

竺園寺坐禅会 寺子屋プロジェクト

2020年12月27日

竺園寺坐禅会では、毎月2回の坐禅会を開催していますが、本堂での坐禅会の後に、寺子屋プロジェクト「和やかに、学ぼう、習おう」の一環として、坐禅会の参加者が、知りたいと思ったこと、ふと疑問に思ったことなどを、その日のトピックとして、和尚さんから、簡単なお話をして貰うことにしました。

新型コロナ禍が終息する様子を見せないまま、ご自宅での坐禅を続けられている方もいらっしゃると思います。また当坐禅会でも、今年の行事、「笑福亭たま竺園寺落語会」を中止せざるを得なかった状況でした。そんな中、寺子屋プロジェクトの備忘録として、参加が難しい方にも、毎回のトピック、和尚さんのお話の要旨を届けていきたくご案内致します。

第1回：12月27日(土) 夕坐禅会でのトピックは、「臚八大摂心」*でした。和尚さんからお話の要旨は、以下の通りです。 (*ロウハツオオゼッシン)

臚は、臚月：12月のことで、お釈迦様がお悟りになった12月8日に倣って、修行僧がそれぞれの道場で、12月1日から8日未明までを、ひと晩として、坐禅三昧、つまりは寝ずにぶっ通し(短い休憩や食事をはさみますが)で、ひたすら坐禅に没頭するとのこと。これを1度でも経験しないと、一人前の修行僧とは扱って貰えないとか。

夏の坐禅(雨安居)と、冬の坐禅では、和尚さんの体験では、歯の根が合わないのを通り越すほどの厳寒の時もあり、冬の方がきついとのこと。一方、夏は蚊が大敵、耳から回って鼻にとまる？そうです。摂心の間、食事は檀家さんからの差し入れも含め、常より豪勢。1時間置き位に出されたりもするが、不思議なもので、坐禅に集中してエネルギーを消化する所為か、平らげることが出来る。警策を打たれるまで気付かないことが往々あるので、実際には坐禅しながら眠っている間(?)もあるのだろう、とのこと。

さて、お釈迦様は8日未明、遠くインドの地で朝日が上がってくるのをご覧になってお悟りになったのでしょうか。また臨済宗中興の祖と言われる白隠禅師は大小2百幾回、お悟りされた、とお話しされているそうです。

さて、皆さんは、若い修行僧のお坊さん達が、暖房のない厳寒の僧堂で坐禅に励む姿を想像頂けるでしょうか？また、私達は日常で何かの気づきをする、日々これ修行でしょうか？

毎年12月最初の坐禅会では、お釈迦様のお悟りになった日を記念する、成道会**のお経を読んでいます。 (**ジョウドウエ)

以 上

竺園寺坐禅会 寺子屋プロジェクト

2021年1月9日

寺子屋プロジェクト和尚さんのお話 第2回 「禅堂の食事」

今回は、禅堂での修行僧としての体験から禅堂での食事、食事のさいの作法のお話です。

禅堂での食事は、「飯・汁・菜」が基本で、菜は、お香々(沢庵)で一年中、変わりません。朝は前のご飯のお余りをお粥にしたもの(注1)、「汁」はお出汁は来客があったとき等に昆布出汁を使うものの普段は、出汁を使わず近隣の方から頂いた野菜の具から出る旨味だけ。

「菜」は差し入れや特別に頂いたものがあるときに、それを料理してお香々に添えるので、献立を考えて買い物をする事はないそうです。米は托鉢で頂いたもので、どうしても炭水化物が中心の食事ですが、坐禅に作務(堂のお掃除など)と、修行三昧でカロリーを消化するせいか、肥満などの問題はないのですが、堂を降りたあとは、量を減らすなど要注意とか。

食事の作法は緑陰坐禅会(*注2)で体験された方はご存じのように、すべて直日(ジキジツ：禅堂内の取締役)にならない、箸をおくなどの動作は、直日から順に自分の右隣に坐った者が箸をおくのを待ってから始めて置くようにするのが、きまりです。同じように、食事中は話をしない、食事の開始等進行もすべて鳴り物で合図するのですが、これは食事も坐禅と言う考えによるもの。仏教では、「仏」とは「いのち」、坐禅とは「呼吸」であり、食事は、仏道に励み「いのち」を支え、これをつなぐためにからだを養うことです。因みに、食事の前に唱える五観文(注3)の4、5番目はこのことを教えている、とのこと。(1、2番目は、食事を供する者と頂く者との因縁に思いを致し、3番目は、そこに居ない者へも思いをやることを、うたっている、のだそうです。)

食事を司る僧を典座(テンゾ)といいます。禅堂の当番には学校を卒業したばかりの料理をしたこともない修行僧もいますから、出来具合も様々です。しかし「うまい、まずい」と評することは厳に禁句です。何故なら、美味不味は、好き嫌いと同様に相対的であり、仏教のもっとも忌むところだからです。そのときに尋ねられるのは、「手間をかけたか？」と言うことで、食べる人のことを思い、手間や労を惜しまず励んだかと言うことを問われるのだそうです。またそれは「なりきる」ということでもあるとのこと。あの人やこの人の立場にたって(なりきって)、そこから物事をみて、それで(料理も掃除も)なすべきことをなすことを教えているそうです。

・・・手間を省くこと、効率を一に走り続けてきたことが今問われているかもしれませんね。我々の日常、無言の食事はむずかしいですが、「頂きます。」「ごちそう様。」は、ずっと残していきたいですね。(Mpa-感想) (寺子屋プロジェクト和尚様のお話 1月9日 注)

注1 禅堂での食事は、朝食を粥坐(シュクザ)、昼食を齊坐(サイザ)、夕食を薬膳(ヤクゼン)と呼びます。また、特別なのは唯一正月のお雑煮で、お寺に持ってきて頂いた餅米を暮れの28日に餅つきをしてお返しをし、残った餅を頂くのだそうです。

注2 竺園寺ほか市川松戸の3つのお寺の坐禅会による合同の坐禅会で2日間、坐禅に打込みます。例年6月末に行われますが、2020年はコロナ禍のため中止。

注3 五観文ゴカンモンは、食事の前にお唱えすることば(偈ゲ：お経のなかの韻文、詩にあたるもの)です。全文は経本にありますので、ここでは現代の言葉に訳したものと原文を再掲します。

一つ、この食事が出来上がるまでに、どれだけ多くの支えがあったか、どれだけ多くの人びとの苦勞があったか、想いを巡らします。

(一つには功の多少を計り彼の来処を量る)

二つ、自分は食事をいただくだけの徳行をしたのか、行いを振り返ってから頂きます。

(二つには徳行の全闕を計って供に応ず)

三つ、心を正しく保ち、危うい心から離れるため、もっと食べたいといった貪りの心などは起こしません。

(三つには心を防ぎ過食等を離るる宗とす)

四つ、食事とは良薬のようなものであり、心身を健全な状態にたもつためにいただくことを忘れません。

(四つには正に良薬を事とする形枯を療ぜんが為なり)

五つ、仏道を歩み続けていくために、今からこの食事をいただきます。

(五つには道業を成ぜんが為に当にこの食を受くべし)

以 上

寺子屋プロジェクト和尚さんのお話 第3回 「竺園寺の歴史」

今回は坐禅会の池田さんからのリクエストで竺園寺の歴史、由来を語っていただきました。

当寺は南北朝の時代 14 世紀中頃に市川市の堀之内に城を築いていた石井氏(注 1)が居城の近くにお堂を建てたのが初めて、後の 15 世紀に鎌倉の竹園山宝泉寺から喜州和尚を招きその山号「竹園」から「石井山竺園寺」と称することとなったそうです。このとき招来した十一面観音様をご本尊として、南北朝の戦乱で命を落とした一族、家臣の菩提を弔われたようです。観音様は鎌倉時代後期の作で、さらに瓦に焼いた千手観音菩薩が胎内仏として納められていることが近年の調査(注 2)で確認されたそうです。十一面観音様は、六道のうち阿修羅界(注 3)の救い主とのことです。石井家にはお城が落城した際に非業の最期を遂げた姫君や、近くの池(じゅんさい池と考えられている。)に入水された奥方の話が伝えられており、堀之内に残る石井家にいまも姫宮として祭られているそうです。(現在のご本尊様は釈迦如来様でお像は江戸時代の作。)

当寺境内には宇賀神様(顔は人、身体はとぐろを巻いたお像)とお稲荷様が、対をなすように祭られています。宇賀神様は、堀之内に残る弁天様のお使いとかで、石井家と当寺の長い繋がりを現しています。また弁天様も宇賀神様も、さらに十一面観音様も、水との関係が深く、戦乱の世に刀を捨て鋤をとることを選んだ石井一族の平和と豊穰への祈りのしるしが現されています。因みに、この宇賀神様とお稲荷様のセットは、近隣の旧家にはよくみられ、珍しくないそうです。和尚様は 18 代目とのことですが、江戸期から明治のはじめにかけ、寺の経営は難しく近隣の大寺に留守を頼むこともあったようですが、国分地域の発展にあわせて落ち着かれてきたとのことです。また明治時代には、国府台にあった陸軍演習場の関係で軍馬の供養埋葬を掌ったことから、現在の動物の供養埋葬を行うことになったそうです。

以 上

お寺では、梅、躑躅、蓮、牡丹や半夏生など季節ごとに手入れされた草花、樹木が庭を飾ります。それらがときに華やぎ、ときに儂げなもの、お話にあったお姫様や一族戦士やその家族のこめられた想いの所為でしょうか。コロナとの戦いで疲れた一日、お参りに、癒やされに、訪れるのは如何ですか。1月の末は梅の花が綻び始めます。(メンバー感想、以下注も)

(注 1) 石井氏は、千葉氏（平安時代に国司に任ぜられ、広くこの地域を領した。）の一族で千葉六党の国分氏の支族。喜州和尚の出自である千葉東家も一党。お寺の推測では石井家の落城は、16世紀の国府台合戦(二度にわたる北条氏との戦い)の折では、とされています。石井家のご子孫は、現在も堀之内にお住まいの他、近隣には多くの石井姓の方がいらっしゃいます。また、和尚様が最近、佐賀県に行かれた際に、元寇の役の後も三度の蒙古来襲に備えるべく幕府の命で同地に残ることになった千葉氏の縁で、石井姓の方が多いのことに気付かされたとのこと。

(注 2) 竺園寺の由来および十一面観音像についてお寺でパンフレットが入手できるほか、大学との共同調査による十一面観音像およびお寺の建築構造などの調査が以前に出版されています。

(注 3)阿修羅は、奈良興福寺の阿修羅像が有名ですが、手元の仏教後小辞典をひくと「その歴史は複雑でもとは古代ペルシャの最高神アフラ・マズダと同じ」とあり、古代インドでは「神ならざる者」とされたが、仏教では護法神」とありますが、その一方で、六道のうちの「闘いを好む者」ともされています。お寺のパンフレットに、「競争社会・格差社会の救い主として、ますます十一面観音様への信仰は私たちの心を安寧へと導いてくださる・・・」とあります。好む好まないに拘わらず、競争・格差それに異常気象、コロナと格闘を迫られる現代の「修羅場」にいる者にとって、信仰は科学と同じくらい必要と思いますが・・・。文責 中村