

# 巖念寺だより

お盆号／令和4(2022)年



題字 大塚婉嬢 書

菅原篤 画

お盆号／令和4(2022)年

## ●「ケネス・タナカ」の仏教室Ⅶ」始まる

既にお知らせいたしましたように、第六期目の「ケネス・タナカの仏教室Ⅵ」が四月末からインターネット(Zoom)を活用して始まりました。今年は「今からはじめる仏教入門」というテーマで実施しています。アメリカからの参加者も含めて、全国からたくさんの方々が聴講されています。いつからでも参加可能です。思い立ったら参加してみませんか(無料)。

また、講義録を巖念寺のホームページで公開しております。巖念寺のホームページ(<https://www.gonnenji.com/>)の「講演録」をクリックすると読むことができます。講義を録画編集したものをYouTubeでも公開しております。人生での新しい「気づき」を得るために、関心のある方はどうぞご覧下さい。

## ●「護持管理費」御礼

巖念寺お檀家の皆様には、本年度も「護持管理費」を納入いただきました。誠に有り難うございました。ここに重ねて厚く御礼申し上げます。今後ともどうか宜しくお願い申し上げます。なお、ご不明の点などございましたら、お知らせください。

## ●ご懇志御礼

次の方々から特別に御寄進等を賜りました。心より御礼申し上げます。  
(順不同／三月より五月末現在)  
谷口照子様／仲谷洋子様／楠節子様／神谷豊久様／小笠原咲重様  
戸谷直利様／花島三男様／燧よし子様／三原功雄様／田村輝子様  
中村富雄様／西隆博様／角田三枝様／竹井和昭様／清水恵子様  
その他

## ●ご奉仕・ご奉納御礼

三月の春彼岸以降、次の方々よりご奉納をいただきました。心より御礼申し上げます。  
川上よし子様／田村洋・恵子様  
(順不同)  
その他

## ●子ども支援御礼

次の方々から「子どもフードパントリー(困窮する子供を抱えた家庭への支援活動)」へご寄付を賜り誠に有り難うございました。お陰様でこの活動を始め二年が経ちました。今後も毎月一回のペースで、巖念寺にてフードパントリーを継続してゆく予定です。引き続き皆様からのご支援・ご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。  
(二月より五月末現在／順不同)

今西みどり様／黒木梅子様／田原福美様／常田幸子様／千田尚様  
村山紀美子様／武石美知子様／井上健治様／富田和子様／倉品武文様  
吉村奈都子様／遠藤かほる様／柴崎有司様／増野裕子様／秋谷えみ子様  
早川美沙子様／森田昌宏様／前澤侑吾・晴代様／太田光春様  
中村真理子様／大川正也・ひとみ様／田中礼美様／阿部望様／杉本康治様  
中瀬三津子様／加藤桂子様／矢吹秀子様／伊藤菜美子様／西出朱美様  
松本美智子様／田村和義様／水谷修三様／江草浩様／広部潤様  
伊藤喜美子様／佐久間明夫様／中根聡美様／山本喜則様／稲林充子様  
加藤桂子様／三王忠義様／野澤正則様／真行院(飯島)様  
聖徳寺(横井)様／東京文化ライオンズクラブ(茅野様)  
(株)ロージイブルー様／(株)ナカノフード建設建設二部様  
おいもやさん興伸様／(株)朋園様 その他(匿名多数)

## ●お盆のご案内

東京はコロナ禍での三度目のお盆を迎えようとしております。お盆の期間は、東京の場合、七月十三日(水)～十六日(土)までの四日間です。そして月遅れの八月の旧お盆期間は八月十三日(土)～十六日(火)となっております。巖念寺では七月十日(日)～八月十六日(火)までを「お盆月間」としてご参詣ができるように準備しております。そして、コロナウイルスの影響で墓参をやむなく控えている人のために、代わって住職が墓前に生花とお線香を供えての「墓前読経」をうけたまっております。ご希望の方はお寺までご依頼ください。

なお、ひばりが丘墓苑での墓前読経を七月十六日(土)と八月十四日(日)にうけたまわります。ご希望の方はお早めにお寺までご連絡ください。今年度は「新盆法要」(昨年七月以降にお亡くなりになった方のためのお参り)のお勤めを八月十三日(土)午前十一時から本堂にて行います。(ただしコロナウイルスの感染状況によって、急遽中止する場合があります)また、七月のお盆から八月のお盆までの約一ヶ月間に、新盆を迎える方のために「墓前」あるいは「ご自宅」での読経もうけたまわります。ご都合の良い日時をお電話でお知らせ下さい。(電話〇三(三三四四)九三三三)「お盆」という一年の折り返しの節目を私たちにとって大切なひと時にいたしましょう。 合掌

## ●「愚痴供養祭」のご案内

昨年好評だった「愚痴供養祭」を今年のお盆にも開催することになりました。コロナ禍の真つ只中ということもあり、朝日新聞やNスタ等のニュース番組に取り上げられるなど反響のあった催しです。是非お気軽にご参加ください。

(詳細は別紙参照)



巖念寺

〒111-0042 東京都台東区寿1-11-2  
<http://www.gonnenji.com>



電話：03-3844-9383 FAX：03-3844-9393  
E-mail：[gonnenji1253@gmail.com](mailto:gonnenji1253@gmail.com)

# 自浄其意

レジュウゴイ  
「自らの心身を浄くする」

この四月からNHKの「このころの時代」という番組で、浄土真宗で大切にされて来た『歎異抄』という親鸞聖人からの聞き書きを弟子がまとめた短い書物について語るシリーズが始まりました(毎月一回・計六回)。副題は「無宗教からの扉」です。

## 〈無宗教と無知〉宗教

日本人の多くは「無宗教だ」と言います。ある世論調査(二〇一八年)では七十四%が「信仰を持っていない。宗教を信じていない。関心がない」と答えているそうです。それでいて「無宗教だけれども宗教心は大事だ」と感じている人たちは意外に多いようです。こうした「無宗教」という状態は、世界的に見ると日本だけかなり異常な状態であるとも言われています。

ある先生に言わせると「正確に言えば、日本人は〈無宗教〉なのではなく、〈無知〉宗教なのだ」ということです。要するに、そもそも私たちは本当の「宗教」というものがいったい何なのかを知らないままで「無宗教だ」と言っているだけだというわけです。もっともそれは仕方ないことです。私たち日本人は、明治時代以降、ほとんど「宗教」についてまともな教えられなかったり考へたりする機会が与えられて来なくなつて久しいのですから無理ありません。また「無宗教」であることを標榜することがあつたかも知性的・理性的で上等であるかのように思つてい

んなところは危ないですよ」と声をかけました。そうしましたら、鳥窠禪師から反対に「危ないのはおまえの方じゃ!」と、白樂天は言い返されました。

「どうしてですか。木の上にいる方がずっと危ないでしょう?」と白樂天が言いましたら、「いや、煩惱を野放しにしたままでウロウロと走り回っているお前さんの方がよほど危険だ」と言い返されてしまったというわけです。それで、このお坊さん(鳥窠禪師)は、何か尋ねてもなかなか聞きがいのある立派な方でありそうだと白樂天は思つたので、「仏教とは何を教える教えですか?」と、仏教の大意を単刀直入に問うてみました。

すると、その答えが先ほどにあげた「悪いことをしない。善いことをする。自らの心を浄める。これが諸々の悟りを開かれた方々(諸仏)に共通している教えである」という言葉でした。白樂天はそれを聞いて、あつと驚くような訝えた答えが返ってくるかと期待していたのに、たぶん想像していたよりも常識的で平凡な内容だなどと思つたのではないのでしょうか。

そこで「そんなことならば三歳の子供でも知つていないことではないか」と言つと、鳥窠禪師は「三歳の子供でも知つていないことであるが、八十歳にもなる何でも分かつていない賢い老人でも、そのように行うことはできていないではないか」とズバッと即答されたそうです。これには白樂天も痛いところを突かれて脱帽し禪師に礼をなしたという話です。(ただ知つていることと実際に身につけていることとは明らかに違いますよね)。



る人も少なからずいるようです。そういう私自身もお寺に生まれ育ちながら、普通の学生生活を終えて、いよいよ京都に行つて仏教の学びをせざるを得なくなるまで、仏教に関心も興味もありませんでした。私の成長した時代は、科学が万能のようにして未来や幸せを約束してくれるムードでいっぱいでした。その一方で、漢字ばかりでとても難解そうな仏教は、すぐに眠たくなつてしまふようなありさまでした。

おおよそ一年ほど、京都で自分なりに一生懸命になつて仏教の手ほどきを受けたのですが、今となつては仏教の知識としては記憶にほとんど残つておりません。ただし、それまで抱いていた仏教のイメージが変わつたことと、仏教を学ぶことによつて「こういう方々が実際に生まれているのか」という信頼感が芽生えたことが、私にとつては貴重な体験でありました。

## 七仏通誠偈

そんな私でも、わずかに印象に残っている中の一つを今回は皆さんに紹介してみようと思ひ立ちました。それは「七仏通誠偈」という短い言葉です。

ある時、先生が「君たちはたいして勉強もできないままで、この学校を卒業していくだろう。そして地元に戻つてから、人から『仏教とは何ですか?』と尋ねられたら、何と答えるつもりなんだ」と。だから、今日はお前たちにとつておきの正解を教えてやろう」と言うのです。もちろん今まで寝ていた生徒たちも、そんな便利な虎の巻のようになうまい話となれば急に目が覚めます。それが「七仏通誠偈」です。

諸悪莫作——もろもろの悪を作すこと莫く  
衆善奉行——もろもろの善を行ひ

## 自浄其意

ところで、この逸話にはポイントがあるように思えます。

鳥窠禪師が答えたこの言葉の元は実は『法句経』(『ダンマパダ』というインドでお釈迦様が語つた生の言葉が、短い詩句によつてよく残されているという古から伝わるお経)の中(第八十三)に既に出ているので、何も目新しい内容ではないのです。また「七仏通誠偈」というのは、お釈迦様以前に真理を悟つた仏様へ真実に体でうなずいて分かつた人々が既に六人ほどいて、お釈迦様に至るまでの過去のどの仏様も共通・一貫して示した人生を大切に生きることを求めようとする者として守るべき規範(戒)の要になる言葉(偈文/詩句)というような意味です。

この中の最初の二句「悪いことをしない。善いことをする(諸悪莫作・衆善奉行)」は、仏教でなくとも倫理・道徳でも当たり前のようになつて語られていてのことです。注目すべきは三行目の「自らの心を浄める(自浄其意)」という句——仏教とは何かと問われて、答えの本当の重心はこの三行目にあるというわけです。

それでは「意を浄める」というのはどういう事でしょうか? 別に赤児のように純粋無垢になるということではありません。私たちはふだんの生活の中で、自分自身が思つている以上にいろいろな妄想や雑念を起こしながら生きています。要するに煩惱だらけの心に無自覚なまま暮らしているのです。そういう心では物事を正しく見たり・聞いたり、そして適切に考えて・判断し・行動することはできないのではないのでしょうか。また、いくら善い行いであつても、名譽欲でしていたら意が浄くなつていないことにはなりません。そしてそれが主たる原因となつて不安や苦しみを自ら

自浄其意——自らの意を浄くす  
是諸仏教——是がもろもろの仏の教えなり

へあらゆる悪をなさず  
もろもろの善を実行し  
みずからその心を浄らかにすること  
これこそ諸仏の教えです

さて、皆さん。「なーんだ(案外平凡だな)」と思いませんか? そう思つたのはあなただけではありません。

## 鳥窠禪師と白樂天

先ず、この「七仏通誠偈」にまつわる面白いエピソード(『景德伝灯録』四より)を紹介してみましよう。

それは中国の唐時代の禅僧・鳥窠道林(七四一年〜八二四年)の話です。「鳥窠」というのは鳥の巣のことです。当時、浙江省杭州の知事になつた白樂天(白居易/七七二年〜八四六年)という人がおりました。詩人として大変有名ですが、政治家としても優れた、唐代きつての教養のある知識人でもありました。

白樂天が杭州の知事として赴任した時、地元の人たちに「それなら、あの有名な鳥窠禪師に会つてみなさい」と勧められました。なぜ「鳥窠禪師」というニックネームがついたかというと、境内に大きな松の木があつて、その木の上が鳥の巣のように居心地が良いのか、時間があればそこで坐禅をしていたからだそうです。

さて、白樂天がそのお寺を訪ねて行つたのですが誰も見あたらない。帰ろうとして、ひよつとその松の上を見上げてみると、噂どおり鳥窠禪師が坐禅をしていました。そこで、白樂天は木の下から鳥窠禪師に向かつて「老僧、そ

作つているのだというのが仏教の見方です。逆にそういう雑念・妄想・煩惱から離れて、心が落ち着き、静まつてくると、ちょうど風のおさまつた湖面に美しくきれいな星や月がはつきりと映し出されてくるように、私たち自身に正しい判断と幸せへの道筋が自ずともたらされるのでしよう。私たちの心の眼は、それほどふだんは波立つて、大切な物事がしばしば見えなくなつてしまつているのだと思います。私がい

つも雑念が多いものですから、そう思います。こういうことは、頭が良ければ解決できる性質の問題ではありません。また経験豊富であれば乗り越えられるものでもありません。当時の白樂天は頭も良い、能力や才能もあり、経験の豊富な優れた者を象徴するような人物だったのでしようが、自分自身の内面の盲点を禪師に指摘されたのではないのでしょうか。しかし「煩惱を自覚のないまま野放しにして危ないのはまさに自分であつた」と、反応良く気がつかされた白樂天は、やはりただ者ではなかつたのかも知れません。また、自らの心を浄める(自浄其意)に近づけば、諸悪莫作も衆善奉行も自ずと伴つて来るようになるのではないかと

思います。●  
今回の逸話はいかがでしたか? いくらか皆さんの仏教へのイメージが変わつたでしょうか? 〈無宗教からの扉〉の一助になれば幸いです。仏教には、私たちの気がつきにくい心の闇に光を当ててくれる叡智の伝統があります。私の場合、「私は〈無宗教〉なので、神も仏も信じていません」と胸を張つておっしゃる方には「あなたの思つているような神様や仏様ならば、実は私も信じておりません」と答えるようにしております。