

生きる力

SHINGON

特集

「平穩への祈り」と実践

「私たちが実践する仏さまへの祈りと出会い」



生きる力 SHINGON

Vol. 102

真言宗智山派



摩尼珠山 宝光院 真福寺

昨年末より、新型コロナウイルス感染症が世界中で猛威をふるい、日本においても緊急事態宣言が発出され、休業要請・外出自粛等、皆さまの生活が一変したことと思います。総本山智積院をはじめ本宗各寺院でも、日々新型コロナウイルス感染症の早期終息と亡くなられた方のご冥福をお祈りしております。

本誌では毎号、智山派の一寺院を「寺院探訪」として紹介してきましたが、今号の取材時期が緊急事態宣言中であり、予定していた寺院への取材を断念いたしました。そこで今号では真言宗智山派総本山智積院の別院である真福寺を紹介いたします。



真福寺は、真言宗智山派の宗務出張所、総本山智積院の東京別院として、さまざまな業務を執り行なっているだけでなく、「愛宕のお薬師さま」として人々の信仰を集めているお寺でもあります。一階が寺務所、二階が本堂、地下一階が講堂となっています。他階には、研修室や会議室、書庫などがあります。

突然ですが、問題です。東京二十三区内で一番高い天然の山は？

そもそも山なんてあるの？

と思うかもしれませんが、

『東京まちなか「超低山」50メートル以下、都会の名山100を登る』（中村みつを著）

によると、一番高い山は、大都会のイメージの強い港区にある愛宕山だそうです。標高はなんと、二十五・七m。山頂には徳川家康公が江戸の火伏せの神として祀った愛宕神社があり、その麓に今回紹介する真福寺があります。そこは、東京オリンピック・パラリンピック組織委員会などが入る「虎ノ門ヒルズ」の南隣に位置します。

オフィスビルのような真福寺の外観は、見事に近隣のビル群に馴染んでおり、ここがお寺だと聞くと驚く方も少なくありません。真福寺は開山以降、地震や火災により再建が繰り返され、平成七年、興教大師覚鑿上人ご誕生九百年

の慶讃年に、真福寺棟八階・オフィス棟十六階建ての「真福寺・愛宕東洋ビル」として再建され今日に至ります。

縁起

真福寺は、下総国匝瑳郡谷部村（現千葉県匝瑳市）の真福寺住職であった照海上人によって、中興開山されます。照海上人と深い縁のあった青山忠成（家康公に仕え、二代将軍秀忠公の傳役（教育係）の勤めによって、天正十九年（一五九二）、江戸の鉄砲洲（現中央区湊）に草庵を築き、それまで住職をしていた真福寺の名をつけました。その後、慶長十年（一六〇五）家康公より愛宕下に一三六三坪の土地と御朱印百石を賜り、鉄砲洲より現在の地に移転します。当時甲斐国主であった浅野長政から本堂（桁行九間×梁間八間）を、長男の浅野幸長からご本尊さまを寄進されます。そのご本尊さまは「薬師瑠璃光如来」。幸長の等身大で、胎内には、浅野家相伝の弘法大師御作と伝えられる秘仏が納められています。このことから、真福寺の開山は弘法大師、照海上人を中興開山としています。開山当初から「愛宕下のお薬師さん」と親しまれ、ご縁日には門前市が開かれ賑わっていました。宝暦五年（一七五五）頃には、都内に御府内八十八ヶ所霊場が定められ、第六十七

番札所として更に多くの信仰を集めます。

新義真言宗の触頭 江戸四箇寺

真福寺は、将軍家や浅野家の援助を背景に新義真言宗の「触頭」に名を連ねました。触頭は、幕府・宗派と宗内寺院を結ぶ大事なパイプ役。幕府からの法令を伝達し、寺社奉行に届け出をする窓口でした。真福寺の他にも新義真言宗の触頭に知足院（後に根生院に変更）・円福寺・弥勒寺が任命され「江戸四箇寺」と呼ばれました。真福寺は檀家寺でも、祈祷寺でもないため、朱印地からの年貢や触頭としての手数料、将軍家や浅野家からの援助を主な経済基盤としていました。明治になり触頭の制度はなくなりましたが、今でも真福寺には檀家はなく、墓地もあります。明治三十四年（一九〇二）から智山派の宗務所として、戦前から戦後にかけては合同真言宗の宗務所として、真言宗全体の宗派行政も担ってきました。



- ①歌川広重 名所江戸百景「愛宕下敷小路」 国立国会図書館デジタルコレクション。奥に見える赤い門が真福寺の門です。
②江戸時代の真福寺境内図 国立国会図書館デジタルコレクション「江戸名所図会」
③身の丈五尺三寸五分のご本尊さま「薬師瑠璃光如来」 浅野幸長等身大の薬師如来立像を中尊とし、左脇侍に日光菩薩、右脇侍に月光菩薩という薬師三尊の形で祀られています。

- ④勝軍地蔵菩薩 天正十年（1582）本能寺の変により家康公が伊賀越えをした際、信楽の土豪多羅尾氏より献上され、無事に帰還できたことにより、家康公の信仰仏となりました。その後愛宕神社の本地仏として別当円福寺に安置されましたが、廃仏毀釈で円福寺が廃寺となり、真福寺に移されました。しかし関東大震災で焼失し、昭和九年に再建されました。
- ⑤年間行事として、花まつり、施餓鬼会、お護摩などが勤修されています。特に施餓鬼会、納め護摩には真福寺ご住職でもある能化さま（智積院化主祝下）が導師をお勤めされます。
- ⑥一般の方々に向けて、写経会・阿字観会・愛宕薬師フォーラムなどが開催されています（写真は愛宕薬師フォーラム）。詳しくは総本山智積院のホームページをご覧ください。
- ⑦倉田隆伸別院真福寺執事。真福寺ご住職でもある、智積院化主（ご住職）布施浄慧祝下の代務者として、その業務を執り仕切っています。



各国使節団の宿泊所にも

幕末には日本との通商条約締結を目的として各国使節団が来日しました。東京湾埋立て前の当時、真福寺は港に近く、江戸城に一番近い寺院であったため、安政五年（一八五八）にはオランダ・ロシア・フランスの宿泊所として利用されました。

フランスのグロ男爵は当時の様子を「真福寺の住環境は、快適とはいえない、外とは和紙でできた仕切りだけで夜は寒かった。一方で、真福寺で世話をしてくれた日本人は、極めて良い人々で、ボンジュール、ボンソワールとフランス語で挨拶するようになった」と書き残しており、使節団の人がフランス語を教えたとも記されており、あと一ヶ月長く江戸にいたら真福寺からはフランス語だけしか聞こえなくなっただろう、と述べています。

現在の真福寺

現在の真福寺は「別院真福寺」と呼称されます。これは「総本山智積院の別院」という意味です。そのため、真言宗智山派の行政を行う「宗務出張

所」、教相（經典研究等）を担う「智山伝法院」、本誌の編集や布教伝導等を担う「智山教化センター」、御詠歌「密厳流遍照講」の本部など、宗派の各機関が別院真福寺を拠点に活動しています。

また都心の一寺院として、本堂や地下講堂、会議室を使って、近隣のオフィス街で働く人をはじめ、広く一般の方々に向けて、花まつりや施餓鬼会、お護摩、阿字観、写経、やすらぎ寄席、愛宕薬師フォーラム、御詠歌、各講習会など、毎月多くの行事を開催しています。本誌裏表紙には行事のご案内もございますので、「都心のやすらぎスポット」として、どうぞお気軽にご参拝ください。

（智山教化センター所員 上村正健）



ACCESS アクセス

摩尼珠山 宝光院 真福寺

〒105-0002 東京都港区愛宕1-3-8

Tel 03-3431-1081 Fax 03-3431-0203

電車 JR新橋駅烏森口徒歩15分、地下鉄虎ノ門ヒルズ駅出口徒歩3分 虎ノ門駅1番出口徒歩8分他

今日の法語

「あるべきやうわ」 (よ)

たけしましろうき
竹島照暉

(愛知県名古屋市 萬福院)

あるべきやうわ

今般の新型コロナウイルス禍において、第一線で医療に従事されている方々には、ただただ頭の下がる思いです。自らの危険も顧みず、心無い言葉を投げかけられても、なお命を救うために尽力されている姿はまさに菩薩さまのよう。人はそれぞれに立場が違えども、それぞれにあるべき姿があり、それを全うすることが仏さまに近づく道かもしれません。

とかく我々は、他の人の行動は気になります。が、自らの行いは置き去りにしがちです。

「人は阿留辺畿夜宇和（あるべきやうわ）という七文字を持（たも）つべきなり」

（『梅尾明恵上人遺訓』より）

さて、自身の「あるべきやう」はどのような姿なのでしょう。



「平穩への祈り」と実践

— 私たちが実践する仏さまへの祈りと出会い —

昨今、自然災害や疫病の猛威はとどまるどころを知りません。私たちは平穩な日々を願い、仏さまに手を合わせ、一心に祈る。これこそが、安らかなる心を育む第一歩です。

写真／吉田住心

「天災は忘れた頃にやってくる」。

これは、戦前の物理学者寺田寅彦^{てらだ とらひこ}の有名な言葉といわれています（真偽は不明のようです）。日本は昔から自然災害の多発する国といわれてきましたが、二十一世紀を迎え、大地震の甚大なる被害、五十年に一度の勢力といわれる風雨の猛威がこの数年で多発し、水害は各地で人々のくらしに襲い掛かりました。そして新たな自然災害ともいえる、新型コロナウイルス感染症という目に見えない恐怖との闘い。しかも、いつ終息するのかは、誰にも分かりません。

このような状況に不安を感じている方も少なくないと思います。この国難ともいわれている現状に対して、各地の寺院では、犠牲者のご冥福^{えいきふ}と疫病退散^{えきびたいさん}に向けた「平穩への祈り」が捧げられています。

私たちはなぜ 祈るのでしょ

皆さんは、寺社仏閣でお祈りする際、どのようなお願いごとをしますか？ 一年無事に過ごせますように。家族皆が幸せでありますように。

に。裕福な暮らしができますように……。

祈る目的にはさまざまありますが、皆さんは他者を念頭に置いていない自己中心的な祈りに陥ってはいませんか。「自分の幸せを祈ることの何がいけないの？」と首をかしげましたか。自分の幸せを祈ることも大切なことです。さらに大切なのは、「自分一人だけが幸せになっても、周りの人たちが幸せにならなかったら、結局自分も幸せにならない」ということです。このすべてを包括した祈りこそが「平穩への祈り」へとつながっていくのです。

仏教における祈りの原点は「誓願」です。とくに菩薩（ここでは悟りを開くために修行を重ねる者の意味）が仏となるために立てる誓いのことをいいます。普賢菩薩の十大願、法蔵菩薩（阿弥陀如来）の四十八願、薬師如来は菩薩の時に十二大願を立てられました。これら誓願の中心は、自身の悟りによって、この世のすべての人々（衆生）の救済を願っていることにあります。

願わくは此の功德を以て
普く一切に及ぼし
我等と衆生と
皆共に仏道を成ぜんことを

これは『普廻向』というお経で、仏さまの功德が全ての人々に行きわたることを願って唱えられます。

新しい生活様式に向けた 葬儀や法事を営むために

諸行無常の理は、世の中がどのような状況であつたとしても等しく私たちに降りかかってきます。残念ながら災害や災難があつたからといって、復興するまで猶予してくれるようなことはありません。ですから、どのような状況で、愛する家族や友人との別れが来るのか誰も知り得ません。コロナ禍を経験した私たちは、これから新しい生活様式の下で暮らしていくようになるでしょう。ではその中でお別れ、ご供養をする時、私たちはどのようなことに気をつけなければならないのでしょうか。

メディアでも重ねて報道されている、感染を防ぐうえでの合言葉が「3密を避ける」というものです。この場合は密閉・密集・密接のことで、葬儀や法事においても同様な対応が求められています。

亡き人との最後の別れに対して、これまでとは異なる葬儀・法事を営むことに抵抗を持たれる方もいらっしゃるかもしれません。しかし、最後の別れを惜しみ、悲しみ、そして感謝の気持ちをもって亡き人を送る気持ちに勝るものではありません。ですから、自身がきうる最大の心を込め、亡き人のために祈りを捧げましょう。

新しい生活様式における 葬儀や法事に参列する際の 注意点

① 席の距離を開ける

お堂や斎場などの会場でも、密にならないようソーシャルディスタンスといわれる距離を保つて席に座る。

② 定期的な換気と衛生

会場は換気をよくし、消毒やマスクなどの対応を。

③ 經典の唱和

ご住職の声に合わせて、小さな声で唱えたり、黙読したりする。

※このような点に注意していただき、供養の祈りを捧げましょう。

葬儀や法事は、不要不急のものではなく、亡き人にとっても、家族や知人にとっても、必要不可欠なものです。新しい生活様式の中で、今後もさまざまな方法が模索されてくるかもしれません。

平穩を願って

お釈迦さまは、自分の思いどおりにはならないことから「苦」が生まれるとおっしゃいました。これを詳しく述べたのが、「四苦八苦」という教えです。仏教は、この思いどおりにならない世界をどのように生きていくのかを示した教えであるといえます。祈りや修行の実践は、それを体现する具体的な方法なのです。

弘法大師空海さま（お大師さま）が活躍された平安時代に疫病や災害がおこり、時の嵯峨天皇は頭を悩ませていました。そこでお大師さまが、世の中の安寧を願って『般若心経』

を写経するよう勧めると、嵯峨天皇は紺綾金泥の「般若心経」（正式名称は下記）を写経し、皇后さまが写経に薬師三尊の写仏をしました。これにお大師さまが五大明王への祈りを捧げると、疫病と災害が治まったといわれています。この写経は今も旧嵯峨御所大本山大覚寺の「勅封心経殿」に現存しており、六十年に一度、戊戌の年に時の天皇の許しが必要ならば拝むことができないといわれる大変貴重なもので、近年では平成三十年に公開されました。

このように、写経は古来より、世の中に平穩の祈りを捧げるために用いられてきました。現在、真言宗智山派では、写経で捧げる

「平穩への祈り」を行い、多くの方々に『般若心経』を写経していただいております。

この現状に対して不安を感じていらっしゃる方には、仏さまに祈り、仏さまと出会う「写経」の実践によって不安を軽減し、生きる力を感得していただければと思います。「写経」は、寺院で行うだけでなく、ご自宅でもできる修行です。どうぞ一度筆を執り、実践してみてはいかがでしょうか。

（智山教化センター所員／倉松隆嗣）

四苦八苦

四苦（生苦・老苦・病苦・死苦）

生まれること、老いること、病魔に襲われること、死ぬことは自分の思いどおりにはならない。

愛別離苦

愛する人と別れる苦

怨憎会苦

憎い人と会わなければならない苦

求不得苦

欲しいものが得られない苦

五蘊盛苦

自身の行為そのものが苦である

※四苦にこの四つの苦を合わせて四苦八苦といえます。

※本誌十八頁には、求不得苦の詳説がありますので、そちらもご覧ください。

嵯峨天皇宸翰 勅封般若心経【復元複製】（上）
勅封心経殿（左）

ともに写真提供／旧嵯峨御所大本山大覚寺

目次

智山寺院探訪 摩尼珠山 真福寺	2
今日の法語（竹島照暉）	5
特集 「平穩への祈り」と実践	6
お大師さまとご信仰（田村宗英）	10
教えは伝わる—真言八祖解説—（別所弘淳）	11
図解・仏教ガイド 「マンガでわかる十三仏②」（え・悟東あすか）	12
御詠歌を、聴いてみよう、見てみよう（佐藤芳典）	14
日本の四季を切り取る十七文字（星野高士）	15
総本山の便りをお知らせします	16
らせんのなかのブツダガヤ（中嶋亮順）	18
ごくらくらくご（三遊亭竜楽）	19
知っておきたい仏事 Q&A	20
読者アンケートから・おしらせ・編集後記	22
真言宗智山派出版物のご案内	23
桃山の息吹に触れる（安原成美）	24
お大師さまのご生涯 —お大師さまカルター—（川崎一洸・三船毅志）	26
僧侶と学ぶ仏像鑑賞の伊呂波（池田真真）	28
花に聞く 仏に聞く（佐々木隆元）	29
私のお大師さま ビジュアルで読む現代的性霊集 feat.Rieko（内藤理恵子）	30
ご本尊さまと出会う（小笠原隆浩・黒川広志）	31

写経で捧げる 「平穩への祈り」のご案内



▲最後に願意（願いごと）、書写日、氏名を書き入れます。

真言宗智山派では、さまざまな自然の猛威に対して、皆さまとともに安らかな日常を願い、平穩への祈りを込めた『般若心経』の写経をお願いしております。これまで写経を実践したことがない方にも手にとっていただけるよう、点線で囲んだ部分を書き写すだけでも写経を完成させることができます。筆ペンやボールペンを使用されても構いません。まずは写経で平穩への祈りを捧げてみてはいかがでしょうか。

詳しくは、菩提寺または最寄りの真言宗智山派寺院にお問い合わせください。

表紙

虹がかかる立又溪谷 一の滝 秋田県北秋田市



秋田県中央にそびえる森吉山麓の南にはマタギの里があり、その深山の立又溪谷には紅葉の名所、一の滝がある。よく晴れた秋の午後に、溪谷の駐車場から最も近いこの滝を訪れると、滝に架かる虹が人々の目を惹きつけていた。

P5

雲海の彼方に望む富士 長野県岡谷市



秋の諏訪盆地は雨上がりの翌朝にしばしば濃霧が発生する。このような時は諏訪湖の北に位置する高ボッチ山へ行くと、眼下に見事な雲海を見ることができる。秋とはいえ夜明けの時間は非常に寒いが、朝焼けに染まる雲海越しの富士山は見事だ。

「9月1日に新智積院会館がオープンいたします」

洋室や和洋室など多様なお部屋で、より快適にお過ごしいただけます（1泊朝食付 ￥8,300～ 宿泊税・消費税込／夕食別途 ￥3,300～ 消費税込）。

世間の喧騒を離れて、400年前から変わらぬ、朝のお勤めへのご参拝、僧侶による名勝庭園や長谷川等伯一門の国宝の障壁画のご案内など、非日常をぜひご体験ください。

※令和2年8月現在、令和3年2月分までのご予約を受け付けております。



和洋室 A



夕食 ￥5,500



外観

お問い合わせ

智積院会館 QR コード



宿坊 智積院会館
電話 075-541-5363

ご予約は、お電話または総本山智積院 HP から

京都 総本山智積院

〒605-0951 京都市東山区東大路七条下ル東瓦町964
TEL: 075-541-5361 FAX: 075-541-5364

第6回写真コンテスト
QRコード



応募テーマ…
「仏さまに祈る
～秋冬の智積院で出会い～」
令和2年9月1日～
令和3年2月28日

第6回智積院写真コンテスト

智積院阿字観会
毎月12日 14時より（受付13時より）
※8月と12月は8日 14時より
於 智積院金堂地下ホール
（参加灯明料五百円・要事前申込）

写経のついで

毎月21日 13時より
於 智積院金堂地下ホール
納経料 千円
真言宗智山派宗務庁
総本山智積院
合掌

『新型コロナウイルス感染症』の
お見舞い
この度の新型コロナウイルスによる感
染症に罹患された方々の快復と、感
染症の早期終息を、毎朝の護摩供法
要においてご祈念いたしております。
皆さま方の心安らかな日々が一日も
早く戻りますよう、衷心よりお祈り
申し上げます。

東京 総本山智積院別院 真福寺

〒105-0002 東京都港区愛宕1-3-8
TEL: 03-3431-1081 FAX: 03-3431-0203

愛宕薬師フォーラム（無料）
※新型コロナウイルス感染症の影響
により、開催未定です。

真福寺阿字観会

毎月第3木曜日 18時30分より
於 本堂（木戸銭千五百円）
9月17日 三遊亭
10月15日 談志一門会
11月19日 三遊亭

やすらぎ寄席

毎月第3木曜日 18時30分より
於 本堂（木戸銭千五百円）
9月17日 三遊亭
10月15日 談志一門会
11月19日 三遊亭
※8日が土日祝の際は第一金曜日
・大護摩供法要 12時より
・写経会（納経料千円） 14時より
9月8日（火）
11月6日（金）
※10月8日（木）は施餓鬼会を行います
（15時より）。

Facebook



智積院

検索

※ご案内の行事は、新型コロナウイルス感染症の影響により、延期または中止となる可能性がございます。詳細は、記載の連絡先へお問い合わせください。