

銀杏

発行所

〒792-0835
新居浜市山根町8番1号
曹洞宗瑞應寺専門僧堂

編集発行 瑞應寺

電話(0897)41-6563
FAX(0897)40-3127毎月1日発行
(振替 01330-2-31918)
瑞應寺

印刷所 東田印刷株式会社

慈悲こそ命

大慈通元大和尚さまのお徳を慕い(後編)

大本山永平寺副監院
栃木県明林寺住職

西田 正法

蜜月の関係から破局を迎えた恋人同士の如く、私はその日から「もう、堂監老師の顔も見たくない」とさえ思うようになりました。私が転役したあとと堂監老師の行者になったのは、同安居の東海林博道さんでした。観音講から一週間くらい経った頃だったと思います。その博道さんが「大慈さん、大慈さん、通元老師がねえ」と話し掛けて来たのです。私はそれを遮るように即座に「通元老師!? 堂監老師の話なんて聞きたくもないよ。名前を聞くのも嫌だ!」と、それまで誰にも言えずに押し殺していた感情を博道さんにぶつけるように言って、その場を立ち去ろうとしました。すると、博道

さんが私の袖を引いて「まあいいから聞いてよ!」と、いつも穏やかな博道さんが珍しく毅然とした調子で止めるのです。そして、博道さんは続けました。「通元老師が独り言のようにボソッと云ってたよ『アレは、分かってくれたかのう、アレが分かってくれんかったら、儂はアレに恩を仇で返したことになるてしまふ』そう寂しそうに云ってたよ」こう教えてくれたのです。自分でも驚く程の得体の知れない熱い感情が突き上げて来ました。今度は、溢れ出そうになる涙を見られないように博道さんの前から逃げ出し、一人物陰で嗚咽しました。通元老師に叱られた内容は胸に突き刺さる

程分かっていたのです。通元老師がご指摘されたように、あの法話の根底は貪りだらけだったのです。安居して未だ一年にもならない私が、年下の先輩達には自分の力量を見せてやろう、和敬会や梅花講の皆さんを感動させ喜ばせたい、そして、老師方に認めて貰いたい、そんな思いがエネルギーになって頑張った法話だったのです。堂監(通元)老師のご指摘とお叱りが余りにも凶星だったからこそ「何も、こんなに大勢の前で言わなくても」と、年端の行かぬ子どものように拗ねていたのです。

思えば、私が瑞應寺専門僧堂に掛搭したきっかけも、曹洞宗教化研修所在籍中に参加した〈布教師養成所〉で、主任講師でいらした檜崎通元老師に、法話実演のご講評で「修行もしとらんもんが、こんなところで話などせんてええ、早う修行に行け!!」と一喝されてのことでした。一喝されてから二年、「仏教は、学び、理解し、記憶して、他に伝えることではなかった、学んだら黙々と行じ、自らが変わることだった」と、その一喝の意味に気付き、叱って下さった通元老師がいらっ

しやる瑞應寺に安居したのでした。そんな私に対して、老師は一切手を抜かず懇切丁寧にご指導下さったのです。病院での叱りの日々も、ご自身が世話になるからと「済まんなあ、迷惑を掛けるなあ」、有り難う、有り難うとして仕舞ったら、私はただ老師を看病するだけの存在になって仕舞います。老師が師家として毅然と振る舞われることで、場所とは病院でも〈歩歩是道場〉で、私は雲水でいられたのです。全て、通元老師の大慈悲心・老婆親切の為せる業だったのです。

通元老師が全紙に達磨面を描いていらつしやった時のことです。私は傍らで墨を擦っておりました。見事な筆の運びと迫力で、忽ち達磨さんの全貌が現れます。その手がピタリと止まり、老師は筆を小筆に持ち替えます。そして、小筆にチョンと墨を含ませると、描かれた眼の輪郭の一点を狙うかのように筆を下ろして行きます。しかし、描くと思ったところで筆が紙に着く前に上体と腕が上がり、その目玉が入っていない眼の輪郭を注視するのです。そんなこ

とを数回繰り返します。私は傍らで息を殺してその様子を見つめます。「おい、お前そこでヒョコヒョコ動くな。気が散るじやろ」そうです。私は気付かぬうちに墨を擦りながらも老師の上体の動きと同化していたのです。その時老師がおっしゃいました。「ええか、達磨さんはなあ、お悟りを開かれた方じゃけん、怖いばかりじゃいかん、慈悲心がなけりやいかん。そして、その慈悲心はこの眼で決まるんじや、慈悲心の眼が達磨さんの命じや」そうおっしゃったのです。疎まれようと、嫌われようと、ご自身がどう思われるかなどということは眼中に無かったのです。数ある道場の中で、折角瑞應寺を選んで安居して来たのだから、教えるべきは教え、伝えるべきは伝え、叱るべきことはきちんと叱る、「真実の大慈悲心で導いて下さった」心より、そう思います。

叱られてばかりだった私が、叱って下さった瑞應三十世大慈通元大方丈様大祥忌の導師という、身に余る難値難遇のご縁を賜りました。奉安されているご真影の慈悲に満

ちたご尊顔と眼を仰ぎつつ、表には不動明王のような怖さで叱り導き、そのお叱りは大慈悲心あつてこそのことだったと、改めて感じさせて頂きました。「慈悲心の眼が達磨さんの命じや」そうおっしゃった通元大方丈様の命もまた、慈悲心でしよう。慈悲心が命ならば、お体は滅しても命である慈悲心は消えません。先程、潔宗方丈様も同じように感じておられることを聞かせて頂いたのですが、ご遷化なさつてからも相変わらず導かれてるように感じています。昨晩の後堂老師のお話しの中にも同じような思いがございました。通元大方丈様のお命は大慈大悲の慈悲心です。消えようがありません。老師の慈悲心に導かれ、未だ未だ頼りない一歩であります。叱られつつこれからも一歩一歩仏道を歩んで行きたいと存じます。

お時間を下さいました瑞應

寺様、暑さの中ご静聴下さいました皆さまに、衷心より御礼を申し上げ、終わらせて頂きます。有り難うご座いました。

菜食と宗教

輪廻があるから非殺生がある

高岩寺 来馬明規

東京巢鴨とげぬき地蔵尊高岩寺住職・医師・医学博士
東北福祉大学客員教授 日本禁煙学会役員

【菜食と宗教】

今月は大乗仏教と深い関連がある「菜食」のお話をしましょう。

「菜食」の背景には、宗教・健康・経済・環境保護や動物愛護などの要素がありますが、本稿では宗教との関連について見ていきます。日常の「食」や「食材」は、健康を第一としながらも、自由を選べばよい、という私の立場から、曹洞宗に限定しない話題を限られた字数でお伝えできればと思います。

【菜食とは】

菜食は「野菜を食べること」ではなく、「動物に由来する食品を避け、野菜を中心とした食生活を実践し、時に毛皮や動物に由来する日用品をも避ける」ことをいいます。(1)



菜食の分類

中村ら『日本における菜食主義者の葛藤』(2022)より

名称	肉	鶏肉	魚貝類	乳製品	卵	根菜	果物
フルータリアン	×	×	×	×	×	×	○
ヴェーガン	×	×	×	×	×	○	○
ラクトベジタリアン	×	×	×	○	×	○	○
オヴォベジタリアン	×	×	×	×	○	○	○
ベスカタリアン	×	×	○	△	△	○	○
ポッコベジタリアン	×	○	△	△	△	○	○
フレキシタリアン	△	△	△	△	△	△○	○

○摂食可 X摂食しない △時に摂食

実際にはその許容範囲により色々な菜食があり、左の表のよう分類されています。

このほかにもグルテンフリー(小麦蛋白なし)やマクロビオティックなどの方向性があり、

インド、中国では五辛(臭みのある野菜)も忌避するなど、さなる違いがあります。私自身は厳格でない菜食「フレキシタリアン」に該当します。

【仏教と菜食】

インドでは仏教が成立するかなり前から行動規範として「非殺生(アヒンサー)」が普及していました。そして殺生を通して「肉食」を不浄として忌避する思想が、階級社会と密接につながって存在していました。

しかし仏教では「肉食」不浄ではなく、「殺生」を成仏を妨げる「悪業」として戒律の中に含めました。『スッタニパータ』第二章第二節では、くり返し「肉食することがなまぐさいのではない」と過去世のカッサパ仏(迦葉仏)が説いています。肉食の問題点を認識した上で、「肉食そのものが悪いわけではなく、背景にある殺生がよくない」という教理が見取れます。

【ジャイナ教と菜食】

この非殺生を厳格に実践しているジャイナ教は、仏教と同じ頃にインドで始まった宗教です。バラモンやカースト制度を否定し、輪廻から解脱することを目指しているところが仏教に似ていますが、そのために徹底的に非殺生

を実践し、断食を含む苦行によって悪業を消し去ることを勧めています。たとえば出家者は殺生を暗示する刃物は決して把持せず、頭髮は手で引き抜いて処理する苦行を実践します。

ジャイナ教の菜食は、上の表の「フルータリアン」に相当し、植物の生命を絶やすこと、つまり「大根やイモを土から掘る」こともしません。木から落ちてくる果実や穀物を日中に食します。日没後は虫が食事に混入しても暗くて見えない、として食事をしません。厳格な菜食は学ぶべき点が多いですが、逆に仏教の「中道」の意味について深く考えさせられる教義です。

【輪廻を信じて慈悲を実践】

「非殺生」に関してぜひ心に留めていただきたいことは、インドの非殺生や菜食の背景には「輪廻」の思想があり、目の前にいる動物の過去世は自分に縁のある人間だったかもしれないと真剣に信じられていることです。

興味深い実話があります。真言宗僧侶で、大正大学名誉教授・北條賢三先生が、インド滞在中に仕事場を飛び回る蠅を退治しようとしたところ、

蠅にだって命があるじゃないか。私たちは死ぬとなにかに生まれ

瑞應寺で修行僧に供養される菜食



変わるじゃないか。あなたの先祖や友だちが生まれ変わって蠅（エビ）になっているかもしれないよ。もしそうだとしたら、その先祖や友だちをたたいて殺しますか。つづきますか。

と、現地人の部下に殺生を厳しく咎められた話が先生の著書に載っています。(2)

輪廻を理屈のみでとらえ、眼前にある現実として認識していなかった自分を反省した、という内容です。

医師として環境衛生を心がけ、一部の動物を害虫・害獣と定義してしまう私にも、大変耳の痛い指摘です。

【大切に・でもほどほどに】

菜食は突き詰めすぎないことが大事です。行きつくところが自己否定になってしまふからです。

これは長年にわたり菜食の実践指導に取り組む、ヴィーガンの牧師の言葉です。

どんなに意識的に菜食を実践しても、結局は命をいただくのが人間であり、日常底はもろろん、宗侶の修行底でも、毛筆の毛や太鼓の皮をはじめとして、動物の要素を完全に切り離すことはできません。

在家のみなさんも、現実には病氣療養、仕事と切り離せない非菜食、食材を選びにくい生活環境などが菜食をむずかしくするでしょう。その一方で「厳格な菜食」や「非殺生」の行きすぎが「自傷行為」「自分自身の殺生」にならぬよう気をつけたいものです。私は年一回、月一回でも、各自ができる範囲で、無理なく楽しく菜食を実践できれば良いと考えています。

【まとめ】

超特急で「菜食と宗教」についておさらいしました。読者の皆様の中には、動物にかかわる様々なお仕事をされている方も少なくないと思います。かくいう私もヴィーガンではなく、殊更に肉魚を避けているわけでは

ありません。ご縁のある食材を『お仏飯』としてありがたくいただいています。さらに次の言葉が参考になればと思います。

お釈迦さまの教えに立ち戻れば、どんな料理でも区別せずに、ありがたく頂く気持ちが大切です。『無分別』という禅語が示すとおり、禅では世間一般でいう相対的なものの方から離れます。ですから、植物性・動物性という二元的な視点に固執せず、食材の命そのもののありがたさ、そして尊さをしっかりと受け止め、食事に差を付けずに感謝して頂く姿勢が大切なのです。

「食べる修行 命をいただく」

曹洞宗 SOTOZEN.NET

[https://www.sotozen-](https://www.sotozen.net/or.jp/zen/eating)

[net.or.jp/zen/eating](https://www.sotozen.net/or.jp/zen/eating)

（情感の有無で生きものに線引きをしろといわれたら、どこで線を引くにせよ、ペンではなく鉛筆で引きたい（訂正の余地を残したい）

ジョナサン・バルコム

動物学者

「消化不良の菜食談義」になりましたが、本稿をきっかけとして、菜食に関連する成書やウェブサイトをみてくだされば、大変

ありがたく思う次第です。

（おわり）

【附記】

(1) 本稿では「動物」の語を「人間以外の動物」として用いています。

(2) 「語りかけるガンジスの流れ」

北條賢三 文芸社 2009年

(3) 菜食の「勉強」として訪れる

インド菜食料理店

① ゴビンドス

江戸川区船堀駅前

ハレー・クリシュナ寺院

テレホン法話（〇八九七）四一〇〇三三

禅のたより



◆夏のご供養

八月に入りますと、当地では施食会とお盆行持があり、地元住民と帰省の方々とともに、ご先祖さまのご供養を勤めます。

施食とお盆はともに、餓鬼が登場するお経と物語で伝わりまします。餓鬼道は仏教が説く六道という、六つの迷いの世界のひとつで、食物を入手し口元へ運ぶも燃えて、食べられない世界です。

六道とは、上から天上。ここは安楽で快適な世界ですが、迷いの世界のひとつですから、仏

に併設された料理店。

北インド料理（ナン）と南インド料理（ドーサ）の両方を提供。自家製カツテージチーズ「パニール」と、残りの乳清「バターミルク」をお試しください。

② ベジハーブサーガ

台東区御徒町駅前

店主はジャイナ教徒です。

食べきれない分は持ち帰ることが推奨されています。

教では手放しに良いとは考えません。自分の環境が良いがゆえに、そうでない者への配慮が難しく、もう上は無いという有頂天が存在するので、浮かれて舞い上がっていると転落の恐れがあります。人間は、我々が住む、良い事悪い事様々起こる世界。修羅は争いが多い世界。畜生は欲望と本能の赴くままに行動する無知の世界。餓鬼は飲食が満たされない世界。地獄はあらゆる苦しみが集まった世界です。

我々は、これら六つの迷いの世界を、長いスパンでは、生まれ変わり死に変わり輪廻して、

与えられた環境からのスタートで生きていきます。短いスパンでは、刻々移り変わる自分自身の心模様と言えます。さつき会った人に褒められて有頂天になり、次に会った人に悪い事を言われカッときた。

生まれ変わりの輪廻については難しい問題ですが、心模様については、常々点検が出来ます。その瞬間は無理でも、一日の終わりにその日の出来事と、その時の感情を思い起こして反省することは大切だと思います。

六道を思う時、西洋の感覚では、悪い世界は切り離し、滅ぼしてしまえ、と、こうなりそうに思うのですが、仏教では、施食のように、お供物を持ち寄り、お坊さんが集まり、ご丁寧にご供養をする。このような伝統行事が続けられてきたことは有難いことと感じています。

瑞應寺専門僧堂 監事 阿部 信宏 師
令和六年八月一日〜十日



住友展墓

八月七日(水)、当山西側へ安置される別子銅山殉職者、流亡者慰霊碑等で金岡山主導師のもと盆供養が厳修された。



住友展墓

夏安居解制

五月に入制以来、三ヶ月。首座を中心に、辯道精進を続けた夏安居は、八月七日(水)の楞嚴会満散・土地堂念誦、八日(木)の小参・人事行札等の諸行持を勤め、無事解制となった。



楞嚴会満散



土地堂念誦



小参

佛國山瑞應寺

退董・晋山式

《日時》十月十四日 午前九時

(月・スポーツの日友引)

三十一世 村上徳存 退董式
三十二世 金岡潔宗 晋山式

八月の日鑑

- 一日 祝祷
- 二日 大施食会
- 七日 住友展墓
楞嚴会満散
土地堂念誦
- 八日 小参・人事行札
祝祷・略布薩
- 十五日 祝祷・略布薩
- 十六日 水施食
- 十八日 観音講・勉強会
- 廿一日 略布薩

九月の予定

- 一日 祝祷
- 五日 日曜参禅会
- 十八日 参玄会(七日迄)
- 廿一日 観音講・勉強会
- 廿二日 開山忌速夜
- 廿三日 開山忌正当
- 廿八日 寶篋印塔供養
- 廿九日 両祖忌速夜
- 廿九日 両祖忌正当
- 卅日 略布薩



鐘声

「発心正しからざれば万行空しく施す」 『学道用心集』
「二発菩提心を百千万発するなり」
『正法眼蔵「法華転法華」』
という道元禅師様のお示しがあります。

「発心」「発菩提心」はともに「初心」の意ですが、その初心に邪なところがないか、そして清らかな「初心」を何度か呼び起こし、如何にして道心を保つかが大切だと仰っています。
二年目の夏制中を終え、良い意味でも悪い意味でも慣れが出てくる時期ですが、求道と誓願の姿勢を日々点検し、実り多き安居の日々を送れるよう自己を見つめ直していきたいと思っています。 堂行 義晃