


涼やかにいこう！

RIN

vol.15




禅に学ぶ 水の作法
 ミモロと一緒に禅寺探検

ほとけのことば
B*phrase



©Taka

すべての生きものにとって生命は愛おしい

己が身にひきくらべて

殺してはならぬ

殺さしめてはならぬ

ブツダ

出典 | 法句経 (タンマバタ)

..... 凜 15号 [企画・発行]

曹洞宗近畿管区教化センター 曹洞宗近畿管区布教教化推進会議 URL <http://www.soto-kinki.net>

〒600-8104 京都市下京区万寿寺町143 いづつビル 8F TEL 075-351-4480 FAX 075-351-4522 E-mail center@soto-kinki.net

編集協力 / 五木のどか 河村 真里子 小原 蒼子

■清らかな水をお供えする風習

元日の朝一番に汲む水を「若水」といい、口にすると一年の邪気を払うとされます。この水はお供えや家族の食事を作るのに用い、特別な水として扱います。毎朝、朝一番に汲んだ水をお仏壇や神棚にお供えする風習もあり、同様の意味を持ちます。このような慣習は、日本人の神仏を敬い大切にしている心の現れといえるでしょう。



「アカミズ」って知っていますか？
水をお供えする
 水の持つ力や清らかさを
 お供えすることが、
 仏さまや先祖さまへの
 供養となります。

水には心身を潤し、その身を浄め、動植物の生命を育み維持していく力があります。また、祭事に用いられたり、料理や飲料に使われたり、私たちの暮らしと密接に関わっています。清らかな水を、感謝の気持ちと共に
 お供えすることが、水の大切さを意識し、再確認することにつながるのではないのでしょうか。
 仏さまに供養する水は「關伽水（あかみず）」と呼ばれます。サンスクリット語の *argha*（アルガ）が語源で、「功德水」とも訳されます。
 關伽水とは「価値あるもの」「お客さまに差し上げる水」を意味します。いつの時代も水は貴重であり、大切にされてきたことがうかがえます。



● 墓石を洗ったり、拭き上げたりしてキレイにしたら献花を。お墓やお仏壇に美しく清らかにお供えする花は、手を合わせる私たちに、仏さまの存在を思い起こさせてくれます。



● 禅寺では毎朝、すべての仏さまに水のお供えをします。ご家庭でも朝一番に新しく汲んだ水をお仏壇や神棚にお供えしましょう。仏さまに供えたお水は、庭の植物に撒くのも良いですね。



特集 **禅に学ぶ 水の作法**
 ミモロと一緒に禅寺探検

ふだん何気なく生活していると、つい忘れてしまう大切なこと……
 家族や友人、学校や職場などの存在を有り難く思うことはあっても、水や空気、陽の光などは、意識しないと「心の目」には映りません。今回は、私たちの暮らしや生命を守る上で不可欠な水について考えてみましょう。禅僧の修行にみる教えを紐解いていきます。

ネコのミモロが訪れたのは、宇治市にある『興聖寺』。道元禅師ゆかりの修行道場として、ふだんはお坊さんたちが修行するお寺です。ミモロは水についての教えを学ぼうと、お寺の門をくぐりました。

初めての禅寺修行……
 ドキドキよつと緊張しました。
 清々しく涼とした空気が
 ただよつお寺で、水を大切にしている心を
 教えていただきました。



●ネコのミモロプロフィール
 ブログのレポーターや「京のおもてなしリーダー」としても活躍中のミモロ。旅ジャーナリストとコラボ編集のブログ「ネコのミモロの JAPAN TRAVEL」は日々朗らかに更新中。
<http://blog.goo.ne.jp/mimoron>
 mimoro © Sea Hawk Japan co., Ltd 2010-2015

顔や口の中を净め、心をあらう

禅寺での洗面

丁寧な所作で行えば、水の節約にも……

そもそも洗面の習慣は、古くは日本にはなく、鎌倉時代に道元禅師が宋(中国)から日本に伝えられました。『正法眼蔵 洗面の巻』に、その作法が詳細に示されています。

雲水の洗面スタイル



洗面の前に、細長い手巾をタスキ状にかけ、衣を濡らさないよう気遣います。

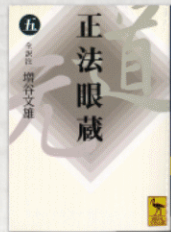


洗面器に半分ほど水をためて、流しに飛び散らないよう静かに丁寧に洗います。



水を捨てるときも静かに飛び散らないように、洗面器を洗面台の縁などに沿わせるようにして流します。

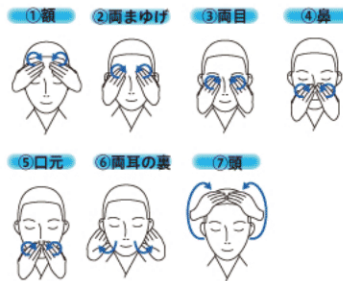
水道の水を出しっ放して顔を洗つと、1分間で約12リットルも水が無駄になるんだって〜。



■『正法眼蔵 洗面の巻』の洗顔法
「両手に洗面桶の水(湯)をすくって、額から眉毛、目、鼻の穴、耳の中、顎、頬、と洗う。
よだれ、つば気、鼻汁を洗面桶に落とすてはいけない。
水を制限なく費やしたり、桶の外に散らして、無駄にしてはいけない。
洗面のあいだに、桶や柄杓の音を立てて、やかましくしてはいけない。」

●正法眼蔵 『正法眼蔵(五)全訳注』 増谷文雄著(講談社学術文庫)

■顔の隅々までゆっくり丁寧に洗います。



四九日の「開浴」と夏場の「淋汗」

禅寺での入浴

禅寺では「4」と「9」のつく日を

「四九日」と呼び、厳しい修行の

休息を得る日と考えます。

湯を張った風呂に入る、

頭毛髪を剃ることができるのは

4と9のつく日のみ。

汗をかく夏場は、例外として、

淋汗と呼ばれる行水が許されます。

三黙道場とは
禅寺の修行の場で、僧堂(そうどう/坐禅堂)、浴司(よくす/浴室、風呂)、東司(とうす/便所)を三黙道場と言います。



仏さまの前で『沐浴偈』を唱えて礼拝した後に、着物を脱ぎ、入浴します。

三黙道場では、談笑や小声での会話もダメなんだよ〜(ミモロ)

仏教伝来と共にもたらされた蒸し風呂の習慣は、銭湯全盛の時代を経て、四十〜五十年前から各家庭ごとの風呂へと変化しました。毎日入浴することがあたりまえになったのも、この頃から。

風呂好きな日本人にとって、季節に関係なく湯に浸かり手足を伸ばすことは、この上なく心地よいもの。

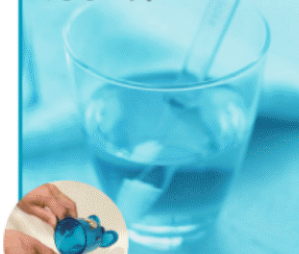
湯を張って毎日入浴する習慣は、豊かさの極みといっても過言ではありません。願わくば心して湯水を大切にしたいものです。



お風呂の仏さま『跋陀婆羅菩薩』
浴室には水によって轆りをひらいた「跋陀婆羅菩薩」が祀られています。

あなたもチャレンジ!

コップ1杯の水で菌みがき&洗面体験 まさか!と思われる人もぜひ一度トライ。丁寧に工夫すればできるはず。



水の使い方を考えるきっかけにもなり、アウトドアや災害時にも役立つ知恵です。

禅寺での食事

米粒ひとつ残さず食べ
最小限の水で器を洗う



● 僧堂では1日3回の食事でも坐ったまま行います。器を並べ、食事をし、片付けるまでの一連の所作を、坐禅をしたまま行います。「浄人」役の人が給仕をし、食事を器によそったり、食後に白湯を配ったりしてくれます。



応量器

禅僧は各々が「応量器」という自分専用の器セットを持っています。その器類を使うことで、食事の支度や片付けが短時間で無駄なく行え、片付けに使う水もほんの少量で済みます。

かつて一般家庭でも「箱膳」という個人用食器セットを使って食事をした時代がありました。禅僧と同様、白湯や漬け物で器を洗い浄め、箱に収納しました。

水道の普及や食事の洋風化、衛生面での意識変化により見かけなくなってきた習慣ですが、シンプルな暮らし方とエコ活動のヒントになりそうです。



①鉢刷(はっせつ)というへら状の道具でぬぐった後、お湯できれいにします。大きな器から小さな器へ、順に湯を移して器を洗い、箸や匙も洗います。



②使った湯の一部を残し、桶に流し入れ、器に残した湯を飲み干します。



③布で拭き上げてコンパクトに片付けます。

黙々と流れるように
行つお坊さんの所作、
ミモロ、思わず見惚れ
ちゃいました。
カッコいい〜



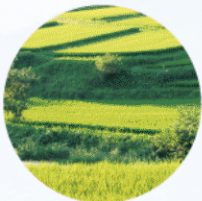
禅のこころ

杓底の一残水

道元禪師が著された『典座教訓』には「水は是れ身命なりと知る」とあります。

また福井県にある大本山永平寺の正門には「杓底一残水 汲流千億人」という文字が刻まれています。

これは、道元禪師が柄杓に残った水を「仏さまの命」として、大切に川に戻されたことに由来します。水を元に戻すことで、また別の人がその恩恵にあずかることができます。



水の湧き出づるところへの感謝
水の流れ行く先への気遣い

一人の小さな心が集まれば、水は川から海へ、やがて雲となり雨を降らせ、人々に繰り返し何度でも潤いをもたらすことができます。それは水に限ったことではなく、あらゆることに通じるのではないのでしょうか。

自然も資源も循環しています。今日の「私」の小さな行いが、社会と世界と未来の地球に影響を及ぼします。子供たちのため、自分のためにできることを、いま一度考えてみたいものです。



■ 教えてくれたお坊さん

副悦久保良徳さん(右)
雲水 米澤宗昭さん(左)

ありがとうございました。
ミモロ、いろいろ勉強になりました〜



Buttokuzan-Koushoji

■ 仏徳山 興聖寺

曹洞宗の宗祖 道元禪師ゆかりの寺院。石門から山門へと続く参道「塙坂」の紅葉は隠れた名所である。

【坐禅会】第1・3日曜日

午前9時～午前10時

【室内拝観】300円～志納

住所：京都府宇治市宇治山田 27-1

電話：0774-21-2040

水のごとく

「近畿の水がめ」とも呼ばれる琵琶湖は、日本最大の面積と貯水量を誇る湖です。大小約四百六十の河川が流れ込み、それに対し流出する河川は瀬田川だけです。誰もが知っている「湖」ですが、湖という概念のない河川法においては「川」という取扱いになり、この法律上は淀川水系に属する「一級河川琵琶湖」となります。「湖」という見方と「川」という見方があるのです。

「一水四見いちすいじけん」という言葉があります。「水」というものを見る時、私たち人間にとっては飲み水であり、生活用水であったりしますが、魚

う。それは自分を高めてくれる「ありがたい」一言であるかも知れません。はじめから、「きっとあの人の言う事だから嫌味だ」などと先入観をもたないことです。

新しい事に取り組むときに、誰かが一から十まで教えてくれるのを待っていませんか。そんな時に要点しか教えてもらえないと、「不親切」だと感じることもあり、すべてを聞いて、その通りにすれば同じようにできるでしょう。しかし変化する状況の中で、聞いたことがいつもベストな方法とは限りません。「不親切」だと感じたことが、あなたが「自分で考える力」

にとっては住む世界であり餌を得る場所であったりします。天人には綺麗に透きとおったガラスのよう見え、餓鬼にとっては飲む瞬間に火に変わる苦しみの水です。それぞれによって異なって見えるという例え話です。

毎日を過ごす中で、他の人から「注意」を受けたりすることもあるでしょう。時には厳しい言葉を頂戴する場合もあります。「嫌」な小言を受けて、相手を苦手だと思ふことがあるかもしれません。

けれども見方を変えれば、その「注意」は自分の気づかなかつた一面に気付くきっかけとなるでしょう。

を身につけるための教え方だと気付く時があるかもしれません。すると、いかなる場合も応用が利くように成長できるでしょう。見る立場や角度が違えば、異なって見えるのです。

「私」の思いや願っただけで物事を見るのではなく、相手や周りの思いにも心を配る、そのようなやわらかな心を持ちたいものです。それは、どんな器にも形をあわせる水のように、自在でこだわりがない、あるがままの状態があるがままに受け入れる心です。

滋賀県 保寿院

坂川道雄

きいてみて!

テレホン法話



0120-508-740

毎週月曜日にお話がかかります。

※携帯電話からご利用いただけます。



この先もずっと、
仏画を描き続けたい

仏画家 岡本 航さん (19歳)
Okamoto Wataru

…仏画をやめようと思ったことは？

ありません。描くことももちろんですが、資料を調べたりすることも楽しい。本当に、ただ好きなんです(笑)

…描くうえで心がけていることは？

仏画は線が命です。自分の描く線はリアルな裏付けのある線でありたい。古来からの考えを元に、本物らしく描いていきたいです。

仏像を彫る事もありますが、骨格や肉付きなど、立体で捉えていないと仏さまの本当の姿は描けないと思います。ありもしない線や表情を勘で描くのではなく、仏像の歴史も含め、細部に至るまで把握して紙に現したい。生物学的な視点からも違和感がないようにも考えます。

兵庫県川西市に生まれ育ったのんびりマイペースな少年。小学生の頃から精巧な仏画を描き、TVや新聞に「天才」と取り上げられた。仏さまに魅せられて十年。大学生となった今日も、彼はひたすら筆を持ち続けている。
少年から青年へ、好きなことに真正面から取り組み、生涯の「道」とすべく進み行く過程を聞いた。

…大学では何を勉強していますか？

今まで独学で仏画を描いてきたので絵の具の溶き方や調合など日本画の基本を一から学び直しています。

…仏画に取り組んだキッカケは？

幼い頃から絵を描くのが好きでした。虫をつかまえて観察したり、図鑑な

…ずいぶん正直ですね。

そうですね？ どちらかと言うと、あまのじゃくといわれます。情熱家でもないし、追い詰められないとできないタイプです。

ただ、「あなたが描いたこの仏像が見たい」という言葉によって、自分の制作意欲と探究心に火が付き、突き動かされるように筆が進むこともあります。

どを模写したり。小学三年生の秋、家族旅行で親た奈良の大仏さまに魅了され、近くのお寺の仏像をスケッチするようにになりました。友だちは境内で遊んでいる横で、一人黙々と(笑)。

…注目された襖絵を描いたお寺は？

川西市の岡本寺（こぼんじ）です。「ご住職のご厚意で本堂の襖に描かせてもらいました。今、見ると恥ずかしいですが、自己



「双龍図」と岡本少年。中学2年生で描いた作品。

最大寸法のキャンパスを与えていただき、良い励みとなりました。

…将来については？

将来は仏画を描いて独り立ちできるようにになりたいです。大学を卒業するまでに何かをつかみたいですね。

「あなたから仏画を取ったら何も残らないんだから」と言って応援してくれる両親にも恩返しができるよう、授かった環境で精一杯やっていきます。



自作の「龍頭観音」有彩色と水墨を融合させた新しい表現方法にも挑戦する。

2015年4月、19歳の岡本航さんに訊きました。この先、彼と彼の仏画がどう変わっていくのか、今後も応援していきたいと思います。(凛編集部) 岡本航さんの近況は、Facebookにて公開。

サンガをたずねて

参禅会探訪

坐禅と空手のコラボレーション

妙光山 久松寺
〔大和郡山市〕



◎お寺の空手道場

朝7時。道着を身にまとった子どもたちが一人、二人とやってきました。「押忍ッ」と挨拶をする声が板張りの本堂に響きます。

昭和9年の室戸台風で伽藍を失った久松寺は74年の時を経て、平成20年に再建されました。その時、地域に根付く一歩として始めたのが空手教室。住職の丸子道仁さんが指導にあたります。稽古前に行われる坐禅会は自由参加で、誰もが参加できます。この日も近隣の方や保護者、道場生の姉妹の姿がありました。



Myokozan-Kyusyoji

■寺院概略

慶長元年、本多美濃守忠政公を開基とし、室熊姫が往時の由緒を追想し、亡き父、徳川信康公の菩提を弔う為に建立。本尊十一面観音は郡山観音三十三所第三番、久松寺観音として、郡山の人々に篤い崇敬の念をもって護られた。



◎子どもたちが鐘を叩き警策を打つ

「主将、説明してくれるか」との住職の声に、すつと立ち上がった福井洗聖君。坐蒲を手に一礼し、すらすらと足の組み方などを説明してくれました。4年生から毎回、欠かさず参加するようになり、坐禅の作法は自然と身についたそうです。全員が姿勢をととのえ終わるのを見計らって、当番が坐禅開始の鐘を鳴らします。



■「久松寺坐禅会」DATA

開催日 毎週土曜日
時間 午前7時15分～午前8時00分
内容 坐禅 ※第1土曜日は朝粥アリ
参加費 無料
TEL. 0743-55-0336

■アクセス

住所 奈良県大和郡山市城町1470
近鉄「郡山駅」より奈良交通バス乗車
バス停「大鷲冠」より徒歩5分

■HPアドレス

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



最初は少し落ち着かないように坐っていた人も、しだいに心が鎮まってきたのでしょうか、背筋を伸ばして坐っています。爽やかな陽の光が本堂を満たす中、坐禅が続けます。

「空手は型を大切にします。型を身につけることで良くなっていく。坐禅は仏さまの型にはまること。型をおろそかにしてはいけません」

住職の話に、参加者は真剣に耳を傾けます。空手を学ぶ子どもたちの心に響

◎静けさを打ち破る熱気

坐禅が終わると、本堂は稽古場へと早変わり。正座をして挨拶を交わし、先ほどの静けさが一転。掛け声と熱気に圧倒されそうになります。

坐る姿と、空手に励む姿。共に凛とした緊張感が漂います。仏さまに見守られながら心と身体を磨く子どもたち。その懸命な姿が光り輝く坐禅会でした。

精進アレンジレシピ

【中華そうめん】

材 料 (約2人分)

トマト……………1/2 個
ピーマン……………1 個
みょうが…好みで1～2 本
ごま油……………大さじ1
薄口醤油……………大さじ1
一味唐辛子…小口切りを好みの量
ラー油……………好みで
すりゴマ……………好みで
そうめん……………2 束～

作り方

- ① 野菜類を食べやすい大きさに切る。
- ② トマトとピーマン、みょうがを合わせ、ごま油と香辛料を混ぜ合わせる。
- ③ そうめんを茹でて、麺を水洗いしたら器に盛り付け、2 をかけていただく。



作り方 (調理時間の目安 約30分)

① ドレッシングを作る

- ・ トマト、パプリカを4～5ミリ程度の粗みじん切りに。
- ・ 小鉢にオリーブオイルを入れ、塩、コショウ、レモン汁を加えてよく混ぜる。
- ・ 切った野菜類を加え、ざっくり混ぜて味を調える。

② タコス風具材を準備する

- ・ 水にもどしておいた高野豆腐をよく絞って、おろし金や大根おろし器ですりおろす。食感の違いを楽しむため、最後の1/5量くらいは手でちぎる。
- ・ 生姜はみじん切り、又はすりおろす。トマト、アボカドは1cmほどの角切り、レタスは1cm幅くらいの大きめ千切りに。
- ・ ボウルに醤油、生姜、みりんを合わせ、高野豆腐を加えて混ぜる。
- ・ フライパンに油をひき、タレをからめておいた高野豆腐を炒める。焦げないように混ぜながら、水分を飛ばす。



③ 盛り付け

- ・ ごはんの上にレタス、高野豆腐、アボカド、トマトの順にのせる。サルサドレッシングは別添えで。

お坊さんアドバイス

「高野豆腐をおろすとき、好みにより粗さは器具で調整してください。挽き肉のようにも、粉チーズのようにも加減できますよ」

その他、精進レシピは Web にて

⇒ <http://www.soto-kinki.net>

高野豆腐を挽き肉代わりに、
おいしいサルサそば

精進風タコライス



材 料 (約2人分)

【サルサ風ドレッシング】

E.V.オリーブオイル…大さじ2
トマト……………1/2 個
黄パプリカ……………1/2 個
(無ければピーマン…1 個)
レモン汁……………1/2 個分 + α
塩……………小さじ1/2
黒コショウ、又は一味唐辛子
……………好みで適量

【タコライス風具材】

高野豆腐…水にもどして約6×8cm
醤油……………大さじ1
みりん……………小さじ1.5
生姜……………1カケ
サラダ油……………小さじ1
レタス……………2～3枚
トマト……………1/2 個
アボカド……………1/2 個
白ごはん(玄米ごはんでも可)…1合分

お坊さん直伝の
精進料理レシピ
vol.15

解説!

お寺の道具 寺mono

vol.15

警策きょうさく

KYOUSAKU

坐禅中に心の緩みを戒める為に使う棒。握る分は丸みがあり、先になるに従い、扁平な形となる。警策を「打つ」「入れる」「与える」等と表現する。

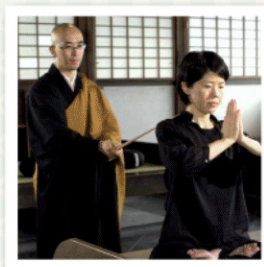


「坐禅は棒でたたかれる」というイメージを持っている人も多いと思うが、警策はまさに、その棒のこと。あくまで修行者を導くために使い、罰の意味合いで打つのではない。仏さまの手であり、特に坐禅堂においては聖僧(文

殊菩薩など)の励ましと捉える。宗派によって異なるが、曹洞宗の場合は、袈裟を避けて右肩を一回打つ。指導者である師家や直堂という役が堂内を巡り警策を入れ、特に居眠りや気が散漫になっていないかを見る。

誤って首や骨を打つこともあるので、ある程度の熟練が必要である。警策を打つ側も、打たれる側も双方とも一礼し、互いが感謝を表す。

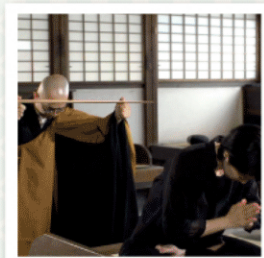
肩と心にしみわたる 心地よい痛み



①合掌をして警策を待つ。



②右肩をあげるように首を傾げる。



③互いに一礼する。

So Good! コレクション

File.05

小谷山 実宰院 副住職

大河内 徹成

OOKOUCHI TETSUJU



◆「料理を通し、やりがいや生きがいももらっている」という徹成さん。「料理に救われています」という言葉が印象的だった。

Profile

1979年6月17日生まれ 血液型：A型

滋賀県曹洞宗青年会 会長

趣味：ジョギング 家族構成：妻・父・母

小谷山 実宰院

滋賀県長浜市平塚 149

TEL.0749-74-0653

■浅井三姉妹ゆかりの寺

実宰院は、出家した浅井長政の姉・阿久姫(昌安見久尼)が中興・開基。長政は小谷城落城の際、姉(昌安見久尼)に市と三姉妹(茶々・初・江)を託し、かくまわせたとの伝承がある。山門は、小谷城裏門を移築したもの。

◎料理を活かせる道を探す

大本山永平寺で修行中に、食事をつかさどる「典座寮」で料理に魅せられた徹成さんは、修行後、専門学校に通い調理師免許を取得。教師として歩む父の背中を見ていたので、お坊さんと料理人の「二足のわらじ」を履くことに、迷いはなかったと言います。そこには「寺を護るため」という使命感もありました。

◎「食が人をつくる」という信念

現在、保育園の調理師として働き、「人生の土台をつくる時期。だからこそ人の温もりが伝わる食事を届けたい」と工夫を重ねる日々です。禅僧としても真摯に厨房に立ちます。人生の糧であり、人として成長させてくれる料理との出会いに感謝しながら、邁進します。



◆園児に「オオコチ先生」と親しまれる徹成さん。笑顔で食べてくれる姿が何よりの励み。

やさしい仏教のヒント

さあ、さとりうか

仏さまを信じる私たちにとって、目指す究極はやはり「さとりをひらく」ことです。

さて、もしもあなたがさとりしたら、どう変わると思われますか？

動じない心や、優しい思いやりを持つことができるのでしょうか。
もっと、根っから変わることがあるのでしょうか。

じつは、さとりでも、あたりまえの日常が続くことは変わりません。
年はとりますし、いつか、その命を終えます。さとりでなくても同じです。
では、その差はどこに出てくるのでしょうか。

それは、たとえば年を感じたとき、いよいよ命の終わりを覚悟したときの、
生きる態度にあらわれるのかも知れません。

しかしそのためには、その時が来ても慌てないように、
仏さまの教えに沿った暮らしの繰り返しが必要です。
なぜなら、「さとり」は一時の発見や、心境の変化だけではないからです。
日々のていねいな積み重ねによってのみ、
私たちはさとりに近づき、根っから変わることができるのです。

柳田 彰宣



凜 information

あなたの暮らしへ 凜としたりラックス

あなたのもとへ「凜」をお届けします。
毎号続けて読んでみたいと思われた方は、
読者登録をしてください。(無料)

- 1 曹洞宗近畿管区教化センターのホームページから登録
<http://www.soto-kinki.net>
- 2 ハガキ又は FAX、メールにて「氏名・住所」を明記の上、お申込みください。
〒600-8104 京都市下京区万寿寺町143 いづつビル 8F 曹洞宗近畿管区教化センター 行
FAX 075-351-4522 E-mail center@soto-kinki.net

「SOTO 凜」は、近畿の曹洞宗寺院の一部と、下記の協力先に設置されています。
(詳しい情報は WEB に掲載)

- 協力先リスト
- 【京都】 香老舗 松榮堂 | 青おにぎり | 座布団専門店 一疋屋 | 京都真寺 百練 | 一風堂 錦小路店 | ぎやらりー 唯心
版画 芸艸堂 | ラーメンダイニング 京都 五行 | 和のエステ kyo・miori | 谷口法衣佛具店 | ペットショップ ピーターパン
酒匂菜とお茶漬け 風神 四条高倉店 | オステリア・ジャパン 衣 | 京都しゃぼんや | エイト珈琲館 | beeDream
いづつ | coffeestand Blackie | お食事処・飲み処 風景
 - 【大阪】 人生図書館 | 一風堂 梅田店・堀江店・高槻店・池田店・箕面店 | 麺酒家 まんかい
 - 【兵庫】 一風堂 神戸元町店・姫路店
 - 【奈良】 酒匂菜 お茶漬け 風神 近鉄奈良駅前店 | カフェ&おちゃづけピアホール 風神 近鉄五位堂店 | イタリアン cucina + oven piano
 - 【福岡】 山崎クリニック | 洋菓子店 ニノカニーノ
 - 【熊本】 不動産仲介 トオルプランニング

滋賀県 保寿院	高島市今津町弘川 360-1 TEL 0740-22-0585 毎月第1日曜日 午前6時30分~午前7時30分、午前8時30分~午前9時30分 / 参加費 無料
京都府 善光寺	福知山市多保市 1077 TEL 0773-27-3744 毎週日曜日 午前7時00分~午前8時00分 / 参加費 無料
大阪府 臨南寺	大阪市東住吉区長居公園 1-32 TEL 06-6691-1493 毎月第1土曜日 午後6時30分~午後7時30分 / 参加費 無料
奈良県 三松寺	奈良県奈良市七条 1-26-10 TEL 0742-44-3333 毎週土曜日 午前6時30分~午前9時00分 / 参加費 志納
和歌山県 西福寺	和歌山市小雑賀 89 TEL 073-422-0308 毎月第1・第3土曜日 午前7時00分~午前9時00分 / 参加費 無料
兵庫県 景福寺	姫路市景福寺前 7-1 TEL 079-292-4807 毎月1日(土日の場合は第1日曜日) 午前6時00分~午前7時00分 / 参加費 無料

参
禅
会
情
報

★必ず事前にお問い合わせください。(寺院行事などで開催日が変更になることがあります)
★ここに掲載したお寺以外の坐禅会情報も曹洞宗のホームページに掲載しています。
<http://www.sotozen-net.or.jp>

編集後記

経典の中に「如夢幻泡影 如露亦如電」という句があります。因縁によって生まれたものはすべて実体がなく、一瞬の間に消えてしまうものだという事です。その代表として「夢」・「幻」・「泡」・「影」・「露」・「電」
「稲妻」が挙げられているのです。
コップに水を注いだときに出る泡・・・儚いものを表す「水の泡になつた」という表現は、転じて、努力した甲斐が無くなることを言うようになりましました。影も、光あつてこそ反対側に見えるものであり、光次第ですぐ消えてしまいます。儚く、実体などありません。
仏教では、実体がない状態を「空」と言います。
時間は、あつと言う間に過ぎるので、「今」しなければ、やれる時間など無くなってしまう私達。私達は、実体のない儚いものに、心奪われて時間を無駄にしてはいけません。
(鈴)