

「赴粥飯法」に学ぶ(4)



「五観の偈」

食事のお経

「五観の偈」で、お経・偈文などの意味を少しづつ解説してきました。今回は第四弾です。まず最初に、我が曹洞宗の開祖道元禪師が説かれた「典座教訓」という、食事を作る人の心得が書かれたものと、「赴粥飯法」という食事の際の心得を書かれたものがあります。この中で何度も示されていることは、「一粒の米、一滴の水をも大切に扱いな



食事の偈文を唱え中

さい」ということが書かれています。物の大切さ、有難さを伝えたかったのではありません。四番目です。

「五観の偈」

- 一つには功の多少を計り、かの来処を量る
- 二つにはおのれが徳行の全欠を付て供に忘す
- 三つには心を防ぎ過を離るることは貧等を宗とす
- 四つにはまことに良薬を事とするは形枯を療ぜんがためなり
- 五つには成道のための故に今この食を受く



気にならない。病気になつたら食事を正せばよく、それでも治らなければ、薬を使えば良い」という、いわゆる「医食同源」の考え方がありますが、食事は、贅沢や空腹を満たすためではなく、健康を維持するための良薬として、必要限度を正しい目的をもつていただき、ますということですが。現代は「飽食の時代」といわれていますが、インスタント食品やスナック菓子など「カロリー過多で栄養失調」というのが「飽食の時代」の正体なのでしょう。カルシウムが不足するとイライラして、マンガンが不足すると育児放棄をするようになるという研究報告もあります。真冬でもないのに「寒い」と訴える女子学生が増えているそうです。その食事形態は、「食事を食べるのも、食べるのが面倒。おなかですいた



修行僧の飯台

ら、スナック菓子をつまめば良い。週に一度はドカ食いするけど・・・と。更にはイライラもあるよ。うで、一〇代にしてはや更年期障害？。人は体温の維持や心臓活動、生活活動に必要なエネルギーが不足すると基礎代謝が落ち体温も下がります。その結果が「寒い」となります。風邪の事を英語でCold(冷え)といいますが、「風邪は万病の元」、冷えは万病の元体温が下がれば冷え症、むくみ、肥満、アレルギー、慢性疲労症候群、痛風、糖尿病、などなどあらゆる病気の元になってしまします。熱を下げる薬はありますが「熱を上げる薬はありません」。だから、食べ物、食べ方が大事なのです。

「一口メモ」 施食の言葉 粥を食べると十の功德があり、修行者に利益をもたらす。その報いには際限がなく、煩惱が消え、この上もない安楽が得られるそう。一には顔色を良くする。二には体力を増す。三には寿命を伸ばす。四には食べ過ぎる事がないので楽である。五には話し方がさわやかになる。六には食べた物が胸につかえない。七には風邪をひかない。八には空腹がいやされる。九にはどの湯きも消える。十には便通がよくなる。(参考までに)

編集後記

今回の「わきみず」は特別バージョンで作ってみました。四面の割には内容が薄いような感じがしますが・・・。まあ、良しとして、今年も飽きないで、お付き合ってください。小坊

謹賀新春



新年 おめでとう

去年と違い、今年と違い、人間として「正しく生きる」姿勢は崩す訳にはいきません。昨年、光陰空しく過ぎしはしなかつたか。元旦にたてた計は成就したか。向上の一途を歩んで来たか、否か。自らを点検し、反省すべきは反省し、今年しか無いのだ」と

新年特別号

発行所 普門山 林泉寺 三戸町斗内字 寺牛25 〇一七九 二五二八五〇 啓誠

の思いで過ごさなくては、今が、一年が「もったいない」とおもいませんか。みなさんは今年うさぎ年だからといって、びよんびよんと跳ねて、他の人より先を急いで、後悔だらけだったという一年を過ごすつもりではないでしょうか。与えられている時間は大きく変わってきます。

自分だけのお金が、ン百万円あつたら、どの様につかいますか。多分、誰しもが、ダ・イ・ジ、に使うと思ひます。平成二十二年の新春を寿ぎ、寺門の興隆と、檀信徒各家のご清福を冀い、万邦和楽ならん事を祈念いたします。



「モチつ、モタれつ、一人で、生きて行かれない。」



た七人の隠士「竹林の七賢人」になぞらえ、室町時代中期ごろから始まったといわれます。また江戸

◎七福神のいわれ 大黒天・恵比寿・毘沙門天・弁財天・福祿寿・寿老人・布袋の七神をあわせて七福神といいますが、それぞれの出身地は多国籍です。インド出身の大黒天、毘沙門天、弁財天、中国からは道教由来する福祿寿と寿老人、そして実在の禅僧契此がモデルの布袋さん。日本からは恵比寿さま。 どうしてこれらの天・神・人が七福神としてまつられるようになったのか、確かかなところは分かりませんが、一説に、中国の晋の時代に、族界を離れて竹林に集まり、清談を行つた七人の隠士「竹林の七賢人」になぞらえ、室町時代中期ごろから始まったといわれます。また江戸

福の神 もとをただせば 出世したものが あります。

◎初夢は誰が 言いはじめた？

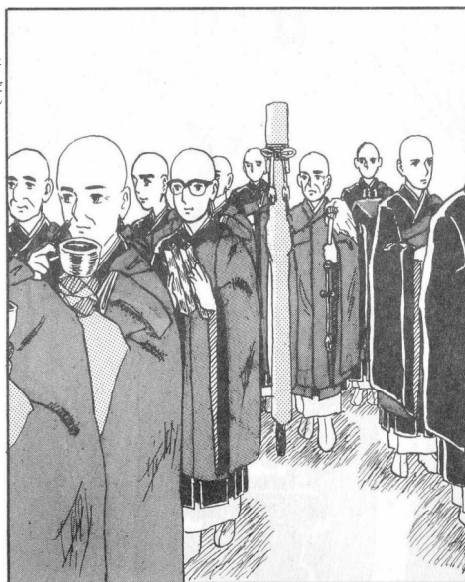
新年の最初に見る夢を初夢といいますが、これはだれが最初に使ったのでしょうか。それは、歌人西行の歌として「夫木和歌抄」に載せている次の歌がはじめと言われています。 年くれぬ 春来べし とはおもはねど まさしくみえて かなう初夢

曹洞宗の行事

晋山式 —本尊さまへの挨拶と開堂—

来年をめざして

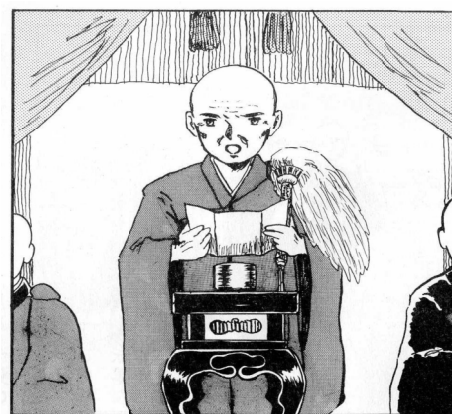
前回「わきみず」お盆号に掲載いたしました「曹洞宗の行事」晋山式。晋山式ってなあに？晋山式の意味が解って来たかと思えます。今回は上記のよう挨拶と開堂の説明をしたと思います。さて、前回の二枚の写真は、門柱を入



両班に引かれて本堂へ入った所

り両班（法要の時に本堂の左右に立ち並びお坊さん方）の和尚さま方に引きつられて本堂に入り、須弥壇に上った所まで

でいう祖師とは、中国に最初に禅の教えを伝えた達磨さまの事で、禅宗（曹洞宗）の祖と呼ばれる方です。ちなみに、広く祖師といったら、道元禅師、瑩山禅師の方がたも含まれます。最後に、そのお寺

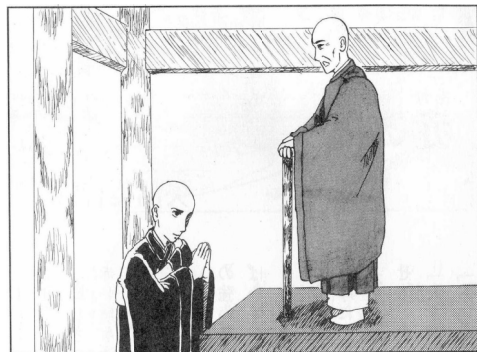


晋山のお祝いの法語を唱える

「須弥山」といふ山をかたちどつたもので、仏さまはこの頂上におられると考へたのです。だから、須弥山の奥に本尊

（山）を最初に開かれた方、最初の住職である「開山さま」への挨拶を行います。引き続き「晋山開堂」という儀式を行う場合があります。開堂とは、「堂を開く」ということで、これは「上堂」と同じことを行います。「上堂」とは、本堂の正面、須弥壇と呼

つられてこの式では、本尊さまを幕などで隠し、本尊さまに代わって新しく住職になったお坊さんが、人びとに教へを示すのです。須弥壇の上



問答(教えについて質問をしている所)

は、最初に晋山のお祝いに「法語」を唱えます。続いて、首座から順番に、当日集まったお坊さんの何人か、須弥壇の上にいる新しい住職に対して、考え方やその教えについて質問します。それに答えることにより、広く檀信徒の皆さんにも住職の教えを伝えるのです。このように「晋山」と「開堂」を行い、新たな住職を迎える式は終わるのです。次回は、法戦式についてお話をしたいと思います。乞うご期待。

去年を振り返って

二年続きですが、平成二十一年には、四年生十人だったと思います、そして去年は五年生だけ

斗川小 千人塚・林泉寺見学

をして下さいとの先生からの電話がありました。社会見学か、地元を知る為の授業なのでしょう。

私は、斗内に来てまだ浅いのでまだ全まではまだ全



有り難うございます

本堂に下がっている金色の長い荘厳具を幢幡と言いますが、当寺には二本しか有りませんでした。本来は四角にあり四本が普通なのです。他のお寺に四本有るのに何で当寺に無いのか？という事で、日ノ沢の責任総代 田沼義三さんが、一本は田沼家先祖代々精霊菩提の為に、もう一本は少し早い晋山記念という事で寄付して下さいました。お盆にお披露目いたしました。改めてお礼を申し上げます。どなたでも、寄付 寄進等は拒みませんので、宜しくお願い致します。

感謝! 感謝!!



平成21年の生徒達

然無知なので慌てて資料を探しました。塚に出かけて行って、説明文を写したり、写真を取ったり、三戸町史を紐解いたりで大変でした。

千人塚の説明の後、林泉寺を拝観し、仏像の説明を致しました。生徒の中には、檀家さんの子どももおり、私のつたない説明でも真剣に聞いてくれました。少しは役立ったかな？



平成22年の生徒達



平成22年の生徒達



6月は少し滑る



8月は晴天 きもちいー。

6月と8月の境内草刈り

毎年恒例の草刈りと草取りを年二回お願いしている訳ですが、去年の当番は、6月に中本村 中村正三さん担当(玉ノ木、山端、袴田)、8月は上本村 中村庸さん担当(大舌2地区、斗内沢の地区の方々でした。当番の地区の方々には本当にご苦労様です。今年もよろしくお願いいたします。