

萬福寺だより

HP <http://www.manpukuji.or.jp>

馬込から気持ちのよい風が吹いてくる

発行／曹洞宗 萬福寺護持会

2013年夏号／no.16／平成25年7月1日発行



無量門（左）と鐘樓門（山門から）

お塔婆を立てる意味

萬福寺住職 安本 利正

お塔婆の本名は「卒塔婆」であり、その語源は二千年以上昔の古代インド語のストウパ（塔）の音を写した言葉です。お塔婆の上部にある切り込みは五輪塔の姿を表現しています。

お墓に多くのお塔婆を立てるのは、多くの仏に囲まれていれば悪い者が近寄らない、という信仰から生まれた習慣です。そのお塔婆には建立者の名を記していますが、名を記すことには更に深い意味があります。

「私は本日参拝に来ました。ずっと一緒に付いていたいのですが、家に帰らなければなりません。そこで私の代わりに私の名を書いたお塔婆をお側に付けてお守りしますから、どうぞ安心してお眠りください。」

お墓と建立者の心が通じ合える

こうして私の名を書いたお塔婆がお墓に立っている、ということ時々思い出してください。遠くに居てもそのお塔婆を思い出すことによって心は通じ合えるものです。私の代わりにお塔婆が立っていると思った瞬間に、お墓と心が通じ合えるでしょう。

私は毎年一回友人の墓

参りをしています。その

お墓の後ろには、私の名

を書いた昨年のお塔婆が

立っています。帰りに寺

へお塔婆供養料を納める

と、後でお墓に立ててく

れますので、墓参りの趣

旨が更に深まるように感

じます。



五輪塔



お塔婆

REPORT



安本利正ご住職からお彼岸を迎えるにあたってのお話

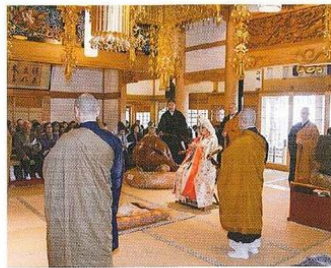
例

お彼岸中に6つの
慈善行為をしましょう！
安本利正ご住職様が呼びかける

春彼岸法要

平成25年3月20日(祝)

年より早い開花を迎えた桜がほぼ満開の暖かい日に、春彼岸法要が執り行われました。
法要に先立ち安本利正ご住職様が「般若心経の最後の「羯磨経、波羅蜜経、波羅蜜経、菩提薩婆経」の18文字に込められた意味は「行こう、行こう、彼岸へ行こう、彼岸へ行こう、幸いあれ」と、まさに彼岸にピッタリのお経です。このような言葉で結ばれているのは、般若心経しかありません」と説



お彼岸の法要

心の法話

「毎日おいしく食べて
病気知らず」
自然食の先駆者・飯塚律子氏が
「正しい食生活で美と健康を語る」

レベ(NHK)の「生活はつとモーニング」(他多数)に出演の飯塚律子氏(フリーコンサルタント)が「体質は食事で変えられる」と、白らの体験を踏まえて日常の食生活でのちょっとした

ポイントを紹介されました(要旨)。
▼食事は頭張って一口・30回以上噛ましよう。唾液には毒素を消す、内臓を元気にする働きがあり、噛むことで頭の周りを強くし、耳の下(耳下腺)からはパロチンという若返りのホルモンが出ます。噛むことを心がけましょう。
▼宴会などでビールを飲み、フライドチキンやポテトチップスなどをよく食べますが、メタボには一番いけません。でも、他の食品との食べ合わせによって違ってきます。例えば、フライドチキンは野菜やモズクの酢の物を組み合わせれば、体が元気になるのです。
▼朝起きたら、コップ一杯の水をゆっくりと飲みます。血液の中の水分を補給します。
▼果物は朝食後が一番良い。果物にはビタミンだけでなく、果糖やブドウ糖が含まれていますから、消化に負担をかけずに即エネルギー源になるので元気が出ます。ただ、パイナップルやイチジクは、タンパク質をよく消化するので、朝の空腹時ではなく、ゆつくりと食事をしながら食べたほうが効果的です。
▼血圧が低く、元気が出ない人はコーヒートンカカオ、紅茶を飲まれると、血行を良くして気持ちを向上させる効果があります。ただ、カフェインが含まれるものを16時以降に飲むと、夜眠れないこともありますので注意が必要です。
▼紫外線対策(シミ・ソバカス)にはビタミンCをとりましょう。多く含まれているのは柑橘類(ミカン・レモンなど)、イチゴ、パインアップル、パイナップルなど。更にビタミンCにはカルシウムの吸収を助ける効果もありますので、



病気知らずの食事について語る飯塚律子氏

夕食は8時までに終えるのが理想です。ゆつくり、朝・昼に足りなかった食材とくに酢の物を食べていただきたい。一日の疲れを取ってください。
☆
おいしく楽しくよく噛んだ食生活は、体の不調や未病を撃退し、健康や美容にも効果的です。ぜひ心掛けていただきたいと思います。
※この後、質疑応答がありました。

「お仏壇」の
存在について

住職 安本 利正



- 昔の人達は家を建てる時、神棚と仏壇は必ず作った。
- 仏壇があると子どもは線香を立てる習慣が身につく。
- 仏壇は無くても部屋の隅に位牌や写真を祀り、線香を立てよう。

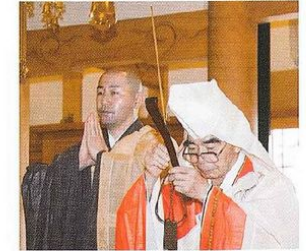
「私」は分家だから先祖が無い」という言葉を時々聞きます。「先祖代々の御仏壇は相続人の長男が引き継いで祀っているのだから、分家の私には御仏壇が無い」の意味であります。先祖が無いわけではない。
自分の貴重存在を知ろう！
私達は両親2人から生まれ、両親は両親4人から生まれ、更に曾祖父父母8人、高祖父父母16人と先祖をさかのぼると10代前で合計2千人を超える数になります。それらの人々は(両親を除く)皆死んで現存しませんが、私達はそれほど大勢の血液体質を受け継いで生まれて来たのです。その中の誰か一人が欠けたら、今の私は生まれず、他の人が生まれ出たわけです。そう考えると今の私の存在が



でしよう。それを見て子供は質問することでしょう。その説明によって、昔は考えもなかった先祖の話を伝えることが出来るのです。
私達老齢者になると既に父母も祖父父母も死んで存在しませんが、私が生まれて以来お世話になったことは、細かいことまで心の中に充滿しています。それが私の心の中で生きて、私の生活を支えている。
今でも私の心の中で生きています。更に二千五百年前のお釈迦様の心が私の心の中央に生き続けて、人生の方向を示してくれています。
このように生前の行為が死後まで遺ることを仏教では「業」と呼んで、善と悪の業を善因善果、悪因悪果と語っています(善い原因を作れば良い結果が生まれ、悪い原因を残せば悪い結果が生まれる)。人々の行為はすべてが業になって後生に伝わって運存するものです。これを広い立場から見れば、文化の継承であり、歴史の伝統であります。
行事縮小は人の心を薄くする
最近人情が薄くなって交際は省略され、行事は縮小されています。それは節

お盆にはご先祖様に感謝しましょう

誠に不思議な存在、貴重存在に思われます。仏教ではその多くの人々を先祖として祀り、恩恵を受け継いだことを感謝して先祖代々の霊として供養を続けています。そのように祀るとは当然なことでも、自分の先祖を祀ることは当然なことでもありません。昔の人達は自分の家を建てる時に、神棚と仏壇を必ず作ったのです。戦後マッカーサーが農村を見て歩き「日本では家ごとにチャーチがある」と感心していた話が伝わっています。仏壇がある家で育った子どもは線香を立てる習慣が身についているので、他家へ行っても仏壇があるお参りする姿が自然に出て来ます。仏壇は無くても部屋の隅に位牌や写真を祀り、線香を立てる場所は出来る



安本利正ご住職(右)と安本由道副住職(昨年7月13日)

約のための処置であります。物事を省略する心までが省略されてしまっています。人の心が薄くなることは大層恐ろしいことです。家庭の年中行事も簡略化されて来ました。新聞やテレビでも簡略化することが多いような意見が気になります。心を大切にしよう努力したいと思っています。7月または8月にはお盆の行事があります。どうぞ丁度にお祈りして下さい。お盆の13日は迎え火、14日は親族が集まって会食、15日は仏の買ひ物の日(朝御飯が終わると、「おむすび」を二つ紙にくるんで仏前へ供え、その上にお金を置いて、頭を下げて「行つたらっやいませ」と挨拶し、夕方になると「お帰るなさいませ」と挨拶して夕食を備えます。昔は多忙で節約の毎日でした。普段は自由な買い物は出来なかったのに、お盆には仏様に買い物を申し込んでもらう、という行事でした。16日は送り火でお盆の行事は終わります。
☆
もうすぐお盆です。ご家族皆様で先祖様を偲びながら、丁度にお祈りしてお迎えしましょう。

萬福寺の公式ホームページをご覧ください。

<http://www.manpukuji.or.jp>

INFORMATION

仏事のご案内 ご家族皆様で参加しましょう！

7.13

五蘭盆会法要

12時(正午)から新盆法要、午後1時から法話、2時からお盆法要

7.23

大施餓鬼会法要

午後1時から法話、2時から法要

9.23

秋彼岸法要

午後1時から法話、2時から法要

10.28

鬼子母神祈願法要

午前11時から

お知らせ

「大雄山最乗寺参拝」

10月1日・2日の1泊2日

大雄山最乗寺と伊豆稲取へのバス研修

萬福寺護持会では10月1日(火)・2日(水)の1泊2日で大雄山最乗寺参拝と伊豆稲取へのバス研修視察を行います。大雄山最乗寺参拝後は稲取温泉「銀水荘」に宿泊します。

檀家様、その他の方の参加も歓迎いたします。ご家族、お友達等お誘い合わせのうえ、大雄山最乗寺へ皆様とご一緒に参拝しましょう。参加費用は1名様2万円です。

※参加ご希望の方は、萬福寺受付(寺務所)へ仮申し込みをしてください。

詳細が決まり次第、ご案内状を郵送させていただきます。正式なお申し込みはその後となります。

大雄山最乗寺について

神奈川県南足柄市大雄町にある大雄山最乗寺は、曹洞宗に属し全国に4千余りの門流をかかえるお寺です。

開創以来600年の歴史をもつ関東の霊場として知られ、境内山林130町歩、多くの老杉が茂り霊気は満山に漲り、堂塔は30余棟に及びます。

御葬儀・法要の連絡は 萬福寺本堂総受付まで

法要は「追善法要」ともいい、故人が浄土で安楽であるようにと願いを込めて行うものです。年忌法要は葬儀とは違い予定が立てられます。できれば半年前、少なくとも3カ月前には準備を始めましょう。

御葬儀・法要のお問い合わせ・お申し込み

萬福寺本堂総受付 ☎03-3771-2025

※梶原殿の会場使用につきましては、他社の葬儀社も利用できます。

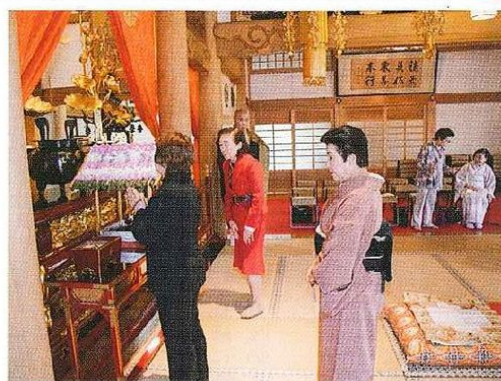
お 釈迦様のご誕生
を祝う「花まつり」が行われました。
浴仏盆と呼ばれる水盤上に、お釈迦様
がお生まれになったときに宣言された「天
上天下・唯我独尊」、すなわち「この世に
自分よりも尊いものは無い。お一人おひ
とりが尊い存在である」と、天(右手)
と地(左手)を指差した小さな誕生仏の
お釈迦様が安置された花御堂の前で、
安本利正ご住職様らがお経を唱えられる
なか、参拝者は順次小さな竹の柄杓でお
釈迦様に甘茶をかけてお祝いしました。
花まつりの後、安本利正ご住職様のお
話では、昭和26年には50人を超える子供



天と地を指差した誕生仏
のお釈迦様像

たちと一緒にぎやかな花まつりを行っ
たそうです。当時の子供たちは学校から
帰るとこの萬福寺に集まって来て、大学
に通っていた当山の学生さんたちと一緒に
お手伝いをしたり勉強などを教えても
らい、最初は10人位だった子供たちが40
〜50人と増えて、29年頃には100人を超
えたそうです。
その後、ご住職様は神奈川県秦野市へ
移られ、そして、時代とともに学習会(塾)
が萬福寺近くの白田坂の上で、子供会
は自然に閉鎖されたそうです。(後日、ご
住職様は全日本仏教会に関わりを持たれ、

国際文化局長としても活躍されました。)
来春4月8日の花まつりには、ぜひ皆
様お誘い合わせのうえたくさんのご参加
をお待ちしています。



手を合わせお釈迦様に甘茶をかけてお祝いしました。

編集後記

今年の春から初夏にかけて、東京では桜の開花こそ早かったものの、概して肌寒く感じられる日が多かったように思われます。これも異常気象のせいなのでしょう。海の向こうのアメリカからは、想像を絶する巨大な竜巻の被害が伝えられました。

自然が猛威をふるう時、人間の存在の小ささ、はかなさを思い知らされます。科学の進んだ現代に暮らす私たちでもそうなのです。三百年、あるいは四百年以上前のご先祖さまたちの感じた心細さはいかばかりかと思われます。

東日本大震災以来、三陸沿岸の津波罹災の古記録に再び注目が集まっています。子孫に残してくれた祖先の智慧をありがたく受け入れて、祖先への感謝の念を新たに、お盆とはそのような一時なのかもしれません。