

ここから始める 写経会

初めての写経会マニュアル

全国曹洞宗青年会



当マニュアル使用にあたり

初めての写経会マニュアルは、より多くの寺院で写経・写仏会が開催できることを願い作成いたしました。それぞれの寺院に合った写経会を行う契機、布教教化の一助となることを願っております。記載内容は汎用例となりますので、適宜変更しながら開催準備、備忘録のお役に立ていただければ幸いです。

1

写経・写仏会を開く意義、目的

- ・ 写経や写仏を通じて、檀信徒のみならず多くの方に仏のみ教えに触れていただく。
- ・ 寺院来訪の契機、参加者とのコミュニケーションの場。
- ・ 継続的な布教、教化活動。

2

写経・写仏会の方向性を決める

継続して行っていくために、まずはどのように開催していきたいのか、対象者を設定する。

檀信徒向け	» 檀信徒のみ
制限なし（どなたでも）	» 檀信徒、一般参加者など申込者すべて
子供向け	» 対象年齢を定める。例）小学校低学年～高校生まで

3

開催概要を決める

開催概要、内容を定め告知にも流用する。

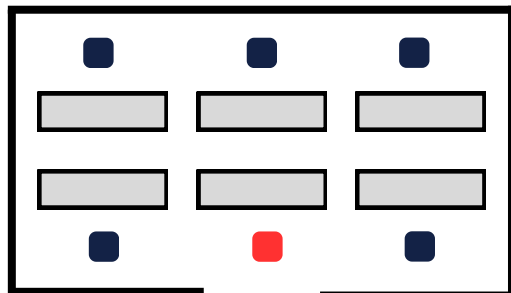
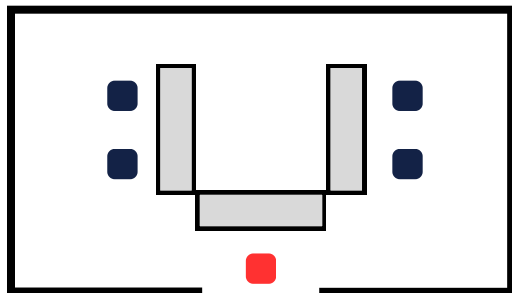
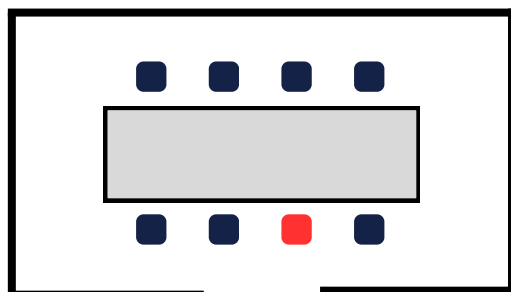
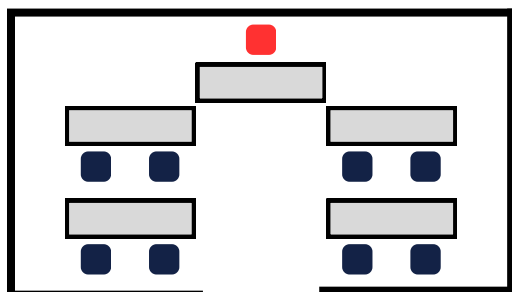
日時	令和〇年 〇月 〇日（〇曜日）〇時～〇時
会場	〇〇寺 本堂にて（講堂、客殿など）
定員	〇〇名
持ち物	開催寺院で用意する場合もあるが、参加者にご用意いただくものがあれば記載。 例）書道セットなど。詳しくは「B 準備物」をご参照ください。
参加費	〇〇円（写経・写仏用紙、茶話会などある場合の実費を加味する。）
申し込み方法	電話、メール、FAX、フォームなど
注意事項	墨を用いるため、服装などの注意喚起があれば付け加える。

4

会場レイアウト案

- ・ 会場となる場所に応じてレイアウトを選定しましょう。また、机、座布団（椅子）の数や大きさ、参加人数に応じてご判断ください。

※赤印の場所にて進行されると、より全体を見ながら進行できます。



5

開催までの流れ

- 1 告知** 開催 1～2 か月前
 寺報、各種SNS、チラシ、口頭 》 人数制限がある場合は締め切りを記す。
 ※椅子が必要な方の把握も併せて行う。
- 2 開催準備** 開催日 1 週間前目安
 会場、物品の準備やチェック
 当日の法話などの準備、確認 》 「B 準備物」、「E 法話例」をご参照ください。
 茶話会あれば茶菓子の手配など
- 3 当日の運営**
 参加者の対応、写経会の実施 》 「A 諸注意」、「C タイムスケジュール例」
 準備物など をご参照ください。
- 4 定着、改善** 次回以降への振り返り
 開催した際の振り返りなど 》 アンケートや参加者のお話を参考に、次回開催に向けての準備をしていきましょう。



参加者への説明や気を付けるポイント

参加者へどのように説明をするか、こういった心持ちで写経・写仏に臨んでいただくのを記載しております。他にも諸注意の際にお役立てください。

服装や持ち物、椅子が必要かの確認

持ち物の周知や忘れた場合の対応を考慮し、会場側で物品を用意する場合は事前準備を入念にしましょう。墨を用いるため、黒系統や汚れてもかまわない服装での参加を周知しましょう。また、受付段階で椅子が必要な方を把握しておきましょう。「B 準備物チェックリスト」を併せてご活用ください。

準備が整ったら

参加者に筆、硯、墨、文鎮などの準備を促し、身支度を整えていただきます。会場は明るいと用紙やお手本が見やすくなります。座る方は正座。椅子の方は浅めに腰かけていただくように説明をします。どうしても正座が難しい方はご無理なく、姿勢を整えてお座りいただくよう配慮しましょう。

※お手洗いや携帯電話のマナーモード、電源オフなども忘れずに周知しましょう。

写経・写仏開始前の準備

定刻となり、参加者の準備が整ったら開会の挨拶などを行います。以下に参加者に向けた写経の心構えを一例として記載しております。

『写経は表題からゆっくりと、一字一字心を込めて書き写しましょう。余計なことを考えずに目の前のお経を丁寧に書くということは、ひいては坐禅の心持ちにつながります。』

※書き損じた方への対応を下記にまとめております。画像は赤字ですがそのまま普通の墨でお書きください。

願目の書き方もご参考になしてください。

観自在菩薩、心経

摩訶般若波羅蜜多心經

観自在菩薩、心経

その際は右横に点を打ち同じ行のいづれかの余白に正しい字を書きます

摩訶般若波羅蜜多心經

観自在菩薩、心経

摩訶般若波羅蜜多心經

観自在菩薩、心経

その際は脱字した箇所、文字と文字の間に点を打ち行末尾に脱字した字を書きます

摩訶般若波羅蜜多心經

般若心経

右為「戒名」 追善菩提

もしくは右為「〇〇家先祖代々」供養

〇〇年〇〇月〇〇日

【ご自身の氏名】敬写

祈りや願い、想いの為に書かれた際は右為に続いて下記の文言をお書き頂く。願目を書いた物などを用意すると参加者は分かりやすい。

交通安全 心願成就 身体健全
病氣平癒 家内安全 学業成就
諸縁吉祥 五穀豊穰 世界平和
など

また、ご自身の言葉で「健やかに過ごせますように」などをお書き頂いてもよいでしょう。

四弘誓願文唱和、端坐

決して我欲のためではなく、仏さまが導く善き方へ向かって写経・写仏に取り組むためのお誓いとして、四弘誓願文を参加者と唱和します。開経偈、般若心経など納経諷経に応じてご参考になしてください。

また、端坐をして呼吸、身体、心を調える時間を2～3分設けると、より落ち着いて取り組みます。

四弘誓願文

衆生無辺誓願度 「生きとし生けるものを救うことを願う」

煩惱無尽誓願断 「すべての煩惱を断つことを願う」

法門無量誓願学 「仏の教えをすべて学ぶことを願う」

仏道無上誓願成 「無上の悟りを得ることを願う」



参加者、会場側の準備物をそれぞれチェックリスト形式にいたしました。
また、写経・写仏用紙や下敷きは全曹青オンラインショップでも頒布しております。



参加者用準備物チェックリスト

- 書道セット（筆、墨、硯、文鎮、下敷き）もしくは筆ペンなど
- 写経・写仏用紙、お手本など ※会場側で用意する場合が多い
- 後片付け用具 例）筆、硯などを拭く後片付け用の布巾など
- 手元明かり（スタンドライト）※必要に応じて

会場用準備物チェックリスト

- 書道セット（筆、墨、硯、文鎮、下敷き）もしくは筆ペン
※会場側で用意する場合
- 写経・写仏用紙、お手本など ※会場側で用意する場合が多い
- ぞうきん、ゴミ袋などの後片付け用具
- 写経用机、座布団もしくは椅子 参加人数分
- 受付用名簿 ※必要に応じて
- 納経諷経用荘厳準備（湯菓茶、線香、華燭、三宝もしくは納経箱など）
- 茶話会を行う場合は、お茶、お茶菓子など適宜用意





タイムスケジュール例

写経会の進行にあたり、一例としてタイムスケジュールを記載しております。内容は適宜変えていただきながら思い思いの写経会にしていきたいでしょう。「A 諸注意」、「B 準備物」も併せてご参照ください。



1 … 受付

開始 15 分前

- 出席者名簿確認、必要に応じて会費の徴収。
- 席（机）などの案内や写経の準備を促す。※写経用紙を会場側が用意の場合はお渡しする。

2 … 開会挨拶

目安時間：5 分

- 写経の趣旨説明や諸注意。「A 諸注意」をご参照ください。
- 初めての方への説明なども併せて行う。お手洗い、携帯電話のマナーモード設定も周知。

3 … 開会式

目安時間：5 分

- 四弘誓願文などを参加者と唱和。他 例)三帰礼文、開経偈など。
- 四弘誓願文唱和の終了後、端坐を入れて静寂の時間を作るとよい。

4 … 写経開始

目安時間：40～60 分

- 写経中は静寂を保っていただく。
- 早く書き終えた方への対応。会の終わりまで参加、もしくは別室移動など。

5 … 納経諷経

目安時間：10 分

- 読経は般若心経、もしくはその日写経したお経など。回向は仏祖諷経回向や普回向。
- 参加者に焼香、納経をしていただく。三宝や納経箱を用意。

6 … 挨拶、法話など

目安時間：10 分

- 法話の例として「E 法話例」もご活用ください。
- 参加者の反応を伺うのもよい。次回開催が決まっていれば告知も併せて行う。

7 … 片付け、解散 もしくは茶話会

茶話会は任意

- 写経用具の後片付け、机などの片付け。
- 茶話会は任意となる為、皆様でご企画ください。

写経会に際し、それぞれの進行例、差定例を記載しております。「A 諸注意」、「C タイムスケジュール例」と併せてご活用ください。

※お一人で会の進行をしていくことを前提に記載をしております。

開会式

- | | |
|----------|---|
| ①挨拶 | 開催の趣旨や写経の意義など。 |
| ②説明、諸注意 | 初参加者や早く終わった方への対応説明を丁寧に行います。 |
| ③四弘誓願文唱和 | 書いた物や経典をお配りするとよいでしょう。 |
| ④端坐 | そのままの姿勢で2～3分坐ると写経開始に向けて静かで落ち着いた時間を作れます。 |
| ⑤写経開始 | 参加者とともに写経をし、必要に応じて対応。 |

納経諷経

準備物 湯菓茶・華燭・線香・焼香用香炉
納経用三宝（納経箱）・経本

一、殿鐘三会

一、上香普同三拝

一、納経

一、読経（般若心経） 参加者焼香

一、回向（仏祖諷経回向など）

一、普同三拝

※読経を参加者も一緒にお唱えいただく場合、経本やお手本をお配りする。

ご自身の写経を用いる場合は焼香と併せて、納経を最後にするなどして対応。

※回向中 上来 ○○寺写経会開催の辰 など
名称を読み込む。

※回向中 納経の願目、為書きを読み込む。

写経・写仏会にてお話をできる法話例です。折々に合わせてお使いください。
この法話例では、テーマごとの解釈をもとに一文のみ例としてお書きしております。
解釈の捉え方やご自身のお考えを踏まえたうえでご参考にしてください。

テーマ 禅語 「一行三昧」

解 釈 一つの行い、物ごとをただひたすらに行うという意味。

法話例 一文字、一文字に心を向けて「書く」という行。
そこにはただ字を書くだけでなく、今の自分自身の心を書いている。
余計な執着を捨て、ただ穏やかな今の心が字となるよう筆をすすめましょう。

テーマ 禅語 「喫茶喫飯」

解 釈 お茶を飲むときはお茶を飲む、食事の時は食事をする。

法話例 「ながら〇〇」という言葉をよく聞きますが、ただ一つのことをするという時間は珍しいのではないのでしょうか。写経会というお経を書くこの時間。別のことに気を奪われず、「ただ文字を書く」この時間を大切に味わっていただくことが、
“今”を生きている自分を見つめる大切な時間となります。

テーマ 須く回光返照の退歩を学すべし

出 典 『普勸坐禅儀』

解 釈 外へ向かう心を、自分自身へと照り返し、一歩退いて自分自身を見つめる。

法話例 多くの情報が飛び交う世の中。心はいつも外に向いていませんか？写経も坐禅と同じように、ただひたすらに一筆一筆進めていくことが大切です。ただ目の前のお経を書くこの時間。この一筆を進めている一瞬は紛れもなく自分自身を見つめている一瞬です。外に向けている目線を自分に向けてみるこの時間を大切にお過ごしください。

テーマ 仏語を見るは、仏身を見るなり 仏心を見るは、仏舌を証するなり

出 典 『伝光録』

解 釈 仏の言葉を見るということは、仏の姿を見ることであり、
仏の心を見るということは、仏の教えを行じていくことである。

法話例 写経は、単に文字をなぞるだけではありません。仏様の言葉を書き写すことは、そのまま仏様の心をしっかりと見ることであり、慈悲の心に触れることです。そして、その心を感じ取ったあなたには、仏様の教えが確かに宿ります。一筆一筆丁寧に進めながら、ご自身の仏種を育てまいりましょう。



写経会を開いて ～コラム～

実際に写経会を開いておられる方のお声、工夫や取り組みをご紹介します。
開催にあたりご参考にしてください。



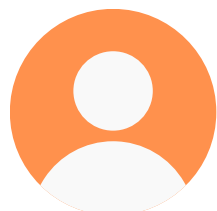
千葉県
40代 僧侶

少人数での会なので、写経会自体もゆとりをもって進行をし、茶話会の方が長くなってしまうことも多々あります。
取り組みの一つとして、写経会参加者の皆様と様々なお寺に参拝並びに納経を隔年で行っております。両大本山のみならず、ご縁あるお寺に参拝できるのは僧侶にとってもありがたい機会であり、参加者の皆様にも喜んでいただいております。
次はどこにお納めしようかと話ししながら計画を毎回練っております。



新潟県
30代 僧侶

一人で会を進行していると、どうしても参加者への個別の対応が難しい時があります。その中でも筆の早い方は先に書き上げてしまう時もありますので、当会ではそのまま自分の席でイス坐禅をしていただいております。時間としてはそこまで長くありませんが、静寂の時間を大切にいただいております。
茶話会も、御供物のおさがりを参加者の皆様と頂戴したり、持ち寄ったりしながらワイワイと賑やかに、メリハリがある会を執り行っております。広報にそこまで力を入れているわけではございませんが、山内にチラシの掲示と、檀務の折にお檀家さんに告知をしております。



島根県
60代 寺族

従来からの写経会に加え、数年前から写仏会も始めました。一筆一筆そこに集中できる時間は、心が落ち着き、なんとも言えない充実感を得られると、毎回の参加を楽しみにして下さっています。
近年はSNSを通しての参加者も増え、広報の大切さを感じております。写仏・写経とも各々のペースで進めてもらっております。写仏では書き上げた仏さまに自由に色を付けて納める方もいらっしゃいます。写経では短いお経や御詠歌の写経用紙を用意し、余った時間に取り組んでいただいております。
お寺が心安らぐ場、学びの場となるようこれからも努めていきたいと思っております。



よくあるご質問

よくある質問をピックアップさせていただきました。
会を運営していく中で、疑問の解消にお役立てください。



Q 写経用品は何を揃えればいいのか？

A お手持ちの書道用具があれば新たに購入する必要はありませんが、筆もしくは筆ペン、硯、墨または墨汁、文鎮、下敷きなどをご準備ください。

Q 写経・写仏用紙の購入先はどこがあるのか？

A 当会のオンラインショップにて、各種写経・写仏用紙を頒布しておりますので是非ご利用ください。
他にも、写経用下敷きや納経箱などの木工用品も頒布しております。詳しくは下記URLなどからご覧ください。



全国曹洞宗青年会 頒布物 オンラインショップ

ZENSOUSEI SHOP

全曹青 オンラインショップ



<https://shop.sousei.gr.jp>



Q 途中参加や途中退席の方の対応はどうしたらよいか？

A 静粛を保つためになるべく開始から終了までの参加が望ましいです。やむを得ない場合は、別室案内や坐禅をおすすめするなど臨機応変に対応していきましょう。

Q 納経できる設備がないが、納経できる先はないか？

A 当会では写経プロジェクト『願いをひとつに～写経に想いを乗せて～』という事業を行っております。様々な自然災害に対する慰霊復興の願いとともに写経を募っております。詳しくは公式HPよりご覧ください。



全国曹洞宗青年会
公式HP「般若」内

全曹青 写経プロジェクト



https://sousei.gr.jp/article_cat/comprehensive/sutras/

