



青葉の笛だより

第28号

平成31年3月号

発行所：大本山 須磨寺

〒654-0071

神戸市須磨区須磨寺町4-6-8

TEL 078-731-0416(代)

<http://www.sumadera.or.jp/>

平成の御代が間もなく終わろうとし、新聞やテレビでは、この三十年を振り返る特集が組まれたりしていますが、私はやはり二十四年前の阪神・淡路大震災が一番に思い出されます。そして、被災地の各所を訪問され、各避難所で跪いて被災者を見舞われ、会う人ごとの悲しみに寄り添い、優しい微笑みと共に励まし続けておられた天皇・皇后両陛下のお姿です。

震災発生から二週間後に、両陛下が神戸を訪れました。テレビでは伝わらない、臭いと埃がいつぱいの避難所でのお姿。皇后様の手話による励ましと、救援活動に携わる人たちへの感謝と労いのお言葉。何より当日の朝、皇居で自らお摘みになった水仙の花束を、菅原市場の焼け跡にお供えになられた、その思いやりの深さを忘れる事が出来ません。

そのような震災から三年後の平成十年四月十七日、東京で皇后陛下のご台臨を賜った須磨寺の演奏会が催されました。私は皇后様のお出迎えとお席へのご先導、そしてお隣に座してのご説明役を勤めることになりました。皇后様は、出迎えた私たちの緊張を解きほぐすように優しくほほ笑み

ながら、先ず演奏会への招待のお礼と、種々の手配などに対しての労いのお言葉を下さいましたが、そのお声は心の中まで染み透るような声でした。演奏の合間には、復興についてのお尋ねや、先代貫主のインドでの急遽化を惜しむお言葉も頂戴しました。演奏会終了後の演奏者代表との懇談の席でも、銘々の話に大きく傾かれ、本当に自分の思いを話してよかったと思える受け答えをして下さいました。

仏の慈悲は「抜苦与楽」、苦を抜き、楽を与えろという「悲しみは半分に、喜びは倍に」することです。思わぬ災害や事故に会い嘆き悲しむ人の悲しみを和らげ、生きて行く力と勇気を奮い立たせ、それぞれの与えられた立場で真摯に勤め励んでいる人には、より一層の精進努力を思い起こさせる天皇・皇后両陛下。両陛下の日々の祈りと慈悲行の実践が、あの優しい眼差しと声と立ち振る舞いになるのだと確信しました。少しでも見習っていききたいと思っています。

天皇陛下は今年の歌会始で、神戸の震災犠牲者所縁の向日葵の種をもとに「贈られしひまはりの種は生え揃ひ葉を広げゆく初夏の光に」と、御製をお詠みになり、皇后様は平成十八年の歌会始で、平成十三年の神戸ご訪問時に思いを馳せた、「笑み交わしやがて涙のわきいづる復興なりし街を行きつつ」という歌をお詠みになりました。この五月から、そのお二人のお姿をあまりお見受け出来なくなるのが残念です。

大本山須磨寺 貫主

小池 弘三

合掌

十三まいり

来る四月六日(土)午後一時より、須磨寺本坊書院において、十三まいりの法要を厳修いたします。十三まいりとは、**数え年の十三歳**、つまり生まれた年の干支が初めて巡ってくる年に、虚空蔵菩薩に智恵と福德と健康を授けてもらいにお参りする行事で、別名「智恵詣」「智恵貫」とも言います。

虚空蔵菩薩とは、広大無辺の智恵と福德をお持ちで、それを総ての人に授けようとの御誓願のもとに、この世においてになる仏様です。大人へと歩いていく子どもの成長を喜び、仏様のご加護を祈る、古くから続く日本の習わしです。ご家族で是非お参り下さい。



記

日時

四月六日(土)

正午受付 午後一時開白

場所

須磨寺本坊 書院

御祈禱料

五千円(お一人)

お申し込み

須磨寺派各寺院と須磨寺事務所

お問い合わせ

電話(〇七八)七三二—〇四一六

前日までにご予約をお願いいたします。

※法要当日にご都合のつかない方は、後日個別にお勤めをいたします。お気軽にお問い合わせ下さい。

はなまつり

四月八日は、お釈迦さまのお誕生日です。日本全国で「はなまつり」と称して、お釈迦さまのご生誕を祝い、甘茶を誕生仏にかける灌仏会が催されます。

二千五百年以上前のインド、シヤカ族のシュッドーダナ王の妃であったマヤー夫人は、ある夜白い象が降りてきて自分の右わき腹の中に入る夢をみました。その後懐妊され、里帰りする旅の途中、ルンビニという場所でお釈迦さまをお産みになりました。お釈迦さまは、マヤー夫人の右脇から生まれ、七歩あるいて立ち止まり、右手を天に向け、左手を大地に向け、「天上天下唯我独尊」とおっしゃったといわれています。お釈迦さまの誕生を喜び、世界中の花が咲き誇り、甘露の雨が降ったといわれています。これが有名なお釈迦さま誕生の伝説です。この故事により、四月八日には花御堂の中に、誕生仏をお祀りし、甘茶をかける灌仏会が行われるようになりました。

「天上天下唯我独尊」とは、広い世界で自分が一番尊いという意味になりますが、それはお釈迦さまの命だけでなく、他の人々や動物、草木など、生きとし生けるもののすべての命が平等に尊いことを意味しています。生命尊重を意味するこの言葉こそ仏教の根本精神なのです。

須磨寺では、四月六日から八日まで灌仏会を行います。是非お参り下さい。



須磨寺 はなまつり (灌仏会)

日時 四月六日(土)から八日(月) 午前八時半から午後三時まで
場所 須磨寺 宝物館前 休憩所

蓮生院 四月から七月までの行事予定

♪今を大切に生きるために♪ 人生のエンディングについて考える会

人生のエンディングである「死」について考えてみませんか？

「死」は後ろめたいイメージがあるので考えることを避けがちですが、より良く「生きる」ためには「死」と向き合うことも必要です。

「自分の死」を意識することで本当に生きたい生き方を共有しませんか？

日時… 四月七日（日）、五月五日（日）、六月二日（日）、七月七日（日） 十四時～十六時

場所… 蓮生院客間 お気持ち… 千円 持ち物… 筆記用具・お飲み物

講師… 山脇由記子

写経・瞑想体験会

お寺で写経と瞑想の体験会を致します。気軽にできる写経・瞑想体験ですので、写経・瞑想をしたことがない人でもお気軽にご参加ください。また瞑想会の後にお茶を出させていただきますので、心身共にゆったりとしてくださいましたら幸いです。（写経のみ、瞑想会への参加も可能です。足を組みやすい服装でお越しください）

日時… 四月二十七日（土）、五月二十六日（日）、六月二十三日（日）、七月六日（土）

写経会 十四時～十五時半 瞑想会 十六時～十七時半（受付は三十分前から）

場所… 蓮生院本堂 お気持ち… 写経五百円・瞑想会千円

●二つとも事前申し込み制です。

前日までに蓮生院の寺務所にお申込みいただくかお電話でお申し込みください。

蓮生院電話番号 ○七八―七三二―二三二一

貞照寺 新築工事 及び 周辺工事

昨年より始まった貞照寺新築工事ですが、二月末に貞照寺を覆っていた幕が外されて外観が姿を現しました。

また、貞照寺新築工事に合わせて行われている貞照寺周辺工事ですが、蓮生院永代供養堂、十三仏・鯖大師像が新たに作られ、着々と整備は進んでおります。新築工事、周辺工事共に、しばらく続きますので、ご参拝の皆様には、引き続きご迷惑をお掛けしますが、ご理解いただき、完成を楽しみにお待ちしております。

第三十八回 須磨大茶会

普段着で気軽にご参加いただけるお茶会「須磨大茶会」が、今年も四月二十九日（月）に開催されます。須磨寺本坊席と寿楼席の二席がございます。

また同時開催で須磨寺書院にて一絃須磨琴演奏会も行われます。青葉がまぶしい須磨の春を、是非お楽しみ下さい。

日時 四月二十九日（月）

午前九時から午後四時まで（終席受付は午後三時）

場所 須磨寺本坊・須磨温泉 寿楼二階金波の間

主催 須磨大茶会運営協議会

席料 二千二百円（二席分、前売り券は二千円）

※須磨寺にて前売りのお茶券購入できます。

同時開催

一絃須磨琴 演奏会

午前 十時三十分

午後 十二時三十分

午後 二時三十分

場所 須磨寺書院



いろはまつり

今年も神戸真言宗連合会主催のもと、六月十五日(土)に三宮国際会館「こくさいホール」にて、いろはまつりが開催されます。

いろはまつりは、お大師さん・弘法大師空海さまのお生まれになった六月十五日に、ご誕生をお祝いする法会です。当日は法要式典だけでなく、御詠歌や稚児行列、記念講演、お坊さんによる演劇などが行われます。

どなたでもお参りいただけますので、皆様お誘い合わせの上ご来場いただき、心安らぐひとときをお過ごし下さい。

先着二千名様に記念品をお配りいたします。

日時 六月十五日(土) (午前九時～午後四時)

場所 三宮・神戸国際会館

「こくさいホール」(三宮そごう南側)

料金 入場無料

お次第

午前九時 奉讃詠歌舞踊大会

午後十二時三十分 式典 法要(稚児行列)

午後二時 記念講演 夢枕獏さん

午後三時 演劇 劇団あじのこ

※劇団あじのこは、小池陽人(本坊副住職)も出演しております。
※第一部奉讃詠歌舞踊大会には、須磨寺御詠歌講が出仕いたします。



真言宗の瞑想法「阿字観」

阿字観とは、真言密教の瞑想法の一つで、瞑想により「世界と自分は一つである」ことを実感するものです。密教の根本経典の一つである「大日経」で説かれ、平安時代に弘法大師空海によって、日本に伝えられました。

阿字観は「阿」(サンスクリット語)の字を観ながら瞑想を行います。とても高度な瞑想法で、そのレベルに至るまで四つの段階を踏みます。

まずは「数息観」、呼吸に意識を集中させて精神を安定させていく瞑想法です。一般的にヨガや座禅と通ずるものがあり、心をリラックスさせる方法としてここから始めます。呼吸をしながら心の中で「一から十まで数を数え、十までいったらまた一に戻ります。簡単そうに聞こえますが、悩みやストレスが多い人ほど数えることを中断してしまうことが多くあります。

数息観ができるようになれば次は「阿息観」です。数息観で呼吸を数えるのに対して、阿息観では「ア」の声を唱えて瞑想します。息を「アー・・・」と唱えながら口からゆっくりと全部吐き出します。吐き出した「ア」は、少しずつ遠くへ流れていくイメージ。その後、鼻から「アー・・・」とゆっくりと息を吸い込みます。

阿息観ができるようになれば次は「月輪観」です。月輪本尊と呼ばれる、満月をあらわす円が描かれた掛け軸を置き瞑想を行います。この掛け軸は、座ったときにちょうど目の高さに月輪が見えるようになっていきます。心の中に満月(月輪)を観じて、最終的には自己と宇宙が一体となる感覚を得るのが月輪観です。いよいよ最終段階です。月輪観に習熟しましたら、満月輪の中に阿字を置いて観想する「阿字観」に移ります。月輪観と同様に掛け軸(阿字観本尊)を目の前に座ります。月輪観と同様に阿字観でも、宇宙と一体となる感覚を得ます。習得するレベルによって得られる内容は異なりますが、基本的に「姿勢」「呼吸」「心」を整えることで、集中力が向上したり、ストレスが軽減し気分が改善したり、疲れにくくなったりといった効果を得ることができそうです。



「阿字観」体験

この度、正覚院阿字観道場に於いて講師の先生をお招きして阿字観体験を企画しました。興味のある方はこの機会に是非ご参加くださいますようお願い申し上げます。

日時 五月二十日(月) 午後二時半から午後三時半まで

場所 正覚院 阿字観道場

参加費 千円

問合せ (〇七八)七三二-〇三七四

※座禅を組みますので、スカートはお控えください。

【講師プロフィール】

中谷 昌善僧正

高野山真言宗 大師寺住職
(神戸市西区)

高野山大学密教科卒

高野山傳灯大阿闍梨

高野山本山布教師

総本山金剛峯寺 阿字観能化心得