

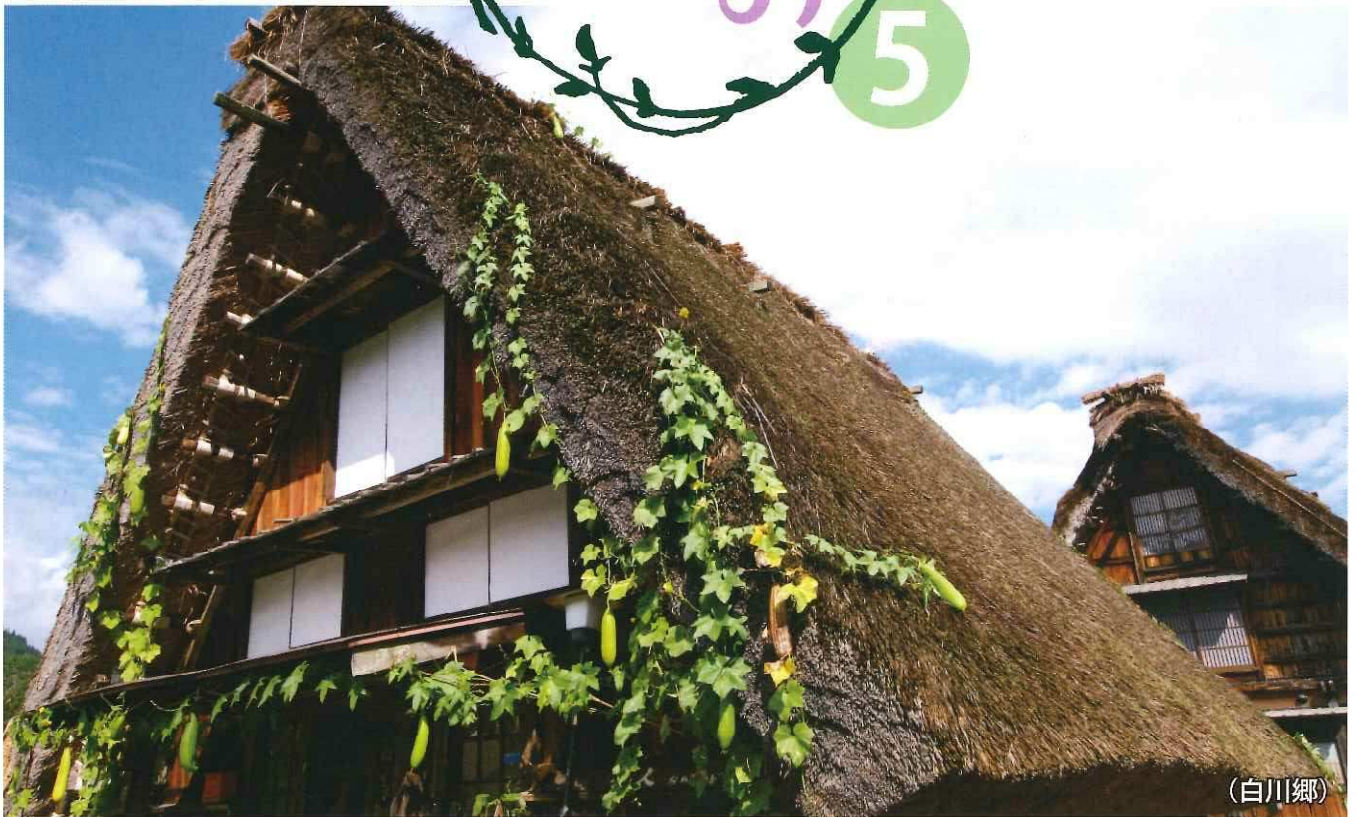
南無阿弥陀仏は  
私のいのち



平成 28 年  
5 月号

NO.  
460

〒110-0012 東京都台東区竜泉 1-20-19  
発行所 真宗 佛光寺派 西徳寺  
TEL 03-3875-3351 FAX 03-3875-6796  
http://saitokuji.tobihiro.jp/  
発行人 脇阪 義幸  
印刷 日生印刷(株) 03-6863-3263



(白川郷)

## 人間には三回の誕生日あり

最初の誕生日は「オギャー！」と産声を上げ、全ての人に祝福と愛を受けたその日である。私一人をこの世に生み出して頂くために、数知れぬ命の継承を経て、そして直近の両親を縁として仏様より賜りたる命の誕生である。「六道四生の中にうけがたき人間の生をうけ…」(御勸意)と教えられる。

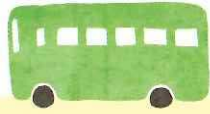
次の誕生日は、仏弟子にさせて頂くその日である。即ち「おかみそり(帰敬式)」を受け、「法名 釋○○」と「釋」の一字を頭に頂いた日である。「帰敬式」は文字通り仏法に帰依し、仏法を敬うことを誓う儀式である。この日から「自分が」「自分こそ」の世界から「ありがたい」「おかげさまで」という感謝の気持ちで日々の暮らしを送ってほしいと、仏様の願いが込められている事に気づかせて頂く私の誕生である。「あいがたき仏法にあいたてまつること、まことによるこびの中のようなこびなり」。

そして三回目の誕生日は、仏様の世界(浄土・極楽・安楽国)に生まれさせて頂く日である。娑婆の世界(此岸)を出でて、真実の世界(彼岸)に生まれる日、即ち往生の日である。人間の生を受け、仏弟子になり、最後に往生させて頂く、これすべてが阿弥陀様お一人のお働きである。

葬儀式のお勤め前に「ハッピーバースデー」の曲が流れた。誕生日に歌うお決まりの歌であるが、すごい演出だと思った。どれほどの人が、この意味が理解できたか知れないが、この時が人間最後の誕生日なのである。ある地方では、お通夜での「おとき(ふるまい)」の席に赤飯を用意し食べて頂く風習がある。赤飯は喜び事の時には欠かせない物だが、お浄土に生まれる歓びの時を一緒にお祝いし、またお浄土で俱に出遇える「俱会二処」の約束を頂いている幸せを受けてとめている大切な風習だと聞く。

(脇阪 義幸 記)





# 5ブロック主催 『本山佛光寺御正忌報恩講』 団体参拝旅行のお知らせ



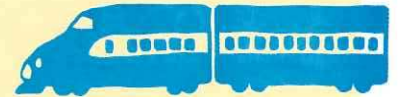
毎年11月21日～28日の8日間、京都・本山佛光寺において「御正忌報恩講」が厳修されています。しかし、近年は参拝者が大幅に激減してまいりました。その対策として平成24年度より当時の大谷内局は、全国の佛光寺派の末寺12教区を5年間に振り分け、27日(日中・大逮夜) 28日(満日中)に教区単位で団体参拝を受け入れる制度を確立されました。

この度、本山から東京教区に要請がございまして、5ブロック主催による団体参拝旅行(1泊2日)を計画致しました。**改めての募集とさせていただきます**が今からご予定をいただき、大勢の皆様と共にご本山へ参拝させていただくとともに、とうがんじ渡岸寺観音堂にある十一面観音像(国宝)の拝観や紅葉の名所を巡るなど、充実した時を過ごしたいと思っております。皆様、ふるってご参加くださいますようお願い申し上げます。

## 記

期 日・平成28年11月27日(日)～28日(月) 1泊2日

費 用・45,000円  
(昼食2回、夕食1回、朝食1回、夕食時は飲物含む)



行 程・**11月27日(日)**

東京駅出発9:00頃(新幹線)＝京都到着(バス移動)＝京都市内(昼食)  
＝本山佛光寺・御正忌報恩講団参(14:00大逮夜参拝)  
＝琵琶湖グランドホテル(泊)

**11月28日(月)**

琵琶湖グランドホテル出発＝湖東三山・西明寺＝近江母の郷(買物)  
＝長浜口イヤルホテル(昼食)＝渡岸寺観音堂・国宝十一面観音像  
＝米原駅発(新幹線)＝東京到着18:00頃

募集人員・定員40名

※お申込み受付については、改めてご案内申し上げます。

## 日誌

3月12日	定例聞法会 混声合唱団「エコー」練習	3月26日	同行会 修習式 法話 仲井 真裕
3月15日	東京教区研修会(新横浜グレイスホテル)	3月27日	中央ブロック会聞法会 (湯島天神・梅香殿 参加者29名)
3月17日～23日	春季彼岸会	3月27日・28日	宗祖忌
3月22日	春季永代経法要・本山御差向布教・ 聖徳太子奉讃会 布教使 仲井 秀明師	4月6日・7日	本山式務修習生研修 講習会(蓮井 参加)
3月25日	『唯信鈔』に聞く 講師 宗 正元師	4月7日・8日	中興忌
		4月9日～11日	木村主任 滋賀南教区八組 御差向布教 派出
		4月9日	同行会総会 法話 大谷 義博
		4月13日	イナンナの冥界下り 上演



# 親鸞さんのことば

念仏は行者のために、非行非善なり。  
わがはからいにて行ずるにあらざれば、非行という。  
わがはからいにてつくる善にもあらざれば、  
非善という。ひとえに他力にして、  
自力をはなれたるゆえに、  
行者のためには非行非善なりと云々。

『歎異抄』

松井憲一

あるお寺の伝道掲示板に、「落ち葉はどこに落ちててもいい姿。分を尽くして涅槃する」と書いてありました。落ち葉は、力の限り咲き切るから、落ちるときはどこに落ちてても、それで満足なのでしよう。ところが、わたしたちは、空き缶一つ捨てるにも、「誰か見て、いてくれないかと」缶拾う」というような、人に認められたいところがあります。だから、行を積み善いことをしようとするほどの、よい結果を期待します。そして、その結果の落ち場所が思うほどでない、努力しながら不満の生活を増幅することになります。

お念仏は、口でする小さな行為と

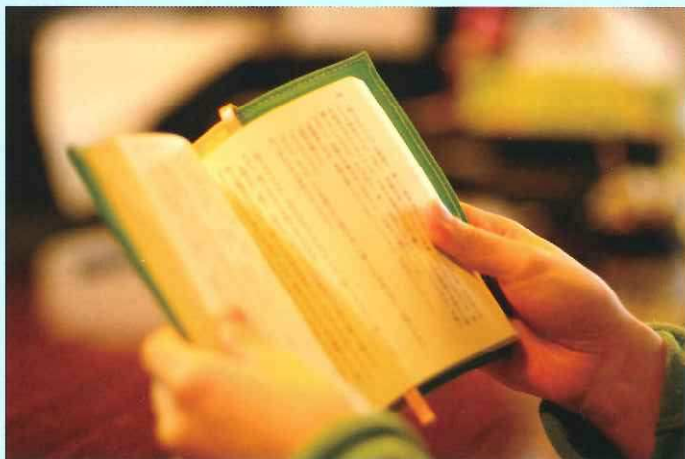
思っているのに、わたしが名を称える  
と、よい結果を期待したくなります。  
しかし、いかに期待して称名しても、  
期待したような姿は一向にあらわれ  
ません。それでも、少しはよくなつて  
いると認めたいから、家族や周囲の  
人は認めなくても、阿弥陀さまは行  
や善を積む者としてごらんくださつ  
ていると自賛したくなります。その  
ような期待ばかりをしてくすぶつて  
いる在り方を、根っこから否定して  
ひっくり返さすために、「念仏は行者  
のために、非行非善なり(念仏は、行  
ずる人にとつて、自分がする行でも  
自分がおさめる善でもありません。)  
」といわれるのです。

そして、続いて「わがはからいにて  
行ずるにあらざれば、非行という。  
わがはからいにてつくる善にもあら  
ざれば、非善という(自分の思慮で  
行なわないから、行ではないという  
のです。また自分の分別で努める善  
でもないから、善ではないというので  
す)」といわれます。「はからい」とい  
うのは計算の「計」です。お念仏は、南  
無阿弥陀仏せよという阿弥陀仏か  
らのメッセージに応答した称名であ  
るのに、その念仏に自分の「はから

い」を加えてしまうのです。念仏を  
「はからえ」ば、ころを込める念仏  
か無心の念仏か、念でいいのか多念  
すべきか、救いは生きている時か臨  
終の時かと、かえつて迷い続けること  
になります。そのような「はからい」  
は、間に合わない、無用であるとい  
うのが「わがはからいにて行ずるに  
あらざれば、非行という。わがはから  
いにてつくる善にもあらざれば、非善  
という」教えです。

それで、「ひとえに他力にして、自  
力をはなれたるゆえに、行者のため  
には非行非善なりと云々(すべては  
阿弥陀仏の本願のおはたらきであつ  
て、人間の自力をはなれているから、  
行ずる人にとつては、行でも善でも  
ないと、親鸞聖人からお聞きしまし  
た)」といわれます。自力は、自分中  
心の価値観ですべてを計り、自分と  
違うものは間違いと決めつける生活  
のことですから、自力で阿弥陀仏の  
まことに遇うことはありません。自  
力のわたしに南無阿弥陀仏が聞こ  
えるのは、ひとえに他力であるからで  
す。阿弥陀仏の他力の本願がはたら  
くお念仏だからこそ、「はからい」ば  
かりの自分であつたと、結果を期待

する自力の執着心があらわにされて、  
阿弥陀仏に南無する出遇いを賜るの  
です。  
「怨みつて ほんと疲れる 感謝  
より」なのに、恨みが絶えません。「人  
許す ことで己も 救われる」のに、  
そのように展開しません。そうなれ  
ないのは、「自力」(たのみがない  
自分をたのんでいること)であると  
鉄槌がおろされて、「ひとえに他力に  
して、自力をはなれたる」非行非善  
のお念仏が、わたしの身に響きわた  
るのです。





# 山門の言葉

## 散る桜 残る桜も 散る桜

良寛

新年度を迎えた頃、今年も満開に咲き誇った桜を見ようと、多くの人が全国各地の名所を訪れた。

寒い冬から暖かい春の訪れを知らせる桜は、見た目の美しさだけでなく、寒い冬を乗り越えて花をつける力強さをも感じさせてくれる。これが多くの人を魅了する理由ではないだろうか。

しかし、数週間もすれば花は散り青々とした葉を付け、やがて枝のみのすがたに成り変わってしまう。そうなる、桜の名所といわれる場所であつても、殆どの人が気にも掛けず通り過ぎてしまいかもしれない。

花を咲かせている時だけが誰の日にも止まることは言うまでもないが、限られた時間の中で開花するということに目を向ける人は、どれだけいるのだろうか。

そこに注目されたのが、今回頂いた良寛の歌のように思う。良寛は、桜の花が散ってしまう儂さにこそ、人を惹きつける力と美しさを持ち合わせていると感じ取られたのではないだろうか。

そこには、人の一生涯とも受け取れるような在り方を桜に見られ、また、桜は桜としての一生涯を全うしていることから、自身の生き方を問わざるを得なかったのかもしれない。

私たちは人としてこの世に生を受けると同時に、老・病・死という制約を持つ。周知の事実ではあるが、「歳は取りたくない」、「病気はしたくない」、「何歳までは生きたい」と、老・病・死にまで自分の都合を押しつけている。そのような在り方は、頂いた「生」に逆らうような姿になつてはいないだろうか。

いつ・どこで・何が起きてもおかしくない身を抱える私に、桜から、「人として生を受けた一生涯とは何か」と問われているように感ずる。

綺麗な花を咲かすでもなく、いつまでも枯れないようにでもなく、散る以外ないところに、生まれてきた意義があるのかもしれない。

限りある生をどのように生きていくのか、改めて問われるような良寛の歌である。  
(大橋 伊知郎 記)

### えこお志お礼

- 大阪市北区 光明寺 様
- 松戸市 野坂 敏明 様
- 福生市 木野村 幸彦 様
- 蓮田市 谷 久子 様
- 新潟県 横山 淑子 様
- 港区 安井 均 様
- 板橋区 木下 好江 様
- 台東区 入倉 晴治 様
- 葛飾区 加藤 護 様
- 鎌ヶ谷市 鈴木 秀夫 様
- 台東区 吉川 明子 様
- 江戸川区 谷 晋一 様
- 台東区 飯高 多嘉子 様
- 練馬区 関本 淑子 様
- 世田谷区 山瀬 一枝 様
- 練馬区 富田 昭 様

ご浄財を頂戴いたしましてありがとうございます。  
ご芳名の掲載をもってお礼とさせていただきます。

# おとくじ 婦人会だより

## 次回聞法会ご案内

日時 平成 28 年 5 月 25 日(水) 午後 1 時～ 3 時  
 場所 西徳寺 星月の間  
 法話 標語カレンダーに聞く(真宗教団連合カレンダー)  
 「陸路のあゆみ難けれど 船路の旅の易きかな」  
 最高顧問 大谷 義博・山崎 哲



## ひとこと

一年程前のこと、私は大きな目が 2 つ外を向いてますので、人のことが色々見えてしまい気になります。そして私は怒りっぽい人間なんだなと思っていました。

そんな時、人世の先輩の方から「怒っちゃ駄目だよ、貴女が怒っても相手は変わらないよ!」と助言をいただきました。

私の心をお見通しでビックリポンでした。それから 2 回程、怒りそうになる事を試されました。でもお陰様で、その時受け止め方を変えることにより怒らないで済んだのです。「なるほど、これでいいのか」と納得。

これからも心掛けていこうと思います。

(辻 佐和子)

## 山門の開閉時間が変わりました!

これまで山門の開閉時間を「夏時間」「冬時間」と季節に分けて変更しておりましたが、4月1日より一年を通して**開門は午前7時、閉門は午後5時**とさせていただきます。尚、時間外に参詣・墓参される方は、あらかじめご連絡をくだされば山門わきにある小門(通用口)をご利用いただけます。ご協力、よろしくお願い致します。





# 掲示 平成28年5月

- 14日(土) 午後1時 社交ダンス練習会  
午後3時半 混声合唱団「エコー」練習  
午後6時 同行会「現代の聖典」に聞く  
法話 木村主任
- 15日(日) 午後2時 城南ブロック会総会・聞法会  
(大井町きゅりあん)
- 19日(木) 午後1時半 『唯信鈔』に聞く  
講師 宗正元師
- 21日(土) 午後1時 社交ダンス練習会  
午後1時半 定例聞法会  
午後3時半 混声合唱団「エコー」練習
- 24日(火) 午後4時 総代会  
午後7時 仏教青年会『歎異抄』に聞く  
講師 宗正元師
- 25日(水) 午後1時 婦人会聞法会
- 28日(土) 午後6時 同行会「現代の聖典」に聞く  
法話 山崎哲
- 29日(日) 午後2時 城西ブロック会総会・聞法会  
(中野商工会館)

## 中央ブロック会聞法会

3月27日(日)文京区にあります湯島天神・梅香殿にて、中央ブロック会が開催されました。本間会長からは健康・長生きについて統計や科学的な学説をもとにお話いただきました。

脇阪住職からのご法話では「私は一体どんな病気なのかを教えてください、それが仏法です」と話され、皆さん熱心に聞き入っていました。

次回は**7月24日(日)西徳寺**で行われます。皆さんのお越しをお待ちしております。

(高橋 淳 記)



## 編集後記

4月8日～11日、本山差向布教のため、滋賀県・東近江市へ出かけました。八日市市を中心に周辺6町が新設合併して誕生したとのこと。かなり広範囲の市域で、自然豊かな山間にも佛光寺寺院が存在しており、素晴らしい景観に感動しました。

厳しい自然環境の中にありながら、「この豊かな自然から、いただいているいのちの尊さを教えられます」というご住職の言葉がとても印象的でした。

(主任 木村 記)

西徳寺ホームページアドレス：

**HP** <http://saitokuji.tobihiro.jp/>

ゆうちょ銀行お振り込み口座 00120-0-80670 名義 西徳寺

## 春季彼岸会・本山差向布教

「お陰様といただく」布教使 仲井 秀明 師



去る3月22日(火)、西徳寺本堂におきまして「春季彼岸会・本山差向布教」が勤まりました。今回ご縁をいただいた布教使は滋賀県・草津市・常教寺のご住職、仲井秀明師でありました。

ご講題に「阿弥陀仏のみなをきき 歓喜讃仰せしむれば 功德の宝を具足して 一念大利無上なり」という『浄土和讃』にある「讚阿弥陀仏偈和讃」の一首をいただき、阿弥陀仏は名(南無阿弥陀仏)によって一切衆生を救いたいという願いを発され、そのはたらきを親鸞聖人は『正信偈』に「歸命無量寿如来 南無不可思議光」という言葉で示し、それは慈悲と智慧のはたらきであり、私たちのありのままの姿を照らし出すのだと仰いました。

私たちの日頃の在り方はというと「邪見憍慢愚衆生」とあらわされ、人間の本来性を見失い、自己中心的で自分の関心事でしか生きられず(邪見)、他人との比較によっていつも自分の立場を正当化している(憍慢)。そういう我々の小ささ、心の狭さを照らし出すはたらきがお念仏のみ教えだといわれました。

歓喜讃仰とは信心歓喜ということであり、自分自身がびっくりするような喜びだといわれ、南無阿弥陀仏の功德によって大いなる利益(大利)が恵まれるのだと仰いました。親鸞聖人は「大利」という言葉に「涅槃にいたるを大利というなり」と左訓され、どのような人の人生も空過させない、本願力をあらわしています。「空しい」とは「身なし」からきており、外身は立派でも中身がないこと。どれほど豊かで便利な生活であろうとも、信心を賜らなければ私の人生は中身が空っぽだということです。

人生には楽しいこともあります、むしろ辛かったこと、悲しかったことのほうが多いと思います。苦しい出来事の中で私たちは「あんなことがあったばっかりに」という愚痴で終わるのか、それとも「あんなことがあったお陰で、私はお育てをいただいた」と頂戴するのか。ここに空しく過ぎるか否かの大きな違いがあるのだと教えていただきました。信心を賜るといことは、都合の悪いことを他へ責任転嫁してしまう私の心が翻され、私の価値観がひっくり返る(回心)ところに、私が私でよかったと、誰とも比べる必要のない世界を賜るといことであると話しくださいました。

(木村 専正 記)

※「えこお」に対してのご意見・ご感想をお寄せ下さい。(メールでも結構です)

✉ [saitokuji@ce.wakwak.com](mailto:saitokuji@ce.wakwak.com)