



「風鈴供養」

延命寺では、6月から9月までの間、風鈴のご供養を行っています。堂内には、申し込まれたお宅の亡き人・ご先祖様のご戒名が書かれた風鈴が飾られて毎朝のお勤めの際に、そのご戒名を読ませていただいております。風を受けて揺れる姿や心地の良い音を聞いていると、各家の亡き人・ご先祖様が喜んでくださっているように思えます。 ※お申込みは随時受け付けております。

住職挨拶 「お寺で朝活しませんか」

阿部雄峰

延命寺の朝は四時起床です。四時五十分から坐禅、五時三十分から朝のお勤め(朝課)を行っています。

朝の坐禅は、大変気持ちが良いものです。一呼吸、一呼吸に集中し、すべての雑念を捨てて、坐ります。

ある心理学者は「人というものは、人生の約七〇%、考えてもしようがないことを考えて生活している」と言われています。具体的には過去や未来のことです。

たとえば、過去のことを考えて、「あの時こうしなければ」と嘆いたり、「あの人にこんなことを言われた」と腹を立てたり。また、未来を思って「これからどうなるのか」と不安になったりします。過去は変えようがありませんし、未来は今の自分の努力で変わります。ですから、過去や未来のことはいくら考えても仕方がないのです。過去や未来のことにとらわれるから、心が常にざわついて、安楽が得られないのです。坐禅をすると、そういう雑念が起らないために、心がスッキリ、イキイキするのです。

朝課は、本尊様、お釈迦様から私に到るまでの法系の和尚、延命寺歴代和尚の供養を行い、檀信徒各家の先祖、永代経の精霊、永代供養墓の精霊、風鈴供養の精霊の供養を行います。

今の自分があるのは、亡き人・先祖の御蔭です。御蔭に気づくと感謝の念が湧いてきます。感謝の心を持つ人は、謙虚な姿勢となつて表れてきます。謙虚な人は善き縁に恵まれますので、幸せを得ることができるようになります。

半月前から、仕事の前に朝のお勤めにこられている方がいます。その方が先日、「朝課に出ると、今日も頑張ろうという気持ちになります」といわれていました。私はその言葉を聞いて、もっと多くの人に延命寺の朝を味わっていただきたいと思いました。

禅寺の朝に興味のある方、気持ちの良い心で一日をスタートさせてみたいという方は、少し早起きしてお寺にきてください。きつとも一味違った一日になると思います。

合掌

◆お盆が変化

仏教はインドで生まれ、中国に伝わり、日本に伝わってきました。

中国でお盆が行われたのは、お釈迦様が亡くなられてから一二一五年後の五三八年七月十五日。中国の梁の同泰寺で大勢の僧侶に食事が振舞われたという記録があります。故に中国ではインドと同じように、僧侶に食事を振る舞う行事として行われていました。

日本でお盆が行われたのは、六五七年(斉明三年)七月十五日、奈良の飛鳥寺で行われたのが最初です。日本で行われたお盆は、本来の意味である、僧侶に食事を布施するといものではなく、先祖・亡き人に食事を供養し、経を読むという形で行われました。

どういふことかという、日本にはもともと先祖や亡き人の魂が自宅に帰ってきて、その霊を厚くもてなすという伝統的風習がありました。そこに仏教の行事であるお盆が融合されて、供養する対象が僧侶から、帰って来る霊に変わってしまったのです。

時の天皇である斉明天皇は、お盆は素晴らしい行事である、ということ御触れをだし、各寺で行われるようになりました。

お盆の行事が行われた最初の頃は、主に武家、貴族、宮廷の上層階級の中でのみ催されておりました。今日のようにお盆の行事が一般庶民にまで広まったのは江戸時代です。徳川幕府はキリシタンを排除するために先祖供養を人倫の道とし、寺の行事として義務付けました。そのため、江戸時代に入ると庶民の家においても仏壇が普及し、家に僧侶を招いて先祖供養をするようになります。このようにして現代のお盆の形が出来上がっていったのです。

江戸時代にはお正月とお盆になると奉公人が休みをとって実家に帰る「藪入り」が許されました。当時は、職人・商人ともに、十三歳頃から師匠や商家を選んで丁稚奉公にりましたが、藪入りになると、主人から衣類や小遣いをもらって親許へ帰りました。この時期は他家に嫁いだ女性が実家に戻ることの出来る時もありました。この藪入りが今日のお盆休みのはじまりです。お盆の時期に帰って来る先祖・亡き人と過ごすために、実家に帰る。このように日本人はお盆を大切にしてきたのです。

ところが現代の人はどうでしょうか。先祖・亡き人を忘れて、お盆をただの休みとして過ごしている人もいらっしゃ

るのではないのでしょうか。それではせっかく帰ってきたご先祖もがっかりしてしまうと思いません。お盆の行事はしっかりやらなければなりません。

◆お盆の期日

お盆は八月十三日〜十五日もしくは、十六日〜十八日と決まっていますが、関東の都市部や、愛知県、瀬戸などでは、七月十三日〜十五日もしくは、十六日までがお盆の期間です。

お盆の期日に違いがあるのは、曆に原因があります。今から五十年ほど前の日本は、現在と異なる曆を使用していました。その時のお盆は日本全国七月一五日と決まっていました。しかし、明治五年に明治政府が新曆グレゴリオ暦を採用したことにより、お盆が一ヶ月ほど早くなってしまい、混乱が生じました。特に農家にとりましては農繁期にお盆を迎えなければならぬという困った事態になってしまったのです。

そこで、地方では、一ヶ月遅れの八月にお盆を行う地域が現れ、そのうち全国的に八月が主流になりました。そうでない東京などは、七月十五日という日にちを大事にしたため、七月盆になったのです。このように、明治政府による旧曆から新曆への移行が、お盆の日程が地域によって異なる原因なのです。



お盆とは



◆お盆はどういう行事？

あの世に住んでいる先祖や亡き人の魂を自宅に招き、お客様としておもてなしをする行事がお盆です。

日本では古来より、お盆の時期に先祖や亡き人の霊が帰ってくると考えられており、お盆はお正月とともに日本人にとって大切な年中行事になっています。

◆お盆の由来

「お盆」は正式には「盂蘭盆」といいます。その語源は古代インドのサンスクリット語「ウランバナ」です。「ウランバナ」を漢字に音写すると「盂蘭盆」となり、さらに「盂蘭」を省略して「盆」、そして丁寧の意を表す「お」をつけて「お盆」というようになりました。

「ウランバナ」は「倒懸」と漢訳することができます。倒懸は「逆さ吊り」のことです。手足を縛られて、逆さ吊りにされると、身動きが取れず、頭に血が上り、心身ともに苦しい思いをします。このようなどうにもできない苦しみから開放される、という意味があります。

この盂蘭盆の由来となる話が、『仏説

盂蘭盆経』に記されています。

お釈迦様の弟子に目連尊者という方がいました。目連は修行を重ねる中で神通力を得た方です。

有る夏の日、木陰で休んでいる目連の前を楽しそうに話ながら母子が通っていききました。その光景を観て、何年も前に他界した母を思いだした目連は、神通力で母を観てみました。母を探していくうちに地獄に辿り着きました。

灼熱地獄を覗いた時、母の姿がありました。母は水を飲もうとしますが、水が熱さで煮えたぎり飲むことができず、食事を食べようとすると、食べ物も火と化して食べることができません。苦しむ母を見て悲号した目連は、お釈迦様の所に行き、この子細を話しました。そこでお釈迦様から聞かされたことは母親の悪業でした。

ある日、目連の家を訪ねた今にも倒れそうな人が「一杯の水をめぐんでほしい」と何度も頼みました。水瓶の水は溢れんばかりでしたが、母親は、「この水は目連の水だから、あなたにはあげられない。帰って下さい」と追い払いました。

目連の母親は、普段から我が子ばかり可愛がり、他人はどうでもよいと考えていました。そのため、「愚かさ」をもっ

てあの世に行き、地獄に落ちたのです。目連は自分のために母親が地獄にいることを知り、ひどく悲しみました。

お釈迦様は「過去は取り返せないが、母親のできなかつたことをすることはできる。七月十五日は僧侶の夏の修行が一段落つく日である。大勢の僧侶を招いて食事を振る舞いなさい。それにより、七代前までの先祖を助けることができる」と言われました。

僧侶に食事を布施することが何故先祖のためになるのかというと、僧侶は清い生活を行い、他を救い安楽へと導く尊者です。尊者に食事を与えることは、間接的に自分も善行をしていることになり、その功德によって先祖の悪業も断ち切られるからです。

目連は七月十五日になると、お釈迦様に教えられたとおりに用意し、大勢の僧侶に振舞いました。食事が終わると目連は再び母を訪ねました。すると、白雲に包まれた母親が嬉しそうに空に登っていく姿を見ました。目連は飛び上がらんばかりに喜び、我を忘れて踊り出しました。

この話がお盆の由来です。現在の日本のお盆とはイメージが異なります。帰って来る先祖に食事を振る舞い、寺や、自宅で経を読むというのが今日のお盆ですが、もとは僧侶に食事を振る舞って先祖を供養とするというものだったのです。

精進ごはんレシピ



夏バテ解消にもってこいの料理です。つるんとした食感でおいしくいただけます。

【枝豆腐】

材料（5人分）

枝豆…200g 昆布出汁…500ml 葛粉…60g 大葉…5枚 塩…適量（またはワサビ醤油…適量）

作り方

- ①500mlの水に4cm角の昆布を1～2時間ほど入れておいて昆布出汁を取っておく。
- ②枝豆は塩ゆでし、3～4分ゆでてざるに上げ手早く冷ます。
- ③葛粉をすりばちで細かく粉末にしておく。
- ④枝豆をさやから出して中のうす皮を取り、すりばちでペーストになるまでよくする。
- ⑤①③④をよくまぜながらざるの網目を通してかたまりをほぐしておく。
- ⑥中火でしゃもじでまぜながら練り上げる。3～5分で少しかたまってくる。よく練る。
- ⑦湯飲みにラップをしいて5個に分けて茶巾に絞り輪ゴムでとめて、冷水で冷しかためる。
- ⑧大葉を敷き、⑦をのせ、塩（わさび醤油）を添える。

お知らせ・募集

◆八月一日施食会・八月十五日精霊送りのボランティア募集

施食会：簡単な接客（2名）

精霊送り：「精進カレー作り」（2名）・接客（2名）

お手伝いくださる方はお寺までご連絡ください。

◆寺子屋講座「法話と写経」

（開講日）毎月第三土曜日（八月休み）

午後一時～午後三時半

（受講料）初回千五百円、二回目以降千円

般若心経の内容解説、簡単なイス坐禅、写経を行います。受講を希望される方は、お寺までご連絡ください。

◆お地藏さんづくりボランティア募集

（開催日）毎月第四土曜日（八月休み）

午後一時～午後三時半

檀信徒の皆さんにお配りする予定のお地藏様を作ります。お手伝いくださる方は、お寺までご連絡ください。

ご寄附の御礼

客殿修繕費・御祝い

春日井市

有澤久子様

北名古屋

鈴木大士郎様

大治町

匿名様

深く御礼申し上げます。

編集後記

毎日境内の草取りをしています。この時期、草は抜いても抜いても生えてきます。同じように人の心にも煩惱（貪る心、怒りの心、自分勝手な愚かな心）が絶え間なく生じます。煩惱は苦の原因です。草を抜くようにその都度その都度払っていかねばなりません。日々精進です。

青林山 延命寺

☎：490-1115 愛知県あま市坂牧郷 30

☎：052-444-0109

※棚経・月参り・命日のお参りなど随時受け付けております。

HP を開設しました。最新情報はこちらを御覧ください。

<http://www.seirinzan.com> 検索は青林山延命寺でお願いします。