

浄

monthly
JÔDO

土

November 2000

11



21世紀もしゃべったる。

OK!

市外も、国際も、
インターネットも、
携帯も、
日本テレコム。



●お問い合わせはお客様センターへどうぞ ☎0088-82 (無料) [受付時間] 9:00~21:00 (年中無休)

●インターネットホームページ <http://www.japan-telecom.co.jp/>

静岡

寺院紀行

寺に歴史あり。
人々に信仰あり。
日本の
心の故郷を紀行する。

華陽院

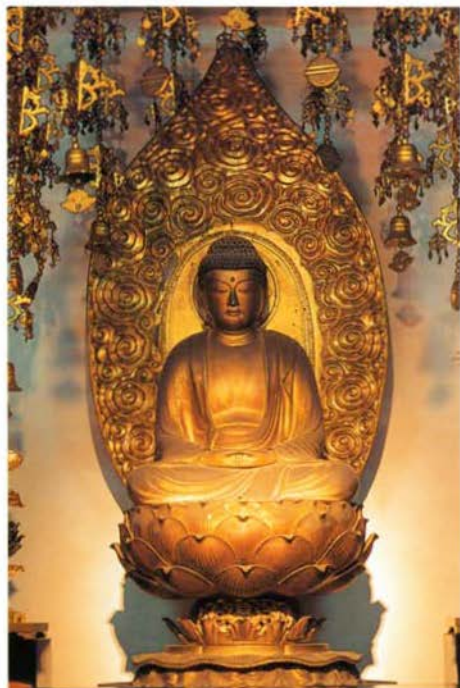


華陽院本堂(下)。華陽院第二十一世
堀田卓爾住職と夫人





本尊は阿弥陀仏座像



駿府城の復元された東御門

家康の祖母、源応尼。人質にとられた家康とともにこの駿府にやってきた



源応尼の位牌。法名は華陽院殿玉桂慈仙大禅定尼



源応尼の墓所。このお墓には今も徳川家がお参りにきている

境内にある磐田八幡大神。源応尼は毎朝毎晩、家康の安全を祈願した





寺宝の市姫の枕屏風。現在県立博物館に寄託されている



寺宝の団扇。家光から賜ったもの



先代である堀田良謙第二十世住職。
平成七年、九十八歳で往生された



良謙住職が授かった
中興号と院家号

浄土

2000/11月号 目次

カラグラビア寺院紀行 静岡・華陽院	タカオカ邦彦	1
目次		5
講演概録「法然の魅力」	阿満利麿	6
懐かしき玩具	芝崎慶三	17
寺院紀行 静岡・華陽院	真山剛	18
老化防止と肌の健康	高橋周七	28
響流十方	袖山榮輝	38
連載 つぼ庭日記	近藤啞々砂	42
コラム「浄土宗と浄土真宗」		46
Jフォーラム		43
浄土誌上句会	選者増田河郎子	44
マンガで楽しい仏教用語	藤井ひろし	47
編集後記		48



表紙題字＝浄土門主 中村康隆祝下

表紙撮影＝芝崎慶三

アートディレクション＝近藤十四郎

協力＝迦陵頻伽舎

【講演概録】後編

法然の魅力

明治学院大学国際学部教授

阿満利麿

阿弥陀仏の本願を信じるというのはなかなか難しいことであります。自分が凡夫であるということは、一通り話は聞けるのです。そういうこともあるかなと思われるでありましょうが、信じるというのはなかなか難しいのです。特に阿弥陀仏の本願を信じるというようなことを言われても、さあ、何でしょうかと。

法然上人は、そういうことをちゃんとお見通しです。ですから、兼好法師は『徒然草』第39段の二つ目に法然上人の言葉を引用して、

——「往生は、一定と思へば一定、不定と思へば不定なり」といはれけり。これも尊し。と書いてあります。

どういふことかという、現代語では往生というのは、「きようは交通渋滞で往生した」と言うふうが悪い意味に使いますが、今風に言えば救われるという意味です。宗教によって救われていくには、どうしたらいいか。申し上げたように、宗教には自分の力によって救われていく宗教と、他人によって救われる宗教と、大きく言えば二つがあります。自分以外の力によって救われていく宗教の要は、自分以外の力を信じるということです。「信」ということが一番大事なことです。自分の力で救われていく宗教は自分が修行するということですが、どれだけの修行を積み重ねるのかということが大事なんですけれども、法然上人の宗教では、信じるということが一番の要です。ところが、信じるということについては難しい。自分は阿弥陀仏の力によって救われると思えば、救われる。自分はなかなか救われないんじゃないかな、どうかなと思っていると救われない。こういうふうに法然上人は教えられた。兼好法師はさすがに法然上人はすばらしいと書いています。

普通、物事を信じるというのは、信じる対象がはっきりと見えたときに信じられるので

す。保険の契約でもそうです。契約をろくすつば読まずにハンコを押す人も中にはいますけれども、普通は契約書をちゃんと読んで、こうこうこういうことが満たされれば保険金が支払われるということで、契約の中身がはつきり見えないことにはハンコはつかないわけです。

しかし、阿弥陀仏は見えますか。阿弥陀仏をごらんになつた方はいらっしゃいますか。阿弥陀仏はどこにいらして、どういうことをしておられるのか。阿弥陀仏はたくさん誓いをたてた方らしい。中でも十八番目の誓いは、自分の名前を呼べば、どんな人間でも自分の国に迎えて救つて仏にしてやろうと、こういうことらしい。しかし、阿弥陀仏の国へ行つて自分は仏になつたと言つて喜んで帰つてきた人の話は聞いたことがない。阿弥陀仏はどこにいるのか。西方極楽浄土であるというが、西のほうへ行けばそんな仏様の国があるとは、とても思えない。宇宙にはたくさんの地球のような惑星があるということがあつても、西へ西へ行つても阿弥陀仏の国があるとはとても思えない。ましてや、そこで説法しておられる阿弥陀仏という仏さんがいらっしゃるといふのは、なかなか信じられない。もしも阿弥陀さんがいらっしゃるといふ写真でも撮つてきてくれる人がいたら信じましょうと、普通は思いがちなわけです。

しかし、法然上人は、阿弥陀仏の存在を証明してから、阿弥陀仏の本願を信じるという



ことではないんだ。自分が阿弥陀仏というものを信じたときに、あなたは救われるんですよ。信じ切ることができなければ救われたいということをおっしゃった。これは一体どういうことか。

法然上人の仏教は、その人が阿弥陀仏という本願という他力を選ぶか選ばないかで納まってくる宗教です。家の宗教ではないのです。家代々浄土宗だから、私は浄土宗ですというのと違うのです。自分が阿弥陀仏の本願を選ぶのか選ばないのか。自分が阿弥陀仏の本願によって救われていく道を選ぶのか選ばないのか。ご自分がそこで決断しなくちゃいけないのです。決断に当たっては、阿弥陀仏がどこにいらして、どういう言葉を使っているか、どういう顔つきをしていらっしゃるかということが、みんなにしてみればはつきりわからない。わからない中で信じろと言うのです。

明治になってお東の学僧で清沢満之（きよざわみつゆき）という人が出てまいります。この方は阿弥陀仏を信じる、信じないということについて、「神仏が存在するがゆえに神仏を信じるのではない。阿弥陀仏という仏様の存在が客観的にわかったから阿弥陀仏を信じるのではない。私どもが神仏を信じるがゆえに、私どもに対して神仏が存在するのだ」と、こういうことをおっしゃっている。私たちが信じたときに阿弥陀仏が存在する。私たちが信じなかったら阿弥陀仏は存在しないんです。

どうして阿弥陀仏を信じるようになるのか。それは先ほと言ったように、私どもは自分で自分を救うことができない存在です。そういう状態のときに、阿弥陀仏という他力を選ぶか選はないかという分かれ道が出てくるのです。自分は自分を信じるができないし、また自分を救うことはできないということとはよくわかる。そこで、とどまる人もいれば、

さらにそういう自分を救ってほしいと心の底から願う人もいます。自分が追い詰められて、阿弥陀仏の本願という見たことも聞いたこともないものだけでも、その教えによつてしか自分は救われていけないのだと納得するかしないのか。納得する人もいれば、納得しない人もいます。これは縁なのです。

きょうはお信者様の方が来てくださっているけれども、本当に阿弥陀仏の他力によつて救われる、自分はそれでしか救われていけないんだと選べるお方がどれぐらいいらっしゃるのですか。しかし、少なくとも阿弥陀仏の本願の話ぐらいいは聞いておかないと、決断のしようがないことであります。法然上人の仏教では、修行なんか一切要らないし、苦行も要らないけれども、阿弥陀仏の本願があるんだという話だけは聞いておいたほうがよろしいということになるのです。

妙なたとえですけども、自分たちの子供のころのことを思い起こしますと、自分いろいろ工夫をしてやってみて、どうしてもうまくいなくて、しょうがないから、お父さん助けてよとか、お母さん助けてよということがあつたでしょう。そういうことです。つまり、自分でいろいろやってみる。ああじゃこうじゃと西洋の今はやりの哲学の本も読めば、坐禅を試してみたりとか、お薬師さんに行けば効き目があるからというので通つてみるとか、皆さん方の中にもいろんな宗教をめぐつてこられた方もいらっしゃるでしょう。いろいろやるんです。人間でありますから、人がいいということを聞けば、いろいろ試してみるのであります。しかし、困っちゃうんです。何をしてももう一つ納得しきれない。そのときに、小さいときのことを思い返すと、お父さん、お母さんと呼んだ。どうしてもお父さんの力をかりたい、お母さんの力をかりたいというときがあつた。それが阿弥陀仏

の本願が見えるということなのです。

あれもやり、これもやる。しかし、どうもしっくりしない。しっくりする人もたくさんいます。だから、さまざまな宗教があるのです。さまざまな宗教があるということは、その人、その人にふさわしく縁が働いて、それなりの役割を果たしてみられる。しかし、この法然上人の仏教というのは、何をしてもどうしても納得ができなかったという最後に信じる宗教なのです。

阿弥陀仏に対する信心というものは、信ぜざるを得ないということがあって初めて阿弥陀仏が姿を見せるわけです。阿弥陀仏が先にあつて私どもが客観的な阿弥陀仏を信じるのではないということです。そういうことを法然上人は、「往生は、一定と思へば一定」とおっしゃった。「往生」というのは極楽に生まれるということです。「一定」というのは一つにつながってしまう、確実である。そういうふうに思ったら往生は確実であるけれども、「不定と思えば不定なり」といろいろと揺れ動いている限りは不定なんだとおっしゃっている。

しかし、それでも「死」というのは難しいことです。「不定と思へば不定」です。信じて、これでもう阿弥陀仏の本願だけなんだと。ご機嫌のいいときはそう思う。しかし、自分に自信があるときは、やっぱり少しばかり自分で努力してみて、このところ坐禅会にご無沙汰しているから、ちょっと坐禅でも組んでみるかという気持ちも起こってくるわけでありまして。やっぱり宗教なんて、あれは人間の弱さのあらわれであつて、結局、死ねば一切合財「無」なんだということを言う。しかし、死ねば無と言いますけれども、だれが

無であるということを見てきたんですか。たまたまそう言っているだけなのです。十三世紀の人は、死ねば阿弥陀仏の国へ行く。極楽や地獄に行くと言った。今の人は、それを笑うわけです。そういう人が死ねば無になると言う。無をだれが見てきたんですか。

結局、我々は死後の世界について、自分が死ねばどうなるかということについて、何か意味づけをしたいということが根本にあるわけです。我々はどこから生まれて、どこへ死んで行くのかわからない。そういう人間ですからこそ、現代人は無になるという言い方で納得しようとしている。我々は納得したい、納得したいと思っている存在なのです。もっと別な言葉で言えば、意味を求め続けている存在なのです。

無意味ほど恐ろしいものはない。我々は意味がある世界の中に初めて安らぐことができます。子供を持つているお母さんは、無条件に自分の存在に自信があるわけです。自分がいなかったらこの赤ちゃんは育たない。自分の存在はこの赤ちゃんのためにあるのだということで、自分のあり方に大きな意味を与える。父親は、なかなか子供を育てているという実感がないから、ときどきおかしなことになるわけです。宗教というものが世の中にたくさんあるということは、最終的な意味を人間に与えるために存在しているのです。ですから、我々が意味を求める存在である限り、阿弥陀仏の本願を必要としているのです。中には阿弥陀仏の本願じゃなくて、イスラム教、キリスト教の教えかもしれない。それは何でもいいのです。それぞれの意思に従って、自分に最終的な意味合いを与えてくれるものを選び取ればいいのであります。

しかし、どうしても信じることは難しいわけで。そこで、法然上人は次のようなことも残しておられますと、兼好法師は書き記しております。それは、

——また、「疑ひながらも念佛すれば往生す」ともいはれけり。これもまた尊し。ということです。

「疑ひながらも念佛すれば往生す」これだと、だいぶ気が楽になります。「往生は、一定と思へば一定、不定と思えば不定なり」一定と思いきることが出来る人はいいいですが、なかなかそうはいかない。といって不定というほどではない。不定なのか一定なのか、行ったり来たりしている。我々は阿弥陀仏の存在に對して、ときに疑います。阿弥陀仏のような存在はあるかもしれないけれども思うときもあるし、思わないときもある。どうも人間の生き方の中には嘘と真があつて、人間に一番ふさわしい生き方、あるいは解釈があるかもしれないという予感をするけれども、どれがそうかということ、なかなかわからない。何かあるかもしれないけれども、疑いの気持ちというものも断ち切れない。

信じるという行為は必ず疑いを伴うものです。信じるというのは、疑いがあつて初めてそれは成立するものです。疑いのない信心というのは、疑つてかかったほうがいい。いろいろと疑つて初めてその疑いの闇が晴れて、信心というものが成立してくるのであつて、疑いは、いわば信心を生み出す母親みたいなものです。法然上人は「疑ひながらも念佛すれば往生す」とおっしゃっています。

私はこれで思い起こすのは、法然上人の別の語録です。石ころと麻殻を向こう岸に渡すとき、石は重いですから、浮かべた途端に沈みます。麻殻は軽いから水に浮きますから、ひよつとしたら流れに乗って向こう岸に行くかもしれない。しかし、もし舟を用意して、石と麻殻を積んだら、両方とも確実に向こう岸に着きます。法然上人は、阿弥陀仏の本願という舟に乗れば、石ころであつても、麻殻であつても向こう岸に到着するのは間違いない

ないとおっしゃっている。たとえ話だけれども、これは気が楽になりませんか。

大体、私どもは石ころなんです。チャブンと沈むようになっていくわけです。でも、阿弥陀仏の本願という救いに出会えると、疑いながらも、気がつけば向こう岸に着いている。疑いながらもということとは、阿弥陀仏の本願に出会ったということでしょうね。一たび出会えば、舟に乗ったも同然です。ですから、疑うだけ疑えばいいのであります。疑って、疑って、その果てにへああ、やっぱり阿弥陀仏の本願というのは、自分のために存在したんだな」ということがわかってきます。「力及ばず候」ですから、だめかもしれない。しかし、もう舟に乗っているんですから、向こう岸に着くのは間違いないわけです。

私は、法然上人の仏教というのは、疑いにとらわれない、自分に対して自信を持ったり、自信を失ったりする、ああじゃ、こうじゃと絶えず思いまどう人間に、そのままでよろしい、そのまま、ただ念仏をすれば救われるぞということを言った宗教だと思ふのです。世界でこんな珍しい宗教はないです。何の取引もない。

中には、念仏したいけれども、念仏がなかなか口に出ないという方がいらつしやるかもしれない。私はいつも勧めているのですが、そういう方はゴーゴーゴーという地下鉄に乗って、ときどき「あー」と言ったらいい。阿弥陀さんの「阿」です。南無阿弥陀仏と言うのは何か恥ずかしいなと思われたら、「あー」と言えばよい。あの人、このごろ溜息が多くなったな」と思われるかもしれない（笑）。阿弥陀仏は自分の名前を呼んでくれと言ふ。十八願には、「阿弥陀仏」とフルネームで呼べとは書いてないのです。「あー」と、これでいい。そうすると、だんだんやっぱり「阿弥陀仏」と全部言ったほうが心が落ちつくようになります。

若い学生なんか恥ずかしいものだからなかなか言えない。私の先輩は、若い学生に、バスで通学するときには一番後ろに乗りなさい。ガタガタうるさいだろう。そういうときに南無阿弥陀仏と一言言ってごらんなさいと教えた。「私は心の中で念仏しました」という学生が出てきたんです。中学生でも、熊谷次郎直実の話に感動する。何も知らなかった学生が阿弥陀仏の本願の話を聞いて、夜、風呂に入って念仏を唱えた。わざわざそれを報告に来る学生もいるわけです。

宗教というのは実践を伴う。観念の上で阿弥陀仏というのはどういうものかとか、そういうことをいろいろ言っている暇があれば、南無阿弥陀仏と唱えてみるということは、すばらしいことです。不眠で悩んでいるときに念仏する。羊を九九九匹数えるよりは、南無阿弥陀仏のほうが早く眠れると思います。それでもよろしいんです。それでも法然上人から言えば「疑ひながらも念佛すれば往生す」ということなのです。

「二河白道」の話というすばらしい教えがあります。荒野の中で獣に追われて逃れてきたが、目の前には大きな河があつて、にっちもさっちも行く場所がなくなつた。ふと見ると細い清らかな一筋の道があつた。そこを通れば、追いかけてくる獣から救われる。しかし、その道の北側は貪欲の水の河、南側は怒りの火の河が荒れ狂つていて、とてもじゃないけれども細い清らかな一筋の道を渡ることができない。躊躇していると、どこからともなく「水や火の河に落ちることを恐れず、自信を持ってこの道一筋を渡ってこい」という声が聞こえてきたという話です。

普通の宗教は、自分の宗教を信じてこの道を進めば、水や火の中に落ちないから、安心して渡ってこいと言うのです。ところが、法然上人の仏教は、水に落ち、火に落ち、落ち

続けるに決っている。しかし、落ちることを恐れないでいいと言うわけです。これがほかの宗教と法然上人の宗教が違ふところです。

お酒の好きな人はお酒、恋人が忘れられない人は恋人を追いかけろ。ギャンブルにおぼれても、それはしょうがないのです、好きなことは「力及ばず候」だから。しかし、阿弥陀仏の本願はそのままがいい。ギャンブルまみれになって、お金儲けがすべてだというその人生を、そっくりそのまま救ってくれるんです。カトリックでは懺悔しなくちゃいけない。しかし、懺悔する必要はない。「あー」と言っていればいいのです。これは私どもにすごい希望を与えてくれ、心を明るくしてくれます。

法然上人の宗教ほど私どもの心を明るくしてくれる宗教はないです。欲望をコントロールしなくちゃいけないとか、苦行をしなくちゃいけないとか、そういうことを一切言わない。欲望は欲望のままでいい。そのまま阿弥陀仏の本願を信じて、しかもその本願も疑いながらです。ちよつと話ができ過ぎていますね。だから人間のほうは、お念仏を唱えるなら一日百回ぐらいたったほうがいいんじゃないかと、一回唱えたほうがいいんじゃないかと、ごじやごじや決めてかかるんです。そして一か月に一回ぐらい肉類は食べないほうがいいんじゃないかと、きようは菜食主義でいこうということで、何かいいことをしたような気になる。そういうことがあっても、それは「力及ばず候」です。

法然上人の仏教というのは、たった一つ阿弥陀仏の本願を信じて念仏申せば救われる。そういう意味では、よくぞ法然上人という方がこういうすばらしい教えを発見してくださって、それを後代の人に伝えてくださった。私は最近特に感謝申し上げます、お念仏の音が絶えないのであります。

(了)

懐しき玩具

撮影

芝崎慶三

通称「カッターカッター」。新潟では「べたくた」などともいいます。

江戸絡繰玩具として古くからあり『隠れ屏風』という格調高い呼称もあります。

松・杉などの板片数枚を紙で繋ぎ一端を手に持って下方に上げひろげると、板の表面が現れます。手を返すと板が転じて、カッター・カッターと今度は逆に板の裏面が上から順に出ます。

板面には江戸歌舞伎の市川團十郎の三升紋など役者の家紋が描かれたので『團十郎のからくり屏風』とも呼ばれました。

面尽し、芝居尽し、宝尽しなどの構図のもの、菅原天神像を描いたものなど各種ありました。

京阪・江戸それぞれに特色のある作品があったようです。

寺院紀行

静岡

華陽院

撮影・タカ才力邦彦

文／真山 剛

華陽院境内にある日吉町保育園。仏教色を強く打ち出した教育方針が人気を呼び、入園待ちまででている。住職が園長



浄土宗寺院も数多くの紹介されているNHKの大河ドラマ「葵徳川三代」。徳川家と浄土宗は縁が深いだけに、読者の中にも毎週欠かさず見ている方も少なくないだろう。本誌がお手元に届く十一月初旬は、おそらく家光中心に話が展開している頃辺りだろうか。

さて、その家光も十五代の将軍の中では群を抜く政治手腕を発揮しているが、やはり徳川といえば家康に尽きる。神君とされ東照宮となつた家康は徳川二百六十年のまさに礎そのものである。

もちろん好き嫌いや、徳川治世の功罪については多々意見のあるところだろうが、少なくともこの国の歴史を振り返る時に、徳川家康を抜きにしては語れない。今回の寺院紀行は、この家康が青少年期を過ごし、また大御所となつて国内国外に目を向けた駿府にある名刹、玉桂山府中寺華陽院を訪れた。

家康の長い人質生活は有名だが、今川義元の治めるこの駿府には、八歳から十九歳までの十二年間暮らしていた。人質というと、つい幽閉とか囚人を想像しがちだが、松平家の跡取であつた家康は家来二十余人と一緒にこの駿府に入っている。もちろん家屋敷も用意された。その居住地が現在の何処だか正確にはわからないが、当時知源院といつたこの華陽院の境内地内、もしくは近辺であつたようだ。家康は少年から青年期という人間形成にとつて最も重要な期間をこの地で過ごした。元服、結婚、初陣もこの駿府で迎えたのだが、

久能山から眺める駿河湾。海沿いの道が久能街道でこの東照宮の入口脇には華陽院の末寺の照久寺があつた



一体、家康の駿府時代はどのような環境だったのだろうか。

今川氏が二百三十年間治めてきた駿府は、九代目義元のもと戦国三大文化の一つである今川文化の全盛期だった。東に清水湊が控え、東西の物資、情報の交差点として相当の賑わいを見せ、京から多くの文化人が駿府を訪れていた。家康も自然とそうした文化、情報に触れることになる。

さらに、僧侶時代の義元の師であり、義元が還俗した後もその軍師となった臨済宗の僧、雪斎から武士としての薫陶を受けた。また、家康は知源院の知短和尚に手習いを、養育のためにと岡崎から駿府に赴いた祖母、源応尼（家康の母・傳通院）から深い愛情を注がれた。人質生活といえど、後の天下を平定する資質はこの駿府で培われたといっても過言ではない。

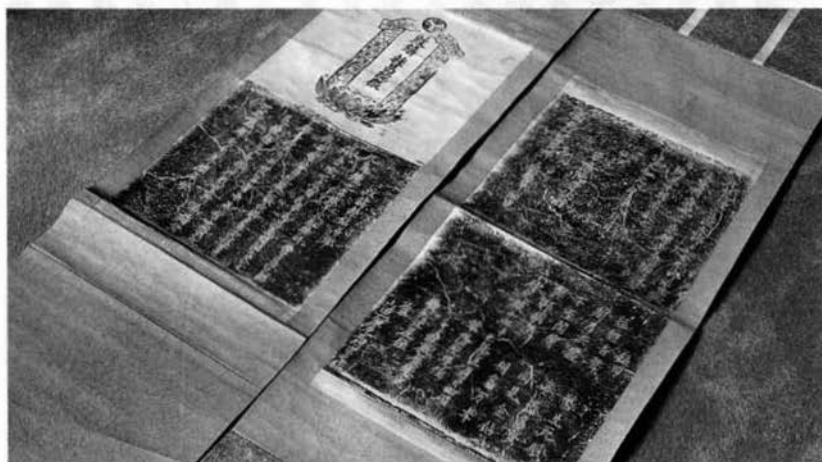
「寺史を読むと、竹千代はよく源応尼と一緒にこの寺へ来たようですよ。知短和尚に手習いする時は、知短和尚の弟子で、この寺の第二世となる文慶と机を並べていたようです」

華陽院代二十一世堀田卓爾住職は当時の様子をこう語ってくれた。大河ドラマのおかげで華陽院を訪れる人が随分増え、その度に色々質問されることもあり、堀田住職はだいぶ勉強されたようだ。手元に昨年の夏に書かれた『玉桂山府中寺華陽院由緒』という小冊子があるが、その苦勞が偲ばれる。



久能街道は華陽院の門前から始まり、東照宮までつづいた。かつての神の道で、駿河湾からの神の通り道とされていた

久能山東照宮の家康の墓所。久能山にはかつて真言宗の寺院が建っていた。その後、武田信玄がここに城を築いた。東照宮となったのはその後である。



家康から賜った梵鐘の銘。鐘は太平洋戦争末期に供出されたが拓本が残されている

便宜上、家康と書いてきたが、確かに堀田住職の言葉通り、駿府へやってきた八歳の家康は竹千代といった。その後、元服し松平元信となり、四年後に元康と改名。駿府を離れ岡崎に戻ると家康と改名し、その三年後には姓も徳川に改めた。ついに「徳川家康」の誕生だが、時に家康二十五歳だった。ちなみに七十五歳で没して授かった法名は、一品大相国安国院殿徳蓮社崇譽道和大居士。そして神号が東照大権現である。

こうしてみると竹千代、元信、元康、家康と名前を変え、最後に法号と神号を授けられたのである。そしていまだに東照宮は私たちの身近にある。やはり家康は傑出した人物である。

さて、この駿府時代の家康を暖かく見守ったのが祖母のお富、出家しての源応尼である。母と幼くして生き別れとなった家康の母代わりとして惜しみなく愛情を注ぎ、長じては毎朝毎晩、譽田八幡大神を祭神とする鎮守八幡宮に、出陣中の家康の身体安全と武運長久を祈願したという。また、陣中の家康とも源応尼は文通している。知源院住寺の知短和尚も書簡をやりとりしている。

こうしてみると、家康の駿府時代は人質という身なれど、やはり時を得、地を得、人を得ていたといえるだろう。なるべくして言うてしまえばそれまでだが、家康の器量は間違いなく駿府の地で育てられたのである。

祖母の死は家康陣中での出来事だった。永禄三（一五六〇）年、家康十九歳の春。陣中でその知らせを聞いた家康は使いの者に松の木を一本持たせ、祖母の墓の脇に植えさせた。現在も華陽院の源応尼墓所脇に松があるが、この松は同じ徳川でも、徳川家正公が昭和二十三年に植え直したものである。

義元の死後、駿府から離れた後の家康は周知のように天下人へと駆け上がっていく。そして再び駿府へ戻って来たのは、將軍職を秀忠にゆずり、大御所となつてからである。

なぜ、故郷の岡崎へ戻らずに駿府に居を構えたのか、諸説あるがやはり様々な条件が一番そろつていたからであろう。駿府に戻る前から家康はすでに築城の準備をしていた。その駿府城は完成直後の慶長十二年暮れ、火災で焼失する。しかし翌年三月には再建、そして家康はその翌年、源応尼のために一寺を建立する。それが、華陽院である。それまでの知源院を改め建立したのだが、特筆すべきは、家康が駿府に戻って最初に建立した寺院であることだ。何を以て祖母のことを最優先にしたのである。

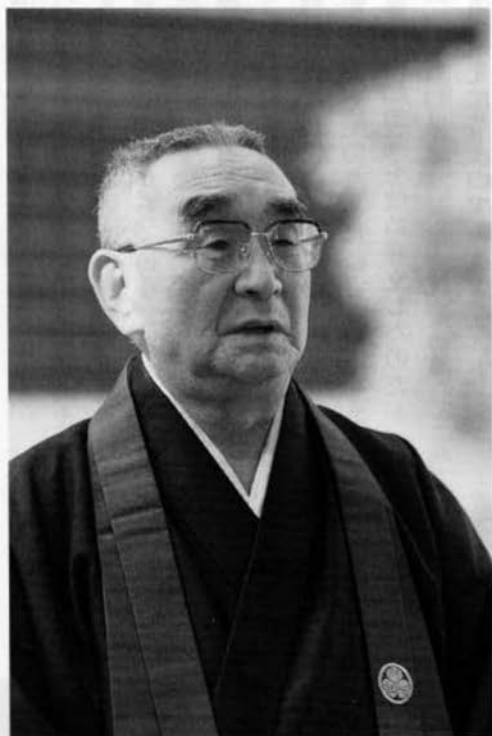
慶長十四（一六〇九）年三月、住職にはかつて机を並べた文慶を呼び、源応尼の五十回忌法要を営んだ。寺名は祖母の法名、華陽院殿玉桂慈仙大禅定尼からとった。そしてその華陽院の当時の位牌が今も本尊脇に祀られている。そして位牌が残っているもう一人は、

市姫の位牌。法名は一照院殿圓芳功心大清女



市姫の墓所。曾祖母にあたる源応尼の墓所と並んでいる





華陽院第二十一世、堀田卓陽住職。
毅然とした中にも暖かさが滲み出る
住職である

家康の五女、市姫である。

この家康に近い二人の墓所は華陽院にある。静岡鉄道の線路沿いにある華陽院だが、墓地の線路側にこの二人の墓所が並んでいる。そしてあとひとり、何故か側室として名を連ねることはなかったが、於久の方の墓所も華陽院にある。

さて、この名利華陽院の第二十一世が堀田卓爾住職だが、住職は昭和四年、先代中興号を授かった第二十世堀田良謙上人の長男として華陽院で生まれた。八人兄弟の一番上で、下に弟が四人、妹が三人いる。住職は周囲には反対もあつたが、好きな教職の道を歩むことができたのは、母親の支えがあつたからだという。中学校の理科の教師となり、教諭二十年、教頭歴五年、そして校長歴十二年と、四十年近く教壇に立ち続けた。定年退職は平成二年。

そして四人の弟も教員、医者、教員、薬剤師と自分の道を歩み、僧侶の資格はとっていない。五人もいるのに珍しいと思ひ、聞いてみると、先代の「二足の草鞋と言われるな」「仏飯だけを食んでいてはだめだ」「自分の家族は自分で養え。」という教えによるものだという。それゆえ、住職は心おきなく、教職の道を歩いてこれたという。言葉の端々から先代への感謝の気持ちがひしひしと伝わってきた。

さて、その先代がこの華陽院に入ったのは昭和二年のこと。時の



華陽院のある辺りがかつては花陽院門前町と呼ばれた。華でなく花を使うのは、おそれおおいからである。

華陽院は朱印寺としても疲弊しきつていた上に、末寺もなくなりまさに名刹の危急存亡の時だったという。それこそ、檀家は五十軒、布施代わりの米や野菜で生きてはいけるものの、現金収入はなし。どれだけ苦労したかは、巻頭の先代の顔写真が良くあらわしてる。

その先代は平成七年、九十八歳で遷化されたが、なんと六十八年の長きにわたり住職を務めてこられたのである。

先代は遷化直前に中興号を贈られた。住職としての任を果たし、地道に務めることで、檀家も三百を数えるようになった。また、昭和十五年の静岡大火と昭和二十年の戦災の経験から昭和二十三年には現在の耐火本堂を建立している。戦後は、静岡県からの幼児施設としての寺院解放要望に、いくつもお寺を回ったが良い返事をもらえず、それならと罹災したにもかかわらず華陽院を解放したのも先代である。

五人の男の子には、小学校に上がると朝のお勤めに連座させ、また一に掃除、二に掃除、三に勤行と、掃除の大切さを子供たちに身をもって体験させた。

こうした先代の姿を見て住職も僧侶になることを決意、四十八歳で、僧侶となるための加行を受けた。しかし、仕事を休むことはなかった。たとえ葬儀が入ろうとも、学校が優先である。苦労した先代の強い意志は一つのこと打ち込む大切さを住職におしえたので



於久の方の墓所。北条氏の臣下であった間宮豊前守康俊の娘。駿府城にて家康に仕えた

ある。そして平成七年、先代の遷化とともに住職に就任、時に六十六歳である。先代の一周忌を終え、住職は現在の客殿庫裡の建設に取りかかった。

「今の寺は本当に先代のおかげです。そのおかげで今の華陽院があるのです」。客殿庫裡の建設は、思いも寄らぬ早さで進んだ。それは、檀家さんのこの寺への思いの強さを改めて住職に認識させる結果となった。

「私は学校時代、いつも生徒にこういう話しをしていました。

一、挨拶をしつかりする 二、はきものの整頓をする

三、「はい」の返事をする 四、脊梁骨を伸ばす

五、服装を正しく

の五つです。これに対して、形式主義だ、などと批判する教員もいますが、それは違う。教育とは形の中にある心を教えるもので、形から心は育つのです」

この言葉を聞いて気付いたのだが、お寺もまさにそうである。私たちが寺に求めるものは、豪華絢爛な伽藍ではなく、その奥にある心である。迷い苦しむ自分を安心させてくれる心である。

定年までの教職生活に比べれば、まだスタートしたばかりの住職生活なのかもしれないが、それまでの経験を十二分に活かされて、一人でも多くの方の心の礎となっていたきたいと願う。先代の歳までにはまだまだ時間はあるのだから。

(ルポライター)



日吉町保育園に祀られている法然上人の幼少の頃の像。たびたちのほうねんさまと彫られている。園児はこの前でいつも念仏を称える

老化防止と 肌の健康

カリフォルニア人間科学大学院（USA）客員教授

高橋周七

はじめに

日本は世界でもトップクラスの長寿を誇っています。それは喜ばしいことには違いありませんが、年齢とともに容色や体力、体調のおとろえは避けることのできない現象です。しかし、身体年齢（老化）は個人差が大きいことも現実です。では、何故そのような違いが生じるのでしょうか。

私は大学で長年「人が若々しく健康で、しかも美しく天寿をまっとうできること」を目標に研究を進めてきました。加齢とともに老化は進みますが、老化のメカニズムを明確にし、その回転の歯車に歯止めをかければ老化を防止できる道理です。

生き物の老化とはどのような現象を指すのでしょうか。自動車の大部分が鉄でできているように、われわれ人間の体の多くを構成し、しかも重要な働きを担っているのはタンパク質です。車は新車のうちは走っていて調子がいいのですが、段々に部品が疲労してきます。疲労した部品を新しい部品と交換することによって新車の機能を維持できますが、部品

交換をおこたると次第に車にガタがきて、新車の機能が維持できなくなります。これが車の老化です。人の場合も同様で、古く疲れたタンパク質は速やかに分解し、新しいタンパク質を合成することによって置き換えることが重要です。若いときはタンパク質の新陳代謝（合成と分解）が盛んなため、みずみずしい肌をしています。それも17〜18歳を頂点に肌の老化が始まり、体型も崩れてきます。中年太りはまさに新陳代謝のおとろえの象徴です。つまり、老化とは加齢とともにタンパク質合成能力が低下し、これが引き金となって分解が合成を越えて進行、組織の衰えと萎縮が徐々に進むことです。

新陳代謝のカギ握るコラーゲン

老化の進行を抑えるには、疲労したタンパク質を入れ換えるのに十分な合成能力を維持することが大切です。先日もあるテレビ局のプロデューサーの方がインタビューにみえて、「先生、最近食事も少なくし、出来るだけ運動するように心掛けているのに、太ってしまっているというわけでしょうか」という

のです。運動に使われるエネルギーは知れたものです。若いときには新陳代謝が活発なため、エネルギーが合成と分解に使われますが、加齢と不摂生によつて新陳代謝が衰えても食欲はそう落ちませんので、使われなかったエネルギーが皮下脂肪となり、タンパク質が合成を怠つた分だけ肌が弛み、そこに皮下脂肪が溜まつて膨らんで、体型が崩れてくるのだ、と言つたら「なるほど分かりました」というわけですよ。

今でも栄養学の多くの先生が新聞記事などで、体重を減らすためには食事制限と運動以外にないと言つていますが、なぜ新陳代謝の衰えに気がついていないのだらうかと思ひます。新陳代謝を上げようという発想が抜け落ちてしまつていますが、新陳代謝こそ肌の若返りと体型維持のポイントです。

では、新陳代謝はどのように行われるのでしょうか。食事で摂取されたタンパク質は消化酵素でアミノ酸やペプチドに分解され、腸の粘膜から吸収され、血液に乗つて全身に配給され、細胞内にあるDNAの指令によつて必要なタンパク質に再合成されま

す。タンパク質を分類すると、非コラーゲンタンパク質とコラーゲンタンパク質に大きく分けられます。新陳代謝を促進させるのにより大切な働きをしているのがコラーゲンです。これまで栄養学では、コラーゲンはタンパク質として価値が低いとみなされ軽視されてきました。これは従来の生命科学が主として単細胞生物を用いた、細胞内の代謝の研究に偏り、細胞の外側をとりまく物質の代謝に着目してこなかったからです。実は特に多細胞生物の細胞の代謝はそれをとる環境によつて支えられ、生命を維持しているのです。私たちはコラーゲンの重要性と代謝のメカニズムを数々の実験で証明してきました。

コラーゲンは骨にも重要

私たち人間は多細胞生物で、人の体は六十兆〜百兆個の細胞の集合体です。レンガの壁に例えると、一つ一つの細胞がレンガに相当します。そのつなぎ目のセメントに相当するのがコラーゲン（細胞間物質）です。細胞内は非コラーゲンタンパク質ででき

ています。骨は脱灰して磷酸やカルシウム等を除くとスポンジ質の骨が残ります。これもコラーゲンでできていて、その網の目のなかにカルシウムが詰まっており、それによって骨の弾力性が保たれているわけです。ですから、骨はスポンジを構成しているコラーゲンが分解してしまったら、カルシウムが取り込めませんから骨粗鬆症は免れません。今までの栄養学では骨粗鬆症の予防にはカルシウムの摂取が重要です。それとともにビタミンD₃を摂りなさいといわれてきました。ビタミンD₃は、腸から吸収されたカルシウムを血液に運ぶ重要な働きをしており、血液から骨の組織に運ぶ役目はホルモンで、大豆には女性ホルモン様物質ダイゼインが含まれているので大事です。それから運動しなければ骨が駄目になりますよ、とここまで言うわけです。では、なぜ運動しなければならないのですか、意味が分かります。運動しても十分にコラーゲンを摂取していなければ駄目なのです。

コラーゲンは鉄筋でいえば鉄骨のようなものなのです。鉄骨が錆びてしまつて腐食したら大きなシヨ

ックがきたときに耐えられずに壊れてしまします。骨に弾力としなやかさを与えているのはスポンジ、すなわちコラーゲンなのです。セメントの柱だつて、単なるセメントだけだつたらハンマーで打たれれば、ぼろつと碎けてしまします。鉄骨が入っているから折れないのですね。骨もコラーゲンがあるので転んでも簡単には折れないのです。そのコラーゲンの新陳代謝が悪くて分解してしまつていたらどうしようもないわけです。ですから、骨を丈夫にするためにはカルシウムだけでなくコラーゲンを十分に摂らなければならぬ。それとともにビタミンD₃、ホルモンも重要です。それから閉経後の女性には大豆ダイゼイン（イソフラボン）もいいでしょう。

力の刺激でコラーゲン代謝

それと、運動がなぜ大切かというとコラーゲンをしっかりと新陳代謝するためなのです。力の刺激でコラーゲンがよみがえる。これは私が宇宙実験で証明しました。どのように証明したかというと、TBSの秋山記者がソ連の人工衛星に乗られましたね。そ

の時に6匹のニホンアマガエルを持っていったのです。私は杜仲茶を飲ませて宇宙へ送ったかったのです。なぜかと言うと、後でまた述べますが、杜仲茶にはコラーゲン合成を盛んにする成分が含まれているのです。ですから、杜仲茶を飲ませて宇宙へ飛び出せば、無重力下でも骨粗鬆症を防げるだろうと考えたからです。ニホンアマガエルは茶を飲んでくれませんので、杜仲茶の液の中で飼ったのですが、6匹を2群に分け3匹は杜仲茶のプールの中で、他は普通の水のプールの中で飼い、現地に運びました。途中で普通の飼育の蛙がくたびれた場合は杜仲茶飼育の蛙を連れていく予定でしたが、ともに元気でした。6匹を二つに分けたのでは数が少なくなり、統計学的処理ができないので、地上と宇宙の無重力状態の違いを優先するため、普通の飼育の蛙だけを連れていきました。宇宙で飼育した蛙の皮膚のコラーゲンを調べたところ、1週間の無重力で20%も減少していたのです。ですから、力の刺激がコラーゲン合成にいかん大切かということなのです。新陳代謝が悪くなり、流れが滞り疲れたコラーゲンが一杯に

なってくると生体はこれを異物として認識し、作ってあてがなくてもどんどん分解してしまおう。するとコラーゲンのマイナスが生じます。合成より分解の方が優先するので、だんだん量が減ってしまうのです。それが老化のメカニズムで、皮膚のタンパク質が足りなくなつてシワが多くなるわけです。老化とはコラーゲンがよれよれになつて量が減ることなのです。

栄養成分が細胞へ届くには

さて、酸素や栄養成分はどのようにして個々の細胞に届くのでしょうか。血管は細胞に栄養を運ぶために有るわけですが、全ての細胞に毛細血管が通じているわけではありません。60兆個の細胞に枝分かれした毛細血管が繋がってあれば理想的ですが、そうはなつていなくて末端の組織へ行けば血管は枝分かれを止めてしまふ。栄養はどのように流れていくか戸惑つてしまいますね。止むなく血管壁から細胞を取り巻くマトリックスを通過して個々の細胞へ運ばれていくわけです。いかにマトリックスが重要かお

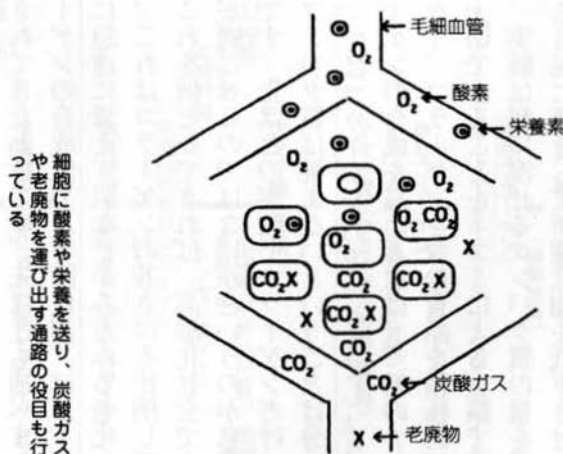


図1 コラーゲンの役割

分かりただけだと思います。マトリックスの新陳代謝が順調であれば、細胞も生き生きした状態が保たれるわけです。身体を構成する全タンパク質のうち三分の一がコラーゲン、残り三分の二が非コラーゲンタンパク質です。非コラーゲンは細胞の中にあり、コラーゲンは細胞を外から支えています。外が良くなり、栄養や酸素の流通がよくなれば、細胞の代謝も自然に良くなるわけです。

新陳代謝するには原料が必要です。コラーゲンを新陳代謝するにはコラーゲンを摂取すればいい。非コラーゲンを新陳代謝するには非コラーゲンを摂取すればいいわけです。非コラーゲンタンパク質は動物の筋肉や牛乳、大豆などの植物タンパク質に含まれるタンパク質で、多くの食材から摂取できます。

一方、コラーゲントانパク質は骨のスープとか皮、内臓、血管などに多く含まれていますが、日常の食生活ではあまり摂取できません。非コラーゲンから一部コラーゲンの合成は行われますが、直接コラーゲンを摂取した方が効率よくコラーゲンが合成できます。ところが、コラーゲンだけをタンパク質源

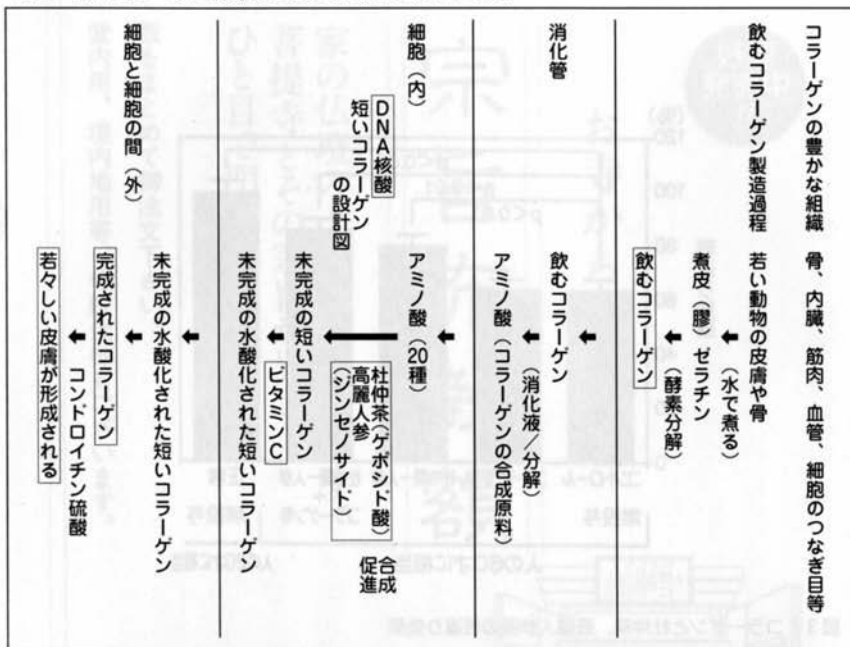
として動物を飼育すると動物は死んでしまします。非コラーゲンだけの場合は少なくとも動物は死なないので、コラーゲンは栄養的に価値の低いタンパク質とみなされてきたわけです。先ほども述べましたが、コラーゲンの合成能力（新陳代謝）は17～18歳をピークに急速に衰え、肌などがみるみる老化していきます。これはコラーゲンの若さにも比例してきますが、これを何とかできれば、高齢化社会でも健康な老後が過ごせるのではないかというのが私の研究の原点です。先ほどの実験でコラーゲンだけでは細胞内のタンパク質は補えないということは分かりましたが、ではコラーゲンの方はどうでしょうか。私はコラーゲンの合成を高めるには、一般のタンパク質ではなく、コラーゲンを含む食品を積極的に摂ることが大切であることをネズミによる実験で確認しました。実験は餌に混ぜるタンパク質の量を通常の20%から6%に落として新陳代謝を低下させた疑似老化モデルラットを使用。まず、これを2つのグループに分け、1つのグループにはこの餌に非コラーゲンタンパク質5%を加え、もう一方のグループ

にはコラーゲンを5%加えて1週間飼育し、どちらがコラーゲンを作る（合成する）能力が強いかが比較しました。その結果、コラーゲンを与えたグループの方が2・5倍もコラーゲン合成能力が強かったのです。このようにコラーゲンを摂取することは大いに有効ですが、さらに体内でのコラーゲン合成をスムーズに行わせるものとして、私はコラーゲンと一緒に杜仲茶と高麗人参茶を摂取することをお薦めしています。

なぜ杜仲茶と高麗人参茶か

杜仲は中国大陸にのみ野生する落葉高木で、他の大陸では化石としてのみ存在する非常に特殊な植物です。中国では不老長寿の「高貴葉」として、また若返りの妙薬として有名です。杜仲の葉は疲労を取り除き、記憶力を高め、筋肉や骨を若返らせる効果があることが証明されています。高麗人参は中国東北部から北朝鮮に野生する多年生の宿根草です。学名であるPanax ginsengの由来はpan（万能）、nax（医薬）、ginseng（生命、細胞）です。つまり

図2 飲むコラーゲンの効果を発揮するまでのメカニズム



細胞の健康と若返りにとって素晴らしい効果をもっていると言うことです。疲労回復、若返り効果と老化防止などの効果が期待され、健康食品やドリンク剤などに利用されています。杜仲茶に含まれるゲボシト酸、高麗人参茶に含まれるジンセンノサイドはともに細胞内でコラーゲンを作る酵素の働きを促進する効果があります。私たちのグループは産業動物である狭いケージ(運動拘束状態)の白色レグホン、ブロイラーに杜仲葉を餌とともに与え、抗老化作用、筋肉マトリックスへの影響を調べ、仮に運動しなくとも、運動したと同じ生理効果を与えるという素晴らしい効果を確認しています。また、杜仲葉で飼育した養殖ウナギもコラーゲンの新陳代謝を高め、クロスリンク化を防ぐという抗老化作用により調理したとき肉が柔らかく食感のよい、天然ウナギ並の杜仲ウナギが得られています。東京・世田谷の洗足池駅の近くにある「川京」という鰻屋さんで、この方法で養殖したウナギを「周七うなぎ」の名前でメニューに入れています。ぜひ一度お試し下さい。

次に、コラーゲンと杜仲茶、高麗人参茶の三位一

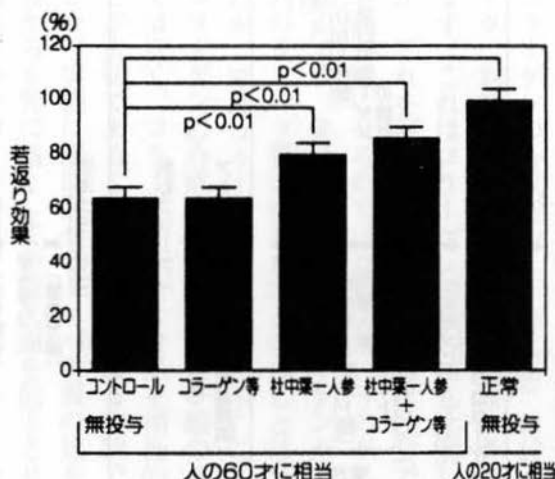


図3 コラーゲンと杜仲茶、高麗人參茶の若返り効果

体で摂取した効果を示す動物実験のデータがありますので、参考までに紹介しましょう。

このデータは実験動物の結果ですが、人に例えると、正常が20才、コントロールが60才。コラーゲンを飲んだだけよりも、杜仲葉・高麗人參茶の方が、さらにコラーゲンと杜仲葉・高麗人參茶等を併せて飲んだ方が若返り効果が数倍高まることが証明されました。コラーゲン、杜仲葉・高麗人參茶を飲むことでコントロールの60才がどこまでも正常の20才に近づくという頼もしい実験データです。

最近コラーゲンに着目した美容食品もいろいろ販売されていますが、飲むコラーゲンを例に、効果を発揮するまでのメカニズムを図に示しました。桃太郎の鬼退治には犬、猿、雉が登場しますが、老化防止、肌の若返りにもコラーゲンの新陳代謝を促すのに、杜仲葉、高麗人參等との連携プレーが大切なのです。

好評
発売中
!!

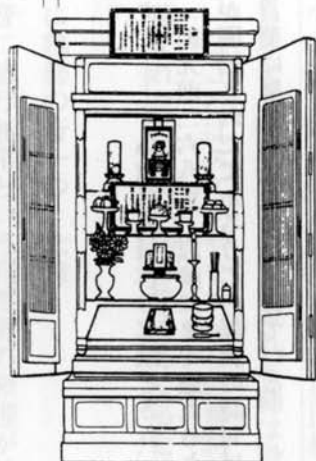
お寺から檀信徒へ

宗旨布教額

家の仏壇の上に掛けるものです。
菩提寺とその宗旨がいつも
ひと目で明確になります。

数をまとめて御注文下さい。

堂内用、境内地用等、寺院仕様もございます。



寺院名が入ります。(版代別)



定価：大 (32.0×18.3cm) 735円／小 (27.3×14.2cm) 420円

注文・問合せは
法然上人鑽仰会

〒105-0011 東京都港区芝公園4-7-4明照会館内

電話：03-3578-6947／FAX：03-3578-7036

熟した果実には
朝早くからでも落ちることへの
恐れがあるように
生まれし者が
必ず死に至る以上
常に死への恐れがある

（『スッタニパータ』第五七六偈）

＊『スッタニパータ』——仏教經典最古の文獻とされ、その成立はア
シヨーカ王の即位（紀元前二六八年）以前にまで遡れるという。釈尊の
滅後、程なく編纂が開始されたであろうこの經典の詩句は、歴史上の人
物としての釈尊の言葉に最も近いものとされている。

いのちの形　　く無常と縁起く

十一月上旬。寺の中庭に実る柿を収穫するのが我が家の年中行事である。とりたてて美味くもないが、冬場の家族団欒には欠かせない。屋根の上に昇り枝を手繰り寄せ、もぎ取れる柿は段ボールで一、二箱。手の届かないところはスズメやヒヨドリの食料となる。やがて葉も落ち、鳥に啄まれた柿の実が朽ち果ててくると、我が信州は足早に冬を迎える。

むざんなや草に熟柿の音一つ 太無

柿の実の落ちた音に諸行無常という自然界の摂理が詠み込まれていよう。「満れば欠くる」というとおり、どれほど実り多い人生であつたとしても、いつかその肉体は朽ち果てねばならない。

物事が興りまた消え失せることわりを見ないで百年生きるよりも、物事が興りまた消え去ることわりを見て一日生きる方がすぐれている。(中村元訳『ブッダの真理のことば』より、ダン

マパダ第一二三偈)

死は確かに恐ろしい。けれども、それがこの世の掟である以上、

お釈迦さまの言葉のとおり、死から眼をそらしてよいはずもない。

この夏、親しくしているご寺院を訪れたときのことである。書院に面した中庭を見やると、この前に来たときには気づかなかったが、幼い桜の木が一本、庭石の脇から大人の背丈ほどに伸びていた。

ご住職に「あれっ、この桜いつ植えたんですか。これでお庭が引き立ちますね」と尋ねてみると、「いや、植えたわけじゃないんだ。勝手に生えてきたんだよ。きつと鳥の糞にでもサクランボの種が混ざっていたのだろう」とのこと。

果実を啄んだ鳥が空を飛び、どこか遠くでその種子を糞とともに体外へ排出する。運よく土の上に落ち、そこでまたまた果樹が再生される。小さな庭を舞台に、そうした自然界の営みが秋・冬・春と密かに遂行されていたのだ。しかも偶然というには余りに絶妙な風景を担っての再生。無惨に朽ち果てるばかりが自然の摂理、というわけではなかったのである。

諸行無常とは、じつは縁起の世界のありようをいう。鳥とサクラ

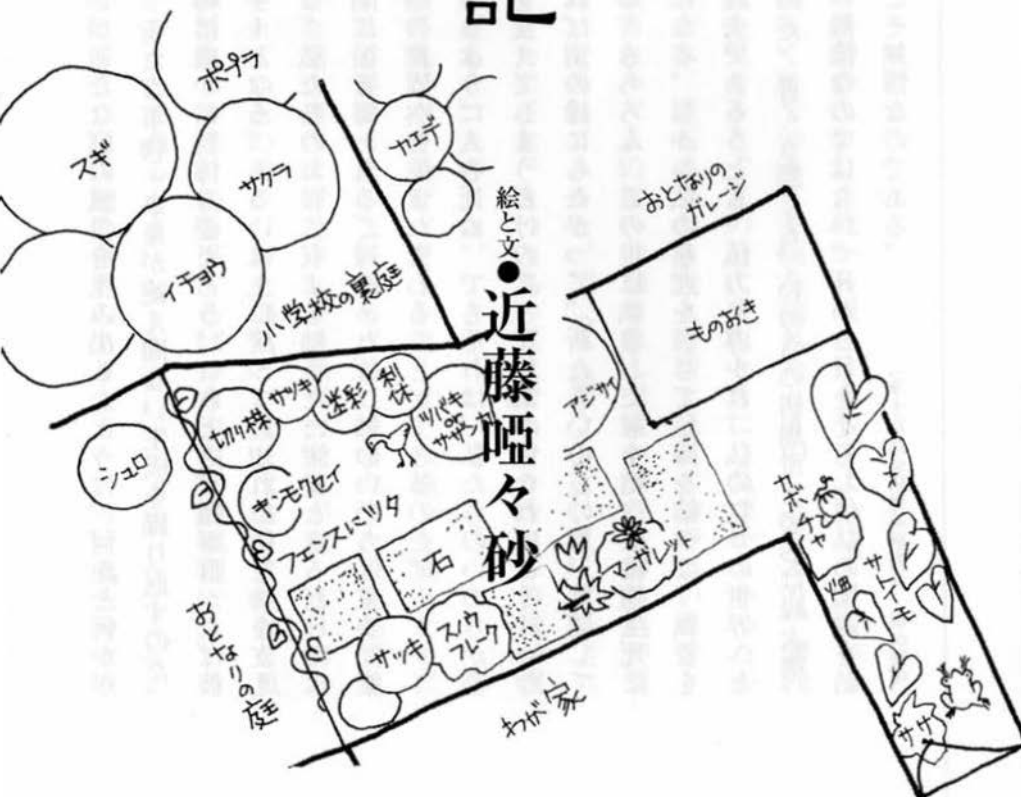
ンボの出会いが新たな庭の風景を生み出したように、何かと何かが関わり合い、新たな事物・事象が絶え間ない生成を繰り返すのだ。落下した熟柿は確かに無惨な姿だろう。けれども、蟻が群がれば彼らのエネルギーとなる。あるいは土に戻って数知れぬ微生物を支える養分となる。私たちのお腹に収まる柿もただ栄養となるだけではない。茶の間に振る舞われるご縁があれば、柿のいのちは家族団欒の世界、笑顔の世界へと生まれ変わることができるのだ。

熟柿が落ちるように人も死ぬ。でもそれは、私たちのいのちが姿形と居場所を変えてしまうだけのこと。無常の世なればこそ、一つの縁が尽きれば別の縁にしたがって、新たないのちの形が展開していくのである。もちろん、この世に執着した縁を結べば輪廻生死にさ迷うことになる。しかし仏の慈悲を信じて仏縁を結べば、執着を断ち切れぬ凡夫であろうとも、仏力に導かれ、仏の覚りの世界へと往生が叶うのだ。善くも悪くも、いのちの居場所と姿形は縁次第。落ちた熟柿が無惨なのではない。死から目をそらし信仏の因縁を結ばないことこそ無惨なのである。

(浄土宗総合研究所研究員 柚山榮輝)

【収穫】

つぼ庭日記



今日は待ちに待ったサトイモ堀り。息子は早々と畑に出て、右手にスコップ、左手に鎌を持って「アチヨアチヨ」とブルース・リーのマネごとをしている。これこれ、あぶない。どこでブルース・リーなんか覚えたのか。五才の誕生日をむかえた息子は、ここのところ少しウルトラマン離れをしている。あんなに夢中だったのに。

二ヶ月ほど前、せがまれて浅草にあるウルトラマンクラブに行ったときのこと。入場券を買い、入口を入るとウルトラマンタローが出向えてくれた。握手をしてもらい、いっしょに記念写真を撮る。突然のウルトラマンに緊張しているのか笑顔が堅い。「カンチャン笑って笑って」肩に手なんか置いてもらっている。それからウルトラマンショーを観た。照明が落ち、会場が暗くなる。さつきまでガヤガヤいていた、ギューギューづめの子どもたちが、しんとする。スモークがたかれ、赤や青のライトの中、ガガガガと地響のよう

な効果音とともに怪獣現わる。ギヤーとしぼり出すような声で鳴きながら暴れまわり、最前列の小さい女の子はペソをかいたりしている。そこへウルトラマンダイナ登場。得意ワザのパンチやキックを観せつつ怪獣と戦い、そしてお約束通りカラータイマーが鳴り、とどめの光線。怪獣は負け、ウルトラマンダイナはジュワッチと帰っていった。そして明りがつく。「はぁーい、みんなぁー」とマイクを持ったお姉さんが、さつき戦っていたウルトラマンダイナといっしょに現われ「ウルトラマンクイズコーナー」が始まった。地明りの下でみるウルトラマンは汚れていて、色のついたところがぼそぼそと剥げかかっていた。お姉さんの質問に子どもたちはいっせいにハイハイと手を挙げた。ウルトラマンが五才くらいの子を当てステージに招いた。息子を見ると「なんでボクは選ばれなかったんだ」と涙をためながら悔しがっている。「声が小さかったのよ。次は大きな声でね。」第二

問が出題され、息子はなりふりかまわず両手を挙げ大声で叫び、選ばれた。ウルトラマンダイナに手をひかれ、ステージに上がり、クイズに答え、おみやげをもらって戻ってきた。得意そうだった。

その帰り道、突然息子が「あのね、ウルトラマンもカイジウも仲間なんだヨ。」と言った。「え？」と聞き返すと「ウルトラマンもカイジウも人が化けてるんだよ。ズボンの前のジャ―ってやるヤツが背中にあんの。」「ジャ―って、チャックのこと?」「うん、チャック。」

という訳で、今日は黄色い長ぐつとブルース・リーとして畑にいるのである。

ビデオカメラを手にした夫が「ヨ―イ、スタート」を言い、イモ堀り開始。堀る前に大きく延びた葉を茎の根元からばさりと刈る。ざくざく刈る。ブルース・リーも鎌で刈る。アチョー、トリヤーと声ばかりうるさい。茎から水が滴る。ざくりと切られた太い茎の切



り口はまたたくまに赤茶色く変色する。株は茎と茎との隙間に水をいっばい貯めている。短い茎だけになった株のまわりの土にぐいぐいスコップを入れ、イモに触らないよう注意しながら引きぬきやすくしておく。そして株に手をかけ、一気に引きぬく。出た。親イモのまわりに小イモがコロコロくつついていて、ヒゲのような長い根っこが白くその下に延びている。「中つくらいおイモ、大きいおイモ、小さいの、小さいの、小さいのお」もいだのをカゴに放り込む。そしてまた、引きぬく。アチョー。息子はお砂場遊びでならしたスコップさばきで、土の中に残った小イモを捜し「なんだこりゃ、石か」と埋めもどしたりしている。

イモも出た。ミミズも出た。幼虫も出た。夫が長々とミミズをビデオにおさめている。不思議な人だ。できれば子どもとサトイモを撮ってほしい。

サトイモはカゴいっぱいになり、息子はイ

モの葉を傘に行進を始めた。「おイモっ、おイモっ、おイモっ」そして唐突に「ね、ヒビキ隊長って知ってる？」とウルトラマンガイアの登場人物を口にする。やっぱり気にしているのだな。

それから記念写真を撮り、サトイモ堀りはつつがなく終了した。

堀ったイモはごしごし洗い皮をむき、だしをきかせた薄味で煮る。あつあつを鉢に盛りつけテーブルに置く。三人の目がサトイモに集まる。ぱくりと口に放り込む。「最初はただのイモだった」うまい。「それから芽が出た」ねつとりと滑らかな舌ざわりだ。「ニョキニッキのびた」息子は当たりだ当たりだと両手を上げて踊っている。これこれ座って食べなさい。「大きな葉っぱがワシヤワシヤ繁った」また、ぱくり。

そして、もう一度なにもない畑に出てみる。何もない。長い長い夢のをせ、土が眠っていた。

浄土宗と浄土真宗

古き伝統技

三代にわたる信頼

限
有
会
社

浄土宗法衣専門

古島法衣店

〒111 東京都台東区元浅草4の2の1

電話(03)38421289

振替0018002145231

浄土真宗が他宗と大きく違う点のひとつに、卒塔婆を建てなかつたり、お位牌を祀らないということがあります。

現在ではお位牌を祀る真宗門徒も増えているようですが、原則的には、浄土真宗ではお位牌は作らないことになっているようです。

浄土真宗の基本的な教義として、亡くなった方はすぐに成仏して諸仏になつていくという教えから、こちら側から回向をたむける必要はないのです。です

から、先祖供養という考え方がありません。したがってお位牌も卒塔婆も必要ないわけです。

純粹に本尊である阿弥陀仏一仏のみを祀る浄土真宗では、それ以外の信仰対象を持ちません。そしてその信仰も阿弥陀仏から与えられているものであつて、我々の力で信仰しているわけではないのです。我々はすべて回向を受ける側なのです。

一方浄土宗では卒塔婆もお位牌も勧めてお祀りしています。人間の心を猿が枝に飛び移る

その1

卒塔婆と位牌

がごとく揺れ動くものと考える浄土宗では、形ある物を作りお祀りすることによつて、心の方向性をひとつに向けることの助けになると考え、お位牌を祀り先祖を供養しているのです。

また卒塔婆は古来からの五輪塔信仰の名残として、また布教的には先祖へのお手紙と解釈して、年回や行事のときに文字を記した五輪塔を建てることによつて、亡き方への思いを込め供養しているのです。(つづく)

FORUM

浄土の広場

「浄土の広場」では

読者の自由な参加をお待ちしています。

詩、エッセイ、短歌、俳句、川柳、書評、映画評、

TVウォッチング、紀行文、その他創作等。

あるいは会員各寺院での催しの告知、報告など。
どしどし編集部にお寄せ下さい。

浄土誌上句会

〔特選〕

●月
転がりて月の釦となりにつけり

三井 亮

場所は示していないから、読者の受け取りよ

うに任されている。例えば胸のボタンが何かで取れた。地に落ちたとたんに、月光に照らされて、その存在を示したのである。月のボタンは、同時に地の月になったのだろう。

〔佳作〕

月光のピエ口ゆるりと振り向けり

神崎 彰英

月見えぬ月見の席の夫婦かな

水谷由紀子

野良猫の黒き毛並みや月あかり

加藤 政男

●里芋

〔特選〕

味噌汁の里芋甘く母といふ

高木あや子

「母といふ」とわざわざ言っているから、自分の生家だろう。朝の味噌汁にはよく里芋が出たのだろう。久しぶりに帰ってその味を

選者=増田河郎子

〈特選〉

簾吊り島の役所の閑散と

島谷ときを

●自由題

楽しんでる。多分前日から来ていて、夜更けまで話は尽きなかったに違いない。

〈佳作〉

里芋や母似の武骨なるわが手

佐藤 雅子

里芋を洗う中古の洗濯機

長尾 子浪

八頭足で蹴られて糶られけり

井村 善也

役所というより役場と言うほうがふさわしかろう。窓はどこも開け放たれ、扇風機がしきりに首を振っている。ひと昔前までは、割り合い見られたものである。簾を吊っているというのがなつかしい。

〈佳作〉

ありなしの風に狭庭の石榴笑む

吉里ひとみ

曼珠沙華四方八方あの世かな

佐伯 孝範

伊良湖より夕立湾を渡り来る

浜口 佳春

浄土誌上句会の
お知らせ

季題

枯野

葱

自由題

月

別るるに惜しき月夜の廻り道
住みつきし猫今見えす月明り
月の暈窄めよ真砂女とく癒えよ
月出でて宴の席の定まりぬ
公達の笛の音をきく須磨の月
能面や月影踏みて舞ひにけり
窓越しの月に老女のひとりごと
日の落つる島に昇っておりし月
月見えて十夜法要はじまれり
軒下に束ねし葉草夕月夜
月冴ゆる曲は第九に移りけり
旅帰り月を頼みて鍵開ける
風呂の湯に心許して窓の月

細田初枝
金谷友江
片桐てい女
山本美代子
吉里ひとみ
大場清
中島一子
山崎道迎子
上野明達
山本のり子
河合富美枝
大村和代
谷しげ子

締切・十一月二十日
発表・『浄土』新年号

選者・増田河郎子（「南風」主宰）

応募方法

●いずれの題とも数の制限はありません。

●特選各1名・佳作各3名

葉書に俳句（何句でも可）と、住所・氏名を必ずお書き下さい。

宛先

〒105-0011 東京都港区芝公園4-7-4 明照会館内
月刊『浄土』誌上句会係

里芋

絵手紙の里芋紙をはみ出しぬ
里芋やつるりと逃ぐる箸の先
芋水車歴史の里に廻りをり
芋の露甲斐の山脈指呼に有り
里芋や髭をはやして世に生まる
産土の付きし里芋風撫てる
里芋や素朴なほどに舌に融け
里芋に母の味あり夕餉かな
里芋や土の温みも届きたり
大鉢の里芋つまし坊泊り
芋の葉に先祖供養のだんご盛る
芋の泥付けしままにて売る業者

自由題

さわやかに一本勝ちの柔道着
暮れ方や目の先に飛ぶ鬼やんま
白秋や満たさるるなき裸婦の胸
洪日和天地返しに鰯干す
風死んで虚ろに水着干されいる
色付けば何の実と問う衆かな
古式部の色さわまりて仏花とす
秋風や休耕田の草花し
仏桑花墓前に燃えて師の忌日
萩の風朝な朝なの庭の隅
日暮田に帯締めたるや彼岸花
長き夜のハーブの青色いづこより

増田信子
細田初枝
金谷友江
片桐てい女
山本美代子
吉里ひとみ
大場清
上野明達
山本のり子
河合富美枝
大村和代
山口信子
細田初枝
金谷友江
片桐てい女
北川弘子
増田信子
山本美代子
佐藤雅子
中島一子
山崎道迎子
上野明達
山本のり子
河合富美枝

マンガで楽しい仏教用語 漫画・藤井ひろし

一蓮托生

来世では一輪の蓮の花の中に共に生を授かること。蓮の咲き乱れる極楽浄土への願いがこめられている言葉です。

この世ではバラバラに別れなければならぬ身もあの世では運命を共にできるのです。

時代劇の中では悪人たちがよくこの言葉を口にしますが、意味を転じて彼らの信頼関係が現われていると言えそうです。そういうえば、映画の中で選挙違反で逮捕された政治家の事務所には、この四文字掛軸がかかっていましたが、これには思わず笑われました。



住人の消えし犬小屋紫苑のぶ 岱潤

先月シドニーでパラリンピックが行われた。障害を持つ人々が世界中から集まり、それぞれが鍛え抜いた技を競いあう。そのたゆみない努力の結晶に誰もが感動を覚える大会である。

私たちはその姿を見ながら思わず、「頑張れ、頑張れ」と声援を送る。しかしこの「頑張れ」という言葉、語意として決している言葉と思えない。と言うのはひろさちや氏である。「大辞林」に寄れば、「がんばる」は①他の意見を押しつけて、強く自分の意見を押し通す。我を張る。②苦しさに負け

ずに努力する。③ある場所に座を占めて、少しも動こうとしないところ。また「努力しろ」も、努力したくて

できない環境にいる人もいるとして単純には使えないと氏は言う。

二年前長野で開かれた芸術祭アートパラリンピックで、西沢美枝さんが書いた言葉が大反響を生んだ。「がんばれない」である。障害を持ち、人と競いあうことなどできない人にとつての救いは、むしろがんばれない自分をそのまま認めてくれることなのだ。思いやりの言葉はみんな違う。(長)

編集チーフ
編集スタッフ

長谷川岱潤
斎藤晃道
村田洋一
佐山哲郎
間川彰道

編集顧問

大室了皓

浄土

六十六巻十一月号 頒価六百円
昭和十年五月二十日第三種郵便物認可
年會費六千円

印刷

平成十二年十月二十日
平成十二年十一月一日

発行

平成十二年十一月一日

発行人

真野龍海

編集人

宮林昭彦

印刷所

株式会社 シーティリー

〒一〇五・〇〇一一

東京都港区芝公園四・七 四明照会館内

発行所 法然上人鑽仰会

電話 〇三(三五七八)六九四七

FAX 〇三(三五七八)七〇三六

振替 〇〇一八〇八・八二一八七



道路工事 中



消火器



歩行者横断禁止



火気厳禁



止まれ



雷害防止



民家近し、静かに



足元注意



踏切あり



防災口



踏 橋

住友海上

代理店

安心と安全をお届けするのは、
このマークです。



さわらぬ



割れ物注意



安全第一



学童注意



物入れいし注意

ここにあるマークの意味、わかりますか？ 暮らしの中には、注意を呼びかけるマークが、ほんと、たくさんあるんですね。生活のいろんな場面で、みんなが注意し合って、ルールを守っている。だからこそ、私たちは毎日を穏やかに、安らかに過ごせます。でも、万一のときのために、覚えておいて頂きたいマークがあります。それは、あなたに安心と安全をお届けする、このマークです。保険のことは、あなたの街にある住友海上代理店へ。

安 心 と 安 全 を お 届 け す る



住友海上

〒104-8252 東京都中央区新川2-27-2 TEL:03-3297-1111(大代表)



高齢者向けサービス付きマンション



センチュリーシティ大宮公園

新しいライフステージは、住まい方の選択からはじまります

毎日の生活サポートをはじめ、健康管理は併設診療所を備え、充実した医療ネットワーク。豊かな経験と心のこもった介護でご安心いただけます。



体験入居承ります

直営レストランでは、いつでもお元気で過ごしていただくための独自のメニューをご用意しております。充実した共用施設、最寄駅から徒歩6分の立地は生活空間をひろげます。

介護付き終身利用

入居一時金

2,890万円から

(年齢別価格があります)

～豊かな時間をお過ごしいただくために～

お問い合わせ先

センチュリーシティ大宮公園

0120-8088-26

住所／〒330-0023 埼玉県大宮市大和田町1-1275

TEL／048-686-8088

ホームページ／<http://www.centurylife.co.jp>

(社)全国有料老人ホーム協会会員

センチュリーライフ

HAZUKI

**介護館
オープン**

お一人お一人の介護状態にあわせて
心に寄り添う介護をめざして――

- 個性を配慮した介護とプライバシーを守る全室個室対応(全30床)
- 介護状態に応じたフロアプラン
- ホームドクターを中心に幅広い医療ネットワーク



ご見学受付中