました。

委員 青野 貴芳



(曹洞宗静岡県 第一宗務所青年会) 少しでも役に立てたかどうかは自信ありませんが、仲間と出会い、色々と勉強させていたいただき感謝しております。

委員 板倉 省吾



(いずも曹洞宗青年会) 編集会議は感受性と発想力を全開にせねばならず、いつもグツタリになりました。

委員 武田 光誠



(曹洞宗埼玉県 第一宗務所青年会) 二年間の活動の中で出会いと学ばせていただいたことは、かけがえない経験になりました。このご縁に深く感謝いたします。

委員 田中 徳雲



(曹洞宗福島県青年会) いろいろな考え方を学ぶことで、改めて自分を見つめ直すことが出来ました。ありがとうございました。感謝。

委員 村松 保人



(曹洞宗埼玉県 第一宗務所青年会) 二年間、委員の方がたには編集会議の度に刺激をいただきました。この縁をこれからもの精進に活かしたいと思っております。

委託委員 藤木 総宣



(福井県) 個性豊かな編集部の方と編集会議等で議論を重ねていくなかで、自身のあり方についていろいろ考えさせられました。二年間ありがとうございました。

委託委員 広瀬 知哲



表紙デザイン・イラストを担当しました。『そうせい』で得た経験を今後活かしたいと思います。ありがとうございます。

委託委員 大室 英曉



委員諸師やご協力いただいた方々の情熱・発想・人柄、一頂戴したすべてのご縁が大切な宝物となりました。

委託委員 大村 則道



(曹洞宗静岡県 第一宗務所青年会) 微力ながら校正という形で全曹青に関わる機会をいただきました。感謝申し上げます。

第二回 「禅」知識まんだら 実践版講習会

『チベット仏教講習会——チベット仏教って何だろう？——』開催報告レポート

去る平成十九年二月二十一日(水)、二十二日(木)、大本山永平寺東京別院長谷寺において、参加者約四十名を集め、全国曹洞宗青年会主催・広報委員会主幹による第二回「禅」知識まんだら実践版講習会—チベット仏教講習会—を開催いたしました。

以前、『そうせい』135号(平成十八年十月発行)において、「上座仏教の坐禅法講習会レポート」として報告済みのように、今期(第十六期)の『そうせい』誌上(130号から)において、今号まで連載してまいりました「禅」知識まんだらは、曹洞宗の坐禅のあり方を見つめなおすことを主眼としております。文字のみでの紹介で留まることなく、実践することによって、より具体的な宗門の坐禅のありかたが、さまざまな仏教教理とのように通じており、またどのような違いがあるのかを探求するものであります。その実践講習として、今回はチベット仏教の講習と砂曼茶羅制作を行いました。

チベットはインドと隣国なので、仏教や文化もインドからの流通をもとに発展してきました。この流通から、チベット語も仏典翻訳のために整備さ

れていったのであります。

チベットはその膨大な天然資源(ワラン・森林資源・金・銀等)をもとに、宗教政権を中心として、網羅的にインドから仏教を輸入し、開国以来完全な大乘仏教に基づく「宗教国家チベット」が誕生したのであります。その宗教政権のもと、チベット国民は仏との関係が日本より身近であり、したがって日本の若者に多く見られるように、生き方に迷うものは少ないと思われれます。なぜなら仏の教えの実践を、どの位できるかが課題であり迷う原因がないのであります。



とても丁寧かつ、わかりやすく講じていただいた野村正次郎先生

チベットでは、宗祖や派祖の重要性よりも、カリキュラム(修行課程段階)が重要視されており、インドの僧院がモデル(基本)となっており、僧侶たちは専門僧堂にて、十年から十五年のカリキュラムを修行しており、日本でいうところの、高校や大学のようなものであり、日本の専門僧堂とは違って厳しいものではありません。師匠と弟子が互いに一緒に暮らし、共に仏教の基礎から論理学・中観・俱舍論・戒律等を勉強する課程となっております。その課程では問答もあり、弟子

が経典を暗記し、その意味内容について、アドリブで議論するものです。仕事やがままつておられて、師匠や先生は弟子が印を結んで座っている前に立ち、「アエイ」という文殊菩薩の真言を先ず声に発して始まります。弟子の問いかけに「チル(速く答えろ)」とかけ声を発し、答えを促すのです。その仕組みとしては、答える人(師匠や先生)は「その通り」「証因不成」「遍充しない」「何故」これら四つの言葉のみで答えるのです。例えば、問「法身は常住であるから」答「何故」問「無為法は常住であるから」答「何故」問「唯識の『○○経』の第○巻、第○○章に書いてあります」等と掛け合うのです。友人や先輩と議論を交わすため、先生は答えを教えず行つのです。これを約六時間続けて行つのです。問答の各寺院対抗戦があったりもします。

この僧院で生活する僧侶を通じて、一般人の信仰には、生活の中で仏教に触れる機会が豊富であります。そのくらしい仏教が浸透しているがゆえに、人びとは僧侶を見かければ、礼拝(五体倒地)をする習慣があります。そのような浸透には、仏教の象徴である各町まちの僧侶たちがしっかりと僧院生活をしており、その頂点にダライ・ラマが存在するためにあります。

主な宗派は、ニンマ派・カダム派・カギユ派・サキャ派・ゲルク派等が存在するのであります。何れの宗派も、開国以来インド仏教を直接、完全な形で輸入したのであります。中国仏教と決別したチベット仏教は、インド仏教の伝統

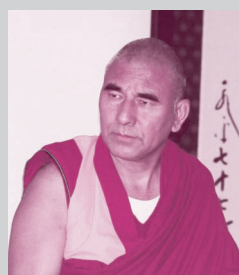
の継承者として、その伝承を今日まで守り続けることに努めています。

野村正次郎(のむらしろうじろう)
一九七一年広島生。早稲田大学大学院博士課程単位取得退学。文殊師利大乘仏教会(アブン・ゴマン)学堂日本事務局・事務局長。大谷大学真宗総合研究所嘱託研究員。訳著「学説規定」共著「西藏仏教基本文献」「チベットを知るための50章」ほか。

引き続きの第二講では、「チベット仏教の懺悔滅罪法—金剛薩埵念誦法—」と題し、ゲシェー・ロサン・イクニエン師から、金剛薩埵を觀想して懺悔滅罪するチベット仏教の瞑想の特徴をご提唱いただきました。

まず、金剛薩埵とは大日如来の教えを受けた菩薩で、大日如来より灌頂を受けて二手に五智(大円鏡智・平等性智・妙觀察智・成所作智・法界体性智)の菩提心の象徴とされる金剛杵を与えられ、密教の第二祖とされました。その菩薩を、目前に存在しているイメージを念じます。自分の頭頂に空の理解(智慧)が生起し、次に見つけたかと思つほど綺麗な蓮華が生起し、次に仏しか味わつことのできない快樂であるa(アジ)が突然生起します。そのa(アジ)からは、まるで山に雪が積もり、そこへ太陽の光が当たつたように真っ白な月輪が生起し、その周りにhum(阿吽・あうん)の吽の意。物事の始め(阿)と終わり(吽)を意味し、密

教では菩提心(阿ハ)と涅槃(吽Hum)とに訳される)より五鈷杵が生起し、そこから光明が放たれ、金剛薩埵が生起するのであります。その金剛薩埵に次のように請願を言います。



懺悔滅罪法を講じられるゲシェー・ロサン・イクニエン師

私と一切衆生が為してきた罪障や三昧耶の墮落、破戒、これらすべてを、浄化し清浄なるものと為し給え

あたかも、自分が毒を飲んでしまったかのように、後悔する力が重要であります。そして、数珠の玉に光明が一切



先生が手を「パン」と叩きながら問い、それに答える問答の様子



下が蓮華・上が観音菩薩のシンボル

衆生へと反射し、十方に向かつて放たれ浄化されるのです。その浄化には、頭頂にある金剛薩埵により、甘露が自分の頭から入り足下まで罪を流し、さらに足の下の中にある餓鬼をも飽満させる、上から下へのものがあります。また、体内から皮膚の穴を通して、罪が黒色なものとして溢れる、内から外へもの、まるでハケツの水をかぶったように、胸あたりから入り、一気に罪障を流すもの等があり、これらの三種が主なものです。いずれも最重要なのは、一切衆生への救済が念頭にあることであります。



まるで匠の域な技量であつという間に作成する口サン・ブンツォ師

口サン・ブンツォ師
一九六九年チベットのリタンに生まれる。十三歳までは家庭の事情で家の仕事の手伝いをして暮らす。十六歳のときリタン僧院にて出家し、読み書きから僧侶としての基本を学んだ。一九九四年より深く仏教の教義を極めるために、南インドに亡命し、ゴマン学堂のハルドン学寮に入り、論理学・般若経学・中観学・俱舍学を学ぶ。顕教の課程を終えた後、キョメー密教学院の僧侶とともに、砂曼茶羅の作成を学ぶ。一九九九年～二〇〇二年にはゴマン学堂財務部にて、新本堂の落慶のための仕事に従事する。



参加者の質問が多く活発な質疑応答であった

第二日目は、第三講「チベット仏教における砂曼茶羅の世界」と題し、野村先生からはチベット仏教の砂曼茶羅の制作の意味と解説をいただき、そして口サン・ブンツォ師からは、実際に砂曼茶羅の制作を行っていただきました。

ゲシェー・ロサン・イクニエン師
一九四八年インド北部のザンスカールに生まれる。一九六三年にザンスカールのトンデ寺院にて出家。一九七三年より深く仏教の教義を学ぶために、南インドのゴマン学堂へ移りガリー学寮に入る。ケンスル・テンバ・ゲルツェン師（文殊師利大乘仏教会会長・現在日本在住）に師事する。論理学・般若経学などを治める。ゴマン学堂護法堂にて「経頭」を務めたこともあり、学問にも各種の業務にも長け、「ゲシェー・ドランバ」（仏教博士課程）の学位も取得している。

それは、小さな虫から自分の親までも含めて念じるものであります。何故なら輪廻によって、すべての生命はかけがえないものであり、前世の親とか今生の親とかと優劣をつけるのではなく、すべての生命は己にとって大変有難いものであるからです。どのようなことにおいても一日一日を、すべての生命のことを念頭に行動することを心がけることであります。



砂曼茶羅作成に真剣に取り組む参加者

上から砂で描くものであり、薬師如来や観音菩薩の儀式のために作成するものであります。完成した際には、勸請・開眼をし、その後破壊するものであるから、砂で描くのです。描き方は、中心から放射状に描き、曼茶羅図のように、立体的なものも平面に描き、書き方としては、描写するものを絵画のように正面から描くのではなく、自分から逆さまなものでも、逆さまのまま描くのが特徴です。また、使用する砂は、大理石を粉状にしたものに着色したものを使用します。右上の写真のように、筒状の細い棒を二本使い、一本は砂を入れ描きたい線に合わせ、もう一本で擦るようにして、棒の凹凸による振動か

講習会差定	
第 1 日目	
13:30	受付開始
14:00 ~ 15:00	開講式
15:30 ~ 17:00	第一講
17:15 ~ 19:00	薬石、開浴
19:00 ~ 21:00	第二講
21:00	開枕
第 2 日目	
4:30	振鈴
5:00	暁天坐禅一炷、朝課
7:00	小食、休憩
8:00 ~ 10:50	第三講
11:00 ~ 12:00	アンケート、質疑応答
	閉講式、清掃、解散

ら、砂が少しずつ落ちて線になるのです。その砂を落とす棒先の高さによって、さまざまなアクセントができるようでした。参加者は、これらの実践を通じて

チベット仏教の砂曼茶羅の作成を体験しました。未だかつてない体験を迎え、期待と不安の中にも手応えがあったかのごとく皆さま集中されておりました。

チベット仏教講習会参加者感想文

・ 僧院での生活をもっと細かく見ていけば、宗門との違いがたくさんあると思ひ、ますます興味が出てきた。具体的には、金剛薩埵念誦法は非常に難解で実践は難しいと思つたが、文献だけでは知り得ない「一生」のチベット仏教を感じ取れたと思う。

・ 特に、日本仏教との違いや、チベット仏教では仏の教えの実践のみという考えには、我われ僧侶としては考えさせられました。また、共通する部分も多々あり、仏教は宗派にとらわれず一人の仏教徒として生きていきたいと思ひました。他に、問答で議論をするところは、我われ禅宗の問答に共通する部分があると思ひました。

・ 曼茶羅を制作することによって精神的にどのように変わってくるのか、また瞑想すること何かが関係してくるのか疑問に思つた。

・ 内親的な部分では知識も体験もなく、その意義等は理解ができなかつた。また、宗門の坐禅では、イメージを使わないやり方なので違和感がありました。

・ 砂曼茶羅については感動の一言です。自ら体験することによって曼茶羅に一つ近づけた感じがします。在家の方がたにも仏教に親密になつていただくための一つの方法でもあると思ひます。普段生活していると、現状の学習しかできないが、やはり仏教の原点へ通り広い視野で学習する大切さがあるのだと感じました。

・ チベット仏教の現状については、チベット問題が早急に解決し、インド仏教の伝統の継承者として、純粹に歩み続けてもらいたいと思つたのみである。

故森田宏彦全曹青第三期副会長を偲んで

全曹青第五期会長・栄林寺住職 櫻井孝順

故森田宏彦師の御遷化を悼み、謹んで哀悼の誠を捧げます。

二月十二日御遷化の悲報を本葬儀総都管を務められた吉村明仁師より受け早速弔問のお電話をし、遺弟英

仁師より五カ年余に亘る闘病の様子をお伺いいたしました。二月二十五日速夜、二十六日本葬儀に焼香に向きました。通夜には、寒の

戻りの肌寒い中檀信徒、園児父兄、各界友人など九百余名が参列し遺教経の読経後も長い焼香の列が続いておりました。翌日の本葬儀は満蔵寺・学園合同葬で営まれ、棺には園児たちが快復の祈りを込めて作った千羽

鶴を、そして願いを添えた短冊手紙を一枚一枚丁寧に納めている遺弟の脳裏には、師匠が生前幼児教育に捧げた遺業を思い浮かべられたことでしょう。

宏彦師との出会いは、昭和四十四年春永平寺安居でありました。師は駒澤大学仏教学部博士課程修了後の安居で私より五歳年長で呼び名は

「満蔵」。師が衆寮から傘松会接頭に転役、当時の傘松誌編纂の天藤全孝老師の下で公務に励んでおられました。学識を鼻にかけることなく、笑顔で語り合った姿が偲ばれます。昭和四十四年安居者も平成六年結集以

来「獅子会」を発足し、毎年安居会が開かれております。

師は送行後、自坊にあって幼児教育に専心する傍ら、千葉青年会議所理事長、日本JIC役員な

どを通して、都市部における宗門大衆教化活動の教線を張られ、千葉曹青第五代会長、関東地区曹青会長などリーダーシップを発揮されました。全曹青創立五年目、第三期スタートは人事問題等で、理事会での激論が交わされた中、佐藤泰惇会長体制が確立し関東地区から森田師が副会長となりました。カンボジア難民支援の母体となった曹洞宗ボランティア会に教育支援体制の確立、また大本山永平寺二祖国師七百回大遠忌事業の取り組みなど東京グランドホテルへ結集した各執行部の会議は、毎回深夜にまで及びました。師の社会開発で精錬された視線からの発言は、全曹青のスローガン「大衆教化の接点を求めて」の事業展開に反映されました。

世寿六十七年、寺庭を守られる奥様の後押しを受け東奔西走の一路は、平成十三年に師の後任にふさわしい青年宗侶として歩まれている英仁師に相承されております。

謹んで香炷を献じ、大寂定中御心安穩ならんことをお祈りし、追悼の言葉といたします。



本JIC役員な

授与品・記念品・その他 寺院用品



井筒 授与品部

〒601-8348 京都市南区吉祥院観音堂町23番地

TEL 0120-075-820
TEL 075-672-8100

FAX 0120-075-890



仏壇・仏具製造直売 白衣・作務衣
各宗寺院用具取扱 足袋・ベッス・草履
甲州印伝・貴石念珠 各種線香・ローソク

静岡市職員互助会指定店 曹洞宗梅花講指定店

有限会社 利照堂佛具店

〒420-0011 静岡市葵区安西4丁目61-4
TEL 054-254-6990 FAX 254-7023

世界の重層信仰(最終回)

『シンクレティズム』の現在

住家 正芳

世界各地の宗教伝統が他の宗教とかわり、せめぎ合いながら、長い時間の中で重層的に「伝統」を形成してきた様子を紹介するこのシリーズも、今回が最終回となりました。これまで、キリスト教、ヒンドゥー教、イスラム教、儒教、道教、そして仏教について、それらがけつして他の宗教とは無関係に、いわば「万世一系」的に純粹培養されてきたわけではなく、さまざまに影響しあい、しばしば敵視することもありつつ、そのことがかえって相手を強く意識することになったり、あるいはいつの間にか他の宗教を呑み込んでしまっていたり、といった複雑な歴史を経て現在に至っていることを、ご理解いただけたのではないのでしょうか。

前回は林淳先生から、シンクレティズムという言葉は、キリスト教や仏教のような世界宗教が伝播して他の宗教と融合した場合に限定すべきとの提案がありました。同じように諸宗教がまざり合っているように見えても、さまざまな宗教がひとつの社会の中で別々に並存し、各宗教を信じる人たちがそれぞれ別のグループを形成している場合や、多くの日本人のように、ひとりの人がユーザーとしてさまざまな宗教を使い分けるような場合は、別のこととして考えたほうがよい、とのことでした。宗教信仰の重層性と一口にいつても、融合する場合、並存する場合、使い分けられる場合と、少なくとも三つの状態があることに注意しなくてはいけないことは重要でしょう。

このことをふまえて最終回の今回は現代の日本人にとつての「重層信仰」を考えてみたいと思います。林先生は宗教を使い分ける日本人を「ユーザー」と表現していましたが、ユーザーが何かを選ぶためには選ぶ対象についての情報がまず必要です。では、宗教についての情報は、どこでどうやってユーザーたちに届いているのでしょうか。テレビでしょうか？ ももちろん影響力は大です。しかし、どうしても「カルト」報道的なものが中心で、好意的な関心というよりは一步引いた気持ち

をよび起こすことが多いでしょう。それでも興味をもつて惹きつけられる人も中にはいますが、多くの人が積極的に関わろうとするとは考えにくいでしょう。

今ならやはり、インターネットでしょうか。宗教学会にもインターネットと宗教との関わりを探ろうとしている人たちがいます。ただ、まだまだ新しいものですし、年齢層によつて普及率に差もあるでしょう。

ところが、古いも若きも男女が集い、しかもさまざまな宗教についての情報が日々更新されつつ集積されている場所が、インターネット以前から全国津々浦々に存在しています。それにインターネットでは、自分が興味を持ったものを検索する作業が基本ですから、そもそも何の興味もないものは目に入りにくいものですが、その場所なら一歩足を踏み入れるだけで、まったく未知のものがいやでも目につきます。

ちの著書が六〇年代後半のランキングをにぎわすことになりました。

七〇年代に入ると、この傾向はさらに強まり、さまざまな教団が書籍を通じて教えを広めることに力を注ぎます。GLAの創始者、高橋信次や後に阿含宗となる観音慈恵会を始めた桐山靖雄の著作は毎年のように出版され、高橋信次の死後、娘の高橋佳子が出した『真創世記 天上編・地上編』はベストセラーランキングの上位に食い込みます。

そして宗教教団の書籍ではありませんが、七三年から翌年にかけては、小松左京『日本沈没』や五島勉『ノストラダムスの大予言』が大ヒットし、テレビのブーン曲げ少年、ユリゲラーなどのブームとあいまって、いわゆるオカルトブームが起ります。オカルトものの人気はこの後も根強く続き、ついに七九年には和泉宗章の占い本がベストセラーランキングの一位と二位に並びまです。同様の占い本は八〇年代に入ると大量に出版され、ニューエイジ系の書籍も多く出されるようになって、大型書店には「精神世界コーナー」といったものが設置されるようになっていきます。

このような中で、七〇年代には仏教書にもブームが起こります。代表的なのが一九七二年の松原泰道『般若心経入門』で、経済的にいくら豊かになっても忙しさに追われた現代人は心

を失ってしまっており、自分自身を見つめ直さなくてはならない、そのためには般若心経に託して真実の人間性を開発すべきである、といったことが説かれます。モノが豊かになることでかえって心の豊かさが失われてしまっている、という話は今でもよく耳にしますが、この頃も盛んに訴えられていて、独特の宗教観で知られる松下電器の創業者、松下幸之助や、奈良薬師寺の再建で有名な高田好胤といった人たちの著書にも、まるで打ち合わせたかのように同様の主張が見られます。

お経のカセットテープが「飛ぶように」と言われるほど売れたのもこの頃で、野間宏『親鸞』や司馬遼太郎『空海の風景』といった、一般の作家による仏教関連書もよく読まれ、漫画では七二年に手塚治虫の『ブツダ』の雑誌連載が開始されます。ベストセラー作家、瀬戸内晴美の出家が話題になったのも七三年でした。最近であれば、五木寛之の一連の著作のヒットがこういった路線の延長上に位置するといえるでしょう。必ずしも宗教者ではないけれども強い関心を持つ作家が仏教史上の重要人物や教えについて一般読者向けの書物を著し、広く読まれるというのも、七〇年代に広く一般化したわけです。

「シンクレティズムの現代」と銘打っておきながら、七〇年代の話ばかりになってしまいました。ただ、我々にとつ

てとても身近な場所にさまざまな宗教信仰がせめぎ合う現場が出現した、ひとつの転機となる時代であったという点でなかなか興味深い時代といえます。そして、先に挙げた高橋信次や桐山靖雄の著作は、さまざまな宗教伝統やさらには科学上の知見からありとあらゆる要素を取り入れ、まさにこつた煮にした、考えようによっては「重層信仰」の最たるものだったのですが、たとえば桐山の著作がタイトルを「密教」としていたり、高橋の著作がブツダの生涯の高橋なりの解釈であったりと、ぱつと見には仏教書と見えるような内容でした。

これが林先生の定義する世界宗教による融合という意味での「シンクレティズム」にあたるのかどうかは、なかなか判断が難しいように思えますが、仏教書ブームの中で、仏教者の著作とともにこれらの書籍が並べられていたこと、そしてそれらを手にとった人びとの中に、後にオウム真理教を始めた麻原彰晃やその幹部、林郁夫らが出たことは、私たちに多くのことを考えるよう、要求しているのではないのでしょうか。

○住家 正芳（すまか まさよし）

一九七三年大阪生まれ。東京大学大学院博士課程修了（宗教学）。博士（文学）。宗教学、社会学、政教関係などを研究。日本学術振興会特別研究員。

幻の名著 杉本俊龍 老師 著

『龍華』覆刻

室内学住職学の研究成果集。私共の種々の疑問に答えています。伽藍、仏具、経典、仏前供養、葬儀、年忌、質疑応答、従容録提唱（第一則から第七則まで）。

拾遺篇には宗報、傘松、跳龍、銀杏、暁星、優曇華、道元誌、教学時報の各誌で発表された論考を網羅集録。読み易い様に全て項目別に編集されています。

本文 1,700頁 布装 函入り A5版

著者：杉本俊龍老師

発行：滴禅会

頒布価格：25,000円 / 冊

（梱包、送料含む。滴禅会会員は 20,000円 / 冊）

ご注文は下記に葉書またはFAXにて

電話番号、郵便番号をも御記入の上、お申し込み下さい。

◆滴禅会事務局

〒326-0803 栃木県足利市家富町2523高福寺内

TEL 0284(21)6206 FAX 0284(21)6218

口座名：滴禅会 口座番号：00120-8-296114

禪知識

曹洞宗侶として

他宗派の坐禅を学ぶ意義

まんだら (最終回) 宝泉寺住職 笛岡泰雲

これまで、余乗についてのお話をさまざまなかうかがってききました。しかし、宗侶として、それをどのように捉えればよいのでしょうか。今回は、一事例として、笛岡泰雲老師のお話を伺います。もちろん、答は一つではないでしょうが、学人の参究に資すればと願います。

私は宗門寺院の一住職で初期仏教にも関心があり、今回このお話を戴きました。九年前からスリランカの初期仏教長老の法話と実践指導の会に学び、拙寺を会場に長老を拝請し参加者二十、三十名・五日間の宿泊仏教実践会を十回ほどご指導戴いております。修行実践で心を清らかに育て、人格完成を目指しますが、私の場合には僅かな経験や立場で得ていたつもの多少の自信が、実は貪瞋痴と根強い慢心に依るものだと気づくような昨今です。未熟で分不相応かと恐縮しながら、宗派などが現れる以前、お釈迦様が直接仰ったといわれる修行方法を学ぶことの意義を考えてみます。

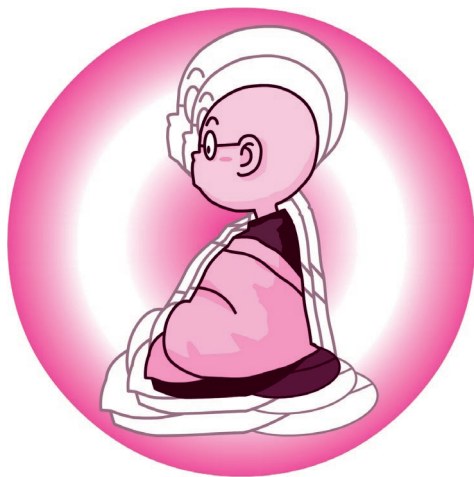
仏教の流れには、南伝のテーラワー

ダ仏教（上座仏教・初期仏教）と、北伝の大乗仏教との大きく二つがあります。その他にも「部派仏教」があります。小乗と蔑称されインドで消滅した「部派仏教」は、日本では南伝の上座仏教（テーラワータ仏教）と混同され易く、私などは数年前まで南伝仏教が小乗仏教だと思い、テーラワータ仏教の名も知らぬ者でした。（編集部注…通常、根本分裂後の分派化した仏教教団を総称して部派仏教と言うので、上座部も部派仏教の一部と解されます。文中の見解が学問的に正しいかどうかは確認できませんでした。おそらく、現存の上座部側の見解では、上座部は、初期仏教を直接継承したものであって、他部派とは異なること自認しているのではないかと思われれます。）

大乗仏教は釈尊ご入滅の数百年後にインドで興起し、北伝して各宗派に分かれました。中国で発展した禅宗は日本に伝わり、我が宗門はその中国禅宗を受け継ぐものです。

私の場合、「宗門の僧侶は他所見せず坐禅することが仏道」と教わり、「実地に坐禅し祖録講義を聴講し行持作法を如法に勤めるならば、浅学ではあつても一僧侶として恥じることは無い」

と考え、大乗仏典に下根劣智とある小乗などは学ぶ必要なしとしておりました。また、日本仏教に多数ある宗派は本尊仏、所依の経典、教義、法式行事等それぞれ内容が随分違つ中、お互いに自分の宗派を一番とするのが当然ですが、同様の私は他宗派に無関心でした。



道元禪師は、釈尊を恭敬供養尊重重贊嘆、不惜身命で仏法を伝えられ、中国禅宗の祖師方を点検し追慕されても「禅宗と称するなかれ、我が伝えるのは釈尊の仏法宗である」という意味の「ご文章のように、釈尊本来の仏法相續に懸命でした。」

宗門で悟りは衆生に本来備わる在り方とされ、実際に個人が後から目指し、悟るものではないとされます。本来終着点上の存在であれば祖師の教えを信じ行じる処が仏道であるから、小さな自分持ちの納得や自覚、更に終着地点や結果は不要になります。一宗を背負うような筋金入りの方がたは別格としても、一般宗侶の私は二十年三十年黙して坐ればよしという信仰の坐禅を行じる覚悟を目指しましたが、自身の納得や自覚の無いままでは何処かが落ち着かぬという軟弱な部分がありました。

さて、初期仏教です。釈尊が説かれた教え（経典）は、世尊の御入滅後、直弟子の阿羅漢方による経典結集に於いて、後世に一語も変更させないようと固定されました。その現存する最も古く完全な形で伝わっているパーリ経典に基づいて現在まで続くのがテーラワータ仏教だとされます。

そのお経の中に、真理の教えもやがて人の好みや考えが加わると変化する。（当然変化する文化的な部分は別として）聖なる真理・悟りの道などの変えられない教えと、変化した教えとの区別をお弟子方に語られたというお話を聞きました。

人が来て、この教えは自分が仏陀から直接聞いたのだと語つても、そのまま簡単に信じてはいけな、話をよく聞き、私（仏陀）がこれまでに教えた論理的な教えと実践方法とに照らし合わせて、もし内容が違うならば語る人の解釈や思考で変化したものかも知れない、それは仏陀の教えでは無い、と

いう厳しいお話です。お弟子方に直接注意されたお話で、後世の我々に合わない点もありますが、ポイントは仏陀の真理の教えと、人間の希望や思考解釈で変化した教えとを、厳密に区別することの重要さを説かれたものです。現在我々が仏陀の言葉とするには歴史的、学問的にも、上記パーリ経典が基本になると思います。

また別のお経には、権威ある立派な人が教えても、古くからの伝統や仕来りであっても、それが証拠も無く証明もできないことは止めて下さい、私(仏陀)が語るからと言っても無闇に信じないこと。感情だけで有り難く信じる無知の在り方を止め、自分で考える能力のある知識人として、自ら実証し確信するのが仏弟子だというお話もありました。

その教え(法)について唱える日常経典をご紹介します。

◎「法の六徳」

世尊に説かれた法は

一、善く、正しく、説き示された教えである。(正法は教理、実践方法、論理、言語の上だけではなく修行の結果に於いても完全である)

二、実証できる教えである。(何時でも、誰にでも体験することができる)

三、普遍性があり、永遠たる教えである。(真理そのものであり、時と場合によって訂正するべきものではない。また、即座に結果が得られる教えでもある)

四、「来れ見よ」と言える教えである。

る。(何人でも試して、確かめて見よ)と言える確かな教えである)

五、実践者を涅槃へ導く教えである。(煩惱に汚れたところの状態を確実に浄化し、解脱へと導く)

六、賢者によつて各自で悟られるべき教えである。(自らこの教えを実践して体験すべき。他力救済を説かない)

(以上の徳が具われる)法に、私は生涯帰依してまつる。

(宗)日本テーラワーダ仏教協会より

どの一言葉もよく読めば、仏陀以外には語られない恐ろしいほどの自信に満ちた言葉です。

証拠が無いもの、結果の無い行為などを仏陀はまるで認めておられません。

各宗お祖師様の時代、初期仏教は日本に伝わっていないが、今から二百年ほど前、西洋人によつてパーリ語の研究が行われ、日本でも明治の頃から研究がなされ、日本からの留学僧もありましたが広がりませんでした。近年、スリランカやタイ、ミャンマー等から長老方が来日されるなど交流が深まりました。パーリ経典の読みやすさ、訳経や関連書籍も多数出版されたり、インターネット上には初期仏教のサイトもあるなど、一般の人びとにもパーリ経典や初期仏教に触れたり学んだりすることのできる機会が増えました。

仏教の学び方には、最初に祖師や師の教えを学び信仰を確立し、必要に応じて元々の釈尊はどうであったかと遡

る方法や、パーリ経典に基づく釈尊が説かれた教えから歴史の順番に学ぶ方法などもあります。

現代の我々は、日本にいながらテーラワーダ仏教の長老方から直接、論理・実践方法を学ぶこともできます。元日のNHK教育TV「心の時代・特選」に出演された日本テーラワーダ仏教協会のA・スマナサーラ長老を始め日本語が堪能なお坊様方もおられます。

以上、初期仏教は、釈尊が直接説かれたといわれる教え(パーリ経典)に基づく仏教であり、彼の釈尊が説かれた論理的な教えと実践方法を学ぶことは、宗派に関わらず遠い仏弟子の一人として最も重要な意義あることだと考えます。正法は教理、実践方法、論理、言語の上だけではなく修行の結果に於いても完全であるといわれる通り、学べば理解し、納得し、確信できる論理的な教えを、固定概念を外して、それは本当かどうかと試してみられては如何でしょうか。

生きとし生けるものが、幸せでありますように。

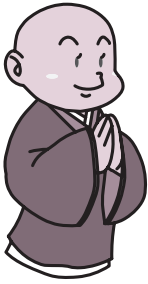
○笛岡 泰雲(ふえおか たいうん)



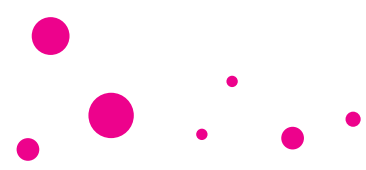
昭和二十四年生れ、昭和四十八年得度後永平寺安居、昭和五十六年宝泉寺住職。



先回執筆者、羽矢辰夫先生の新著「スッタニパータ さわやかに、生きる、死ぬ」(NHK出版)が刊行されました。同書は、専門書にありがちな訓詁的内容でもなく、通俗書にありがちな世俗的内容でもありません。同書は、「シリーズ 仏典のエッセンス」中の一冊ですが、その名の通り、仏教の中心的課題そのものずばりに焦点を当てた内容となっています。また、思想書としては珍しく、修行論も視野に収めている一冊です。仏教思想は、本来、修行のための理論なので、同書は、実践に役立つものであるといえます。今回、発行を記念して、先着十名様に同書をプレゼントしていただけることになりました。応募は、住所・氏名・電話番号を明記の上、〇五五五一六一三九八八までファックスにてお願いいたします。なお、当選発表は発送をもって代えさせていただきます。なお、本シリーズ中には、宗侶の服部育郎老師が一書を著しています(「テーラガーター 真の心の安らぎとは何なのか」。こちらも、併せてご一読ください。



あまんず そうせい



我が家に宝あり

長野県東昌寺副住職 飯島 恵道

今年1月24日、我が寺の東堂（前住職）が人生の幕を閉じた。満86歳であった。颯爽と自転車に乗って信徒宅へ月参りに伺う姿が印象的だったようで、「ついこの前まで、あんなに元気に自転車に乗ってたのに…」と、前住職の他界が信じられないという声も多く寄せられた。昨年末より体調不良が顕著となり、年明け早々入院。1月11日、その日は本人も比較的調子が良かったため、一時間ほど外出許可を戴き、生まれ変わった伽藍を見ることができた。バリアフリーにしたため、車椅子で山内をスイスイ移動しつつ散策。「綺麗になって本当に良かったねえ」と本人もご満悦。1月16日に引渡しが終わわり、その後一週間ほど残りの作業が続き、23日に職人さんたちが全て引き上げていった。さて、引越しの算段をしないとね、と話していた矢先、24日の朝「声をかけても眼をあけない」と病棟から電話がはいった。午後2時2分、呼吸停止。本当に眠るが如き静かな旅立ちであった。

息をひき取る数日前のこと、「本寺の方丈様に、三猿の絵を描いてもらってちょうだい。どうしてもお願い！これが私の遺言。」と突然言い出した。何度も何度も繰り返し言うので「無理に決まってるでしょ！もう、いい加減にして！」と東堂を怒鳴ってしまった。あの時怒鳴らなければよかったと今でも悔いている。それでもと思いなおし、早速本寺の方丈様に連絡をした。が、やはり無理とのこと。通夜の晩、本寺の方丈様が「三猿」の軸を持参してくださった。そこには猿の絵と共に「我が家に宝あり、君知るや」と書かれていた。「宝物は外側には無く、私自身の内にあるのだよ。君はそれを知って

いる？」ということだと方丈様は説明してくださった。そして三猿が意味するところは「本当の姿というのは、見えないし、聴こえないし、語るができない」ということだそうだ。「本当の姿というのは、なかなか人には伝わらないけれど、自分を信じて、自分を宝物のように大事にしながら生きること。それが大事」東堂はそのことを伝えたかったのだろうか。あるいは「“死”とは、見えず、聴こえず、語れなくなるということ」と言いたかったのか。今、東堂に問いかけてみても返事は戻ってこない。目の前から姿を消してしまった今になって、東堂に逢いたい、声を聞きたい、語り合いたい、その思いは日増しに強くなっていく。あのとき怒鳴ってごめんね、ずっと寺から逃げていて、寺に戻ってくるのが遅くなってごめんね、苦勞かけすぎてごめんねと百万遍謝りたい。

呼吸停止の寸前、東堂の目頭から涙がこぼれ落ちた。86年分のありがとう、さよならの一滴だったのか、真意は知れず。涙の理由を探る旅は、東堂のメッセージの真意と涙の源泉を探る旅となり、「我が家の宝」を探る旅になるだろう。一滴の涙の声を聞き取れるように、耳を澄ませて生きてゆきたいと思う。

◇筆者プロフィール◇

飯島 恵道（いじま けいどう）

長野県松本生まれ。尼寺育ち。生と死、命をキーワードに、僧侶としての活動の中で、看護師資格をいかせる現場を模索中。

お香・線香の専門店

香鋪 伯林堂




〒322-0064 栃木県鹿沼市文化橋町1,966番地
TEL:0289-62-2401 FAX:0289-62-6409
URL <http://www.hakurindou.com>

谷口法衣仏具店ならではの……

技の粹

御仏具、御衣鉢、記念品



株式会社 谷口法衣佛具店
〒880-0805 宮崎県下市郡高江通延慶町東1-1
電話 075-351-9741 (代)
梅花講御指定販売店



寺族の窓



北海道 養福寺寺族 河村 由美

このお寺に嫁いで十年が経ちました。ほんの一步ではありますが、やっと振り返るだけの道のりができた気がいたします。お恥ずかしい話ですが、在家から嫁いだ私にとっては、お寺も仏教も、まったく無縁のものでした。

何も知らなかったからこそ、呑気に嫁いでこられたのかもしれない。それまでの自分のキャリアはここでは何の役にも立ちません。まったくゼロからの出発。もしかすると、マイナスからの出発だったかもしれません。そんな未熟者の私を、ここまで導いてくれたのは義母です。

私がお寺へ嫁いだ年に、実母を病気で亡くしました。それから、お寺の義母を本当の母だと想って暮らしてまいりました。義母は母として、寺族として、妻としてあらゆる限りのことを細かく教えてくれました。あたたかく、やさしく、時には厳しく、大きな愛情を持って私を導き育ててくれました。どんなときも、私の第一の味方でした。義母の、いつも笑顔を決やさない、凛とした明るい人柄に惹かれ、お檀家さんは、相談事や他愛のない世間話をしに、いつもやってきていました。義母はお寺の太陽でした。

いつの日か私も義母のような存在になれるのだろうか。どうやったら頼り

にされる寺族になれるのだろうか。私に何ができるのだろうか。不安と自信のない自問自答の毎日でした。今想像ば、そんなものは一朝一夕になれるものではないのですが…。

私にとっても、お寺にとっても、そんな大きな存在である義母が、三年の闘病生活の末、まるで、私にすべてを教えるまでがんばってくれたかのように、私が嫁いでから七年後に亡くなりました。

義母をなくして四年。三人の幼子を抱え現在までやってこられたのは、周りの暖かいご支援があればこそのものでした。教区のご寺族の方たちも、あたたかく見守ってくださいます。住職である義父もいたわってください、あたたかく優しい心遣いで私を助けてくださいます。義母には到底及ばない私を信頼し、頼りにさえてくださいます。なんともありがたい事と感謝しております。

そして何より孫、子のような年齢の私を「奥さん、奥さん」といって、立ててくださったお檀家さんたち。本当に手を合わせずにはいられないほど、頼りにし、感謝しております。たくさんのお母に囲まれているようです。私の子どもも、たくさんのおばあちゃんに囲まれ、愛情いっぱい育てられています。

すべて、義母が残してくれたありがた

いご縁だと感謝しております。私が嫁いで来たときに義母が言ってくれた「お寺に入って、苦勞も多いかもしれないけど、それ以上にたくさんのお檀家さんから、たくさんのお幸せをいただけるよ」という言葉を思い出します。そして、その言葉が今私の心と身に染みんでいます。

義母は、病床においても沢庵漬の塩加減にいたるまで私にメモをとらせ教えてくれました。義母に変わって漬ける様になり、この冬で四度目。今年も、百二十本美味しく漬けあげりました。義母から受け継いだこの沢庵をお檀家のみなさんに「お寺の沢庵は本当に美味しいね」と褒めていただいた時、嬉しく幸せな気持ちでいっぱいになります。そんな時に私は、「本当ですね、お義母さん。本当にお義母さんのおっしゃるとおり、たくさんのお幸せをいただいています。」と義母の写真に話しかけます。そうすると笑顔の義母の写真から「大丈夫、それでいいんだよ、ケセラセラ。なるようになるからね」と義母がいつも口癖のように言っていた言葉が聞こえてくるような気がいたします。

これからは、義母が寺族として作り上げたこのお寺を、少し自分らしさも加えて受け継ぎ守っていきたくと思っています。お檀家さんが楽しいときも、悲しいときも足を運びたくなるようなお寺。やさしさ、あたたかさに満ちたお寺。そして生き生きとした楽しいお寺作りを心がけ、日々精進してまいります。義母のように笑顔を決やさない。

合掌

寺院用仏具・仏壇・製造販売
曹洞宗梅花流法具販売指定店



ほう 光

本店・工場	〒940-0825	新潟県長岡市高畑町617番地	☎(0258)33-5644
新潟店	〒950-0941	新潟市女池2丁目2-11	☎(025)280-1550
川越店	〒350-0036	川越市小仙波2丁目20-1	☎(049)227-7666
高崎営業所	〒370-0046	群馬県高崎市江木町1179-2	☎(027)324-3721
長野営業所	〒380-0911	長野市稲葉1980-1	☎(026)222-3811

<http://www.hoko-butugu.com/>

究極の集中状態 ズーン

福島大学教育学部 教授 白石 豊

一九五〇年代後半から六〇年代にか

けて、禅瞑想の科学的研究が盛んになり、その概念が主に欧米などの海外へ輸出されるようになりました。その後の研究発達は皆さま周知の如くですが、最近欧米のプロスポーツ界において「禅マインド」と称したメンタルトレーニングが一躍脚光を浴びて話題になるようになりました。好成績を収めている一流選手で、メンタルトレーニングに「禅マインド」を取り入れていない人を探すのが難しいとも言われている状態です。

今回は、オリンピックナショナルコーチを務められ、ご自身も岩手・報恩寺への参禅修行を実践され、最近ではヨーガにも真剣に取り組まれている福島大学教授・白石豊先生にスポーツ心理学の観点から「禅マインド」について言及していただき、我々が一般の人びとにわかり易く「禅」を伝えていく時の方策を探ってみたいと思います。

一 集中するということ

「集中力は、政治、戦争、ビジネス、スポーツなど、人間が行なうすべての活動を成功に導く秘訣である」というのは、詩人エマーソンの言葉です。

エマーソンの言うように、スポーツでも仕事でも勉強でも、うまくやるためには完全に集中することが必要です。集中力が少しでも落ちれば、雑念がむくむくと頭をもたげはじめ、注意散漫になって活動の効率はいっぺんに落ちてしまいます。

アメリカ大リーグで二年連続のMVPに輝いたこともある好打者デイル・マーフィーは、こう言っています。

「ヒットがでている時は、いろいろ考えすぎないことだ。誰だっけなんて計算どおりにいくものじゃないさ。スランプになったりするの、たいていはボール以外のことをあれこれ悩んだりするからだ。うまく打てる時は、何も考えてなんかいないよ。集中しようなんて考えて、集中できるだろうか。」

僕の場合は、努力して集中するということではなくて、集中でぎてしまうと言ったほうが当たっている。まあ不思議な感じではあるんだけどね。」

最後のマーフィーが指摘した不思議な感じ、つまり集中することに集中しようとしても、うまくいくものではないという点は、とても重要です。本当の意味での集中は、肩をいからせたり、眉間にしわを寄せることで生まれるのではありません。もつと自然に、まるで鳥が大空を滑空しているような伸びやかな状態なのだということを、まず理解してください。

二 集中を妨げるもの

静かに座っていても、私たちの心の中にはさまざまな思いが浮かび上がってきます。そんな当たり前のことが、じつはこの地球上にいる生物の中で人間だけだといったら、みなさんは驚かれるでしょうか。

動物と違って人間には、過去を振り

返る能力があります。遠く過ぎ去ったことを思い出して悲しくなったり、嬉しくなったりします。また未来に対しても、期待に胸をふくらませるかと思えば、逆に不安におびえたりするわけです。

つまり、「今」を生き続けているのに、過去にも未来にも心は飛んでいくことができるのです。これはとても素晴らしいことですが、同時に人間を複雑にしている根元でもあります。ちよつと小難しいことを言っているようで恐縮ですが、じつはこのことが集中について考えていくときに、大きなヒントを与えてくれるのです。

もう少しわかりやすい例で説明してみましよう。たとえば英語に助動詞というのがあります。食べるというのは動詞で、「私は食べる」というのは「eat」です。それに助動詞をつけてみます。「私は食べることができるといふのは、I can eat.」「食べなければならぬ、だから食べる」といふのは、I must eat.す。やむを得ないかな、たゞ、May I (食べてもいいかな)、Shall I (食べるべきかな) というように、人間にはcan、must、will、may、shallといった五つの助動詞があります。

ところが動物は、生きるために食べねばならないから食べるだけです。つまり、mustとcanという二つの助

動詞しかありません。ですから、私たちがライオンの前を通り過ぎたとしても、彼(?)が満腹なら襲いかかられることなどありません。

しかし、人間の場合は、たとえばフランス料理のフルコースを食べて、もうお腹がパンパンになっても、まだ食べたことのないデザートが出たりすると、これも食べてみようかということになります。逆にお腹がすいてたまらないのに、ダイエットのために食べるのを我慢している女性もたくさんいます。

ハムレットの「なすべきか、なざざるべきか、それが問題だ」というのは、人間のこうした側面をみごとに言いあらわしていると思います。悩むというのは人間の特権ですが、勝負においては禁物です。ならばどうするか。試合の時には、動物になつてしまえばよいのです。

これまでの経験から、私はこうした突飛な考え方が、じつは真理をついているのではないか思えるようになってきました。まじめで人間的にはすばらしいと思える選手たちが、あれこれ考えすぎてかえって悩みの泥沼にはまりこんで抜け出せないでいる例を数多く見るからです。そういう選手たちには、勝負する時にはライオンやヒョウになれということにしています。そして試合が終わったら、今度は人間に戻って

よく考え反省しようというわけです。

もうよくおわかりのように、誰にも過去や未来をコントロールすることはできません。私たちが唯一コントロールできるのは、「ここ」という場所と、そして「今」というこの一瞬だけなのです。

三 「ゾーンに入る」

みなさんは、二〇〇一年の十二月に日本で行われたゴルフ・ワールドカップの最終日のことを覚えているでしょうか。タイガー・ウッズとデビッド・デュバルのコンビで世界最強といわれたアメリカチームは、最終十八番ホールを迎えて大ピンチに陥っていました。

残り一ホールでトップと二打差、しかもグリーンをねらったデュバルの第二打は右にはずれ、第三打をタイガーが直接カップインしてイーグルをとらなければ、負けてしまうところまで追い込まれていました。

軽いスロープの上に切られたピンはエッジに近く、いかにタイガーでもこの状況でチップインイーグルをとるのは、まさに奇跡としかいいようのない状況でした。しかし、澄み切った眼で入念にラインを読んだタイガーのショットは、グリーン手前でワンクッションした後、吸い寄せられるようにカップに向かっていき、ほんとうに

入ってしまったのです。

ギャラリースタンドは興奮のつほと化し、解説の金井清一プロも「信じられない…」と言った後、絶句してしまいました。タイガーをはじめとする世界のスーパースターたちは、さまざまなスポーツでこうしたミラクルプレーを見せてくれます。そしてそうした状態を彼らは、「ゾーン」と呼んでいるのです。

最近になって日本でも、こうした究極の集中状態でプレーすることを「ゾーンに入る」などと言うようになりしましたが、じつはそのぎつかけとなったのは、私が一九九二年にゴルフの全米オープンチャンピオン(一九八一年)であるデビッド・グラハムの『ゴルフのメンタルトレーニング』(大修館書店)を翻訳し、出版したところにあります。

グラハムはこの本の第四章を「ゾーンの威力 ―不思議な心の状態―」と題して、自らの体験を次のように述べています。

「私が優勝した一九八一年の全米オープンで、私のゴルフ人生のなかでもっとも記憶に残った試合だろうと、思っている人は多いようである。しかし、厳密にはそうではない。確かにこの勝利は、私がそれまでに獲得した数々のタイトルのなかでも、もっとも重要なものであったし、スリリングで

賞金の高いものでもあった。しかし、もっとも記憶に残る。試合だったかというところではない。というのも、私は六十八というスコアでフィニッシュした六月のあの暖かい一日のことを、実はよく覚えていないのである。(中略)

後になって、あの日、私は「ゾーン」とかと呼ばれている状態に入っていたのだということに気がついた。この状態に入ると、あらゆる事が夢見心地で静かに経過し、まるで催眠にかかったような感じになり、そのくせ心も体も完全にコントロールされているのである。」

このグラハムのいう「ゾーン状態」こそが、まさに精神集中の極みともいえるべきものです。ひとたびこの状態に入ると、すべては無意識下で進行し、気づいたらすばらしい勝利をおさめていたといったたいぐいの事例が、現実にな数多く存在します。

このように「我」を忘れてプレーする状態を、わが国では古くから「無我」とか「無心」の境地と呼んできました。かつては武道や芸道を究めようとした多くの人が、こうした境地を求めて坐禅修行に励みました。戦いに挑む多くの者が求めてやまなかった「無我」の境地とは、いったいどのようなものなのでしょうか。

四 無我の境地のメカニズム

たとえばゴルフでは、技術的なコツがたくさんあります。しかしそのコツを、二秒もかからないスイング中に、あれこれ意識していたらどうでしょう。そんな状態では、うまく当たるわけがありません。

その対極にあるのが、無我とか無心といわれる境地というわけです。ところが、無我とか無心とかいうと、頭の中が空っぽになることだと思っている人がけっこういます。じつは私自身も、この点を長いこと勘違いしていました。私が川上哲治さんの影響を受けて坐禅の修行（一九八一年）をし、それを契機に仏教書をいろいろ読むようになって、まだそんな程度に思っていたのですから情けないことです。

ところがさらに五年ほどしてヨーガに出会い、その哲学を勉強するようになって、やっと納得できました。無我とは我が無くなり、そして真の自己が顕れ出ることだと教えられたからです。つまり無我とは、もろもろの欲望から出てくる我（エゴ）が心の中から消え去って、人間のいちばん奥底にある自己（セルフ）が輝き出ることだとわかったのです。

この世に生まれ落ちたときには、どんな人でも何の汚れもない自己そのものです。ところがやっかいなことには、成長していくにつれ心の中には自

我というものが育っていきます。それが元々は水晶球のようにきれいなセルフの周りに少しずつへばりつき、やがてエゴはセルフの周りを覆い尽くします。そして外側からはエゴばかりで、最初からセルフなどというすばらしいものはなかったかのように見えてしまう人もたくさんいます。

東洋的な精神修行法である禅やヨーガなどは、こうして知らず知らずのうち私たちにへばりついたエゴを、さまざま方法で少しずつはがしていく作業だといってもよいでしょう。ヨーガではそれを八つの修行段階を経て実現しようとしておりますし、禅宗では坐禅という方法で同じことをめざしているのです。

坐禅の「坐」という字を見ましう。土の上に人が左右にすわっているのが「坐」という字です。左側の「人」はセルフを、そして右側の「人」はエゴを表すと考えられております。そして静かに坐禅することで、両者の対立を無くし、大地にしっかりと根をはやしたように動かない体（不動体）や心（不動心）を得よことというわけです。

こうした境地に至るために行われるのが修行であり、メンタルトレーニングなわけです。その具体的な方法を述べることは、この小論ではできませんので、最後に一つだけ具体例を挙げておきましょう。



「前後際断」という言葉があります。

これは前（過去）と後（未来）の際を断ち切って、「今、ここ」に集中せよという禅の教えを表す言葉です。二〇〇五年のプロ野球で、セ・リーグの最多勝投手（十五勝三敗）に輝いた投手がいます。阪神タイガースの下柳剛投手です。彼が私とメンタルトレーニングを行うようになってから、もう五年が経ちました。

「前後際断」という言葉は、道元禅師の『正法眼蔵』や沢庵禅師の『不動智神妙録』に出てくる言葉です。下柳投手は二〇〇三年、タイガースに移籍した年に私から勧められて『不動智神妙録』を読むことになりました。一週間ほどして、下柳投手から電話がありました。「先生、ありました。先生が気づかせたかったのは、「前後際断」という言葉じゃないですか。前というの

は終わってしまった過去のこと、後というのは未来のこと、どちらも気に病んだり不安がったりしたんでは、集中できません。うまくいきませんよ。ピッチングも結局、一球一球の積み重ねですから。この言葉を忘れないようにグロ

ブに刺繍することになります。」

あれから四シーズン。ずつと下柳投手のグロブには、「前後際断」の四字がきれいに刺繍されています。「前後際断」。何があっても、「今、この一球に集中する」。これで彼は、プロ野球史上最年長（三十七歳）最多勝投手の偉業を成し遂げたのです。

○白石 豊（しらいし ゆたか）

一九五四年生まれ。一九七六年東京教育大学体育学部卒業。一九七九年筑波大学大学院体育研究科コーチ学科修了。現在、福島大学教育学部で教授をつとめる。『アタマを問わず、日本を代表する多くのスポーツ選手にメンタル面でのアドバイスを行っている。』
アトラントオリンピック女子バスケットボールチーム、シドニーオリンピック新体操チームのメンタルコーチをつとめる。
主な著書に、『実践メンタル強化法』『スポーツ選手のための心身調律プログラム』（大修館書店）『心を鍛える言葉』（生活人新書 NHK出版）などがある。

転偏円

今後も限らない可能性と、更なる飛躍を求め、各曹青会と共に活動を求めていく事であろう。願わくは、社会のニーズに応えんことを。

全国曹洞宗青年会会長 宮寺守正

二年間にわたりお付き合いいただいたコラムも本号を持ち、最終とさせていただきます。思えば、第十四期池上会長時の募古事業、第十五期山口会長時の三〇周年記念事業とお手伝いをさせていただきました。更に今期の執行責任者としてその任に就かせていただいた。

今期は、全曹青加盟五十一団体、否全国各地にその活動を持つ、曹青会の連絡協議の場になればと執行部一丸となって、会務を行ってきた。その中には、他宗仏教などの繋がりも持った。これは先輩諸老師方が築き上げてきた足跡を損なわぬようにしつつも、広く情報を収集し、我々がチャネル修正をする場を常に持つためでもあった。

コラムの中でも一貫して、地域に生きた寺院の在り方、曹青会活動の計り知れない可能性など、我々青年僧ならではの勇気ある活動を視野に入れ、書き続けてきたつもりである。嘗てある青年僧より、「役がその人を作るのでは遅いんだ。任に当たったら全ての叡智を發揮して、その任を全うしなければ二年なんてあつと一週間ですよ。」と言われた事がある。

会長として、対外の公務には全て出向する事が出来たこと、執行部全員が誰一人欠けることなく、夫々の職務にその才能を發揮してくれたこと、裏を返せば、足元の覚束ない我々を賛助いただいた多くの宗門関係者、また叱咤激励の言葉をおかけいただいた諸先輩方に改めて感謝申し上げます。その意を十分に生かせなかつた事をお詫び申上げる。

書籍紹介

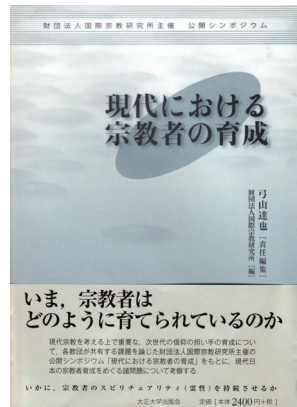
『現代における宗教者の育成』 弓山達也 [責任編集] 財団法人国際宗教研究所 [編]

本書は、I部では2004年に行われた財団法人国際宗教研究所主催の公開シンポジウム「現代における宗教者の育成」の様相を再構成したもの、II、III部ではそのテーマに即した書き下ろしの報告書などで構成されている。特定の宗教に限らず、各教団の教師育成システムとカリキュラム、数の推移、育成上の問題点、そして当事者である教師たちの心情などを概観できる点で、たいへん興味深い内容となっている。どの事例にも共通しているのは、システム化された宗教現場における世襲性や子高齢化、モチベーションの維持、ジェンダーなどについての問題である。

それにしても、昨今における「宗教の現状」についてのこの種の議論は、大概がマイナススタートで、我々としても卑屈になるか強弁するしかない、と思ってしまう。本書を拝読する限り、「社会性」やその代弁者から喚起される問題に対して、普遍的な教義や伝統を有する教団が守勢に回りがちな事情は、どこも同じようだ。

宗教と社会の交渉・相克とは古くて新しいテーマだが、これは宗教側の「質」如何で様相も一変すると思われる。しかし現状では、宗教の「質」が宗教者個人の資質や精進といった各論に委ねられ、土壌となるはずのシステムとしての教団は機能的に些か硬直してはいないか、と本書は問いかける。

責任編集者である弓山達也氏（大正大学教授 財団法人国際宗教研究所研究員・評議員）も指摘しておられるが、宗教の源泉は元来「非制度的」である。それを何らかの形でシステム（制度）の俎上に乗せ、訓練し供給することで、その教団は社会資源の一隅を担う。固有の源泉をスポイルしないシステムの調整には教団それぞれの自助が不可欠だが、各教団同士が社会によって媒介され、そしてそれぞれが抱える問題が社会性の領域で多く共有される現状を考えたとき、「宗教者の育成について、まずは開かれた議論を」と呼びかける本書のテーマを、よく銘記しなければならない。（板）



大正大学出版会刊
定価2,400円（税別）

編集後記

この二年間の『そうせい』が、皆さまの活動の一助となれば幸いです。ご愛読いただきましてありがとうございます。

二年間八回の発行という作業を行ってきた第十六期広報委員会編集の『そうせい』は、今号をもちまして終了となります。全曹青の広報誌として各委員会の活動の紹介、報告のほか、青年僧の視点から会員の皆さまの「役に立つ」ために「情報」を提供してまいりました。読者の皆さまは今期『そうせい』をどのようにお感じになったでしょうか。

一方、我々を取り巻く環境を見てみると、少子高齢化、核家族化などにみられる家制度の崩壊、若い世代の宗教離れなど寺院に対する状況はいつそう厳しくなっていくと思われまふ。寺檀制度も崩れつつあるのではないのでしょうか。これからは「お寺」が必要とされるというよりも、豊かな資質をもった「人」が活躍するそんな時代を迎えるのではないのでしょうか。寺院運営もさることながら、自己の啓発も行いつつ、我々一人ひとりが自身の僧侶観を確立し、できることから始めることが大切だと考えています。

合掌

「そうせい」に対するご意見・ご感想、また、発送部数に関するご要望は左記の連絡先までお願いいたします。

○あて先 〒三三六九〇三〇一
埼玉県児玉郡上里町 金久保七〇一

陽雲寺内 そうせいサロン係
FAX 〇四九五・三三三・八二五五
武田まで

そうせい美術館

S O U S E I G A L L E R Y



雲に笑い夢の海に生きる

こんにちは！ ご縁ですね。

「そうせい美術館」に載せていただいていたたいへんありがたく思います。一人ひとり、観る人の心が和み癒されるような“夢絵”を描けますよう精進します。“辻堂夢絵行脚”も修行のひとつとして続けます。どうぞお気軽に声を掛けてくださいませ。ありがとうございます。

合掌

—辻堂夢絵行脚とは—

声を掛けていただければ、お伺いして（地域にもよりますが）、皆さんと夢絵を観て、楽しくおしゃべりする座です。

作者プロフィール

鈴倭 のりこ（すずわ のりこ）

福島県浪江町生まれ。昭和48年より独学で和紙人形を作り始め、「鈴倭人形」を創作。昭和59年 福島県知事賞受賞。平成8年 全国商工連合会より「人間国宝」に選ばれる。平成13年12月1日「夢海庵・鈴倭人形美術館」開館。地元紙への随筆寄稿、テレビ・ラジオ出演、各地各種団体での講演、作品展示他多数。平成12年4月 板橋興宗禅師について出家得度。曹洞宗尼僧侶「笑雲夢海」

発行所 全国曹洞宗青年会 〒105-8544 東京都港区芝2-5-2 曹洞宗事務庁内／発行責任者 宮寺守正 編集責任者 久間泰弘 編集委員 河村康仁・森田英仁・青野貴芳 板倉省吾・武田光誠・田中徳雲・村松保人・藤木総宣 広瀬知哲 大室英暁・大村則道
本誌編集部並びに発送部数へのお問い合わせ先 〒369-0301 埼玉県児玉郡上里町金久保70-1 陽雲寺内 FAX (0495) 338255 武田／全曹書ホームページ <http://www.sousei.gr.jp/> 印刷所 株式会社 中央デザイン／定価 二百円