

みんなの少林寺

旧年中は格別のご慈愛を賜り深謝申し上げます。

本年も皆様のご多幸と被災地の早期復興を心よりお祈り申し上げます。

昨年から開催致しました「覚禅会」（毎月第二土曜日坐禅と写経の会）と「禪道場体験」（八月）が大変ご好評を頂きましたので、本年も継続してまいります。

ところで、皆さんお寺は誰のものですが？

そうです！

皆さんのお寺です！

もちろん、住職は代表者ですから責任ある立場です。しかし、お寺は住職の所有物ではありません。



↑少林寺パンフレット

旧年中は格別のご慈愛を賜り深謝申し上げます。

本年も皆様のご多幸と被災地の早期復興を心よりお祈り申し上げます。

昨年から開催致しました「覚禅会」（毎月第二土曜日坐禅と写経の会）と「禪道場体験」（八月）が大変ご好評を頂きましたので、本年も継続してまいります。

ところで、皆さんお寺は誰のものですが？

そうです！

皆さんのお寺です！

もちろん、住職は代表者ですから責任ある立場です。しかし、お寺は住職の所有物ではありません。

謹賀新年

清涼 晃輝

少林寺たより 澤龍

平成25年
正月号

【発行所】
澤龍山少林寺
〒709-4606
岡山県津山市
中北上1150
■
0868-57-2303
【発行人】
清涼晃輝
■(携帯)
080-6351-9686
E-mail:
seiryo-k@mx1.
tvt.ne.jp

ばと思ひます。

仏様の教えは生きる智慧となります。

春は花見に、夏は涼みに、秋は紅葉狩

りに、冬はお茶でも飲みにどなた様で

もいつでもお気軽にお越し下さい。

ご来寺以外でも、お電話やEメール、お手紙など何でもお

話聞きます。

少林寺を皆様に

更に知つて頂くため

パンフレットを作成、

ホームページを開設

致しましたのでは

なく日常からご利用頂けれ

り寺の運営がされています。

折角、素晴らしい伽藍が

ありますから法事だけ

でなく日常からご利用頂けれ

ります。

少林寺は、檀信徒皆様の

多額のご寄付により伽藍

（建物）が整備され、護持

会を始め皆様のご協力によ

り寺の運営がされています。

<http://www.shorinzenji.com/>

仏の智慧に学ぶ

【コメント】

この開經偈は、お経をお勤めする前にお唱えすることが多い偈文です。

お経は、釈尊の教え（真理）が説かれたもの

です。また、その教えを受け継ぎお悟りを開かれ

た和尚様方のお言葉です。

人間として生まれ、今ここに生きていることが

素晴らしい事ですが、更に仏様の教えに出会うこ

とはとても稀で難しい事です。その釈尊の教えが二千五百年絶つた今も生きているのです。

釈尊は、人が苦しむ迷惑を解決し、人間の本質

について眞実を示し、生き方を教え実践された方

です。

その有り難い教えに、生き方を教え実践された方

です。

お経の前には、身を清め（手を洗い口を漱ぐ）

仏前にて、身を正し、心

を落ち着かせ、真心を込めて合掌致しましょう。

【読み下し文】

無上甚深微妙の法は、百千万劫にも遭い遇うこと難し、我れ今見聞し受持することを得たり、願わくは如來真実の義を解せん

【現代語訳】

この上比べるものなく深く素晴らしい釈尊の教え（真理）は、百千万の長い時をかけても出会うことには困難である。私は今、見聞きして頂くことが出来き大変ありがたいです。願う事は、釈迦如來の眞実の心が理解し、お智慧を頂けますように。

〔澤龍〕投稿紹介

◎少林寺

祖父に連れられ
お参りに
長い石段
往時なつかし
◎棚経に
美作遠く
相模まで
感謝忘れず
二十三年

(大阪府 故原田二郎様)

- ☆投稿有難う御座いました
- ご意見ご感想、次回の「澤龍」投稿募集中です!
- 〔歴史・俳句・川柳・短歌・豆知識・活動等ジャンルは問いません〕

釈尊の教え

一般的に縁起と言ふ言葉は「縁起がよい」など吉凶で使用されていますが、本來「縁起」とは「縁りて起ころ」という意味で、釈尊の悟りの内容です。

単独で存在するものはなく、必ず原因があり結果があります。どのような存在

や現象も永久不変のものはなく、絶えず変化しているのです。(無常) 例えれば、人もそうです。
先祖→両親→私→子の存在があります。食べ物一つとつてみても、自然の恩恵をうけて、多くの人の労力、幾多の生命のお陰で私が存在しています。

原因が結果となり、その結果が今度は原因となり結果を生みだしています。と「四諦」があります。

【苦諦】【道諦】【集諦】【滅諦】 苦を滅する方法です。それには八つの実践方法【八正道】があります。

①正見：正しい見解。正しく物事を見ること。
 ②正思惟：正しい考え方。
 ③正語：正しい言語、嘘や誹謗中傷から離れること。
 ④正業：正しい行い。
 ⑤正命：正しい生活方法。
 ⑥正精進：正しい努力。
 ⑦正念：正しい意識。
 ⑧正定：正しい精神統一。

【苦諦】四苦八苦に分類される苦の実態です。

まず四苦は、生きる苦しみ「病」「老」「死」死ぬ苦しみ

【愛別離苦】愛する者と別れる苦しみ
 「怨憎会苦」嫌な相手と会う苦しみ

が現象も永久不変のものはなく、絶えず変化しているのです。(無常) 例えれば、人もそうです。
先祖→両親→私→子の存在があります。食べ物一つとつてみても、自然の恩恵をうけて、多くの人の労力、幾多の生命のお陰で私が存在しています。

【求不得苦】欲しいものが得られない苦しみ
 【五蘊盛苦】肉体と精神から生み出す苦しみ

【集諦】苦しみには原因がある真理です。煩惱や執着が苦しみの原因をつくりだしています。

【滅諦】苦の滅した状態

【道諦】苦を滅する方法です。(涅槃)

檀信徒を訪ねて

小福田茂利



さんは、現在
久米地域の
保護司です。

津山地区保護司会は、津市、鏡野町及び更生保護施設美作自修会(美作地域佛教寺院運営)で刑務所出所者の社会復帰を支援)と連携して、犯罪や非行からの立ち直りを目指す者に対する雇用創出・就労支援として、ヌートリア農産物被害防止事業(駆除)を推進。特に優れた功績者に贈られる「瀬戸山賞」を受賞。

ヌートリアとは、鼠に似た体重五九キロ程ある外来種。現在、世界及び日本侵略外来種百選定。稻や野菜を食し農作物を荒らす被害が多數に及ぶ。

保護司会は、「就労こそが更生の第一歩」と位置付けた。全国で一年以内の再犯率は約6割。この事業に携わった者の再犯は現在ゼ

口という。
就労が更生に繋がり、生きる力に繋がる。保護司や仲間と作業員が共に汗を流す事により互いの理解を深める。人の役に立つ喜びを得て、生命について考え、自ら行動するようになる。

農家に喜ばれる農作物被害防止→雇用を生み→犯罪減少→皆が住みよい安全安心な街つくりになる。
 小福田氏は、保護司としてその最前線で支援されるお一人であります。最後に、作業員から小福田氏に宛てられた手紙をご紹介します。

3ヶ月の月日は、あつと詰りました。間に過ぎましたが、先生と一緒に仕事が出来た事とても楽しかったです。先生は、私の話しをおなじ目線で聞いて下さり、そして話しゃいます。先生でしたので私はのびのびと業務の遂行が出来た事、先生に感謝しております。

先生、本当にお世話をありがとうございました。先生お元気でいつも居て下さい。

平成二十四年 主な行事報告

●総供養

六月十七日、毎年恒例のご先祖様のご回向と住職による法話があり、約四十名の参列があつた。

その後、國米まゆみさん（中北下）による三本の紙芝居『稻むらの火』『大きく大きくなあれ』『舌切り雀』を開催。会場は笑いに包まれ、参加者は真剣な眼差しで熱心に見入つていた。その中の『稻むらの火』を



『稲むらの火』は、一八五四年、「安政南海地震津波」に際して紀伊国で起きた故事をもとにした物語。地震難の重要性、人命救助のための犠牲的精神の発揮を説く。

村の高台に住む庄屋の五兵衛は、地震の揺れを感じた後、海水が沖合へ退いていくのを見て津波の来襲に気付く。

《あらすじ》

五兵衛は、海辺近くで祭りの準備に心奪われているため、自分の田にある刈り取ったばかりの稻の束（稻むら）に松明で火をつけた。高台の火事に気がつき、

消防のため高台に集まつた村人たちの眼下で、津波は神によって村人たちは津波から守られたのだ。

五兵衛の機転と犠牲的精



●盂蘭盆大施食会

八月十八日、恒例の盆供養が執り行われ、約百名の参列があつた。

その後、兵庫県新温泉町安泰寺御住職ネルケ無方老師の講演があつた。

無方住職は、山中で自給自足、坐禅・教学の日々を送られている。その生活に感銘を受け、国籍・性別問わず、多くの者が安泰寺の門を叩くという。

当日の演題「ドイツ人住職が語る仏教」は、ご自身が仏教にひかれ、ドイツから来日した実体験を元に、仏教を非常に解り易くお話し頂きました。次頁に、要点をまとめてみました。



ことは大事なこと。しかし、禅宗で大事にされている事は、お経を読み教えを聞くだけでなく、実践すること。

①お寺（仏像、伽藍と呼れる建物）
 ②供養（先祖、故人を供養することである年忌法事や葬儀、仏壇、お墓など）
 ③仮の教え＝釈尊の教え
 ④実践すること（重要）

実践方法は様々である、日本だけ見ても、坐禅、念佛、法華經をよむなど主にこの四つが日本の仏教といえるが、これらは、別々ではなく繋がっている。今でこそ、日本仏教といえばお葬式が浮かんでくるが、元々釈尊は「生き方」如何に生きるべきか。如何に生きるべきかを説いた。

これを記しているのは、



お経ですから、お経を読むことは大事なこと。しかし、禅宗で大事にされている事は、お経を読み教えを聞くだけでなく、実践すること。
 釈尊が坐禅をして悟ったのならば、我々もそのマネをしようというのが禅。

私がひかれた仏教は「仏の教えを実践することです」

初めて、今住職をしている安泰寺に行き師匠に言わされたことは、「お前が安泰寺をつくれ」でした。初めは意味がわかりませんでした。

今考えてみると、自分の都合のいいようにそれぞれが使っていた道場として成り立たない。例えば十人いれば十人とも自分を手放して自分を忘れてこそ一つのお寺がつくれる。

これは、安泰寺だけでなく、我々の生きている社会は亡くなっているから実物見本はない。

仮の教えを説かれた釈尊は亡くなっているから実物見本はない。

弟子に弟子がいて、その弟子に弟子（孫弟子）が出来る。釈尊がいなくても弟子が今度師匠になる。弟子からすれば師匠は釈尊の生まれば変わりのような人。

ない。

例えば、日本の国一億二千万人が自分の都合のいいようにつくると日本はつくれない。ましてや、世界の七十億人が自分の主張だけでは世界は社会をつくれない。

自分を捨て忘れて一つの社会が初めて出来る。

私がひかれた仏教は「仏の教えを実践することです」

初めて、今住職をしている安泰寺に行き師匠に言わされたことは、「お前が安泰寺をつくれ」でした。初めは意味がわかりませんでした。



師匠こそ実物見本＝仏。

ところが、師匠も人間であるから良く見れば煙草を吸うし、酒を飲み、結婚しているし、よく怒ったりする。素晴らしい師匠だが

釈尊と比べると何ともお粗末である。

ある時、私は思い悩み、私の師匠の師匠に会いに行きこう言われました。

「馬鹿な弟子の所には、馬鹿な師匠しか来ない」

つまり、弟子が馬鹿なら馬鹿な師匠しかつくれない。

安泰寺をつくるだけではなく、師匠までもつくらなければならない。その師匠から仏の教えを引き出す。引き出せないのは自分の力の無さ。師匠をつくれ。

道元禪師の言葉を使うならこういう事であろう。

（以上こののような内容であつたと思います。解釈の違

う所もあつたかもしれません）

る。

料理も同じ。不味い料理は、材料が悪いからではなく、つくる自分が悪い。

このように仏教とは、①自分の人生をこの私がつくる

②皆、各々がつくる

この両方が大事です。そのため、自分を捨て忘れない。

私も、毎日四苦八苦しています。けれど、私が住職している安泰寺という場所をそれぞれが実践できる。

それを目指す色々な方が切磋琢磨しながら、そういう修行できる場所として守つて、いずれは後を継いでくれるような弟子を育てる

とが、今の私の使命だと考えています。

（以上こののような内容であつたと思います。解釈の違

う所もあつたかもしれません）

（以上こののような内容であつたと思います。解釈の違

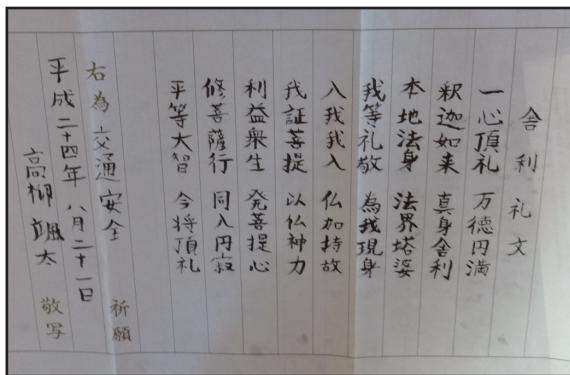
● 禅道場体験

八月二十一日、掃除・

読經・坐禪・写經・写仏・

法話・紙芝居（國米まゆみさん）・素麵流しが行われ

大人九名・子供四十名が参加し、禅の道場「少林寺」で半日修行された。



●特派布教講習会、人権学習、教区総会

九月三十日、恒例の法話会が、祥雲寺（真庭市）で常光寺御住職野津雅史老師（島根県）が「命はである」という演題でお話しがありました。

皆さん手を合わせてみて下さい。右の手の温もりが左の手に感じますか？また、左の手の温もりが右の手に感じますか？その手の温もりはあなたが生きているから温かいのですね。その手の温もりはどこから来ましたか？

そう、お父さんお母さん、ご先祖様です。今の私の手の温もりは多くの人の出会いのお陰ではないでしょうか。この私の命、多くの人から授かつた温もりなのです。ご先祖様を背負つて私は生かされているのです。

このような内容で、ご自身のご経験談など一時間半お説教されました。

少林寺からは、福島鎮夫様、川西智様、住職が参加。

●大本山永平寺の旅

十月二十四～二十六日、

三十六名の参加者と共に曹洞宗五ヶ寺を参拝しました。

一日目は、井伊家の菩提寺として有名な「清涼寺」（滋賀県彦根市）を参拝→



「永平寺副監院丸子老師」のご法話を紹介します。

永平寺開祖道元禅師は、

「仏となるに、いとやすき道あり。（中略）よろづを

いとう心なく、ねがう心なく。（中略）これを仏となづく。」（正法眼藏生死巻）

つまり、仏になるには、貪る心なく、欲張る心を捨てることが、仏の道である。自分の心を見つめ、その正しい心を開くことが大事である。 と説かれた。

一泊二日、修行僧と共に修行させて頂く、そんな気持ちで厳格な作法で皆修行生活を体験しました。

その後、加賀三代藩主前田利常公の正室珠姫（江戸幕府二代将軍徳川秀忠次女）菩提のために建立された

「天徳院」（金沢市）へ参拝し「からくり人形」を拝見しました。

能登へ向け、日本唯一車が砂浜を走れる「なぎさドライブウェイ」（全長8キロ）を通り、海辺で昼食を頂き、大本山總持寺祖院へ

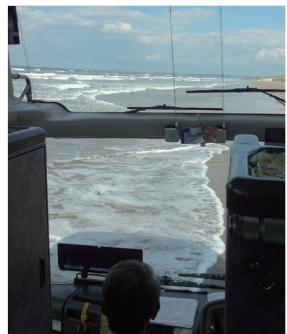


大本山永平寺（福井県）

洗面→就寝。
夕方には、「大本山永平寺」へ上山。到着後は、入浴→夕食→坐禅→法話→映画（永平寺での修行の様子）→洗面→就寝。
二日目は、三時五十分起床→洗面→朝参（ご挨拶と法話）→朝のお勤め、先祖供養法要→山内拝観→朝食↓下山。

永平寺では、掃除、坐禅、読経、入浴、食事、歩く事、寝る事など生活そのものが修行で仏道の実践です。

少林寺からは、福島鎮夫様、川西智様、住職が参加。



↑なぎさドライブウェイ

は、曹洞宗初祖道元禪師から4代目の法孫にあたる「瑩山禪師」が一三二一年に開かれた曹洞宗の根本道場として発展。しかし、明治四十四年の大火災以降、布教伝道の地を横浜市へ移転してからは、祖院として再興され現在に至る。

日本の曹洞宗が始まった道元禪師が開かれた永平寺。今日の曹洞宗が発展した基

をつくられた瑩山禪師が開かれた總持寺。両本山とし、お二人を両祖として敬うのです。

その歴史的経緯から、曹

洞宗では「道元禪師は宗門の父であり、瑩山禪師は宗門の母である」とも表現されています。

皆様のお仏壇や掛け軸に「一仏両祖」としてまつら

れている仏様は、向って正面が佛教初祖「釈尊」、右側「道元禪師」、左側「瑩山禪師」です。

三日目は、海産物のお買



↑大本山總持寺祖院(石川県輪島市)

い物後、永光寺へ拝登。

「**永光寺**」は、瑩山禪師

が總持寺を開く前の一三一
二年に開山。また、總持寺
を開山後、遷化(亡くなる)
されたのが永光寺です。

曹洞宗伽藍(建物)構成

の一典型「永光寺様式」を
保つてあります。また、
「**ご老峯**」と呼ばれ、如淨

禪師(道元禪師の師匠)、
道元禪師、永平寺二代懷奘

禪師、永平寺三代義介禪師、
瑩山禪師、五祖の遺品が
埋葬された曹洞宗の聖地で
す。

その後、九谷焼を楽しみ
無事に帰途致しました。

●管内人権学習会

十一月三十日、「久世工
スパス」にて徳性寺御住職

辻文生老師(宮城県南三陸
町)が「震災における被災
者の人権」を講演。被災さ

れたご自身のご経験から、
共感することが大事である
と説かれた。少林寺からは、
福島鎮夫様、川西智様、
高木濟様、國米信行様、

小福田茂利様、住職が参加。
【禅||修行||悟り||禅】

暮らしの中に禅を

禅とは、厳しい修行とい

うイメージをお持ちの方が
多いようですが、禅は、特

別な事をするのではなく、
生活そのものを大事に生き

ることです。仕事、勉強、
食事、便所を使う事、歩く

事、寝る事、遊ぶ事、その

日常生活全てが「禅」です。

例えば、子供と遊ぶ時は、
子供の気持ちになり共に遊

ぶ事。困っている人がいる
と感じたら見て見ぬふりを

するのではなく、そつと手を
差し出したり、声をかけて

みる事。食事の時、感謝の
念を抱き考え、手を合わせ、
声を出し「いただきます」

「ご馳走様でした」と言う
事。

思い、考えるだけでなく、
その一瞬に集中し実践する
ことが禅です。

「行くもまた禅」坐るも
また禅、語默動静に体は安
然たり」という禅語があり
ます。つまり、禅とは、そ
の人の生活や生き方です。

【禅||修行||悟り||禅】

少林寺婦人会

第3号

少林寺たより「澤龍」

掃除奉仕活動を、中北下地区（六月）坪井上地区（八月）中北上地区（十二月）ご婦人達のご協力により、お寺の内外がとても綺麗になりました。

次の方に法要接客係をご奉仕頂きました。

『総供養』光成幸恵様、
國米由美子様
『施食会』奥けい子様、
政安倫子様、中島保子様
深く感謝申し上げます。

現在、他寺の講員合わせ十八名でお唱えしております。

毎月二回（一回一五〇〇円）です。御詠歌は仏様の教えを歌にしたもので、お経より意味が解り易く、気軽に仏様の教えに触れることが出来きます。趣味として如何でしょうか？見学も出来ますので、お気軽に問い合わせ下さい。

御詠歌講員募集中です

御 詠 歌

地区（六月）坪井上地区（八月）中北上地区（十二月）ご婦人達のご協力により、お寺の内外がとても綺麗になりました。

次の方に法要接客係をご奉仕頂きました。

『総供養』光成幸恵様、
國米由美子様
『施食会』奥けい子様、
政安倫子様、中島保子様
深く感謝申し上げます。

現在、他寺の講員合わせ十八名でお唱えしております。

毎月二回（一回一五〇〇円）です。御詠歌は仏様の教えを歌にしたもので、お経より意味が解り易く、気軽に仏様の教えに触れることが出来ます。趣味として如何でしょうか？見学も出来ますので、お気軽に問い合わせ下さい。

覺 禪 会

- 九時～坐禪、行茶
- 十時～読經、写經等
- 参加費無料。

坐禅と写經の二部制です。
初めての方ご指導致します。

足の不自由な方の坐禅は、
椅子に座り足を組まなくて
もできます。

写經は、椅子と机がございま
す。

檀家は問いません。どなた
様でもお気軽に越し下さい。

※団体の場合はご連絡下さい
（個別の日程は要相談）

※個人、団体、企業など
出張で坐禅会致します。

※勝手ながら、急な日程変
更もあります。事前にご確
認頂ければ幸甚です。

お月さま

「朝日小学生新聞」

という小学生向け新聞で月の楽しみ方の連載を始めていて、

子どもと接する機会なのでとても喜んでいます。というのも、これまで子ども向けに何度も講演をしましたが、月について、

暦について、子どもたちの理解がとても早いことに注目してきたか
らです。

月の満ち欠けはどういう仕組みになつてあるか、三日月と逆三日月はどう違うのか、上弦と下弦の違いは？ 朔（さく）とか望（ぼう）の意味は？ など、説明をす

るとよく理解してくれます。子どもは空を見ることがよくあり、月や星の不思議さに心をなじませていますが、どうでしょう？

月の暦を作り始める前に、ちょっとした体験がありました。東京下

町のある路地でのこと、家の玄関を出たばかりの女の子が月を見つけ、「あ、お月さま！」と叫ぶの

を目にしたことでした。月についてて無知・無頓着だった私に恥じらいの思いを芽生えさせた小さな出来事でした。大人になると、月や空のことは忘れ、目線は人影など前方かアスファルトを見るばかりになってしまうのではないか？

佛教と月はもともととても縁深いものです。お釈迦さまが上弦の月に生まれ、満月のときに涅槃に入つたと伝承されてきた一事を取つてみても、そのつながりの深さが知られるでしょう。どうぞ皆さんも、月と親しく接し、子どもや周りの人びとと語り合つてください

ればと願います。

月は、無償で、さまざま恵みを皆さまに授けてくれるはず

です。

文 志賀勝

※「月と季節の暦」カレンダー発売中です！月から季節を学んでみませんか？

※是非、下記サイトをご覧下さい。月の面白さ、暦の大切さが満載です