



和顔愛語

寺報

令和2年12月号

ご本尊様、ご先祖様に新年のご挨拶

心の距離を近づけて よいお年を

師

走を迎え本年も終わりを迎えようとしています。今年

はなんとといってもコロナウイルスに悩まされた一年でした。2月の終わりに学校が臨時休校となり、4月には緊急事態宣言が発せられました。その中で「ソーシャルディスタンス」という言葉も耳慣れたものとなり、生活の中の距離感が変化しました。スーパーやコンビニのレジの列も、前の人との間隔が随分と広がったものです。

テレビをつければ「アフターコロナ」や「ウィズコロナ」という言葉もよく聞こえてきます。ワクチンが完成するまでは、コロナウイルスとともに生きていかざるをえませんし、コロナ禍が収まったのちも、以前と同様の暮らしではなくなるかもしれません。私達がこの一年で受けた影響はそれほど大きかったといえます。

行事の中止や人との交流が減ったことで、自分自身を見つめ直す機会を得た方もいたことでしょう。あるいは働き方や暮らしの変化によって、考え方にも変化が生

じたかもしれません。

「※心頭滅却すれば火もまた涼し」

心を変えることで、体での受け止め方を変えることができると思われています。その一方で、私達の考え方は自分の生活する環境に大きな影響を受けています。結婚や退職など生活の変化は、心を変えるものです。コロナ禍もまた同様でしょう。生活の変化せざるをえなかった中で、これまでとは違う思いを抱く機会が多くなり、またこれからはその考え方で日常を過ごすこととなります。

ともすると、人との物理的な距離が広がることは、心の距離を広げてしまいます。年末年始、家族や友人と手紙や電話で連絡を取り合い、広がってしまった心の距離を近づけてみてください。その行動が、寂しい心や苦しい気持ちを变えるきっかけになるはずですが、なにか気持ちが晴々しないときには、お寺に相談に来ていただいてもかまいません。皆様が穏やかな気持ちでよいお年をお迎えできますようお願いしております。

※心頭滅却すれば火もまた涼し…どんな苦境であっても心の持ち方次第でのげるという教え

お経の意味を知ろう② ～日常勤行式編～

さんぼうらい 【三宝礼】

浄土宗では「日常勤行式」と呼ばれる式次第に則って読経します。式次第に書かれているお経(偈文)について毎号解説します。

一心敬礼 十方法界 常住仏
一心敬礼 十方法界 常住法
一心敬礼 十方法界 常住僧

【意識】

一心に敬つてあらゆる世界におられますみ仏を礼拝いたします。
一心に敬つてあらゆる世界におられますみ仏の教え(法)を礼拝いたします。
一心に敬つてあらゆる世界におられますみ仏の教えを守る僧たちを礼拝いたします。

【解説】

ご本堂で法要の際は、仏様にお灯明(ろうそく)を灯し、お線香を薫じ、お花をお供えます。お灯明に火を灯すことは、お花をお供えることは、調和のとれた美しい花々のように、仲よく「人生を歩む」の教えです。「明るく、正しく、仲良く」「三寶礼」はこれが仏教徒の心構えであると説いています。「三寶礼」は名前の通り三つの宝、それぞれの偈文の末尾にある「仏・法・僧」を敬うお経です。三寶に帰依する

こと、つまり、三寶を自らの拠り所として信じ敬うことが仏教徒にとつてとても大切なこととされています。

最初の偈文にある「仏」とは、お釈迦様や阿彌陀様だけではなく、さとりを得られた薬師如来や大日如来など、全ての仏様を指す言葉です。浄土宗においては阿彌陀様とのご縁を結び、お浄土への道筋を「明るく照らしていただく」ことに感謝します。

次に「法」は、仏様が説かれた全ての教えのことを指し、私達を「正しく導いてください」。

最後の「僧」は仏教の教えを守り修行する人々を指します。つまり僧侶だけではなく、仏教を篤く敬う一般の方々も含まれます。仏法を敬い、それを仲間と「仲良く実践・研鑽する」。

この仏教徒の基本姿勢を心にとめて三寶礼をおとなえください。

浄土宗の 基礎知識

お数珠 おじゆず

お数珠は法要やお参りの際に手にかけて用いる道具です。お数珠を用いてお参りすることで、邪念を払い、たくさんの方徳を得ることができるとお経には説かれています。

浄土宗では、「なむあみだぶつ」とお念仏をとなえた回数数を数えるためにも使われます。私達が用いるお数珠は「日課数珠」といって、輪っかが二つ重なった形をしています。イラストのように合掌した親指から垂れ下がるようにつけ、お焼香をする際は左手首にかけてみましょう。ぜひお参りしてください。



俱会一処

—くえいっしょ—

俱(とも)と同じ場所に集い会うこと

(『阿弥陀経』)

死んだらどこに行くのだろう？ そんな疑問を抱いたことが、皆さんもあるのではないのでしょうか。多くの宗教は、様々な死後の世界を説き示します。仏教では輪廻(りんね)という生まれ変わりを説き、生まれ変わる先には地獄や餓鬼(がき)といった苦しい境遇に生まれ変わることもあれば、天界という世界で神様に生まれる場合もあるとされます。

輪廻を信じることができないという方もいることですが、



阿弥陀浄土曼荼羅

出典：国立博物館所蔵品統合検索システム

テレビなどでアナウンサーが引退するスポーツ選手などに「次に生まれ変わったら何になりたいですか？」と質問することがあるように、生まれ変わるという考えは、日常にまでそれなりの影響力を持っています。仏教ではこの生まれ変わりを「苦しみ」としてとらえます。

「生まれ変われるなんて素敵！」と感じる方もいるかもしれませんが、この生まれ変わりは、人として生まれ変われるわけではなく、動物になったり、

地獄に落ちたりと、自分の思い通りにはいかないのです。そして、みんながみんな生まれ変わるとすると、恋人や夫婦だった二人が、死後、カエルと蛇に生まれ変わって、食べたり食べられたりしてしまうということを仏教は悲劇ととらえています。

浄土宗では、このような輪廻から離れて、心身ともに穏やかに過(おほ)ごすことのできる極楽浄土への往生(おうじょう)を目指します。極楽浄土は、阿弥陀如来という仏様が治める世界で、「極楽」という

されるのです。

浄土宗を開いた法然上人は、死別の別れを「しばらくの悲しみ」とおっしゃっています。それは、お念仏をとなえることで先立った人と必ずお浄土で会うことができるという確信からきた言葉でしょう。亡くなった人の供養のために「南無阿弥陀仏」とお念仏をとなえると、その功德(とく)が積もり、命尽きる時には仏様や大切なあなたの方と再び相まみえるというのが俱会(くえい)一処(いっしょ)という言葉です。

文字の如く、**極めて安楽な世界**です。お念仏をとなえることで、私達は死後、必ずそこへ赴くことができま**す**。そして先立つた方の再会が果た

死んでしまった人とはもう会えないと思っている方もいるかもしれませんが、亡くなった方は極楽浄土から皆さんのことを見守り、いずれくる再会の時、日々が穏やかで、健やかで、幸せなものになることを何よりも願っています。どうかその見守りを受け止め、いつかの再会を楽しみに、南無阿弥陀仏のお念仏をおとなえしてください。

Q&Aですぐわかる！ なるほど浄土宗

②

身近な仏教の疑問をQ & A
形式で説明します！

— お浄土ってなんですか？

— 「お浄土」とは仏様によって
浄らかにされたへ仏様の世界（仏
国土）のことです。お経には阿弥
陀如来のほかにも薬師如来、大日
如来など様々な仏様の存在が説か
れます。そして、その仏様はそれ
ぞれが浄めた仏国土に住んでいま
す。そのような一つ一つの仏国土
のことを「浄土」といいます。
それぞれの浄土はそこにいる仏
様の願いが叶えられた世界です。



たとえば地獄に
堕ちない世界で
あったり、飢え
や苦しみを経験
することがない

世界であつたりと、そこでの生活
が穏やかで幸せなものになるよう
な仏様の願いが体现されたのが浄
土なのです。

日本では特に阿弥陀如来が西
方の彼方に築いた「極楽浄土」が
有名です。ここは、修行中の身
であつた阿弥陀如来が立てた
四十八の誓い“が達成されてで
きた世界です。お経には「私（阿
弥陀如来）の国に生まれたいと願
い、わずか10回でもお念仏をと
えた者は必ず救う」と、お念仏に
よつて極楽浄土へ赴くことができ
ると説かれています。

お浄土では色鮮やかな鳥が美し
く囀り、天人が音楽を奏でていま
す。七宝でできた池には功德の水
が流れ、そこに咲く蓮台に私達は
生まれます。先立つた大切な方と
の再会を喜び、阿弥陀如来から教
えを聞き、穏やかに過ごしながら
現世にいる人々を見守るのです。

「南無阿弥陀仏」とおとなえし
て、阿弥陀如来の極楽浄土へ往
生を願うことが浄土宗の大切な
教えです。

住職あいさつ

今年には新型コロナウイルスの
影響により、あつという間に感
じた一年だつたのではないでしょ
うか。私自身も、どのような時
間を過ごせばいいのか、また今
後どのように職務を進めてゆけ
ばいいのか、悩み、考えさせら
れる一年となりました。一時は落
ち着いたかに思えた感染も、冬
に入りまた拡がっている状況に
ただただ不安に感じてしまう
日々かと存じます。

しかしながら唯々悲観して
いては前に進む事はできません。
今までの歴史を振り返ってみま
すと、どんな事が起こりようと
も、私達のご先祖様はその中で
懸命に生き、命を繋げてきてく
ださつたからこそ、今の私達た
ちがいるわけでございます。そ
う思えばこれからもご先祖様へ
の感謝を忘れることなく、前を
向いて歩まねばならないと感じ
ます。

新年を迎えましたら、少し
でも安心できる日々がくるよう
心からお祈り申し上げます。

代理墓参 承ります

コロナ禍でなかなかお墓参りにも行けない…
そんなお声が多数寄せられましたので、住職
が代理でお墓を掃除し、お参りをいたします。
ご希望の方は、直接ご連絡いただくか、冥加
料を現金書留にてご郵送ください。
後日お参りの様子をお手紙にてお送
りさせていただきます。



普照山 正定寺

■所在地
〒111-0036 東京都台東区松が谷2丁目1-2
■TEL: 03-3841-1853 ■FAX: 03-3841-1777

紫金山 静蓮寺

■所在地
〒110-0004 東京都台東区下谷1丁目12-21
■TEL: 03-3843-4034 ■FAX: 03-3843-3442

母冲山 清見寺

■所在地
〒100-2211 東京都小笠原村母島字元地122