

生きる力

SHINGON

特集

「生きる力」とお大師さま
お大師さまと歩むことから始まる、
仏さまとの出会い
——智山勤行式・十善戒・お仏壇——



生きる力 SHINGON

Vol. 115



茨城県久慈郡大子町

わしのすさん

鷺栖山

法光院 性徳寺

奥久慈大子七福神霊場 第八番

常陸国三十三観音霊場 第二十八番

茨城県の最北西部、久慈郡大子町。町の中心を悠々と流れる久慈川は、茨城県と福島県の県境にそびえる八溝山の麓を源流に、日本有数の鮎の釣場として知られる清流です。日本三大名瀑に名を連ねる名勝袋田の滝は、別名「四度の滝」ともいわれます。西行法師が、「この滝は四季に一度ずつ来て見なければ真の風趣は味わえない」と称えたことが由来ともされます。また、袋田温泉をはじめ、大子、月居といった県内随一の温泉郷は、多くの文人墨客を迎えてきました。

大子は古代から久慈川と支流の水利に恵まれ、縄文時代、奈良・平安時代の遺跡が多く確認されています。江戸時代に入ると、水戸藩の領有するところとなり、政治・経済・物流の中心地として栄えます。現在の大子町は昭和三十年に一町八ヶ村が合併して誕生しました。当時四万三千余人の人口は今、一万五千人と減少しましたが、歴史、文化、そして雄大な自然環境を生かし、観光入込客数は年間一〇〇万人を超えます。

本日訪れる性徳寺はまぼろしの霊場といわれる、常陸国三十三観音霊場の一つを継承しているお寺です。袋田の滝から二十分ほどで、小高い鷺栖山にある性徳寺に到着しました。



性徳寺山門。四脚門。柱と柱を頭貫で結び、斗拱を組んだ本格的なもの。



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

幾多の苦難を越えて

石段下から山門を仰ぎ進みます。山門をくぐるとさらに石段が続きますが、駐車場から石段を上らずに本堂まで進むこともできます。登り切つてふと振り返ると青空に南山の緑がよく映えます。本堂は間口九間の一文字葺き。三間四方の観音堂は唐破風を具えています。三尺藤や枝垂れ桜など、樹木の手入れも行き届いた境内です。

性徳寺のご本尊さまは金剛界大日如来、室町時代の延徳二年（二四九〇）十月十四日、宥貴法印によつて開山されますが、その詳細は伝わっていません。大子の地は白河結城氏や佐竹氏の勢力の狭間で攻防が繰り返されたこと、また江戸時代に至つては、二代水戸藩主徳川光圀の寺社整理、九代藩主斉昭と藤田東湖・会沢正志斎などの学者の意見が主流となり廃仏毀釈が藩内で展開されます。また、幕末の元治元年（一八六四）、天狗党が当時の大子村に入り、諸生派と交戦の舞台となります。このような苦難の歴史のなか、性徳寺も栄枯盛衰があったことは想像に難くありません。性徳寺の旧跡は、麓の小学校付近に見られます。天正年間（一五八〇頃）、何らかの理由で当時の末寺であった下野宮眞浄院普門寺の本堂を移築し、その後、享保年間（一七二〇頃）に現在の山上に再移築されます。現在の本堂



- 1 丁寧に手入れされた境内。春には本堂前の枝垂れ桜と三尺藤が見ごろを迎えます。
- 2 本堂前より南山を臨む。日々刻々と姿を変え心を癒やします。 写真提供／性徳寺
- 3 本堂内陣。金剛界大日如来をお祀りしています。
- 4 像高一尺五寸ほど。舟形光背。近年金箔を修理し光り輝くお姿が戻りました。

は、後述する西福寺から転住した宥眞法印が弘化四年（一八四七）に改修、その後、現在のご住職が昭和五十六年に大改修を行ったものになります。大子町に西福寺という寺院は現存しておらず、同名の旧跡が性徳寺から北に八キロほど先の茶畑に残っているばかりです。西福寺は、大永年間（一五二一―一五二七）、当時の住僧が宇治から持ち帰った茶実を播種したとされる奥久慈茶発祥の地です。

本堂脇にかかる半鐘には「元治二年二月吉日 願主 鷲栖山現住 法印祐榮」と記されています。元治二年は一八六五年ですので、斉昭が領内寺院と山伏に対して、^{ぬれば}濡仏（堂外安置の仏像）・撞鐘の提出を命じた天保十三年（一八四二）より二十三年の時を経て納められたものと分かります。このように性徳寺はその存亡の危機に瀕しながらも、時々々の住職、地域の協力のもとに復興を果たし、五世紀にわたり法灯を繋いできたことが偲べれます。

まぼろしの観音さまのもとへ

本堂から太鼓橋を渡り観音堂に進みます。ご本尊の准胝観音は、もともと同町の天台宗寺院であった小平山自在院慶福寺（常陸国三十三観音霊場二十八番札所）が、廃寺となったため、性徳寺住職が勧請しお祀りしたものです。その後、性徳寺第五十三世政昌和尚が昭

和元年に堂宇を建立し観音堂とします。なお奥久慈大子七福神霊場の毘沙門天もこちらのお堂にお祀りされています。

常陸国三十三観音がまぼろしの霊場といわれるのは、江戸時代に半分以上の札所が廃寺となつて以来、誰も完全な札所を特定できない



- ⑤ 観音堂内の天井画。天井画の中には十二支が隠れています。お参りの際に探してみてください。
- ⑥ 常陸国三十三ヶ所第28番准胝観音を祀る観音堂は、本堂から太鼓橋を渡ってもお参りできます。
- ⑦ 性徳寺の立体御朱印の一つ。階段と幟が飛び出し、毘沙門天をお参りできます。扉には毘沙門天のご真言が書かれています。
- ⑧ 性徳寺第55世高野昌俊ご住職。現在も高校で教鞭を取りながら、檀務に境内整備に尽力されています。



かったことによります。しかし近年その場所が確定し、NHKでも特集として取り上げられるほどになりました。場所を同定した先達の寺田弘道氏は「特に二十八番自在院の場所を探すのは大変で、山の藪の中を二日間歩き回った」とインタビューで答えられています。現在、自在院の跡地は高野ご住職が整備を行い、見つかった墓石等を整備しご供養されました。

在るべき姿を見据え

現住職の高野昌俊師は、大学卒業直後の昭和五十五年五月、性徳寺の第五十五世として晋山されます。晋山の記念事業として本堂の大改修、境内の環境整備に即座に着手します。当時から高校の教員を続けて令和五年で四十四年が経ち、その教員としての長い経験から、法事や葬儀も講義のような読経一辺倒ではなく、参列者に参加してもらうことに早くから取り組んでいます。今では檀家さんの八割ほどが実践する『智山勤行式』の唱和は、「本堂にまた別の荘厳さを呈す」と高野師は仰います。また、自身が生前の母と十分に話せず悔いが残ってしまった経験から、年回忌法要では故人に語り掛けながら焼香する新たな試みを行っているとのこと。「お寺は葬儀や法事のみ場所ではない。寄り添いやグ

リーフケア、さまざまな癒しの場として必要とされなければ」との意識のもと、写経、写仏、阿字観とさまざまな教化活動に取り組んでいます。特に、お寺と関わるきっかけとして工夫された立体御朱印が人気を博しているそうです。

晋山時に生活費は教員給与で賄い、お布施でお寺の整備をすることを決めたそうです。現在もお参りに来てくださった人がゆつくりできるようにと、境内に桜や紅葉を植えたり、杉林に手を入れ、散策コースを工事すると、境内整備に力を尽くされています。今後の計画を熱く語るご住職の目線は既に在るべき姿を捉えているかのようでした。

(智山教化センター所員 島玄隆／撮影 清水健)



ACCESS アクセス

鷲栖山 法光院 性徳寺

〒319-3533 茨城県久慈郡大子町下金沢292

車：常磐自動車道那珂ICより約60分

電車：JR水郡線常陸太子駅から

バス・徒歩で約20分

性徳寺
ホームページ



今日の法語

「善業」
ぜんごう

たかの 高野 光泰
こうたい
(埼玉県比企郡吉見町
りゅうしょういん 龍性院)

善業

「失敗したのは、あいつのせいだ！」つい、こぼしてしまいがちな言葉です。

現在の自身の有様は、過去の自分の行いによると思います。少なくとも、うまく物事がいかなかった時、*「あいつのせい」*のみが原因ということはありません。

現在の自身の有様を他人のせいにならず、たとえ失敗してもそれをバネに、よい行いに繋げていきたいものです。「お前がいうな」と他人から笑われないように、私も精進したいと思っています。未来の私の有様は、今の自分の行いによるのですから。

新たに迎える令和六年が、皆さまにとって稔り多い素晴らしい一年となりますよう、お祈りいたします。



「生きる力」とお大師さま お大師さまと歩むことから始まる、 仏さまとの出会い——智山勤行式・十善戒・お仏壇——



お大師さまは今も高野山で禅定に入り、

私たちを見守ってくださっているという信仰があります。

お大師さまへの祈りをおして、報恩謝徳の心を届けたいと思います。

今から千二百五十年前に、讃岐国（現在の香川県）でお生まれになった弘法大師空海さま。お大師さまの故郷であり、いくつもの伝説が残る四国の地は古来より、お大師さまを慕う巡礼者たちが遍歴した霊地でした。

いつしかお大師さま所縁の霊場寺院は八十八ヶ所の札所となり、現在も国内外を問わず、多くの人々が八十八ヶ所の霊場寺院を巡る四国遍路に訪れています。笈摺おいづると呼ばれる白衣を着て、手に金剛杖を握り、頭に菅笠をかぶって歩くお遍路さん。それらの装束に墨書きされた「同行二人」という言葉も、四国遍路の歴史の中で紡がれてきたものです。

同行二人とは、どんな時でも一人ではなく、いつもお大師さまと一緒に歩んでくたさっているという意味の言葉です。遍路の道は決して容易いものではありません。息を切らせてひたすらに登る山道もあれば、時には暑い陽射しの中で渇きに苦しみ、時には厳しい風雨に打たれて歩くこともあるでしょう。それは私たちの人生に似ています。「もうだめだ、前に進めない」と、心が挫けそうになることは誰にもあるはずです。心細くなる時は、孤独を感じたり、かえって自分の弱さを認められず、誰かを恨んだり妬んだりすることもあるかもしれません。

でも、そのような時であっても「私は一人ではない。いつもお大師さまが側にいて、と



お遍路さんの装束には同行二人と墨書されているものが多く見受けられます。

写真提供／PIXTA

できるはずです。そして、この人生を生きていることの奇跡に、感謝の思いが生まれてきます。

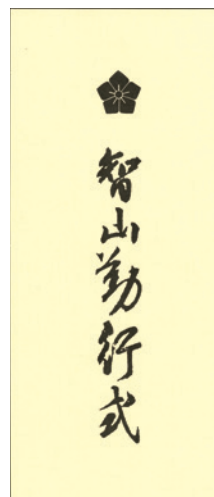
真言宗智山派が掲げている、「生きる力―仏さまに祈り、仏さまと出会う」という「わたしたちの目標」が目指すところは、きつとそういうことなのでしょう。今、この人生をお大師さまとともに歩んでいることに領けたならば、今度は、仏さまへの祈りをとおして、いつも仏さまとともにあるということを実感することもできるはずです。

お大師さまが示された「即身成仏」とは、苦しみの輪廻を何度も繰り返しながら成仏を目指すものではありません。それは、お大師さまが「三密加持すれば速疾に顕る」と説かれてるように、私たちの身体と言葉と心のはたらきである三業を、仏さまの身体と言葉と心の三密に相応させる三密加持（手に印契を結び、口に真言を誦し、心を三摩地に住する）によって、私たちの内なる仏さまがそのままに顕れるということ。それはまた、仏さまと私たちが常にともにあるということの確信でもあります。

仏さまの教えを信仰し、それをしっかりと心において生きていくことを「安心」といいます。同行二人の信仰に心をおく、その「安心」によって私たちの心を覆っていた迷いや悩みもやがて消えてなくなり、私たちがともとも持っている清く澄んだ心に気づくことが

お大師さまは、「三密加持すれば」と説かれますが、私たちの毎日の暮らしの中で、仏さまに向かって手を合わせ、ご真言をお唱えし、心をまっすぐに仏さまに向けている時間はそう多くはないかもしれません。でも大切

な家族の御霊や、ご先祖さまをお祀りしているお仏壇の前に立つ時、私たちは自然に手を合わせ（手に印契を結び）、お経やご真言をお唱えし（口に真言を誦し）、心にはご先祖さまをとおして仏さまを感じる（心を三摩地に住する）ことができます。お仏壇でのおつとめの次第に『智山勤行式』があります。



智山勤行式

お仏壇の一番上の段は仏さまの段。中央にはご本尊さま、その両脇には弘法大師・興教大師のご尊像をお祀りします。二段目にご先祖さまの位牌が祀られるのは、ご先祖さまも仏さまとともにあることを象徴しています。



三密

意

口

身

こころ

ことば

からだ

不
邪
見
不
瞋
恚
不
慳
貪

不
兩
舌
不
惡
口
不
綺
語
不
妄
語

不
邪
淫
不
偷
盜
不
殺
生

十善戒

三密と十善戒

一人ひとりが十善戒を心がけることは、平和的な社会を目指すことにもつながります。私たちの心の貪瞋癡の煩惱を鎮めて、身口意の三業を清める大切な誓いです。

『智山勤行式』は、懺悔文にはじまり、三帰礼文、十善戒、発菩提心真言、三昧耶戒真言、開經文、般若心経、光明真言、御宝号、最後に普廻向で終わる短い次第ですが、お経をお唱えしていると自然に心が集中し、穏やかな心持ちになるはずです。

姪は身体の行為、不妄語・不綺語・不惡口・不兩舌は言葉の用い方、不慳貪・不瞋恚・不邪見は心の持ち方に関わるものです。そのように十善戒もまた、身体と言葉と心の行いを正しく保つための誓いなのです。

『智山勤行式』は、御宝号、普廻向で終わります。「南無本尊界会」とお唱えする時には、お仏壇のご本尊さまに心が向かいます。「南無大師遍照金剛」とお唱えする時には、お大師さまが私たちとともにあることを感じ

『智山勤行式』でお唱えする「十善戒」は、仏教徒の生活の誓いであり、目標です。十善戒のうち、不殺生・不偷盗・不邪淫・不綺語・不惡口・不瞋恚・不慳貪・不兩舌・不妄語・不邪見は、

の全てを徹底して生きることが難しいことかもしれません。しかし、この人生を生きっていく上での理想として心に持ち続けることに意味があります。江戸時代の真言僧、慈雲飲光尊者は十善戒を「人となる道」と表現しました。私たちがよりよい社会を実現するためにも欠かせない、人間としての大切な誓いでもあるのです。



慈雲飲光尊者 (1718-1805)、お釈迦さまの時代の戒律を復興しようと尽力され、十善戒を「人となる道」と表現し、布教された真言僧です。写真提供／影現寺

生いっ力 — 仏さまに祈り 仏さまと出会う

目次

智山寺院探訪 鷲栖山法光院性徳寺	2
今日の法語（高野光泰）	5
特集 「生きる力」とお大師さま お大師さまと歩むことから始まる、仏さまとの出会い	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
智積院の修行生活（長谷川優）	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	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
真言宗智山派出版物のご案内	23
寺院建築の心（菊池恭二）	24
十巻章—真言宗の教えを紐解く—（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

ことができます。お経やご真言をお唱えすることは、善行を積むことであり、そこに功德が生じるといわれます。普廻向とは、善行の功德を世界中の人々に廻し向けることです。

今日もおつとめの功德を以て、過去に生きた人々の魂の安寧と、現在と未来を生きる世界の人々の平和を祈り、仏さまの道を歩んでまいりましょう。お大師さまとともに。



弘法大師 空海
ご誕生 1250年

宗祖弘法大師ご誕生1250年ロゴマーク

表紙

 雪原にうさぎの足跡
長野県


前夜までの降雪が嘘のように晴れた翌朝。陽を受けてキラキラと輝く雪原を眺めていると、可愛らしい足跡を発見。まだ新しそうだが、足跡の主はどこにも見えない。「一番乗りだ!」と、楽し気に跳ねる姿を想像して和んだ。

P5

 温泉で寛ぐ猿たち
長野県


冬の地獄谷野猿公苑には、温泉に入る猿をひと目見ようと、世界中から多くの人々が集まる。寒さに震えながらカメラを構える人間たちと、そんなことは気にもとめず、のんびりと湯に浸かり寛ぐ猿たち。その対比がなんと面白い。

撮影・解説／竹本りか

令和6年カレンダー発行のお知らせ

令和6年のカレンダーを
2種類ご用意いたしました。
ぜひご利用ください。

（各1部100円）お問い合わせは本誌P.23出版係まで



ポスター
カレンダー(B2版)
「孔雀明王像」

智積院寺宝をポスターサイズで紹介するカレンダー。今回は、天災や病氣など、さまざまな災難を払う秘法「孔雀経法」のご本尊である「孔雀明王像」（重要文化財）です。

柱かけカレンダー
「今月の法語」

宗祖弘法大師ご誕生1250年の慶讃年を機会として、お大師さまの詩や文章を集めた撰集である『性霊集』の中から特徴的なお言葉を集めた月めくりカレンダーを作成しました。お部屋の柱などにかけてお使いください。



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

写経のつどい

毎月21日 13時より
於 智積院金堂地下ホール
（納経料千円・要事前申込 定員50名）

智積院阿字観会

毎月12日 14時より（受付13時30分より）
※8月と12月は8日

於 智積院金堂地下ホール
（参加灯明料五百円・要事前申込 定員20名）

新年祝祷会・お昆布式

1月15日 10時より（参加無料）

節分会

2月3日 11時より（参拝無料）

常楽会お逮夜

2月14日 15時より（参拝無料）

常楽会

2月15日 10時より（参拝無料）

宿坊 智積院会館

◆一泊朝食付きプラン（夕食別添）
9,000円から（宿泊税・消費税込）

夕食

3,300円から（消費税込）
ご予約・お問い合わせ
TEL 075-541-15363

・JR京都駅よりバス約10分
・京阪電車七条駅より徒歩約10分

※ご宿泊のご予約は、6ヶ月前の1日より開始いたします。令和5年11月現在、令和6年5月までのご予約を受け付けております。

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

愛宕薬師ご縁日

12月8日（金） 12時より
1月9日（火） 11時30分より

2月8日（木） 12時より
新春大護摩供法要

納大護摩供法要

12月18日（月） 15時より
於 本堂

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 千円）

12月21日 三遊亭
1月18日 三遊亭
2月15日 談志一門会

真福寺阿字観会

第4火曜日 15時より
（受付14時30分より）

於 本堂（無料・要事前申込・定員30名）
2月27日（火）
※12月・1月は開催いたしません

Instagram



総本山智積院 宿坊智積院会館

Facebook



総本山智積院