

SOTO
Rin 涼やかにいこう!

SOTO
凧
vol.7

特集

未来につながる省エネアクション
暮らしの「あたりまえ」を見直そう

やわらぎ法話
未来の他人をおもう

とびっく

お寺でいただく精進料理「食彩処六場庵」

心をこめて やすらぎの時間を
— 寺娘のおもてなし —

サンガをたずねて
— 参禅会探訪 — 体験取材 **東光院**

禅の彩食—精進料理レシピ
彩り鮮やかチンジャオロース風—精進炒め

寺mono
解説! お寺の道具 **如意**

やさしい仏教のヒント
大切な「いのち」には、限りがあります。

ほとけのことば
B*phrase



まことであるものを
まことであると知り
まことではないものを
まことではないと見なす人は
正しき思いにしたがって
ついに真実に達する

ブツダ

出典「ダンマバダ」

日本の夜は
明るすぎるのかもしれない。
その電灯、本当に必要ですか？

宇宙から見た夜の地球の姿を知っていますか？
各国の都市の明りが見てとれます
そのなかでいちだと明るく輝くのが日本です
闇を打ち消す明りは、快適と安心を与えてくれますが
少々明るすぎるのかもしれませんが
この場所の電灯はつけるのが「あたりまえ」
この明るさが「あたりまえ」——
本当にそうでしょうか？
ふと立ち止まり「あたりまえ」を見直すことから
「節電」「切電」がスタートします
まずは、日々の生活でどのぐらいの電気を使っているかを自覚しましょう
現状を知れば、できることが見えてきます
あなたは先月の電気代を知っていますか？

自分が考えている以上に
私たちの暮らしは電気のお世
話になっています。

電力会社は「停電をさせないこと」
を第一の使命としているそうです。
電力消費のピークに対応できる
発電能力を保持し、365日中
わずか数日にそなえて全力をそ
そぎます。

「もしも電気がなかったら？」
「電気はどこからくるのか？」
安定的に供給されるおかげで、そ
んな想像もしないくらい、空気が
同じようなあたり前の存在にな
っているのかもしれない。

今、電力不足が心配されています。
これからの電気のあり方も考え
なければなりません。
電気なしの暮らしは考えられま
せんが、その使い方は私たちの力
で工夫できます。できることから
スタートしませんか。たとえ一人
小さな一歩でも、きつと大きな力
になっていきます。

特集

未来につながる省エネアクション 暮らしの「あたりまえ」を見直そう

私たちの暮らしは未来とつながっています。
日本だけでなく地球の未来のために—

スイッチひとつで電気がつく—
蛇口をひねれば水が出る—
毎日の「あたりまえ」のこと。
便利で快適な生活は、そんな「あたりまえ」に支えられています。

電力が足りない…。水が出ない…。ガソリンが不足する…。

いつもの暮らしが揺らいだ時、とても不安な気持ちになりました。
震災を経て、多くの人が日々の「あたりまえ」を心から「ありがたい」と思いました。

先人たちの努力により手に入れた快適な生活は、簡単に手放すことはできないでしょう。
でもこのままでは地球がパンクするかもしれません。

暮らしの「あたりまえ」について考えることで
私たちのライフスタイルを見直してみませんか？





水はすべての生命の源。
なくては生きていけません。
自分の命と同じです。

「半杓の水」の逸話

杓底一残水

汲流千億人

曹洞宗の大本山、永平寺の正門に刻まれたこの言葉は、道元禪師が水を使われた折、柄杓の底に残ったわずかな水も捨てずに川に戻された、という逸話をもとに詠まれたものです。道元禪師は、川の流れの先に存在する、多くの人々の暮らしや生き物たちの命の営みにまで思いをめぐらせ、一滴の水まで大切にされました。

それは「日々の行ない全てが尊い仏行である」とする、禪師の教えの実践であったといえます。能率とスピードが美德とされる時代ですが、少し時間がかかるうとも、一つひとつの事をきちんと丁寧に行うことがエコにつながります。

「蛇口をひねるときれいな水」は世界のあたり前ではありません。

日本は水に恵まれた国です。毎日の生活だけでなく、工業、産業のためにも水は欠かせず日本の発展は豊かな水に支えられているといっても過言ではありません。

日本は水道の水をそのまま飲むことができる国です。水道の普及率は97.5%。[※]すべては恵まれた自然と高度な技術力のたまものです。でも、私たちの「あたりまえ」は、決して世界のあたり前ではありません。

豊かさの中にいると、その尊さに気づかないことがあります。豊かさの中にいるからこそ、そのありがたみを忘れない心掛けが必要です。

世界各地の「見えない水」を使う私たち。知っていますか？バーチャルウォーター。

私たちは日本国内だけでなく、世界中の水を消費しています。バーチャルウォーター（仮想水）という考え方です。日本の食料自給率は約40%で多くの食料を輸入していますが、それらを育てるのに大量の水が使用されています。例えば、1kgのトウモロコシを生産するには、灌漑用水として1,800リットルの水が必要です。また、牛は穀物を大量に食べて育つので、牛肉1kgを生産するには、その約20,000倍もの水が必要だといわれています。実は暮らしの中で使用するよりも、このように間接的に使う水の方がはるかに多いのです。地球の人口は急増中で、食料や水の不足が懸念されています。世界中の水の恵みによってもたらされる食料。他国の生産にたよる私たちは、このことを頭の片隅にとどめましょう。食べ物を粗末にしないことは、地球規模で水を大切にすることにつながっています。

[※]平成21年厚生労働省調べ

Think Globally. Act Locally.

「あたりまえ」から感謝の気持ちは生まれません。 地球のために、未来のために。

多くの人の努力—
多くの物のおかげ—
多くの生き物の営み—
すべてはつながっています。すべてが支え合っています。
あたり前のことなどひとつもなく
不思議で絶妙なバランスの上に、奇跡のようにある「あたりまえ」です。

日々の暮らしに感謝。 そして、そこからはじまるONEアクション。

自分だけでなく、世界中の人々が—
人間だけでなく、地球上の生き物たちが—
今だけでなく、未来もずっと幸せに—
そんな幸せのために、今できること…
さあ、何からはじめましょう。

エネルギー
資源のこと

地球温暖化、 資源の枯渇、大気汚染… さまざまな角度から 人間の営みを見直そう

地球温暖化が懸念されるようになり、二酸化炭素などの温室効果ガスの削減が求められています。そのためには石油やガスの使用を減らさなければなりません。
石油製品の使用を控えることだけでなく、リサイクルやごみの削減、節電することも温室効果ガスの削減につながります。
また、自動車の利用の仕方を見直すことも、大きな削減効果があります。
石油やガスは限られた天然資源だということも忘れてはいけません。

仏さまの行いを実践する修行道場の暮らしには、エコのヒントがたくさんあります。

雲水さんってエコ①

修行道場ではタライ桶に半分ほどにはった水で洗面します。頭と顔、口を丁寧に洗い清めます。必要最低限の水を使い、仏作仏行として心をこめて行います。

雲水さんってエコ②

雲水は応量器おうりょうきという食器で食事をいただきます。「食べる量に合った器」という意味ですから食べ過ぎることはしません。修行を行うために必要なだけの食べ物をいただきます。

雲水さんってエコ③

応量器は、水道で洗いません。鉢はち刷せうという道具を使い、米粒ひとつ残さずぬぐっていただきます。お茶やお湯を注いで洗った後、飲んだり、自然にもどします。

曹洞宗の

「グリーン・プラン」活動

曹洞宗では、「グリーン・プラン活動」(地球環境をまもる全曹洞宗の運動)を展開しています。

私たちは、人間だけが偉いと錯覚しがちですが、実は私たちの周りにある大地・空気・自然・他の生き物たち…。私たちを取りまく全ての物に支えられてこそ、今の生活があるということを忘れていないでしょうか？

誰もが一人では生きていきません。支えてくれる全てへの感謝の気持ちですが、未来へつながっていくのです。



未来の他人をおもう

京都府 隠籠寺 住職

児玉哲司 老師

「地球カレンダー」をご存知でしょうか。地球の誕生から現在までの46億年の歴史を、1年間にぎゅっと縮めたものです。

このカレンダーを見ると、すぐに意外なことに気がつきます。人類がほとんど登場しないのです。

最初の生命が3月下旬に誕

生し、もう歳もおしつまった

12月26日、恐竜が絶滅します。

やっと人類が誕生するのは、

なんと大晦日の午後2時半の

こと。私たち人間は、地球に

たった今登場したばかりの、

ほんの新参者だったのです。

その人類が「産業革命」と

呼ぶ変革が起こったのは、大

晦日の深夜、午後11時59分58

秒。驚くことに、私たちが享

受する近代の文明は、地球カ

レンダーではわずか2秒の歴

史しかありません。

しかし、この一瞬の間に、

現代が抱える環境やエネルギー

問題すべてが生まれました。

半日前に「体」を得たばか

りの人間が、たった2秒の歴

史の「頭」をふりまわし、世

界が1年かけたものを猛烈なスピードで作り返している。

そんな事実を、このカレンダーははっきりと示しています。

このカレンダーは将来も無事に続いていくのでしょうか。

仏教は「利他」をうたい、他人を大切にしてきました。

この先もやはり、その鍵は他人との関係の結び方にあるでしょう。ただし、その「他人」とは、現在の他人だけでなく、

まだ存在しない、未来の他人のことです。

文明は、世界を小さくしました。遠い国や地球の裏側の

人々にまで、私たちは心を向けられるようになりました。

「2秒」の間に私たちは、同時代の人すべてをリアルに感じ、共感する力を育ててきたのです。

地球カレンダーは、この力をより強くできるかどうか、私たちに問いかけています。

それは、未来の他人をも考えるかどうか、ということ。利他とは、他人を決して自分の手段にしない、ということ。

今の自分のために、未来の他人のものを先取りする。今の自分の生活のツケを未来の他人に残す。そんな今の生活を

続ける限り、どんな善意のふるまいも、もはや根本のところで利他行とはなり得ないのではないのでしょうか。

未来の他人をどれだけリアルに想うことができるか。多くの人がこの課題を自然に実践できるようになった時、はじめて地球カレンダーは人類の登場を歓迎するのかもしれない。

2週間ごとに
お話がわかります。

書いてみて!

テレホン法話

フリーダイヤル

☎ 0120-14-8740

携帯電話からもご利用いただけます。

心をこめて やすらぎの時間を

— 寺娘のおもてなし —



滋賀県米原市の青岸寺では、国の名勝である庭を愛でながら精進料理を堪能することができます。「食彩処六堪庵」としてこの取り組みをスタートして1年。口コミによって多くの方が訪れ、リピーターも多いという。ここをきりもりするのがお寺の娘さんの永島慧明さんだ。

緑が美しい枯山水

しっとり雨にぬれる苔の緑。山の斜面に巧みに配置された自然石が素朴ながらもみごとに景観を生みだしている。この枯山水の庭は、水を表す砂の代わりに苔が用いられているのが特徴だ。永平寺の64代目住職である森田悟由禅師ゆかりの書院「六堪庵」から望む風光は趣き深い。

自らが進むべき道
大学4回生の時、同級生が就職活動に奔走する中、自らはお寺のためにできることに専念しようと決心した。お寺で生まれ育った永島慧明さんには、「お寺や庭を知ってもらえるきっかけをつくりたい。ふるさと米原の活性化にも貢献したい」という思いがあった。

「お寺に就職したんです」と笑顔で話す慧明さんだが、はじめは「ほんとうにこれで良かったのか」と自問自答することもあったという。「すべてが初めてのこと。生活のリズムも変わり体力的にもきつかった」と当時の様子を懐かしそうに話す。近頃、ようやく心の余裕も生まれてきた。

手間をおしまない料理が心に響く

すべて手作りされる精進料理は、季節の野菜を使ったオリジナルメニューだ。当初は2品程

度だったが、試行錯誤を重ねて現在の形にたどりついたという。「お寺の食事ですから心をこめて生懸命。そうすることで何か伝わればうれしい」

母、慧子さんとアイデアを出し合い、一緒に作る料理には、女性ならではの優しさと繊細さがあふれる。

黒塗りの器に盛りつけられた、滋味あふれる料理の数々。「なるべく旬のものを使うようにして

います」というように、季節によってメニューが変わる。リピーターが多いというのも頷ける。

未来につなぐために自分のできることを

庭園の維持には、年に数回の職人による手入れが必要だが、数年前から県の文化財予算がストップし、これまで同様の管理が難しくなったという。

そんな中、庭園の将来を危惧する多くの人たちの働きにより、休止中だった「青岸寺庭園保存会」が復活した。六堪庵の収益もその活動のために使う。

「このお寺や庭は私だけで守れるものでもない。私たちは長い歴史の中の一点にすぎないけれど、ここが途切れてしまうと未来につながらないと思うんです」。お寺で暮らす慧明さんだからこそ、先人達がつないできたその重みを誰よりも感じるのだろう。



「二人では何もできません。両親やお檀家さん、そしてお寺を愛する人々の支えがあつてはじめてできること。そういう人がいるから自分も頑張れる」。お寺で生まれたご縁を大切に、多くの人に感謝する慧明さん。前向きに頑張るその姿は凛と輝いていた。



ご住職とともに娘をサポートする慧子さん。親子で息の合った準備を進める。

DATA

『食彩処六堪庵』
〒521-0012
滋賀県米原市米原669青岸寺内
●JR米原駅東口より徒歩10分
●電話 0749-52-0463
●H P <http://www.seiganji.org/>
●料金(1名): 2,000円
(拝観料300円含む)
●時間 10:00~17:00(火曜休)
※前日までにご予約ください。

取材日の食事内容

- ・湯葉巻き野菜のつけ麺
- ・湯葉粥
- ・自家製胡麻豆腐
- ・大根の精進蒸し
- ・手作りがんと
- ・よもぎ麩の煮つけ(蕨とふきをそえて)
- ・ちようじ麩のからし酢味噌和え
- ・自家製わらびもち

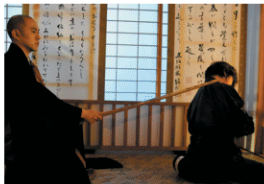


とうこういん

山号を仏日山吉祥林(ぶつにちざんきつしょうりん)、寺号を東光院(とうこういん)と称す。天平7年(735)行基による開創。

もとは現在の大阪市北区中津にあつて、通称「萩の寺」として親しまれ、「南の四天王寺、北の東光院」と並び称された1200年以上の歴史ある古刹である。

旧本堂は阪神・淡路大震災で全壊したが、復興をはたし現在の本堂となる。行基作の秘仏「薬師如来立像」や「釈迦如来(降魔座釈尊)坐像」(国重文・旧国宝)など、数多くの寺宝をもつ。



1 萩の植えられた庭園「萩露園」があり、秋になると三千株の色とりどりの見事な萩の花が咲きほころぶ。

2 正岡子規 句碑
視石の形をして、子規の筆跡を正しく模刻したものだ。



とうこういん

歴史と文化の息づく「萩の寺」

東光院

豊中市曾根

坐禅会は午後6時から始まります。まず本堂の廊下に二列に正座し、鐘の音に合わせて深々と3回のお拝をします。続いて経本を手に大きな声で般若心経をお唱えします。坐禅の前にお拝と読経で心と体をストレッチすることで、坐った時の安定感が随分違ってきます。そして、鐘と太鼓の音に導かれて坐禅へと入っていきます。一日の終わりに、夕暮れの静かな時間が流れ、ロウソクの明かりだけが揺れています。副住職は全体を細やかに見回り、慣れない初心者の方の姿勢

● 苦難を越えて伝わる禅のおしえ

さて、今回参加する坐禅会は、住職の村山廣甫(むらやまひろふ)老師が始められてすでに30年以上の歴史があり、阪神・淡路大震災で本堂が全壊し一時中断しましたが、現在では副住職の博雅(はくが)さんがその指導を引き継いでおられます。

坐禅会は午後6時から始まります。まず本堂の廊下に二列に正座し、鐘の音に合わせて深々と3回のお拝をします。続いて経本を手に大きな声で般若心経をお唱えします。坐禅の前にお拝と読経で心と体をストレッチすることで、坐った時の安定感が随分違ってきます。そして、鐘と太鼓の音に導かれて坐禅へと入っていきます。一日の終わりに、夕暮れの静かな時間が流れ、ロウソクの明かりだけが揺れています。副住職は全体を細やかに見回り、慣れない初心者の方の姿勢

建物が、お地藏様を護るお堂として、なんとこのお寺に移設されていたことがわかったのです。

遠く離れた場所で培われたふたつの信仰が、歴史の波に揺られながら、このお寺でついに結びついたのです。

そのほかにも興味深いエピソードにあふれるものばかり。ここは歴史の不思議に彩られたお寺だといことがわかります。

サンガをたずねて

参禅会探訪

7 体験取材

● 歴史の不思議に彩られるお寺

大阪のベッドタウン、豊中市の阪急電車曾根駅にほど近い閑静な住宅地に、今回坐禅会の行われる東光院があります。

山門をくぐると、左側には重厚なお堂が建ち並び、反対側にはたくさんのお萩の緑が生い茂る庭園が広がります。「萩の寺」の愛称で親しまれるだけあって、美しく手入れの行き届いたその姿に身も心も洗われる思いがします。かつて萩の可憐な花に豊臣秀吉の妻淀君も魅せられ、また正岡子規とその弟子、高浜虚子からも萩の句を寄せています。その他、数多くの俳人・文人・墨客が訪れたといわれ、境内には多くの歌碑が残されています。

● 先人達の文化が薫る萩と句碑

さきほどのお堂は「あごなし地藏堂」といって、廃仏毀釈の嵐が吹き荒れた明治時代、隠岐島で信仰を集めていたお地藏様を、当時の和尚様がこのお寺へとお迎えになったそうです。

同じ頃、維新後の反徳川の風潮の中で、徳川家康公をまつる川崎東照宮が廃社になりました。現在の大阪造幣局の隣地にあつたと伝えられていたのですが、その後どうなったのか歴史の謎とされていました。しかし、昭和になつてその一部の



住所 豊中市南桜塚1-12-7
交通 阪急宝塚線曾根駅より徒歩4分

「東光院坐禅会」DATA

開催日 毎月第3土曜日
 時間 午後6時～8時
 内容 坐禅・勉強会
 参加料 志納
 TEL 06-6852-3002
 URL <http://www.haginotera.or.jp/>

※日程変更等もありますので必ず事前にお問合せのうえ、ご参加ください。
 初めての方も丁寧に指導いたします。

東光院
 参禅会
 スケジュール

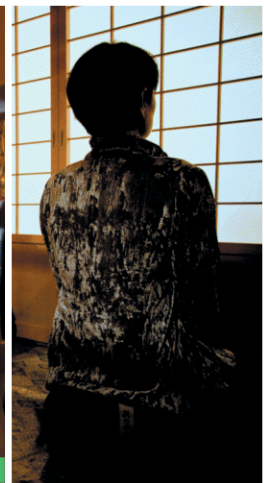
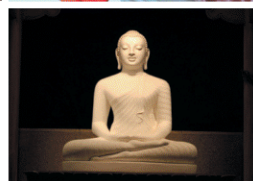
- 18:00 ●坐禅1
- 18:25 ●経行(歩く坐禅)
- 18:35 ●坐禅2
- 19:00 ●片づけ
- 19:10 ●勉強会・お茶
- 20:00 ●散会



3 住職の村山廣甫老師と坐禅指導をする博雅師。住職は仏教者として、社会に向けた活動にも注力されている。

4 こより十一面観世音菩薩立像

5 副住職の博雅師。つねに真摯に取組む姿勢が参禅者の心をつかむ。



最後に、ご住職から「こより十一面観音」についてお話をうかがいました。これは南北朝時代に悲運の生涯を閉じた後醍醐天皇を偲んで、朝廷の女性たちが写経した紙でこよりを作り、さらにそれを織って大きな衣として観音様に着せたものだそうです。現在の衣はそれを復元したもので、約1500人もの方が奉納された写経紙で織られています。

やはりこのお寺には、たくさん信仰や思いが不思議な縁によつて集まってきたようです。そして同じように今日の坐禅会でも、あらたな心の結びつきが生まれています。

千数百年も前から現在に至るまで、多くの人の思いや願いが引き寄せられ、こよりのように集まって、このお寺の魅力が生まれているように感じました。

取材・文 大雲順次

◎心と心をつなぐ「こよりの絆」

実はそうでないことに気づけました。「勉強会でお話されることを自分で実践したいので、毎回坐禅会に来ています」と声が聞かれました。「自分だけの坐禅に固まらないことが大事。みんなと一緒に坐禅することで、自分が思う以上に元気な自分に気づくことができるのです」と副住職はおっしゃいます。

参禅者に感想をお聞きすると、「坐禅の姿勢と同じで、自分の行いがまっすぐだと思っていなくても、あるがままに受け入れる。お互いを大切に、元気に、幸せに生きていくこと」とのお話がありました。熟練者にも初心者にもわかりやすく、論理的な視点でお経に込められた思いを紐解いていきます。

「仏教とはあるがままのものをあるがままに見て、あるがままに受け入れる。お互いを大切に、元気に、幸せに生きていくこと」とのお話がありました。熟練者にも初心者にもわかりやすく、論理的な視点でお経に込められた思いを紐解いていきます。

坐禅の後は勉強会へと続きます。参禅者のみなさんがてきぱきと動いて準備し、修行道場と同じようにお茶とお菓子が給仕されていきます。「すばらしい坐禅に参加させていただくのだから、こうして動くのは自然なことですね」というのは長年参加されている女性の言葉です。

お茶をいただきながら副住職による勉強会が始まります。

「坐禅の後は勉強会へと続きます。参禅者のみなさんがてきぱきと動いて準備し、修行道場と同じようにお茶とお菓子が給仕されていきます。「すばらしい坐禅に参加させていただくのだから、こうして動くのは自然なことですね」というのは長年参加されている女性の言葉です。

お茶をいただきながら副住職による勉強会が始まります。

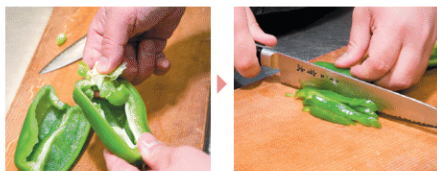
坐禅の後は勉強会へと続きます。参禅者のみなさんがてきぱきと動いて準備し、修行道場と同じようにお茶とお菓子が給仕されていきます。「すばらしい坐禅に参加させていただくのだから、こうして動くのは自然なことですね」というのは長年参加されている女性の言葉です。

お茶をいただきながら副住職による勉強会が始まります。

◎ともにお坐ることで元気になる

1 材料を細切りにする

- ① ピーマン、パプリカはタテ半分に切ってヘタと種を取り除き、細切りにする。



MEMO

タテ切りは、シャキシャキとした食感がアップします。ヨコに切ると柔らかく、食べやすくなります。

- ② たけのこの根元近くのブツブツした部分と先端の平たい部分を包丁で少しそぎ落とす。



- ③ たけのこは2分割にする。



- ④ スライスしてから、細く刻む。



Point!

ポイントは、具材がすべて同じくらいの長さ、細さになるようにします。

- ⑤ 薄揚げを半分にし、細切りにする。



2 材料を炒める

- ① 中華なべに油をなじませる。

Point! 強火で1分程度から煎りしてから油をひき、回しながら少し煙が出るくらい加熱して油をなじませます。テフロン加工のフライパンの場合は、から煎りしてはいけません。

- ② 材料を一気に鍋に投入し、塩か醤油を少々入れて炒める。火は常に強火で。



Point! 早い段階で塩か醤油を入れることで、野菜の余分な水分が蒸発し、水っぽさが出ません。

- ③ ピーマン類に火が通ったら、みりんを50cc前後入れて炒め、アルコール分を飛ばす。

- ④ みりんのアルコール分が飛んだら濃口醤油を加え、さらに水分を飛ばしながらよく混ぜて炒める。

MEMO

みりと醤油を煮詰めることで、オイスターソースに近い味になります。

- ⑤ 火を止めてから、ごま油を少量たらし、かるく混ぜ合わせる。



3 できあがり

- ① お皿に盛りつけて完成。



*野菜から出る炒め汁は、具材の旨味が溶け合って、薄揚げに吸収され、一層ジューシーに。

*ピーマンと薄揚げだけでもおいしくできます。



たけのこ、ピーマンのシャキシャキとした食感と
ジューシーお揚げがクセになる…

彩り鮮やかチンジャオロース風—精進炒め

夏野菜の代表格、ビタミンたっぷりのピーマンを使った中華料理の定番です。お肉の代わりに薄揚げを使い、野菜の栄養素を余さずいただける一品です。暑さ厳しい夏を栄養満点の緑黄色野菜で乗り切りましょう。

DATA (1人分)

調理時間…… 15分
難易度…… ★
エネルギー… 162kcal
タンパク質… 4.5g
脂質……… 9.5g
食塩相当量… 2.0g
食物繊維…… 2.7g

■ 材料(4人分)

青ピーマン………2個
赤ピーマン(パプリカ) ……2個
たけのこ水煮………小1個
薄揚げ ……半枚
サラダ油 ……大さじ2~3杯
ごま油 ……適量
みりん ……適量
濃口醤油 ……適量



やさしい仏教のヒント What is Buddhism?

Text by Shosen Yanagida



「いのちに限りがあること」と、「いのちを大切にすること」は、車の両輪のように離れることはありません。どうかときに思い出してください。私たちはその両輪のバランスの上で、毎日生きていることを。

しかし私たちは、「いのち」を大切にしたいと願います。また、人が大切にしている姿を見ると、心を動かされます。たとえば私たちは、大震災という苦難に遭っても、力強く生きていこうとする人たちに、とても勇気づけられます。「いのち」は限られたものであり、だからこそ、おろそかにしてはいけないことを教えてくれているからでしょう。

私たちは、自分の「いのち」が大切なことを知っています。それは、じつは「いのち」に限りがあること、あかしてあるかも知れません。もしも限りがなかったら、いったいどうなるでしょうか。あることが当たり前になり、大切にすることも、愛おしく思うことも、いつかなくなってしまうでしょう。

大切な「いのち」には、限りがあります。

編集後記

無駄遣いが反省され、「もったいない」という言葉が復活してきました。もったいながることと、ケチケチすることが同義のように解釈されている向きもありますが、全然違います。「勿体ない」とは、神仏の前に詣でたときに発する言葉でした。神聖なものがそのように扱われてなくて恐れ多いということです。勿は物と同じことを表す字です。勿体は物体のことですから、勿体ないとは「物の本体」そのものが本来持っている価値つまり「もののいのち」を生かし切れていないことだと解釈できます。人間に限らず草木に至るまで、全てのものはみな命を持ち、しかも仏になるべき「仏性」を見えています。勿体(物体)の命を生かし、くれぐれも「もったいない」ことにならぬよう、大切に扱っていくことにしたいものです。(鈴)



仏さまの心のように 自在なれ

古くはインドにおいて使用されていた、背を搔くための道具がその原形とされる。いわゆる「孫の手」であり、もともとは日用品であった。

如意とは「思いどおり」という意味で、自在に痒い所に手が届く様を表しているといわれる。

中国において王や官人・貴人が手にするようになり、装飾工芸的な要素が加わり様々な細工がほどこされるようになった。

柄の先は、雲やキノコ的一种である靈芝、蓮などの形を模したものが多く、「心」という文字を表しているという説もある。

「孫の手」のような親切心を仏・菩薩の思いやりの象徴としてとらえ、僧侶の威儀を正すための法具となった。

N

Y

O

I

如意



①蓮をモチーフにしたもの。蓮の実が動く細工が施してあるものもある。



②金属製の如意。曹洞宗ではあまり使われない。

【ごよみ】

法要で導師が手にする法具。玉、角、木、竹、銅などを素材にして作られ、全長30〜40センチ程度のものが多い。僧侶が説法にあたって携えることもある。



協力：谷口法衣佛具店