平成十年十二月十六日第三種郵便物認可　第二一〇号　令和四年九月一日発行　年四回（六月・九月・十二月・三月の一日）発行

生きる力

SHINGON

特集

「生きる力」とお大師さま

～ご宝号から始まる仏さまへの祈り～

「御詠歌（ごえいか）」



生きる力 SHINGON
Vol. 110

真言宗智山派

智山寺院探訪

東京都台東区

圓明山 西藏院

御府内二十一ヵ所第十一番

文人の街として名高い東京根岸。上野寛永寺も間近のこの地に西藏院はあります。他にも東京国立博物館や東京藝術大学など、文化芸術の息吹を身近に感じることができる場であり、根岸の師匠といえば先代林家三平、俳人正岡子規の住まい子規庵と、枚挙に暇がありません。

洗練された佇まい

江戸中期に建立された山門をくぐると、それとは対照的に近代的な屋根を構えた本堂が迎えてくれました。見上げると旧華族、二条基弘筆「圓明山」の扁額が目を惹きます。ご住職廿楽義栄師に案内され、本堂内に進むと、落ち着いた佇まいの内陣に、ご本尊大日如来が祀られていました。その後ろには漆芸家、勝正弘氏の巨大な漆絵の両界曼荼羅が祀られ、シンプルながらも重厚な内陣を形作っています。四十年ほど前に建てられた本堂は、先代住職の意向で、堂内はあまり華美にせず、心の落ち着く雰囲気になるよう荘厳されているとのことで、天井からのライトが、堂内をうっすらと柔らかく照らし出します。

本堂の裏手には、都会の喧騒とは無縁の池泉式回遊庭園が広がっています。檀信徒が休憩、お斎に使われる広間に



西藏院本堂　屋根の傾斜がゆったりとしており、落ち着きのある佇まいを見せています。　写真提供／西藏院

智山寺院探訪スライドショー
掲載しきれなかった写真や見どころを動画で紹介しています

は、巨大な一枚ガラスの窓が設えられており、まるで額縁の絵画を観覧するかのように庭園を眺めることができます。「この眺めに癒されて、当山の檀家となられる方もいらっしゃいます」とのことで、洗練されたお寺の雰囲気に心惹かれる方が数多くいらっしゃることは想像に難くありません。

瑜伽能化の息吹と茶道の寺

本堂横の中門をくぐると、そこから庭園へと入り、庭をとり囲むように、茶室、書院へと続いていきます。紫雲閣と銘打った書院には、総本山智積院化主第四十七世瑜伽教如猊下（一八四七―一九二八）ご染筆の掛軸と額が飾られています。西藏院は、瑜伽能化ご隠居の寺であり、京都の智積院を下がられると、この根岸の地で晩年を過ごされました。掛け軸に書かれた文字が珍しく、雅楽や声明（仏教音楽）で用いられる五音と調子が染筆されています。瑜伽能化といえば声明の大家であり、瑜伽能化の残された論書は今でも智山派僧侶の必読書となっています。茶室は杉寿庵、表千家残月亭写しの望城亭などが設えられており、ご住職も遠州流の茶道の心得がありますので、遠州流のお家元を招いて茶事を催すこともあるそうです。四季折々の風情や茶人としてのおもてなしの心は、檀信徒への法話や仏事の解説などの際、その意図を伝える術として役立っているとのことでした。

これまでは、頻繁に茶会が催されていましたが、昨今のコロナ禍の影響で、しばらく茶会は控えており、再開が待ち望まれています。





①内陣の設えとご本尊大日如来。
②山門前から本堂を望む。江戸期から残る山門と近代建築の本堂が、特徴的な景観を生んでいます。









③庭園は秋になるとモミジが色づき、地下ホールからの眺めは、圧巻です。　写真提供／西藏院
④取材時期は青葉眩しい4月下旬。庭園のツツジが満開のなか、大楠が迎えてくれました。
⑤西藏院には、大小さまざまな茶室があり、これまで数多くの方々がお茶を楽しまれています。　写真提供／西藏院
⑥瑜伽教如猊下が晩年を過ごされた紫雲閣。床の間に掛けられているのは瑜伽猊下染筆の掛け軸。


⑦


⑧


⑨


⑩

⑦初代お行の松の根を材料として彫られた不動明王が、このお堂にご本尊として祀られています。
⑧初代お行の松。根元の一部が現存するのみですが、十分に在りし日の大きさを彷彿とさせます。
⑨西藏院には、在りし日のお行の松の巨大な絵画が掛けられていました。古くからこの根岸の人々に親しまれていたことが偲ばれます。
⑩若くして西藏院の法灯を継ぎ、護持してこられた甘楽義栄師には、先代からの意志をさらに深化させようとする強い思いを感じました。

お行（ぎょう）の松と不動尊信仰

根岸には江戸の昔から人々に親しまれてきた巨木の松がありました。それが「お行の松」です。お行は「御行」と書きますが、これは上野寛永寺の門主である輪王寺宮（宮家出身）が修行された場所の松、ということで御を付けて呼びます。『江戸名所図会』にも紹介されており、いわばこの地のシンボルツリーといえるものです。その名所図会には木のもとに不動堂も描かれており、現在は西藏院にて護持されています。

残念ながら巨大なお行の松は、樹齢約四百年という老木で、しかも日暮里の大火の影響もあり、昭和三年に枯れてしまったそうです（現在の松は四代目）。しかし、その木の根を材料として不動明王を造顕し、お行の松不動講の方々の熱心なご信仰により、毎月二十八日のご縁日法要、特には正月や節分などの護摩供法要などが営まれ、多くの方が参拝に訪れています。

ご住職の矜持として

西藏院を巡っていて感じるのは、ご住職の思いが随所に現れた境内であるということです。若くして先代を亡くされ、早世された先代の思いを引き継いだ現住職。僧侶として、心の乱れなく背筋をピンと伸ばしたような心意気を、境内の雰囲気に感じます。一時期「品格」という言葉が一世を風靡しましたが、お話をお聞きするなかで、ご住職の檀信徒に対する姿勢には品格をもって対峙していることがうかがえます。ご住職は「お寺に足を運ぶと背筋が伸びるようなよい緊張感をもって仏事に臨める。お寺にはそのような身を引き締める空間としての役割が大切です」とおっしゃっていました。それは、仏道と茶道を修めるご住職の矜持であり、西藏院はその具現化である、といえるのではないでしょうか。

（智山教化センター所員／倉松隆嗣）
撮影／小川洋）



ACCESS アクセス
圓明山 西藏院
〒110-0003 東京都台東区根岸3丁目12-38
車：首都高速1号線入谷ICから約5分
電車：JR山手線鶯谷駅から徒歩約10分

今日の法語
「世界平和」

山瀬 珠香（やませ じゅこう）
（北海道登別市　瀧泉寺（りゅうせんじ））

世界平和

戦争への不安、頻発する地域紛争。
争いのない平和な世界を作るため、
私たちに何ができるのか。

この世の「世界」で苦しむ
生きとし生ける衆生のために。
あの世の「世界」の方々のために。

「祈り」は人間の自然本性。
〝祈ることしかできない〟のではなく
〝祈ることこそできる〟のが人間。

一人ひとりの祈りが
三世十方に届きますように。





「生きる力」とお大師さま

－ご宝号から始まる仏さまへの祈り－

「御詠歌（ごえいか）」

ある時、母親を亡くした働き盛りの檀家さんから尋ねられました。

檀家――住職、毎朝仏壇で線香をあげているのですが、何かお唱えをしたいと思っています。朝は何かと忙しいので、すぐに唱えられるものはありませんか？

私――ありますよ。南無大師遍照金剛（なむだいしへんじょうこんごう）と三回唱えて、お母さんの冥福を祈り、行ってきますとあいさつしてから行かれるといいですよ。きっとあなたの「祈り」がお母さんに通じ護ってくださいますよ。この経本（『智山勤行式』）に書いてありますからお持ちなさい。

檀家――ありがとうございます。それなら、忙しい朝でもできそうな気がします。

「南無大師遍照金剛
南無大師遍照金剛
南無大師遍照金剛」

「南無大師遍照金剛」とは、弘法大師空海さま（お大師さま）の「ご宝号（ほうごう）」です。コロナ禍以前には、御詠歌の稽古やお彼岸法要、お盆法要、施餓鬼法要など、寺院行事の際には僧侶と共に御詠歌講員（各寺院で御詠歌を学ぶ方々）や檀信徒の方々がお唱えするご宝号の声が本堂や境内に響きわたっておりました。今となってはあの日常がありがたく感じます。

わたしたちは、思いどおりにならない日々

を過ごし、悩み、苦しみながら生きています。コロナ禍によりここ数年は人と人との接触が制限され、ややもすれば断絶されてしまい、何ともいい表しがたい孤独感を感じている方が多いように感じます。またコロナ禍以外でも戦争など人々の心は苦しみ、心の歯車がずれてしまうようなショッキングな出来事がたくさん起きています。

そんな中、大切なものは〝祈る〟ということかもしれません。父母の幸せを祈り、子供や孫の無事を祈り、友の安寧を祈る。そして世界の平和を祈る。

ある書物で読んだ中に、ひとりの僧侶の〝祈り〟に対する次のような言葉がありました。「祈ったからといって、必ずしも争いが終わるわけではない。けれども、祈ることをやめたらもっと恐ろしい事態になる」と。これは戦争のことだけでなく、日常の中でも通じる言葉です。御詠歌の歌詞はその〝祈り〟の連続なのです。

み仏に祈り、お大師さまに祈り、愛する人の無事を祈る。〝祈ること〟を忘れてはいけないのです。

「御詠歌」とは……

真言宗智山派で唱える御詠歌は、「密厳流（みつごんりゅう）」といいます。御詠歌は心の安らぎを得られる旋律でできており、御詠歌の先生から「御詠歌は子守唄である」と教えていただいたことがあります。幼きころに父母の背中におぶさり、胸に抱かれ優しい旋律で歌ってくれた子守唄の音律と似ている曲が多いのです。

御詠歌は、五七五七七の和歌の形式である「詠歌」と七五調の「和讃」といわれるもので構成されています。これを総称して「御詠歌」といいます。その歌詞を決められた旋律（音階）で唱える「仏教音楽」で、特に巡礼・遍路やご供養、寺院行事などでお唱えします。さまざまな願いを胸に、すがる思いで巡礼・遍路をされる方は少なくありません。各札所でお経と御詠歌を唱え祈り、御朱印をいただきます。その祈りや願いが必ず届きますようにと合掌する姿は美しいものです。

また御詠歌は、お通夜や葬儀の際にもお唱えすることがあります。故人の冥福を祈る歌詞や、悲しみを癒してくれる旋律で、亡くなられた方の供養と合わせ、参列された方の心も癒す力があるのです。

寺院には皆で御詠歌を唱える「御詠歌講」があるところもあり、日々仏さまのみ教えを歌詞から学び、心の安らぎを得て、同じ思いで学ぶ仲間ができます。また、腹式呼吸でお唱えすることから、心身の鍛錬にもなります。声がよい、上手いということを第一に求めるのではなく、お唱えに〝祈り〟を込める「信心」を大切にします。すなわち「生きる力」を育むことができるのが御詠歌であるともいえるでしょう。



遍路で御詠歌をお唱えする様子

令和五年は、宗祖弘法大師空海さまがご誕生されてから千二百五十年を迎える慶祝年です。そのお大師さまご誕生の様子をあらわした「弘法大師誕生和讃（こうぼうだいしたんじょうわさん）」という御詠歌の曲があるので、曲の歌詞の一部と意味を紹介します。

「弘法大師誕生和讃」

作詞　江連政雄

帰命頂礼遍照尊

通釈「お大師さまに心から帰依いたします」

一、宝亀の五年みなづきの　中の五日の朝ぼらけ
み空に瑞気たなびきて　生まれましけり真魚の君

通釈「宝亀五年（七七四）六月十五日早朝、誕生を祝うように空はめでたい雲がたなびき、幼名を真魚と名づけられた、お大師さまがお生まれになった」

二、玉藻よしちょう讃岐なる　多度津が浜の佐伯氏
館に光明かがやきて　生まれましけり貴もの

通釈「玉藻よしといわれる讃岐の国、多度津の屏風ヶ浦で、佐伯の直田公を父として、光明が輝くかのように生まれ、貴ものとよばれた」

三、玉依御前のふところに　聖の入らせ給いける
去年のみ夢は現にて　人の姿にみ仏の
生まれましけん畏さよ　祝いまつらん南無大師

通釈「母玉依姫が見られた、尊い僧が懐に入られたという夢は正夢となった。み仏が人の姿をしてお生まれになったことはなんと尊いことなんだろう。さあ、皆でお大師さまのご誕生をともに祝おう」

「木揚」真言なる　法を弘めて　諸人を
救いまさんと　生まれましけり
南無遍照尊　南無遍照尊

通釈「お大師さまは、真言宗の教えを弘め、すべての人々を救おうとして、お生まれになった。お大師さまに心から帰依いたします」

（密厳流詠歌和讃　解説書より）

ご誕生千二百五十年をきっかけに御詠歌を

令和五年は宗祖弘法大師ご誕生千二百五十年を祝し、全国の御詠歌講員が集い、日頃の研鑽の成果を発表する奉詠大会が総本山智積院において開催されます。その総本山智積院では季節ごとに四季折々の花や紅葉が見られ、特に紅葉の素晴らしさは、総本山智積院ホームページ内の「智積院の四季ページ」でもご覧いただけます。写真も素晴らしいですが、京都に足を運び皆さんの目で実際に総本山智積院の紅葉をご覧いただくと心の垢を落とすことができるかもしれません。



稚児大師（お大師さま幼少のお姿）
智積院



智積院の紅葉（第7回智積院写真コンテスト特別賞）

この勝縁に総本山智積院にご参拝され、新しくなった宿坊智積院会館へご宿泊いただき御詠歌のありがたい旋律を実際にお聞きください。そして、共に御詠歌の深遠なる功徳に浴していただくとともに、お大師さまのご宝号「南無大師遍照金剛」をお唱えし、「生きる力」を体感してください。

密厳流遍照講副詠監
真言宗智山派教化委員
埼玉県川口市　龍泉寺住職　直林一敏

御詠歌を始めたい方は、密厳流遍照講事務局までお尋ねください。

【密厳流遍照講事務局】
〒一〇五－〇〇〇二
東京都港区愛宕一－三－八　別院真福寺内
（電話）〇三－三四三一－〇二八〇

Vol.110 生きる力 SHINGON
仏さまに祈り 仏さまと出会う

目 次

智山寺院探訪 圓明山西藏院……2
今日の法語（山瀬珠香）……5
特集 「生きる力」とお大師さま……6
お大師さまとご信仰（田村宗英）……10
梵字よもやま話（小峰智行）……11
図解・仏教ガイド
「マンガでわかる十三仏㉘」（漫画・悟東あすか）……12
御詠歌を、聴いてみよう、見てみよう（平川真海）……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
ニンゲンのつくり方（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
各種行事案内／真言宗智山派出版物のご案内……23
僧侶と学ぶ仏像鑑賞の伊呂波（池田英真）……24
十巻章ー真言宗の教えを紐解くー（駒井信勝）……26
「ウェルビーイング」心豊かに生きる（渡邊淳司）……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
十善戒と生きる力（佐竹隆信）……31

宗祖弘法大師ご誕生1250年記念
慶讃法要のご案内

来る令和五年に、宗祖弘法大師ご誕生千二百五十年の正当年をお迎えするにあたり、総本山智積院では報恩謝徳のために、慶讃事業の一環として記念法要を勤修いたしますので、皆さまのご参拝をお待ちいたしております。

【前期法要】
令和四年
十月五日(水)　十時～
庭儀付きご誕生記念慶讃法要（開白法要）
十月六日(木)～九日(日)　十時～ご誕生記念慶讃法要
十月二十三日(日)～二十七日(木)　十時～ご誕生記念慶讃法要

【後期法要】
令和五年
四月二十七日(木)　十三時～
総本山善通寺弘法大師御誕生千二百五十年記念大法会
於、香川県善通寺市 総本山善通寺
五月十六日(火)　十時～　二箇法要付大般若会
五月十七日(水)　十時～　百味供付二箇法要
五月十八日(木)　十時～　大曼荼羅供
六月十五日(木)　十時～　青葉まつり（結願法要）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、金堂へのご案内ができない場合がございます。
※宿坊智積院会館への宿泊につきましては、二十三ページをご参照ください。

表紙

銀杏の黄葉
長野県



樹齢300年の銀杏が、今年も鮮やかに黄葉する。この胴吹きの葉は、この巨木に必要なエネルギーが上に茂る葉だけでは足りずに、緊急措置として幹に葉を出し光合成を補おうとした証である。たった1枚の葉だが生命力に溢れた寸景である。

P5

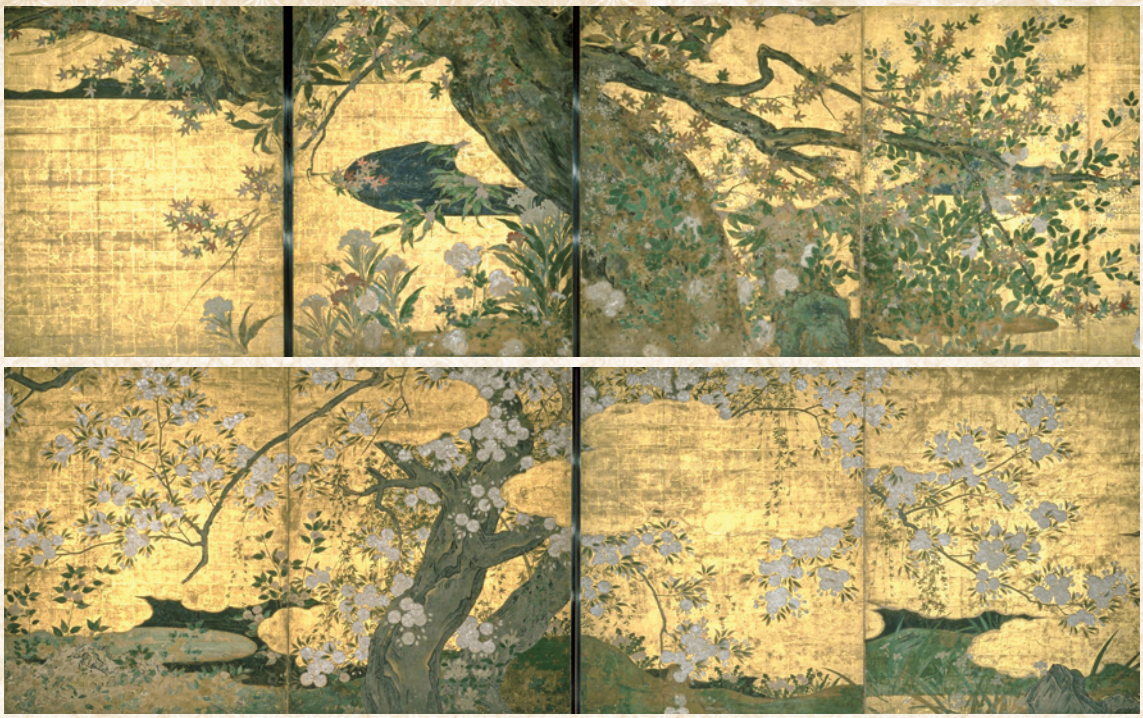
ススキと富士山
長野県



風渉るススキ原の彼方にそびえる富士と、南アルプスなどの山並み。風に身を託し、穂がまたひとつまたひとつと旅立つ。着地する場所を自ら選ぶことは叶わない。与えられた条件で生き延び、次の世代に生命を繋いで行く。金風の中で静かな営みが繰り返される。

撮影・解説／岡田光司

「智積院の名宝」展



春は桜、秋は楓、秋草。四季を彩る美の競演は、日本美術の永遠不滅のテーマです。京都・東山の総本山智積院には、狩野永徳と並び称される桃山時代の巨匠・長谷川等伯（1539－1610）率いる一門によって、豊臣秀吉の子、鶴松の菩提寺祥雲寺に描かれた金碧障壁画群が大切に守られてきました。今回は総本山智積院の名宝を一堂に集め展示するとともに、誰もが知る「桜図」「楓図」「松に秋草図」が寺外で初めて揃って公開される貴重な機会となります。普段とは違う、和のモダンを基調とした空間で国宝障壁画をお楽しみください。

サントリー美術館にて開催

2022年11月30日（水）～2023年1月22日（日）

交通機関（六本木・東京ミッドタウンまで）

◉都営地下鉄大江戸線・東京メトロ日比谷線
「六本木駅」より直結

◉東京メトロ千代田線「乃木坂駅」より
徒歩約3分

◉都営バス（渋谷発）都01
「六本木駅前」下車徒歩約2分

サントリー美術館
〒107-8643　東京都港区赤坂9-7-4
東京ミッドタウン ガレリア3階

12月17日（土）・1月14日（土）
10:00～17:00
御朱印会を開催予定
変更がある可能性がありますので、詳細は
サントリー美術館HPをご覧ください。

お問い合わせ：真言宗智山派宗務庁
教化部展示収蔵課
Tel：075-541-5361
mail：chishakuin-shuzoko@chisan-ha.org

平成十年十二月十六日第三種郵便物認可「生きる力SHINGON」第一一〇号　令和四年九月一日発行　年四回（六月・九月・十二月・三月の一日）発行　定価一〇〇円（税込）
発行人／芙蓉良英　編集／智山教化センター　発行所／〒605-0951 京都市東山区東大路七条下ル東瓦町九六四　総本山智積院内　真言宗智山派宗務庁