

生きる力

SHINGON

特集 「生きる力」とお大師さま
—お大師さまの教えと実践—



生きる力 SHINGON

Vol. 108



日乗山真照寺

福島県田村郡三春町

にち じょう さん しん しょう じ

福島八十八ヶ所霊場第三十二番札所

城下町三春へ

福島県のちょうど中ほどに位置する三春町。三春と聞けば開花時には全国から二十万人程が訪れる日本三大桜の一つ「三春滝桜」を思い浮かべる方が多いでしょうか。滝桜近くにある「さくらの公園」の二千三百本の桜も壮観ですし、滝桜に次ぐ樹齢を誇る大桜、空と桜の対比が美しい平堂壇の桜も写真に映える名木です。歴史が好きの方にはよく知られる続日本百名城にも選ばれた三春城跡、伊達政宗の正室愛姫もこの地で生まれました。竹久夢二が魅せられ作品の題材にした三春の盆踊り、その盆唄（三春甚句）にも唄われた元の庚申坂遊郭。旧藩時代の街道を現代に伝える、桜と歴史と文化で形成された城下町、それが三春町です。城下町として栄えた町内は、現代でも当時の町名や橋の名前などの石柱が立てられ案内されています。名馬の誉れ高い三春駒の「せり場」を示す石柱の先に、今回訪れた真照寺の立派な薬医門を見ることが出来ます。門をくぐると正面には桁行九間、寄棟造りの豪壮な本堂が、秋の彩に抱かれるように控えています。

安東氏、秋田氏の代々のご祈願所として

陸奥三春藩を江戸時代前期から明治維新まで治めた秋田氏は、安部員任の後裔を称して鎌倉時代に津軽十三湊（現在の青森県五所川原市）を拠



本堂は元禄 11 年（1698）建立。昭和 57 年に大改修を行い、当時の偉容をそのままに伝えています。
本堂の裏には藩主好みの回遊式庭園（平成 28 年改修）が整備され、四季の草花を映します。



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



持国天



増長天



帝釈天



広目天



毘沙門天(多聞天)



④ 安東氏、秋田氏が篤く帰依した尊像。現在は福德富貴の毘沙門天として地域の信仰を集めています。毘沙門天の台座裏に「大仏師法橋甚左衛門」の墨書があります。江戸時代初期の京仏師と考えられています。

⑤ 毎年多くの参拝者を魅了する方丈庭園のライトアップ。夜に映し出される燦爛たる紅葉は日中とは違った姿を見せます。

⑥ 真照寺第十六世山岸英男僧正
祖師先徳に報恩の真心を捧げ、参拝者のため日々山容整備に尽力されています。



午後五時、境内のライトアップが始まります。すでに方丈庭園には点灯を待っている方が大勢います。この日は風もないため池の水面は風いでおり、点灯と同時に逆さ紅葉が現れ、その幻想的な風景に吸い込まれそうになります。参拝の方々も思い通りに池の周りを巡り写真を撮ったり、佇んだりしています。どうしてこの庭園にこんなにも心を奪われるのでしょうか。ご住職の案内をいただくうちにその理由がわかってきました。お寺にとって掃除というのは基本にして大変な修行の

もてなしの心

堂裏の方丈庭園、水面に映る紅葉の木々はまさに絶勝という他にありません。紅葉の時期はまちづくり公社によるライトアップがなされ、夕方から多くの人が訪れますが、日中も池の周りを散策する方が絶えません。



ACCESS アクセス

日乗山真照寺

〒963-7754 福島県田村郡三春町新町258
車：東北横断自動車道 船引三春ICより約10分
電車：JR磐越東線三春駅からタクシーで約5分

(智山教化センター所員/島玄隆
撮影/清水健)

皆さんが本号を手にするころ、三春にも春の便りが届くことでしょう。真照寺では枝垂れ桜はもちろんのこと、方丈庭園ではたくさんのお参りください。

一つですが、境内を見ればご住職がどれだけ心を配られているかがわかります。池の落ち葉に至ってはご住職自ら網をもって池へ。それでも毎年楽しみにされている方がいて、水面に浮かぶ逆さ紅葉が見られた時は疲れも吹き飛ばすのだそうです。取材中も拝観の方がご住職に声をかけていきますー楽しみにして、来てよかったです。

悠々

今日の法語

「悠々」
ゆうゆう

きくち えいし
菊地 英梓
(岩手県一関市醫王寺)

冬を乗り越え、草花は芽生えの季節を迎えています。しかし冬の間、暖かい太陽の光もなく暗く厳しい寒さだけだったら、春に花は咲くでしょうか。お大師さまは、

「冬天に暖景無くんば則ち梅麦何を以てか華を生ぜん」(『性霊集』)

と仰いました。私たち人間も、常に厳しく気を張っているだけでは行き詰まってしまいます。ひたむきな努力や物事を突き詰めることはとても立派なことですが、たまには肩の力を抜き、悠々と心穏やかに過ごしてみませんか。





総本山智積院のお大師さまの御影。3月21日にお大師さまのご入定を偲ぶ正御影供法要で祀られます。お大師さまのお姿は凜とされた威厳を示されながらも、私たちを見守ってくださっているような温かさを感じます。

「生きる力」とお大師さま —お大師さまの教えと実践—

私たちのお大師さま

真言宗を開かれた弘法大師空海さま。その事績と魅力的な人格は、一千二百年の長きにわたり、全国各地の説話や地域的な伝承にまで広がり、語り継がれてきました。命をかけて唐に渡り密教を学び伝えた行動力と情熱、詩文や書に表れる卓越した才能への賞賛は枚挙にいとまがありません。そのような偉大な宗祖を、ときに私たちは敬慕の思いを込めて「お大師さま」とよびます。

お大師さまという言葉の響きには、いつも親しみが感じられます。四国八十八ヶ所霊場のお遍路さんが「同行二人」の信仰をもって歩かれるように、お大師さまは常に身近にいて、私たちを見守り、ときには不思議な力を与えてくださる仏さまのような存在となっているように感じます。そのように私たちは、知ると知らざると、迷いや苦しみから救ってくださる仏さまのイメージを重ねながら、お大師さまに祈り、ご宝号をお唱えしているのです。「南無大師遍照金剛」と。

ご宝号 「南無大師遍照金剛」

「遍照金剛」とは本来、大日如来の別号であり、その徳性を表しています。遍照とは、大日如来の光明が内外・昼夜を区別することな

く、あらゆる場所にいきわたって暗闇を除くことを意味します。金剛とは、決して壊れたり砕かれたりすることのない強固なものを意味し、転じて最高かつ神聖な存在を表す言葉です。

お大師さまは、唐の恵果阿闍梨を訪ね、灌頂という儀式をとおして密教の奥儀を授かりました。その儀式の中で大日如来と縁を結び遍照金剛という名が与えられたのです。恵果阿闍梨は、密教のすべてをお大師さまに託され、次のような言葉を伝えられました。

「早く郷国に帰り、密教を国家に奉り、

天下に流布して、蒼生の福を増せ」

この言葉を胸に刻み、帰国したお大師さまは、遍照金剛の名のとおり、あらゆる場所において、悩み苦しむ人々を救い導き、蒼生の福、すなわち人々の幸福のために真言密教を弘められたのです。



総本山智積院金堂の大日如来のお姿。

大日如来は曼荼羅の中心尊としてあらゆる仏さまの根本仏とされ、その光明はあらゆる所を照らし暗闇を除きます。

さて、このご宝号の最初にお唱えする「南無」は梵語「ナマス (namas)」の音写であり、帰依することを意味し、お大師さまの教えにしたがい、安らかなる心を得ることをいいます。では、現代に生きる私たちは、お大師さまの教えをどのように受け止め、日々に実践していくべきでしょうか。

三密加持の実践

大乘仏教の実践の理念は、自利と利他。すなわち、自らが人生の迷いや苦しみから解脱し仏さまとなって、他者を救い導くことにあります。

お大師さまはそのための一つの教えとして、父母より生まれたこの身のままに仏さまとなる、即身成仏を説かれます。この即身成仏を可能とするのが三密加持の実践です。三密とは仏さまの身体的な行い（身密）、言葉（口密）、心のあり方（意密）です。お大師さまは「手に印契を結び、口に真言を唱え、心を三摩地に住すること、三密相応して加持されるために速疾に成仏することができ」と仰られます。

手に結ぶ印契は、仏さまの徳性やお誓いを標示するために手指で結ぶサインです。いくつもの印契は、そ

れぞれに意味があり、その本質を理解するためには師から直接教わる必要があります。その印契の一つである金剛合掌は、両掌を合わせて五指を交差するかたちをとります。左右の掌がそれぞれ衆生と仏さまを表すとされることから、私たちと仏さまが本来一つであることを意味します。

印契を結びながら口に唱える真言は、仏さまが語られる真実の言葉という意味から「真言」とよばれ、仏さまの徳性を称える言葉でもあり、真言を構成する一文字一文字に限りない教えや意義が含まれているといわれます。真言を唱えるときは、自然に仏さまや、その徳を心に念じてお唱えしています。

そのように仏さまを一心に念じているときに、心が三摩地に住している状態です。三摩地とは、心が一点に深く集中することを意味し、一心に仏さまを思うことによって、心は動乱することなく、不安や怖れを離れた静かな状態となります。日々に仏壇のご本尊さまに手を合わせ、ご先祖さまや家族の安寧を祈るときも、心は三摩地に住しているはず。このように私たちの身口意の三密を、仏さまの三密に重ね合わせるのが三密相応ということです。そのときに仏さまの不可思議な力を受け止められます。このことを加持といいます。

お大師さまは「太陽のようにまばゆい仏さ



お仏壇のおつとめも、仏さまと心が一つになる一時です。仏さまの加持力によって、心の迷いも晴れていきます。

まのお姿が、私たちの心に現れることを、^ス加^スといい、人々が自らの心にしっかりと仏さまの存在を感じることを、^ス持^スという」と味わい深い言葉をもって表現されます。そしてこの言葉の意味をよく理解して、三密加持を実践すれば、速やかに仏となることができます。

お大師さまが教えてくださる即身成仏の境地とは、この三密加持の実践をとおして、仏さまともにあるという確信をもって安らかなる心を得ることにあるように思います。そして自らが仏の境地に達したならば、今度は

迷える人々に寄り添い、ともに歩むことの大切さをお大師さまは教えてくださっています。菩提寺や総本山智積院で行われているさまざまな行事や活動——智山勤行式、御詠歌の唱和、写経（写仏）、団参（巡礼・遍路、結縁灌頂（発心式）、阿字観、青少幼年教化（寺子屋活動など）——に参加されるときや、仏さまに祈るとき、まずはそつと手を合わせ、身体と言葉と心の三密を調えることを意識してみてください。必ずや静かな安らぎを感じることができるようです。

現代の生きる力 二而不二の世界観

このような三密加持によって即身成仏できるといふ教えの中に一貫した考え方があります。それは二而不二ということ。異なる二つの存在は、そのままでありながら、その本質は同一であり、平等であるという教えです。

お大師さまが唐から伝えた、仏さまの悟りの世界を視覚的に描写した金剛界曼荼羅と胎藏曼荼羅も両部不二といわれ、それぞれが異なつて現れている世界は、そのままに平等一体であると説かれます。曼荼羅の多くの仏さまも、それぞれの個性をそのままに、中央の大日如来と平等不二です。そして、三密加持された私たちと仏さまもまた平等不二である

のです。

このようなお大師さまの教えは、異なる価値観や文化が交錯し、人種や性別など、多様性が認められる社会の実現が目指される現代において、さらに輝きを増しています。両部曼荼羅に表現されるように、繋がり合う世界のなかで、私たちは仏さまに加持された安ら



左：金剛界曼荼羅 右：胎藏曼荼羅 智積院蔵

金剛界曼荼羅と胎藏曼荼羅は、それぞれに仏さまの悟りの世界を表現しています。画かれる仏さまは相互に加持し合い、それぞれが平等不二であることを表しています。

目次

智山寺院探訪 日乗山真照寺	2
今日の法語（菊地英梓）	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②」（漫画・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
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
真言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
お大師さまのご生涯	
一 お大師さまカルター（川崎一洸・三船毅志）	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
ご本尊さまと出会う（小笠原隆浩）	31

かなる心をもって、一人ひとりの命に向き合
いながら、その考え方や違いを認め合いなが
ら、ともに生かし合うことが大切であり、そ
こに現代の生きる力が見えてくるように思い
ます。お大師さまの教えを味わいながら、と
もにご宝号をお唱えしましょう。

「南無大師遍照金剛」

（智山教化センター所員／伊藤尚徳）



弘法大師 空海
ご誕生 1250年

令和5年(2023年)

弘法大師空海ご誕生 1250 年ロゴマーク

表紙

あじがさわ
鱒ヶ沢町
青森県



鱒ヶ沢の菜の花畑は連作障害を避けるために、毎年違う場所に作付けされているので、毎年異なる風景を見ることができるのだが、裏を返せばバックの岩木山が綺麗に見えるとは限らない。この年は数年越しでやっと撮影することができた。

P5

吉野山千本桜
奈良県



吉野山の桜は一目千本ともいわれ、見渡す限りの桜に圧倒される。これでもほんの一部で、山の麓の下千本から咲き始め、中千本、上千本、奥千本と咲いていく。雨の翌日、霧に包まれた千本桜も絵になるが、青空に映える桜もまた美しい。

撮影・解説／縄手英樹

平成十年十二月十六日第三種郵便物認可「生きる力S.E.S.のON」第一〇八号 令和四年三月一日発行 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

智積院会館のご案内

洋室や和洋室など多様なお部屋で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)。



和室A



和洋室A

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。



夕食 ¥5,500

※令和4年3月現在、令和4年9月分までのご予約を受け付けております。



お問い合わせ

宿坊 智積院会館 HP

宿坊 智積院会館
電話 075-541-5363

ご予約は、お電話または智積院会館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



要事前申込定員15名

(参加灯明料五百円・

於 智積院講堂

※8月と12月は8日

(受付13時30分より)

午後の部 14時より

(受付10時30分より)

午前の部 11時より

毎月12日

智積院阿字観会
あじかんえ

(納経料千円・要事前申込定員50名)

於 智積院会館大広間

毎月21日 13時より

写経のつどい
しきぎのつどい

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

5月24日(火)

4月26日(火)

3月22日(火)

於 本堂(無料・要事前申込 定員10名)

※夜の部は当面の間中止にします。

昼の部15時より

真福寺阿字観会
あじかんえ

5月19日

4月21日

3月17日

於 本堂(木戸銭千五百円)

毎月第3木曜日 18時30分より

やすらぎ寄席

5月6日(金)

※花まつり灌仏会法要

4月8日(金)

3月8日(火)

・写経会(納経料千円)

12時より

14時より

愛宕薬師ご縁日(毎月8日)

Instagram



総本山智積院



宿坊智積院会館

Facebook



総本山智積院

※ご案内の行事は、新型コロナウイルス感染症の影響などにより、延期または中止となる可能性があります。参加を希望する際は、必ず、記載の連絡先へお問い合わせください。