



# その想い



第12号

発行人：谷泰智  
30年9月10日発行

## ★ 富士山修行のお知らせ

去年の今頃もお伝えしましたが、今年も10月の4日から富士山へ修行に参ります。

海拔0mから3776mの頂上に登拝し、樹海を越えて精進湖まで到ります。富士宮市の商店街で数十件の御祈祷をさせていただきながら麓に入り、右の画像でお解りのように山頂の賽の河原では先祖供養や特別祈禱を修します。

この場所まで参りたくても参れない方々の清らかな祈りの御念を木札に謹書し、文字通り背中に背負って登拝し、賽の河原の不動明王に相まみえて一心に御祈念させていただきます。

先祖供養と特別祈願をご希望される方は、同封のご案内をお読みになり申し込み用紙にご記入のうえ9月30日までに護国寺までお送り下さるか、お気軽にお電話でお問い合わせ下さい。

また、私はこの先も毎年参加するつもりでおりますので、もし一緒に参加をなさりたい方は是非いつでもお気軽にお声かけ下さい。何かしらの善の和がより大きくなる、熱い修行です。



## ★ 護国寺の総本山、聖護院への参拝ツアー



来年の4月9日から10日にかけて、一泊二日で護国寺の総本山である京都の聖護院門跡への団体参拝を計画しております。

護国寺の正式な宗旨は本山修験宗（ほんざんしゅげんしゅう）であるということは、予てよりこの寺報でもお伝えしておりますが、如何せん修験道というものは現代の世間一般ではあまり馴染みがなく、また高知県でもほぼ忘れられているという現状です。

是非この機会に修験道や天台密教の事をより知っていたい、また檀家様同士の親睦も深めて頂けたら幸いであると考えております。詳細は追って報告致します。

## ★ひだか鍼灸院がオープンしました

平成28年の春から日高村の地域おこし協力隊として活動されていた中元信作さんが、村への定住の決意を以てこの9月から鍼灸院を開業されました。

中元さんと私は主に村のガイドや大瀧山の整備を通じて親交が始まり、中元さんは現在護国寺で月一回開かれている仏教勉強会にも欠かさず出席して下さっています。

日高村に来られる前は、埼玉県川越にある帯津三敬病院の鍼灸室で主に末期ガンの患者さんに向き合い、心身のケアを10年間に亘ってされてきたそうです。また、協力隊としては産業観光課の職員としてオムライス街道のPRに最も尽力してきたお一人です。

実際私も治療を受けてきましたが、中元さんの和やかな雰囲気のなか施される鍼はとても心地の良いものでした。また鍼灸だけではなく、指圧やレイキなど手を使った施術ならば患者さんの希望に沿って深い知識と経験を活かして丁寧に応えてくれます。どうかお見知りおきを！(^^)/

ひだか鍼灸院：日高村沖名5155  
電話 090-6188-5038





### ・お香の歴史

遙か2500年を超える昔、お釈迦様が長年に亘ってご自身の活動の中心地とされた祇園精舎。その精舎の中心部にはガンダクティと呼ばれる部屋があり、そこは正にお釈迦様が住居とされていた空間で別名は『香堂』とも呼ばれます。

つまり、原始佛教教団の中でもっとも神聖視されていた空間がお香に纏わるものだったという事実が、佛教の中でのお香の重要性を如実に物語っているのです。

さらに歴史を2000年程遡り、佛教の枠を超えたエジプト古王国を例に挙げると、そこではミイラの保存状態をより良くするためスパイスなどと一緒にお香も利用されていたようです。

### ・お香を焚く意味

第一の目的としては、やはり『浄め』の意味合いが大きいかと思われます。川で沐浴という風習はあったにせよ、やはり当時の衛生環境は今よりもかなり劣っていたでしょうし、またお釈迦様の法話を拝聴しようとやつてきた大勢の人々の体臭を和らげ、場の雰囲気を演出する意図もあったかと思われます。

現代での目的としては宗派によって解釈が違いますが、我々の宗派では仏様や故人様への尊い供え物と認識しています。

例えば焼香は、最初確かに目に見えて掴むこともできますが、炭の上に落とすことで、香りと煙となって空間に遍満していきます。その様子を見た昔の人々は、「きっと目には見えない世界へ届いたに違いない。」と、強く確信したはずです。

目には見えない我々の想いを香りと煙に託し、同じく目には見えない仏の世界へと捧げるのです。

### ・お香がもたらす効果

佛教では、人間に備えられた感受作用を色・声・香・味・触・法の六根と呼び、それらを介してもたらされる良い作用や悪い作用などが事細かにいろんな經典の中で説かれています。一見すると、視覚情報の『色』がその大半を占めていそうですが、意外と侮れないのが実は『香』なのです。

嗅覚は脳の深い部分に作用しているらしく、例えばふと折に触れて誰もが抱く懐かしさなどは『香』が強く作用しているからなのです。

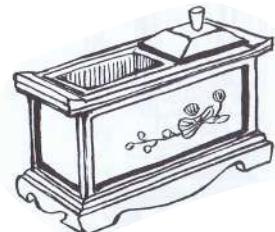
香り全般に関して言えば、意識を覚醒させるものとリラックスさせるものに大別できますが、佛教で用いられる『お香』のほとんどは人を安心へ導く為のものです。ですから、今から佛教の世界に入られた方が「毎朝欠かさず仏壇に線香を上げよう！」という意気込みはもちろんすばらしいのですが、まずは自分がリラックスする為にお香に対して少し興味を高めてみるというのも悪くないと思います。

次回は代表的なお香の種類をご紹介します。

7月27日に開かれた佛教青年会の『子どもの集い』という行事の中で、子ども達に楽しく佛教に纏わるものを感じてもらいたいということで、今年は『におい袋と文香作り』に取り組みました。

日本では各宗派の違いによって僧侶が着ている法衣や、堂内の飾り、また供物の種類や供え方など多くの違いがあることはご承知の通りですが、その違いを越えて各宗派に共通して尊ばれているもの、それがお香です。近頃は香りの薄い線香なども巷に出回っており、お香本来の存在感は薄れ、単なる形式に陥りがちです。今一度お香の大切さを共に再確認いたしましょう。

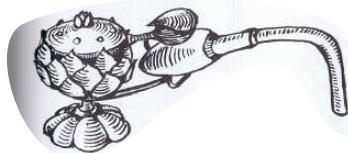
葬儀等で使われる角香炉



仏壇に備え付けられた焼香器



法要で導師が用いる柄香炉



堂内に入る前に体に塗る塗香



# ☆檀家さんに聞く



今回ご紹介するのは、昨年の春にオープンしたJR土佐加茂駅前にある集落活動センター『加茂の里』で月一回の子ども食堂を運営されている岩本ひとみさんです。

全国的に盛り上がりを見せる『こども食堂』の取り組みを通して、地域の協同を促す岩本さんの活動。

今これを読みになっている方の中にもきっと多くの常連さんがいらっしゃることでしょう♪



もともと主人が集落支援員で携わらせてもらうちょっと、なんとか加茂を盛り上げていかないかんって事でバイカオウレンのウォーキングとかを皆で取り組みよったがね。だから、先に子ども食堂の構想があってこの施設ができたわけじゃないのよねえ。

2、3年ぐらい前からいろんなところで子ども食堂の活動が盛り上がって来て、私の想いとしてもこの加茂で子ども食堂をやってみたいなあ～、と考えよったのよ。

去年の3月で加茂の小中学校の給食室が無くなるのを機に、長年務めてきた調理員を退職することも決まっちゃったし、ちょうど良いタイミングでこの集落活動センターも出来上がるし、よしこの際！と思うてね。

でも実を言うと不安もかなり大きかったがねえ。今まで30年以上加茂の学校でやらせてもらうてやっと終わってこれからホッとできるなっていうのもあったしね。やっぱり食中毒の事とかは物凄い気を遣うし、給食の時とは違う

こともいろいろ出てくるろうと想像してねえ。

でも学校の給食室で使われよった厨房機器とか食器とかは給食室の取り壊しと一緒に廃棄されるはずやったんやけど、「加茂の里で子ども食堂をやったら再利用できるやん！」って思うた時に、やっぱりそれらを使い慣れちゅうのは地域の中では私しかおらんかったし、とりあえず月一回のペースで始めてみよう！ってスタートしたんやけどね。早や一年たった。(笑)

立ち上げる前は全国キャラバンの勉強会に出て学ばせてもらうたり、また近くの黒岩地区で先行してお試しでやってみるって時は見学させてもらうたりした。

見学を通して見ても、やっぱり子どもに人気の献立はカレーを作るのが主流やったき、学校で使いよった150人分作れる大釜で先ずはカレーを作ることをメインに始めたのよ。

そういう訳で始めはカレー主体やったけど、やりゆう内に献立がどんどん膨らんできて大変！(笑) 自分が皆さ



んにこんなものを食べてもらいたいとか、こういう調理の仕方があるっていうのを知ってもらいたい気持ちで献立が増えてきた面もあるんやけど、地域の方から頂いた新米とか野菜とかを更に美味しく調理して活かして喜んでもらいたいがね。だから頂いた方の名前を表記して食べてもらう方に知ってもらう工夫もしゅう。

子ども100円・大人300円でやりゆき正直自分のポケットマネーもつぎ込まんと厳しいところもあるんやけど、最初案に挙がっちょっとこの取り組みの名前は『みんな来いや～加茂の里』

やったから、子どもは勿論老若男女問わずたくさんの人々に来てもらえるよう頑張りたいねえ。

自分自身を振り返るといろいろ病気も経験して、人生には限りがあるって思うからこそ今やりたいことを精一杯やっちょきたいねえ！やっぱり私は調理が好きながやと思う・・・。

前回（4月）は183人！ 毎月第二土曜日の11時半からやりゆきね～！





# お経のことば

## 六波羅蜜の解説 その1

### フセハラミツ 布施波羅蜜

今までこのコーナーでは様々な經典から短く一文を抜き取ってそのお経のエッセンスを掘り下げてきましたが、この度少し趣向を変え、いわゆる『仏教学』としてまとめられている実践的な教えの中身について六波羅蜜を取り上げ、今回から4回に亘って解説していきます。

先ず、六波羅蜜とは六つの波羅蜜ということで、波羅蜜はパーラミーター（完成された状態）の音写です。少し言い換えると『六つの完成されるべきもの』とも呼べます。

そして大乗佛教に於いて、「菩薩道の要諦とは何ぞや！？」と問われる時、それは六波羅蜜を己の身体に依って行じることであると即答できます。上にあげた布施波羅蜜とはその実践の第一歩に置かれ、易行であれ難行であれとても重視されていると同時に奥の深いものであります。

『布施』という言葉は現代の世間一般では主に檀信徒から寺側が頂く現金の意味で使われていますが、元を辿れば原始佛教の時代にその字の如く僧侶の袈裟（この頃はそれが唯一身に着ける着物）用としての布を施していたことに由来しています。

ここからが大事なのですが、仏教学に於いて『布施』という言葉は広く『施し』の意味で解釈されており、『施し』はサンスクリット語で『ダンナー』と呼び、日本ではご主人の事を指す俗語の檀那（旦那）さんとして、つまり家庭に施しを与えてくれる人という意味で使われています。

もっと言うと、サンスクリット語はインド・ヨーロッパ語族という括りでヨーロッパを代表する言語であるラテン語とも仲間であり、『ダンナー』は『ドナー』（獻体）として医学用語に現在でも使われており、また英語では『ドネーション』（寄付）としても派生しています。

そんな訳で、日常生活と佛教用語が実は意外なところで繋がっているのですが、この『施し』という六波羅蜜の第一歩は正に日常生活に於いて実践されるべきものなのです。

ここでは実践=修行という意味で話を進めていますが、現代でも修行と聞くと何やら人里離れた深山幽谷を思い浮かべたりします。しかし出家至上主義への反動という意味も込められた大乗佛教の流れの中では、むしろ世間の日常のど真ん中に於いての実践、つまり人と人が関わりあう中での施しの修行が重視されます。

財施（物質による施し）、法施（仏法の教えによる施し）、無畏施（恐れや不安を無くし、安心を与える施し）の3つが特に知られているのですが、財施にしても法施にしても何か物や知識を持っている必要がありますが、無畏施はそれらが無くても気持ちさえあれば誰でもすぐに実践することができるのです。

無畏施にはいろんな実践が考えられます、その中で私が特にお奨めするのは『和顔施』です。和顔、その名の通り和やかな顔を施す事、つまり人に笑顔で接することです。

ともすれば我々は日常何か楽しいことが起きた時や、気分が嬉しいから笑うのだと思いがちではないでしょうか？ でも敢えて、「笑うから楽しいのだ！」と、発想を逆転してみるのはいかがでしょうか？

そして施しの相手は、出来る限り身近な人から。少しづつ笑顔の灯りを増やしていきましょう！



#### ☺ 楽しい行事案内 ☺

- 9月23日（日）午後3時 彼岸会・千体流し
- 9月16日（日）午後2時 仏教勉強会(6回目)
- 毎月28日の9時と3時は護摩を焚いています。  
お気軽にお越しください。★葬儀の場合や止むを得ず中止有り

本山修験宗 大瀧山護国寺

781-2155

高知県高岡郡日高村九頭291

☎ 0889-24-7244

ホームページ [gokokuji.site](http://gokokuji.site)

いつでも、なんでも、お気軽にお電話ください。