

三 松 禅 寺
平成27年7月
第 64 号

檀家の皆様
ご寄稿を
お願いします

苦を生きる

三松寺住職 皆川大真



【善はいそげ】有名なこの言葉は実はおしゃか様の教えです。(法句経116)

善は急げ、心を悪から遠ざけよ。

善をためらっていても、心が悪を楽しむ。

(法句経116)

ここで云う悪とは、執着心・怒り・怠惰・放逸などの心の弱さです。一日中だらだらゲームやテレビ、御菓子を食べ続けたり、性欲の解消やネットなどに時間を使う、勝ち負けにこだわり自分の思い通りにならないと、すぐに腹を立てて怒りをぶつけたりしてしまふ。

心をよく制御できる人には安らかな日々が待っている。(法句経35)

問題は心で心を制御せずに、行動・落ち着いた修行(坐禅)・つつしみの身体作法(戒定慧)で調うのです。

自分の心を調べて煩惱の心に従わず、心を制御する主(あるじ)となれ。

(主人公) (法句経380)

「主人公」とは、ごく自然で純粋な人格・本来の面目(自分)・仏性のこと

他人の過ちをあれこれ言うな

ただ自分がやるべきことをしたかどうかを問うがよい。(法句経50)

生老病死の苦樂が自分の修行の場

仏教の出發 『人生は苦なり』

苦諦(苦・ドウクハ)の諦め(覚悟)

覚悟とは、過ぎ去った事に対し、喪失感・未練・執着せず、今有るものを有効に使い・感謝して生き抜く。

【苦集滅道】

間違いやすいのは、「人生は苦しい」と否定的に読み替えてしまうこと。【苦】とは「苦痛」精神と肉体が

悩む状態・苦しみのものでなく、「物事は自分中心に、思い通りにはいかない。」

という真実です。いくらサトリを開いても、病氣や肉体の苦痛が無くなる事は無いのです。うっかり「無心・無念無想」を自分勝手に

「何も感じない考えない状態」と間違ってしまう心の病になる人がいます。自分の人生を氣に入る 氣に入らないと、さ迷い生きる事では無く・現実を認め、安らぎを目指して、今ここに

覚悟を決め、お釈迦様の示された方法(八正道)で生きる事です。

「苦を生きる」

お釈迦様は『苦行』を否定されます。いやいや・洪々・自分を否定して身体を傷付ける等、しかし『苦』の下に『心』を付けますと

『苦心』物事に対してコツコツ精進して完成に導く事、が大切な生き方です。

『一切皆苦』一日の身命を敬愛し・懇ろに「苦修・苦学」いたしましょう。

苦はわたしたちを強くする根
苦はわたしたちを支えている幹
苦は私たちを美しくする花

【四苦八苦】

生・老・病・死 必然に對する覚悟【四苦】

後の四苦を足して八苦

愛別離苦 愛する対象と別れる。

怨憎会苦 憎む対象との出会い。

求不得苦 求めても得られない。

五蘊盛苦

【色】肉体【受】感覚

【想】想念【行】意思決定

【識】認識などに執着する。

人生を「苦行」に生きるのか、安らぎを目指して「苦心」するのか。あなたはど

う【苦】を覚悟・決心いたしますか？

よわねをはくなくよくよするな

なきごとというな

うしろをむくな

ひとつをねがいひとつをしとげ

はなをさかせよよいみをむすべ

坂村真民

たむけることは(回向文)
わたしは生きとし生けるものの
尊い生命にめざめ、
身と心と国土を清め、
いのちを美しく、
こだわりなく、さまざま
げない
自由な智慧と慈悲を
円かにいたします。

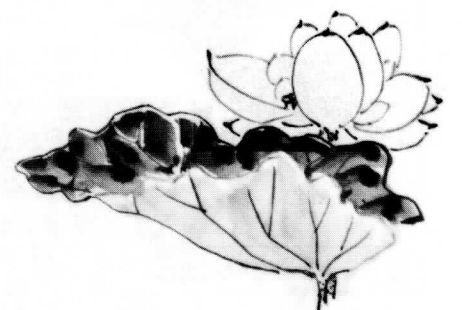
三松寺 大真 合掌

壽量品偈のおくち(ほけきょう)

私はただことばで教えるだけではなく、身をもつて教える。私は、その壽命に限りはないが、欲を貪(むさぼ)って飽くことのない人びとを目覚ますために、手段として死を示す。

例えば多くの子を持つ医師が、他国へ旅をした留守に子供らが毒を飲んで悶(もだ)え苦しんだとしよう。医師は帰ってこの有様を見、驚いてよい薬を与えた。子供たちのうち、正常な心を失っていない者はその薬を飲んで病を除くことができたけれども、すでに正常な心を失ってしまった者はその薬を飲もうとしなかった。

父である医師は、彼らの病をいやすために思いついた手段をとろうと決心した。彼は子供たちに言った――「わたしは長い旅に出かけなければならぬ。わたし

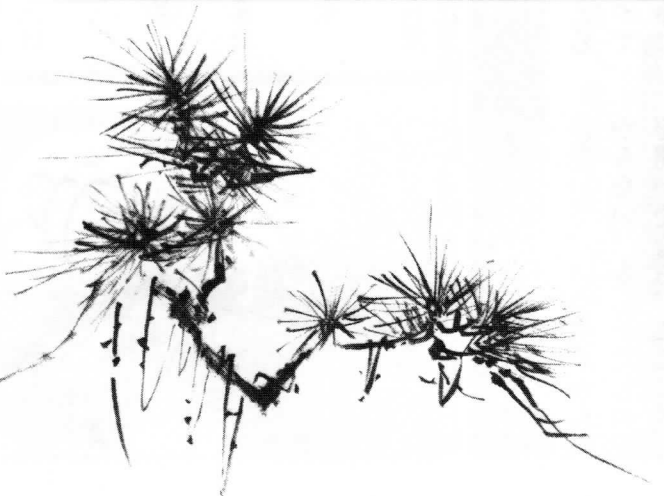


は老いて、いつ死ぬかもわからない。もしわたしの死を聞いたなら、ここに残しておく薬を飲んで、おのの元氣になるがよい。」こうして彼はふたたび長い旅に出た。そして使いを遣(つか)わしてその死を告げさせた。

子供たちはこれを聞いて深く悲しみ、「父は死んだ。もはやわれわれにはたよる者がなくなつた。」と嘆いた。悲しみと絶望の中で、彼らは父の遺言を思い出し、その薬を飲み、そして回復した。

世の人はこの父である医師のうそを責めるであろうか。仏もまたこの父のようなものである。

私は、欲望に迫(お)まわされてる人びとを救うために、仮にこの世に生と死を示したのである。



各 新 入 社 員 坐 禅 会

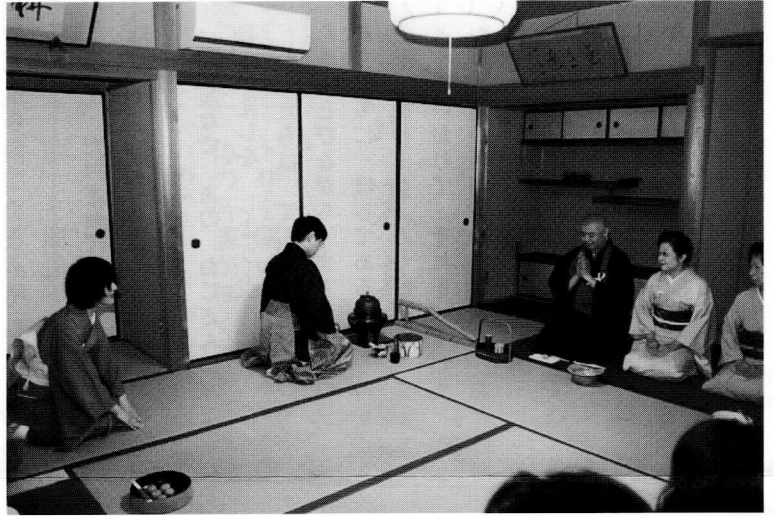




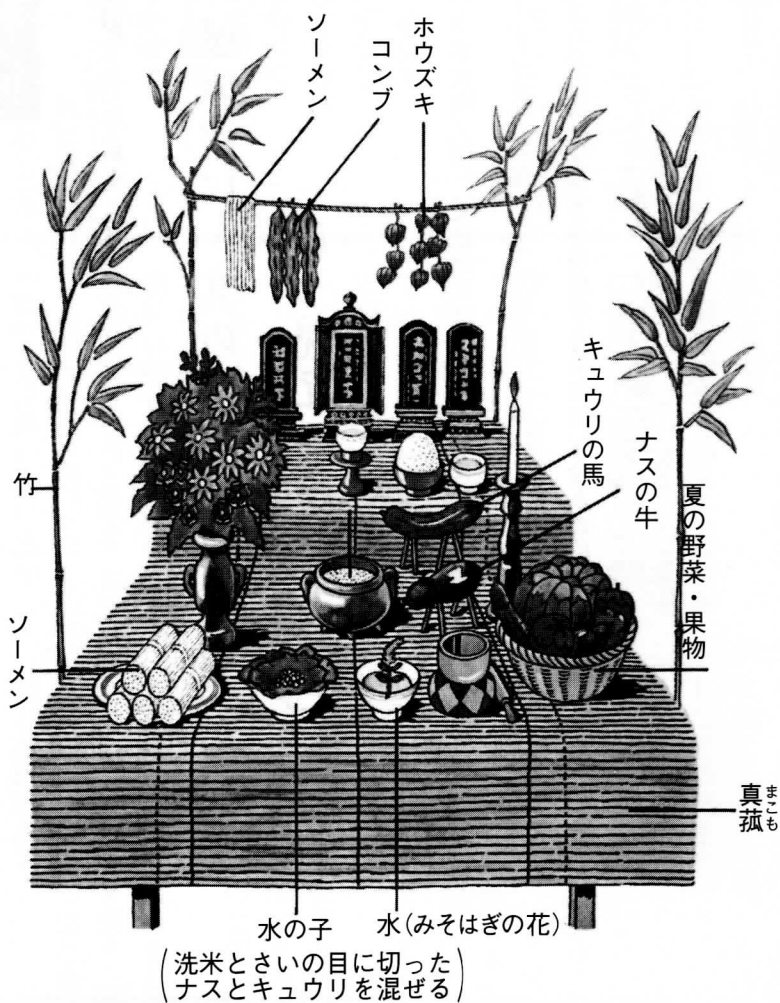
各地からの修学旅行生
坐 禅



若竹茶会
裏千家淡交会奈良青年部I



盆棚の例



伝統的なお盆のお供え献立表

| | | |
|-------|--------|--|
| 8月12日 | | 迎え火 |
| 8月13日 | 朝 | 迎えだんご お茶湯、お菓子 |
| | 夕 | 野菜のひたし ひろうす、ゆばなどの煮つけ 冬瓜の吸物 ご飯 |
| 8月14日 | 朝 | おはぎ(砂糖2斤、 ^{もち} 粳米1升、小豆1升) ナスのひたし |
| | 午後3時ごろ | 煮 ^め (高野豆腐、椎茸、湯葉) 白豆腐の味噌汁 つけもの 赤飯 スイカ レン根の酢の物 昆布巻き、タケノコ、ニンジン、 グリーンピースのたき合わせ 瓜の浅漬け ゆばの吸物 ご飯 |
| 8月15日 | 朝 | ナスの浅漬け 白蒸し(粳米1合) 米だんご(米粉1合) 蒸し芋(赤芋2個) そうめん(昆布と椎茸の出し汁) 柚少々 |
| | 午後3時ごろ | わらび餅(わらび粉1合、水3合) 南瓜の煮つけ 干びょう、ひろうす、三度豆の煮物 キュウリとワカメの酢の物 つけもの(奈良づけ) ふの吸物 茶飯(茶をいれてたく) |
| 8月16日 | | 送りだんご(米の粉でシニコ団子をつくる) |

「ジャータカのえほん」

—おしゃかさまが生まれるまえのおはなし—



おしゃかさまは、

シヤカ族の王子さまとして、お生まれになるまえに、なんどもなんども、生まれかわって、そのたびにたいへんりっぱな、おこないをされました。

そのけっか、シヤカ族の王子さまに、お生まれになったのだといわれています。

では、おしゃかさまは、どんなよいおこないをされたのでしょうか。



「わしの

おんがえし①」

文・豊原 大成

絵・小西 恒光

自照社出版

「ジャータカのえほん④」より再掲

わしのおんがえし①

むかしむかし、おしゃかさまは おやこううな わしの子として お生まれになりました。おかあさんわしが、としをとって そらをとべないので、おかあさんのえさも とつてきて、たべてもらっていました。

ある日のことです。あめかぜが はげしくて、おやこううなわしは そらを とべず、えさも とれません。おなががすくので、ほかの わしたちと いっしょに、みちばたで ふるえていました。そのとき、とおりかかった りっぱなおじさんが、あめの かららない ところへ わしたちを つれていってくれました。そして、たき火をして わしたちの から



だを あたため、えさを さがしてきて、たべさせてくれました。あめかぜが やむと、わしたちは げんきに 山に かえり、そう だん しました。

「みんなであの おじさんに おんがえしを しよう！」
わしたちは てんきのよい日、そらを とびながら、まちやむらのあちこちに ほしてある きものや アクセサリーを みつけると、さつと まいおりて それを くわえ おじさんの いえの にわに おとしました。
おじさんは わしが おとしていた きものや アクセサリーは、じぶんの ものとは べつのはしよに きちんと しまっておきました。



道元禅師和歌

詠 二 尽十方界真実人体一給ふ

世の中に 真の人や なかるらん
限も見えぬ 大空の色

「尽十方界真実人体」 正法眼藏諸法実相の巻に、長沙景岑（八六八寂）禅師の語として、
尽十方界真実人体、尽十方界自己光明裏と説かれている。

この世界に存在するあらゆるものは、なんのいつわりもなく、変わることのない 真性そのものである という意味の語。

「真の人」ほんとうの道をさとした人。

（歌意）

この世の中で、ほんとうに仏の教えをさとした人はいないものだろうか。今日も青空が、涯もなく晴れあがり、明るい日ざしにかがやいている。

禅師は鎌倉滞在中、執権職に就て二年目の時頼に、妄執にはしるのを諫め、無欲恬淡に生きることを説かれている。偽りのない真の生活を、歌に托して、奨められた。

俳句

慈しむ三松禅寺彼岸かな
花すみれ飛鳥路巡り石舞台
あそによし氷室のしだれ桜かな
佐保川の夜桜映ゆるまつりの火
雪柳大和一なる寺苑かな
平成二十七年三月吉日

高橋慈雲

十五夜

「送月の宴」

九月二十七日(日)

夕六時坐禅

七時茶会

