

木浮蓮龜盲

—ブツダの教え—

恵庭市立恵み野中学校

1年3組 渡邊七洋



目次

調べるにあたって	P3
1 宗教の基礎知識	P4 ~ P10
(1) 宗教とは?	P4 ~ P6
(2) 世界の宗教	P7 ~ P10
2 仏教とは?	P11 ~ P25
(1) 仏教のおこり	P11 ~ P13
(2) 仏教の日本伝来	P14 ~ P15
(3) 仏教の教え	P16 ~ P25
3 葬儀・法要・仏教行事の 基礎知識	P26 ~ P30
4 こんなところにも! 身のまわりにある仏教語	P31 ~ P35
(1) 日常でよく聞く・使う仏教語	P31 ~ P33
(2) 生活文化をいろいろる仏教語	P33 ~ P34
(3) 仏教に関することわざ	P34 ~ P35
5 身近な疑問に答えます! - 仏教 Q & A -	P36 ~ P38
6 まとめ - 調べてわかったこと -	P39
7 参考文献	P40 ~ P43

調べるにあたって

私は昨年、がんで闘病している祖父の力になりにたくて、がんという病気について色々調べました。ところが祖父はそれが半年後亡くなってしまう、大好きな祖父が突然この世を去り、私は祖父の死を受け止めることができず、何をすることもやる気がなくなり、悲しくてつまらない日々を過ごしていました。

そんなとき祖父のお参りに来ていただくお坊さんに「盲亀浮木」という言葉を知りました。その言葉は百年に一度目の見えないうがが浮き上がってきた時に偶然穴のあいた浮き木の穴に首をっ、こぶという寓話からできた言葉で、人間として生まれるということはこの例えよりもさらにあり得ぬことで、その中で人と人とが出会うという縁はきわめて難しく、大切なことなのだというお話を聞いた私は祖父と出会えたことにすごさを感じ、仏教の教えをいろいろ調べて今、私ができる祖父への供養は何なのかを深く調べてみることにしました。

調べるポイントはこれだ！

- ・ 仏教は私たちとどのように関わり合っているのか？
- ・ 私が祖父に対してできることは何なのか？



1. 宗教の基礎知識

(1) 宗教とは？

。 宗教の起源

あなたは「宗教」というものにどの様なイメージがありますか？死や葬式、お年寄りや心の弱い人が頼るもの、非科学的なもの、そんなイメージが多くてくるのではないかと思います。

死はとても悲しいことなので、なるべくなら関わりたくありません。しかし死は誰にでも訪れるものであり、避けることは不可能であるため、死から目をそむけて今を楽しく生きようとするよりも、自分の人生の過程の一つである死というものも正面からとらえることを含めて生き方を考え、生活を充実させようとするのが宗教なのです。 -見道徳と似たくくりが出来そうですが、辞書によると道徳は「ある社会で人々がそれによつて善悪・正邪を判断し、正しく行為するための規範の総体」(大辞林)であるのに対し、宗教は善も悪もプラスもマイナスも苦も楽も全てを差別することなく見据えた存在とは何か、世の中とは何か、心とは何かを見つめていくものです。

。 宗教の発生

ではいったい人間はいつ頃から宗教との関わりを始めたのでしょうか。文字の使用が人類で始めて確認された紀元前31世紀ころのメソポタミアのくさび形文字が書かれた粘土書板にはすでに宗教的な

要素が見られる物が残されていきました。文字がなかった時代にさかのぼってみても人々はアニミズムといわれるあらゆる存在の背後に靈的なものを認める考え方をもっており、宗教の起源はいつなのか、またそれは何なのかという具体的な事例についてはいまだにわかっておらず謎のままです。

しかし文字がなかった時代の人々も何かを崇拜し、何かを恐れて、信仰するという部分は現代の人間とそう変わらず、人間としての心のはたけきに宗教的なものがもともと備わっているといえるのではないかと思います。そして、そのような心を持った人類は社会を営むようになるとその民族で宗教の体系ができてきたり、新しく宗教観を持った人類が思想を広めた宗教などが出てきたりしました。

・ 宗教の見方

神を信じないから無信仰というわけではなく、我々の生活は宗教とまったく無関係というわけにはいきません。あえて宗教についての見方を大きく分けると、社会的な組織や制度あるいは文化の一種として考える立場と人間の心のあり方の特長として捉える立場の2つがあります。

・ 民族と宗教

民族の歴史の中でいつしか伝統となり、信仰となつたものが民族宗教で創始者や起源が明確でなく、それぞれの民族にとってごく自然に受け入れられ

社会慣習となつて存在しているものがあります。
祖先崇拜、自然崇拜、アニミズムといった信仰
形態や神話が重視されていることは、典型的な
例です。

ただ歴史的にみて民族宗教には古くからの形態が
変わり、たり、失われたりしたものが多く、
メキシコのアステカの宗教のように滅ぼされてしまったものも
あります。

民族宗教の中には民族を越えて広がるものも
あります。これはその民族の文化自体の影響力の
大きさと考えることができます。ヒンドゥー教は
インド以外にも南アジア、東南アジアに広まり、
ヒンドゥー・仏教文化というものが伝えられ、
道教も漢民族を越えて東南アジアに広まり朝鮮
半島を経由して日本にも伝わり、大きな影響を
もたらしました。

(2) 世界の宗教

— 三大宗教 —

三大宗教の定義

- 民族・地理を超えて広がっている。
- 文化的・社会的に及ぼす影響が大きいこと。
- 入信において出自を問わないこと。

◦ キリスト教

22億5400万人 (33.4%)

(イタリア、フランス、ベルギー、スペイン、
ポルトガル、中南米、アメリカなど)

死生観 … プロテスタントとカトリックで考え方は異なるもののどちらにも共通して言えることは死はすべての終わりではなく、神のもとに帰る入口だと言われている点です。このためキリスト教での葬儀は神への崇める信仰であり、死者への供養とは考えられていません。故人を礼拝の対象とはしないため、日本のように七骸に向かって手を合わせたり、拝んだりするようなことはありません。

◦ イスラム教

15億人 (22.2%)

(インドネシア、マレーシア、トルコ、エジプト)
(イラン、イラク、中東など)

イスラム教の特色のまず第一はアッラーを唯一絶対の神であるとする一神宗教であるということです。日本では昔から山の神、海の神など多くの神が存在していました。イスラム教はこれとは違いアッラーが唯一の神であるとしたため、後に民族的団結が強くなったといわれています。

またイスラム教では神や絵を銅像などで偶像化することを禁じています。

。 仏教

3億8400万人(5.7%)

(日本、中国、韓国、ベトナム、タイ)
(カンボジアなど)

仏教には根本経典がありません。「新約聖書」という根本経典を持つキリスト教ですが、現在600以上の宗派があるといわれているので、これを持たない仏教は当然多くの宗派に分かれてしまいます。そこから考えても解釈に対して仏教はキリスト教やイスラム教よりも自由な宗教です。

「仏教の悟りは1つ山のようなもの。山であるのならたくさんの登山があってもよいはずである」という仏教についてたとえた言葉があるように悟りを得るにあたって自由さを認めています。

、 国旗と宗教

<イスラム教> イスラム教を起したマホ

メットのターバンの色が緑だったので緑は神聖な色とされている。

赤、白、黒はマホメットを継いだ人や初期イスラム王朝で自分色として使われていた。

三日月と星はイスラム教のシンボルである。

<キリスト教> 十字架が含まれているものが

多い。その他聖書、鍵、王冠などが描かれているものもある。

<仏教>

白は白象に由来し、仏教による加護と純粋な信仰心をあらわしている(タイ)

菩提樹の葉が描かれているものもある(スリランカ)

<ヒンドゥー教>

月と太陽はヒンドゥー教のシンボル

<ユダヤ教>

ダビデの星はユダヤ教のシンボル



イギリス



ギリシャ



スイス



スウェーデン



アフガニスタン



アゼルバイジャン



バングラデシュ



アルメニア



バーレーン



イスラエル



カザフスタン



キルギスタン



ラオス



デンマーク



ドミニカ共和国



ノルウェー



バチカン



チャド



ジョージア



グアテマラ



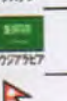
ギニア



ギニアビサウ



ホンジュラス



ハンガリー



インド



インドネシア



イラク



イラン



イラク



ヨルダン



カザフスタン



キルギスタン



ラオス



レバノン



リベリア

。宗教と人々の暮らし

20世紀には2つの大きな世界大戦があり、大勢の人が傷つき殺され、だからもう戦争はやめようと決意し、今後国や民族同士で向らかの衝突が起きててもできるだけ話し合いで解決しようと考え国際連合などの国や民族を超えた組織が作られました。

しかし、21世紀の始まりと同時に起きたアメリカ同時テロ事件などの民族や宗教が複雑にかがんだ争いは現在も世界のあちこちで続いており、今なお多くの命が犠牲になっています。

2. 仏教とは？

(1) 仏教のおこり

。 シャカ^①の出生～涅槃^②まで

シャカは紀元前620年ころインド北部のカピルヴァストゥ(現在のネパール)のシャカ族の王子として生まれました。姓はゴータマ、幼名をシッダールタ^③といい、王族として何一つ不自由のない生活を送っていましたが、いつも何かが足りない^④と悩みをかかえていたとき、貧しい身なりの老人、病気で苦しんでいる者、幼い子供をせめて悲しむ母親の姿を目の当たりにしたことで「老い」「病気」「死」はすべての人にとって避けることのできない共通の苦悩であり、修行さえすればこの不安や苦悩を解決できるかもしれないと考え、家族や財産、王位や国すべてを捨てて修行の旅へと出るのです。シャカが29才のときでした。

シャカの苦行は6年という長い期間にわたって続けられました。たとえば草だけを食べる生活を続けたり、するどいとげを持つ草の上に身を横たえたり、ガラガラと光る太陽を目がっがれそうになるまで凝視したり、何週間も絶食するなどの苦痛を自分に与え続けました。しかし不安や苦悩の理由が分からず、ともに苦行を続けて来た5人の修行者に見放され、衰弱した体で菩提樹の下に座り、長い瞑想を始めてから21日後、ついに悟りを開くのです。ブッダ^⑤(仏陀)というのは悟りを開いた人^⑥というのを意味しています。

それから80歳で息をひきとるまで、(これを入滅という)、人々を苦しみから救うため、その教えを広めていったのです。

○ シャカの教えとは？

シャカの悟りとは人生というものは「無常」であるというものです。新しいものは時間が経つと古くなり、人間も他のすべての生き物も1日1日老いてやがて死に向かいます。社会において「常」に変わらないものは「無」い。これが「無常」ということです。そしてこの世が「無常」であるがゆえに人間は生老病死の苦しみを味わうことになるという考え方です。

シャカの教えの中でも特に重要といわれているのが以下の4つでこれを「四法印」と呼んでいます。

① 諸法無常 ... 万物はすべて変化する。永遠に変わらないものはない。

② 諸法無我 ... あらゆるものは因縁で成り立つ。独立して成り立っているものはない。

③ 一切皆苦 ... あらゆることは苦である。

④ 涅槃寂靜 ... 苦しみの世界から解き放たれ、聖なる悟りの世界を表す。

涅槃には肉体は生きて悟りを開く
有念涅槃と死んで肉体という制約

からも自由になる無余涅槃とが
あります。

シャカはさらに人間とは苦なる存在で根本的な
「四苦」に加えて社会生活上での「四苦」を
加えて「四苦八苦」としています。「これらの苦を
克服するために真実をあるがままに受け入れて
すべてのものに対する執着を断ちなさい」と説いて
います。

人間の宿命——「四苦八苦」

だれも逃れられない四苦



生まれる苦しみ しやく 生苦



老いる苦しみ らうく 老苦



病むことの苦しみ びやく 病苦



死ぬことの苦しみ しく 死苦

社会生活上での四苦



愛する人との別れ あいべりく 愛別離苦



いやな人と会う苦しみ いんそうしく 怨憎会苦



欲望もまた苦 くふどく 求不得苦



思いどおりになら
ないという苦 ごんじやく 五蘊盛苦

(2) 仏教の日本伝来

。 歴史的背景

仏教が日本に伝来したのは百済の聖明王が552年に日本に使いを派遣し、大乘仏教の仏像や経典をもたらしたといひ、これがかねが国への仏教の初伝だといわれています。

歴史の教科書には538年という説があり、近年では、こちらの方が正しいといわれています。飛鳥時代この仏教をめぐって国論が二分する動きが見られ宗仏派と排仏派の対立で権力を争うことにもなりました。こうして無意識的に神を祭る習俗しかなかった日本人が徐々に「仏教」という宗教を意識していくこととなります。

聖徳太子の政治では仏教を理念として新しい国家の基礎をつくり、続く奈良時代に聖武天皇は中央集権国家を樹立するため、平城京に東大寺を建てて総国分寺とし、全国に国分寺、国分尼寺を建てました。このとき国家の象徴として奈良の大仏を建てました。しかしまだ日本には正式な僧がほとんどいなかったため、唐より鑑真和尚を754年に招き新たな宗教を開き平安時代にはまた新たな宗派が増えていくのです。

。 新しい仏教 - 宗派について -

奈良時代の南都六宗と呼ばれる6つの宗派は政治と結びつくことで一般の人々に広がることはなく、そんな仏教に疑問を抱いた僧が唐へ渡り新しい宗派を開きます。その後鎌倉時代になると

武士が台頭し、庶民は戦争に巻き込まれ、飢餓や病気で命を失うものも多く、人々は絶望の中で暮らさなければならず仏教の「末法思想」という考え方の教え方が残り、行も苦も悟りもなくなる危機意識が新しい宗教を誕生させていきました。江戸時代になると56の派になってしまいましたが昭和14年に宗教団体法ができたときに28の派にまとめられます。

時代によって考え方に違いがあり、新しい宗派を生んでも人々の心を救うという点ではどつれも同じような気がするのです。これほど多くの宗派が必要なのか？と疑問に思いましたがシャカの教えは応病与薬と言われ、病気の種類に応じて薬を選び投与するのと同じように私たちそれぞれにあった教えがあるということに納得できました。

十三宗			五十六派 (宗敎団体法前)			二十八宗派 (宗敎団体法後)			
南無仏敎系	1 法華宗	1 法華宗	1 法華宗	1 法華宗	1 法華宗	浄土宗	8 浄土宗	27 眞宗 山門部派	16 眞宗 山門部派
	2 華嚴宗	2 華嚴宗	2 華嚴宗	2 華嚴宗	2 華嚴宗		9 眞宗	28 眞宗 山見派	17 眞宗 山見派
	3 律宗	3 律宗	3 律宗	3 律宗	3 律宗		10 眞宗	29 眞宗 眞宗寺派	18 眞宗 眞宗寺派
	4 天台宗	4 天台宗	4 天台宗	4 天台宗	4 天台宗		11 眞宗	30 眞宗 末辺派	19 眞宗 末辺派
眞言宗	5 眞言宗	5 眞言宗	5 眞言宗	5 眞言宗	5 眞言宗	眞言宗	12 眞言宗	31 眞言宗	20 眞言宗
		6 眞言宗 寺門派	6 眞言宗 寺門派	6 眞言宗 寺門派	6 眞言宗 寺門派		13 眞言宗 眞言宗寺派	32 眞言宗 眞言宗寺派	21 眞言宗 眞言宗寺派
		7 眞言宗 眞言宗	7 眞言宗 眞言宗	7 眞言宗 眞言宗	7 眞言宗 眞言宗		14 眞言宗 眞言宗寺派	33 眞言宗 眞言宗寺派	
		8 眞言宗 古義眞言宗	8 眞言宗 古義眞言宗	8 眞言宗 眞言宗	8 眞言宗 眞言宗		15 眞言宗 眞言宗寺派	34 眞言宗 眞言宗寺派	
		9 眞言宗 眞言宗	9 眞言宗 眞言宗	9 眞言宗 眞言宗	9 眞言宗 眞言宗		16 眞言宗 眞言宗寺派	35 眞言宗 眞言宗寺派	
		10 眞言宗 眞言宗	10 眞言宗 眞言宗	10 眞言宗 眞言宗	10 眞言宗 眞言宗		17 眞言宗 眞言宗寺派	36 眞言宗 眞言宗寺派	
		11 眞言宗 眞言宗	11 眞言宗 眞言宗	11 眞言宗 眞言宗	11 眞言宗 眞言宗		18 眞言宗 眞言宗寺派	37 眞言宗 眞言宗寺派	
		12 眞言宗 眞言宗	12 眞言宗 眞言宗	12 眞言宗 眞言宗	12 眞言宗 眞言宗		19 眞言宗 眞言宗寺派	38 眞言宗 眞言宗寺派	
		13 眞言宗 眞言宗	13 眞言宗 眞言宗	13 眞言宗 眞言宗	13 眞言宗 眞言宗		20 眞言宗 眞言宗寺派	39 眞言宗 眞言宗寺派	
		14 眞言宗 眞言宗	14 眞言宗 眞言宗	14 眞言宗 眞言宗	14 眞言宗 眞言宗		21 眞言宗 眞言宗寺派	40 眞言宗 眞言宗寺派	
		15 眞言宗 眞言宗	15 眞言宗 眞言宗	15 眞言宗 眞言宗	15 眞言宗 眞言宗		22 眞言宗 眞言宗寺派	41 眞言宗 眞言宗寺派	
浄土宗	6 浄土宗	6 浄土宗	6 浄土宗	6 浄土宗	6 浄土宗	浄土宗	12 浄土宗	42 浄土宗	
	7 浄土宗	7 浄土宗	7 浄土宗	7 浄土宗	7 浄土宗		13 浄土宗	43 浄土宗	
浄土宗	8 浄土宗	8 浄土宗	8 浄土宗	8 浄土宗	8 浄土宗	浄土宗	14 浄土宗	44 浄土宗	
		9 浄土宗	9 浄土宗	9 浄土宗	9 浄土宗		15 浄土宗	45 浄土宗	
		10 浄土宗	10 浄土宗	10 浄土宗	10 浄土宗		16 浄土宗	46 浄土宗	
		11 浄土宗	11 浄土宗	11 浄土宗	11 浄土宗		17 浄土宗	47 浄土宗	
		12 浄土宗	12 浄土宗	12 浄土宗	12 浄土宗		18 浄土宗	48 浄土宗	
		13 浄土宗	13 浄土宗	13 浄土宗	13 浄土宗		19 浄土宗	49 浄土宗	
浄土宗	8 浄土宗	14 浄土宗	14 浄土宗	14 浄土宗	14 浄土宗	浄土宗	20 浄土宗	50 浄土宗	
		15 浄土宗	15 浄土宗	15 浄土宗	15 浄土宗		21 浄土宗	51 浄土宗	
		16 浄土宗	16 浄土宗	16 浄土宗	16 浄土宗		22 浄土宗	52 浄土宗	
		17 浄土宗	17 浄土宗	17 浄土宗	17 浄土宗		23 浄土宗	53 浄土宗	
		18 浄土宗	18 浄土宗	18 浄土宗	18 浄土宗		24 浄土宗	54 浄土宗	
		19 浄土宗	19 浄土宗	19 浄土宗	19 浄土宗		25 浄土宗	55 浄土宗	
浄土宗	8 浄土宗	20 浄土宗	20 浄土宗	20 浄土宗	20 浄土宗	浄土宗	26 浄土宗	56 浄土宗	
		21 浄土宗	21 浄土宗	21 浄土宗	21 浄土宗		27 浄土宗		
		22 浄土宗	22 浄土宗	22 浄土宗	22 浄土宗				
		23 浄土宗	23 浄土宗	23 浄土宗	23 浄土宗				
		24 浄土宗	24 浄土宗	24 浄土宗	24 浄土宗				
		25 浄土宗	25 浄土宗	25 浄土宗	25 浄土宗				

(3) 仏教の教え

。 お経とは？ — 成り立ちと内容 —

お経が記されるようになった時期はシャカの没後500年ほど経った2世紀であるとされています。初期の仏教の教団には「仏像を拝めば御利益がある」とか「お経を唱えると救われる」といった神秘的な部分はなく単に学問の成果をお経(仏典)として記録されたものです。

仏教にお経は欠かせないもので、葬儀・法事をはじめとする仏教行事では必ずお経が読みあげられますが、私たちの多くは意味が分からず、聞いているうちに眠くなる、といった印象を持っているのではないのでしょうか。お経の言葉は日本語でもないし、シャカが語った言葉をそのまま伝えるものでもありません。シャカの教えは長い期間にわたって師匠からの弟子へと口伝されている形で次々に文章化されてお経へとなりました。このようなお経はもとは古代インド語で書かれており、それが中国に伝わり、て古代中国語(漢文)に記され、古代の日本人はお経を日本語に訳さずに漢文を音読みする形で用いたのです。

お経の種類は軽く8万4千を超えるとされています。日本で最も重んじられるお経が「般若心経」です。それは仏の知恵を人々に教えるお経とされるもので、「空の境地について説いています。煩惱からくるすべての雑念を捨ててこだわりのない「空」を境地にいたるようにと「般若心経」は考えています。

「空」は偏りのない「中道」であり、それを悟った者は慈悲の心をもつてされています。この空の境地を学ぼうとして、日本では「般若心経」の写経がさかんに行なわれています。

般若心経「手本」

般若心経の写本。右側に「般若心経」とあり、左側に「南無妙法蓮華経」とある。写本の内容は、般若心経の全文である。

。 お寺とは？

お寺も神社も神聖な地とされています。しかしお寺は仏像と仏舎利を拝むところで、神社はそこに集まる多くの神々の霊をまつるところという違いがあります。日本のお寺ははじめ粗末な小屋から出発しましたが、6世紀末ごろ本格的な伽藍建築が誕生し、飛鳥寺が本格的な仏教寺院であることが確認されています。

お寺の本堂は本尊をまつる内陣と参拝者がお参りする外陣からなり、お寺の建物は参拝者が

気がぬなく入って拜めるように匂づかいをもてつくられたといわれています。

崇拝の対象

神社

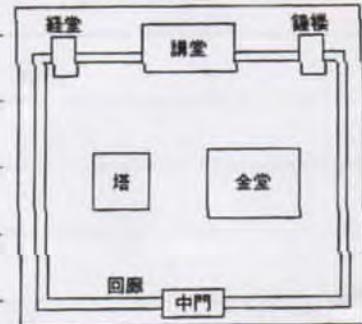
神殿の後方の鎮守の社などに集まる神々の霊
 神殿に御神体はあるが、それを拜むより多くの神々を信仰する気持ちが大切だとされる。

寺院

仏像と仏舍利

仏像は釈尊をかたどったもので本堂（金堂）にまつられる。仏舍利は釈尊の遺骨とされるもので仏塔にまつられる。

寺院のつくり



法隆寺の主要な建物の配置をあらわしたもので、建物の配置はさまざまだが、基本的には金堂(本堂)を中心に塔や講堂などの建物から構成されている。

。 仏像とは？ — 仏像のもたらす意味 —
 現在の日本の多くのお寺の本堂には本尊とされる仏像がまつられています。この仏像は寺院の中心となるもので、日本に伝わった大乘仏教では仏像には私たちの目に見えない宇宙の大きな力が宿っていると考えられています。私たち人間一人ひとりが「良心」や「知恵」と呼ぶべきものを持っていますが、仏教では仏教の力とこの良心は同じものに由来するといわれています。だから木や金属でできている仏像に対してただの物に頭を下げるだけでなく、意味があり ありがたいという気持ちになるのかもかもしれません。

1世紀にガンダーラで仏像が誕生した時代、釈迦如来像だけでしたが、人間は多様な願いや欲望を持つものでその種類や考え方があふただけ、仏像の種類や数が増えていったと考えられています。

仏像は以下の4つの種類に分けられます。この中の如来が最も尊い仏とされ、修行中で「もうすぐ」

悟りの境地に達する仏が菩薩です。

菩薩像

彌陀菩薩(彌勒菩薩)、弥勒菩薩、地藏菩薩、文殊菩薩、地持菩薩など



十一面観音像

菩薩とは悟りを求めて修行するものを意味し、悟りを求めつつも仏の行いを実行することで、すべての生き物の救済をする。その姿は出家前の釈迦(古代インド貴族の姿)がモデルで、さまざまな装身具を身につけ、華やかな姿が最大の特徴となっている。裾を高く縫いあげ、冠や飾り、長いスカートのような裾と、傘柄という長い布を身につけている。

如来像

釈迦如来、阿彌陀如来、彌勒如来、盧舍那佛、大日如来など



釈迦如来像

如来とは悟りを開いたものの、真理を悟ったものという意味で、仏像の中でも最高の境地に達した存在。ヘアスタイルは結髪という纏れ毛に、履物は袈裟一枚と下半身につける裾のみ。一切の装を纏っているため、装身具はつけておらず、簡潔な姿で表現される。ただし、大日如来は装身具をつけている。

天部像

梵天、帝釈天、四天王、毘沙門天、大梵天、弁財天、雷神天、摩羅力士、十二神将など



毘沙門天像

天部は古代インドで崇拝された神々で、如来や菩薩のボディガードとして、仏法を守護する役割を持つ。甲冑をつけて兜をかぶり、武器を手にしている「神将」と中国戦国のような服装をした「食糧天部」に大別される。仏教に帰依した女神もいたり、種類もさまざま。漢も性格もバリエーションに富んでいる。

明王像

不動明王、降三世明王、摩訶摩訶明王、大威徳明王、金剛夜叉明王、孔雀明王、能持明王など



不動明王像

明王は、神秘的な力をもつ真言(真言で集りのない言葉)によって、如来の教えに従わないものたちを懲え、強く畏懼を保持している。燃えさかる真を背に、髪を逆立てた忿怒の形相をしているが、その中にも慈悲の心を宿す。宝剣など武器を持ち、履物は菩薩とほぼ同じだが、宝冠はかぶっていない。

。 修行の内容

もともと修行の多くは混乱する世の中で無常感を抱く人が活路を見い出すべく取り組んできたもので、時代が変わっても厳しい現代を生きる私たちにも生きる上での道しるべとなるものがたくさんあり、そのいくつかを紹介します。

心静かに自分と向き合いたい
→坐禅

ステップアップしたい
→法話・瞑想・尼僧(僧)体験

すべてを忘れて何かに
没頭したい
→読経、写経、写仏

長い間達成感を感じていない
→坐禅、写経、写仏、滝行

修 おあそ

とにかくスッキリしたい
→読経、滝行

リラックスしたい
→瞑想、精進料理

行 すなん

集中して頭を空っぽにした
→読経、写経、写仏

がツンと喝を入れた
→坐禅、滝行

はすたな

? めに

体には自信がある
→坐禅、滝行

体によいとされるものに
惹かれる
→精進料理

心身の鍛錬を行いたい
→阿字観、瞑想、滝行

したことのない体験をした
→尼僧(僧)体験、
護摩行、滝行

新たな自分に出会いたい
→尼僧(僧)体験、法話

最近心も体も疲れて
いると思う
→精進料理、阿字観、
尼僧(僧)体験

写仏



仏さまのお姿を下絵をもとに書き写す。
一心に筆を運べば心も体もすっきり

経文を書き写す写経と同様に、手本をもとに仏さまを書く修行。手本となる下絵像を写すことがほとんどなので、大人も子供も一緒に取り組めて仏さまの世界をより身近に感じられるおすすめな修行だそうです。

法話



僧侶の話をおとして、ありがたい教えや生きるうえで役立つ知恵を探かる

住職や僧侶による仏さまの教えにのっとった講話を拝聴するもの。自らを空っぽにして内容を素直に受け入れる姿勢でのぞくと生きる上で役立つ考え方、知恵を授かることも多いといわれています。

尼僧(僧)体験



日常からしばし離れ、悩みや苦しみを取り除くために行われる修行

前向きなかたちから入る尼僧(僧)が体感できる修行。僧衣に身を包み1日を送ることで身も心も貴重な体験ができると思います。

護摩行



自らの煩惱を焼却し、患災・魔が近づくことを抑えることなどを祈願する

一切煩惱や悪業を焼き尽くし祈願成就を目指す修行。壇に本尊を安置し、炉に火を点じて護摩木をたき、手に印を結んで真言を唱えるもので火を目の前に自分向き合うものですが、熱さから逃れることのできない分、追か、厳しさは満点です。

滝行(水行)



激しい滝の水に打たれて精神統一。無我の中で自身を見つめ直していく修行

清らかな冷水で心身のけがれを落とし修行。祈願や祭りなどの前に行う水行は身のけがれを落とし、清めるために昔からよく行われていたことで一般の人々の間でも願掛けとしては有名なものです。

坐禅



姿勢を正して呼吸と心を整えることで悟りをめざす禅の基本的な修行

悟りの境地に向かうための禅の基本的な修行。6世紀初頭の中国で生まれたとされ、不安や不満、悲しみや怒りなどの様々な感情である煩惱に振り回されがちな日常生活で穏やかな心を保つために有効であるとされています。

阿字観



世俗を離れ姿勢と呼吸を整えながら瞑想することにより、心身の鍛錬を行う

平安時代に空海により、日本に伝えられたとする修行。人間の煩惱や欲を離れ、あるがままにこの世を眺めることを目指し瞑想する方法です。

瞑想



心を何かに集中することで、集中力が養われ、心に変化が訪れるとされる

基本的には何かに心を集中させる修行。集中力が養われると心の変化が起こるとされ、宗派により、手法や目指すところは多種多様です。数息観という呼吸をしながら数を唱え、それに意識を集中させるという方法があります。

写経



経文を書写する行為そのものに功德があるとされる。祈願成就としても行われる

経文を書き写す修行。供養・祈願のため、気持ちを整えるため、集中力を付けるためなど個々人の思いにより時代を超えて広く行われている修行です。

読経



経文を音読すること。暗誦が目的だったがのちに読誦自体に価値を認めるように

お釈迦さまの教えを伝えるための修行。仏教を後世につなぐ大切な目的のため、かつて三劫の弟子たちにより膨大な量の経典が読誦、暗記されていましたが、現代では読誦に対して癒しを求め、またその効果もあるそうです。

精進料理



肉魚類を使わずに、野菜や豆類、穀類を工夫して活かすよう調理された料理

食事は重要な禅修行とされ、禅寺では食事の前に食事に対する心がけや作法が唱えられていました。

食材を生かし、肉魚類を使わず野菜、豆、穀類を工夫して調理された精進料理は現在ではヘルシーさが注目されています。

— 精進料理を作ってみよう! —

。 夏薬味そうめん 作り方

- 材料(4人分) 1 しその葉、しょうがを細めの
、 そうめん(200g) 千切りにする。
、 (その葉(20枚) 2 かいわれは3等分にする。
、 しょうが(30g) 3 そうめんは沸騰したお湯に
、 かいわれ(2パック) 塩をひとつまみ入れ、少し固めて
、 ごま(少々) ゆでる。
、 塩(少々) 4 ゆであがたら水で洗って少し
、 こんがだし(200cc) 冷まし、水をよく切る。
、 しょうゆ(25cc) 5 4に薬味野菜をたっぷり
、 みりん(25cc) 混ぜごまを半分ほどすりおろして
ふりかける。
6 だし汁200cc、しょうゆ、みりんを
鍋に入れ火にかけて、沸いたら
火を止めて冷ます。
7 よく冷めただし汁をそうめんにか
けて出来上がり!

きゅうりの梅肉和え		作り方
材料(4人分)		1 きゅうりは1口大くらいの舌し切りにする。
きゅうり(2本)		
梅干し(3個)		2 ごまをすりつぶし、砂糖、しょうゆ、みりんを加えて混ぜ合わせる。
ごま(20g)		
砂糖(大さじ1)		3 種を取り除いた梅干しを2に入れてよく混ぜ合わせる。
しょうゆ(小さじ1)		
みりん(小さじ1)		4 3にきゅうりを合わせて出来上がり!
塩(少々)		

ほうれん草の白和え		作り方
材料(4人分)		1 ほうれん草は茎のついたまま沸騰したお湯に塩をひとまみ入れゆでる。
ほうれん草(1束)		
人参(150g)		2 人参は拍子切りにしてゆでて水で冷ます。
豆腐(1丁)		
しょうゆ(小さじ2)		3 豆腐は水気を絞り、しょうゆ、ごま、砂糖を入れてすりおろし白和えの元を作る。
ごま(大さじ1)		
砂糖(大さじ2)		
塩(少々)		4 3に1、2を入れて混ぜ合わせて出来上がり!



※ なすの漬物は祖母の手作り



家ではあまり料理をしないので、
セカったり、ゆでたりするのにとても
苦労しました。

これからはずしずつ家で手伝いを
しようと思います。



実際に食べてみて、感想は
いかに自分はいっそも味の濃い
物を食べているかということ。

味が薄い分、野菜そのものの
味がし、かりわかって食べる
ことができました。

3. 葬儀・法要・仏教行事の 基礎知識

本来仏教は葬儀と深い関係はもっておらず、仏教が葬儀
担うということ^{を定着したのは江戸時代のころだと}
いわれています。現在宗派や地域によって多少違いはある
ものの、仏教葬儀で一般に行われている儀式を紹介し封。

。 葬儀

医者か「ご臨終です。」というのは医学的な死の確認
です。葬儀とは大事な人を失う心の痛みを死者の
冥福を祈る気持ちに変えていく儀式ともいえます。

本来葬儀と告別式は2つの別々の儀式で、葬儀式と
呼ばれた儀式では死者を成仏させ、あの世へ送るものと
して家族などの身近な人によって営まれていました。
告別式は縁のある人たちが焼香や献花をし別れを
告げるものでした。現在ではその2つが時に区別を
つけることなく営まれています。

。 供花

ミヤカの誕生から涅槃に至るさまざまな場面において、
天からいろいろな種類の花が降り注いだといわれた
ことから仏教では花は供物として欠かせないものにな
ったそうです。また香りを捧げることで悪霊から
守るために供えられるようになったともいわれて
います。

。 焼香

死者は死出の旅路中、香しか食べられない存在になるといわれています。だから香を焚いて供養するのが焼香です。焼香の回数ややり方は宗派によってさまざまです。

通夜・葬儀で欠かせない焼香の作法

- ① 遺族に一礼してから祭壇に一礼 ② 焼香台の前で合掌



- ③ 抹香をつまんで額におしいただく ④ 抹香を香炉にくべる

※浄土真宗では抹香をおし
いただくずに香炉にくべる



● 焼香の回数は？

宗派によって1~3回とさまざま。
3回が天台・真言。2回が浄土真宗大谷派。浄土真宗本願寺派と臨済宗は1回。ただし焼香者が多く混み合っている場合は、いずれの宗派であっても心を込めれば1回でもかまわない。

- ⑤ 合掌一礼の後、下がる

。 法要

供養食を設けて教えを開き、仏や菩薩や祖先の霊を供養することを法事といいます。法事は残された者にとって大きな意味を帯ち、身近な人を失った心の痛みは死者の幸福を祈ることで癒されます。

。 初七日

人は死ぬと現世でもない来世でもない中途半端な世界に入り込むといわれています。この期間は

四十九日あるといわれ、人間の目には見えない意識だけの存在になって旅を続けていき、7日目に生前の罪が裁かれ、これを7日ごとに7回受けることとなります。最初の7日目なので初七日といひ。

。 四十九日

初七日が終わり、旅を進めると大きな川にさしかかりこれを三途の川と呼んでいます。これを渡り、最後の49日目の裁判で次の行き先が決まると言われています。四十九日はこういったことからも供養もより丁寧に行なうのです。

。 四十九日以後

四十九日をもって次の行き先が決まるのだから法事はそこで終わっていいはずですが、遺族の気持ちからそれではすまず、一定期間ごとに法事が行なわれるようになったといわれています。

月忌とは月ごとにめぐってくる命日で、祥月命日とは毎年のとくなくなった月日のことをいい、これらに合わせて50回忌あるいは100忌まで行なわれています。

。 法要以外の仏教行事

、 節分

本来暦の上で節分は24回あるのですが特に作物の育つ立春の前日を節分というようになりました。豆は「魔滅」に通じる言葉から鬼を追い込むために用いられるようになったと言われています。

、 彼岸絵

春分(3月)と秋分(9月)に寺やお墓をお参りする日本独特の行事。彼岸とは迷いの岸である此岸に対する言葉で悟りの岸という意味です。

盆踊り

シャカの弟子の1人であるマウドガルヤヤが、死んだ母が餓鬼道に墜ちて苦しんでいる姿から救うことができたとき、感極まって踊り出した話が日本では平安時代に伝わり室町時代には現在に近い形になったと言われています。

大みそか

1年の最後の日は大みそかまたは除夜とも呼ばれ、過ぎた1年を除く、鬼などを追い払う意味から来ています。除夜の鐘は108回突かれますがこれは煩惱の数を表し、1つずつ煩惱を取り除くことを意味しています。インドでは108という数字が特に重要視され、数珠の数が108個あるのもそのためです。

ふだんなにげなく行なわれている
行事も仏教が関係していることが
わかりました。



中陰 — あの世界の四十九日の旅

1 死者はまず「死出の山」のすそ野を歩いていく



3 初七日がすぎると三途の川を渡る



5 以後7日ごとに審判を受け、49日目に六道のどこに輪廻するのかが衆山王によって決定する (=四十九日)



2 7日目に衆山王のもとで初めて生前の罪が裁かれる (=初七日)



4 死者の遺物をはがした尊衣婆から運ばれた遺物を懸衣鬼が衣鐘樹にかけ罪の重さを量り、死後14日目の審判を担当する初江王に報告する



忌日と法要・早わかり

主な法要と忌日

名前	とくになった日 を過ぎた日数	法要の内容
初七日	7日	近親者・知人を招いて法要。最近は告別式と同様に済ませる例が多い
二七日	14日	道場・近親者のみで行なうことが多い
三七日	21日	道場・近親者のみで行なうことが多い
四七日	28日	道場・近親者のみで行なうことが多い
五七日	35日	道場・近親者のみで行なうことが多い。忌み明けを行なう宗派もある
六七日	42日	道場・近親者のみで行なうことが多い
四十九日 (七七忌)	49日	近親・知人を招いて行なう忌明けの法要。日本の仏教を菩提寺に納め、本位牌を仏壇に供える
百か日	100日	近親・知人を招き法要
一周年	満1年目	近親・知人を招き法要
三周年	満2年目	近親・知人を招き法要
七周年	満6年目	近親・知人を招き法要
十三周年	満12年目	近親・知人を招き法要
十七周年	満16年目	近親・知人を招き法要
二十三回忌	満22年目	二十三回忌から五十回忌で法要を終え、本代供養とする
三十三回忌	満32年目	二十三回忌から五十回忌で法要を終え、本代供養とする
三十七回忌	満36年目	二十三回忌から五十回忌で法要を終え、本代供養とする
五十回忌	満49年目	二十三回忌から五十回忌で法要を終え、本代供養とする
百回忌	満99年目	通忌は行なわない

4. こんなところにも！

身の回りにおける仏教用語

(1) 日常よく聞く・よく使う仏教語

- ・ 喝 ... 原則的には「カーッ！」というが、
一般的には叱りつけることを一喝とい
います。修行僧を励ますための声
- ・ 地獄 ... 地下にある牢獄の意味。奈落迦
(奈落)が原語です。出口のない苦しみ
の世界という意味で地獄の王は閻魔で、
死者の生前の罪を審判しそれに応じて
責め苦を与えるといわれています。
日常語としては、一度聴いたら忘れ
ない人や人の秘密を素早く聞きつける
ことを「地獄耳」というのに使われてい
- ・ 誤解された仏教語
- ・ 縁起 ... 私たちがごく自然に「縁起がいい」
「縁起でもない」といった言葉を使っ
ていますが、縁起という言葉はもともと
お釈迦さまの教えを示したもので正しくは
「因縁生起」といって、あらゆる物事は
原因があってそれに縁(条件、環境)が
働いて起こるという意味であり、縁起は
この世の中に存在するものはすべて互いに

関わり合っていて独立して存在するものは一つもないというお釈迦さまの世界観の中で生まれた言葉がいつの間にか幸・不幸を作り出す迷信的な言葉として用いられるようになってしまいました。

我慢 … 我慢とは耐えることの意味で使われていますが、もともとは煩惱の一つで、強い自我意識から起こる慢心のことで自我に固執した迷いの心を意味しているので決していい意味で使われるものではありません。

退屈 … もともと「退き屈する」ということから修行が厳しいために退き屈服してしまうことでした。そこから疲れて嫌になるという意味に変わり、現在のように「暇であきあきする」「暇で苦しい」といった用いられ方をするようになったそうです。

○ 意味が変わってしまった仏教語

諦める … 一般には仕方がないと断念することですが、仏教語としては、ものごとの道理を明らかに知るということで、苦しいときに何もせずに投げ出すのではなくその悲しみの姿と原因と解決方法などを正しく知るという

仏道においても重要な態度なのです。

大事... 私たちは重要なこと、出来事の意味で使いますが仏教語としては修行して悟りを開くこと、あるいは仏がこの世界に出現した意味や修行の目的などを指します。

(2) 生活文化をいろいろる仏教語

。 食に関する言葉

・ シャリ... お釈迦さまの遺骨のことを舍利、あるいは仏舍利といひ、お釈迦さまの遺骨は当初8つに分けられたがその後信仰のために無数に分骨され続け、非常に微細な形状となっしまい、そのために米粒と似ていると表現され、米粒のことを「シャリ」と呼ぶようになったといわれています。

・ 善哉 (ぜんがい)... 善哉は「すばらしい」を意味する言葉で、仏が弟子の言葉に賛成の意を表すときに「それでよい」といった意味で用いられる仏教語でした。小豆と砂糖を使った汁物を食べた僧があまりのおいしさに「善哉」といったことがそのはじまりとされています。

- ・ お寺とお坊さんにまつわる仏教語
- ・ 和尚...住職に向かって声をかけるとき、宗派によつてそれぞれ呼び方があり、様々なものがあります。「和尚さん」もその一つで宗派より、「おしょう」「かしょう」「わしょう」といいますが、いずれも仏法の師のことを指す言葉です。

- ・ 老師...学問と修行に長じられた老僧に対する敬称で、単に年齢を経たお坊さんを指すのではなく、後継者や修行者を指導される力量のある僧を老師と尊敬をもちて呼びます。

(3) 仏教に関することわざ

- ・ 馬の耳に念仏...ありがたい念仏を唱えて聞かせてみても馬はそのありがたさを理解できず、忠告や助言、注意や警告などいくら説いてみても流すだけでまったく通じず効き目がないという意味。
- ・ 鬼に金棒...鬼という恐ろしくて、こわい者に金棒をもたせるとは、もともと強い者にさらに強みを加えること。強い

上にもさらに強みがか上乗せされれば
こわいものがなくどんなことでも思い
通りに行く、うまく事が運ぶという意味

、 仙の顔も三度まで... どんなにおとなしくやさしい人で
あっても無理や無法なことをたび
たびされればついには怒るという
意味でいくら円満な仏様でも
悪行を三度もされてはたまらない
というところからきていることわざ。

、 聞いて極楽、見て地獄... 聞くだけではあたかも
極楽のように素晴らしいことの
ように見えても、実際に見て
みると地獄のようにひどく、
外見と実際は大違という意味。
聞くとは人づてに知ることで、
見るとは自分自身で知るこ
うこと。

いろんな宗派というのは自分が自分でよかったと思えるものがそもそも始まりなので、辿り着く願いは同じと考えていいでしょう。

供養についてはお経は 7311 巻あるとされ、そのどれにするかはその宗派によって決めていくもので、供養にも多少の違いがあるという解釈になります。しかし、お経は亡くなった方に聞かせるのではなく、生きていく方々のご縁として唱えていくものなのです。わかりやすく言うと、お経が縦系とすると人間は横系の役目があり、人間の考え方、思いによっては緩んでしまうということです。

医療の進歩でよみがえる、死ぬことのない時代がやってきたとしても仏教自体にそのような解釈をする考え方はないので仏教の考え方に変わりが来ることはありません。

よく初詣やお参りに行くと、まつられている神様やご先祖様に対してお願い事をする人がいますが、これは大きな間違い！お願い事をすることは大変無礼なことなのです。ですから「昨年も無事に過ごせました。新年を迎えられたことにありがとうございます。」と感謝の気持ちを伝えましょう。お墓参りも同じです。ご先祖様に感謝の心で手を合わせてください。そうするときっとあなたの気持ちが十分につたわることでしょう。

祖父のお参りに来ていただくごとには私は疑問に
思うことや仏教について色々とはずねました。
そのたびにわかりやすい言葉でていねいに教えて
くださり、身近でおこっている出来事や仏教に
関するお話もたくさん教えていただき、とても
勉強になりました。

浄土真宗大谷派東本願寺豊原寺の和野住職様
本当にありがとうございました。



6. まとめ-調べてわかったこと-

今回「盲亀浮木」という寓話から始まった私の調べる学習は仏教独特の用語の多さと難しさに頭を悩ませることが多かったのですが、調べれば言調べるほど「そうなのか!」とうなずける内容も多くとても勉強になりました。

仏教の教えはせくなったものがどうなっていくのか。ということよりも生きていくこと、生かされていることについての内容の方がすごく重要で私は祖父がせくな、て泣いてばかりいました。そして祖父はこの先どうなってしまうのだらうかということばかり考えていましたが、仏教について学ぶことを通して、今の自分がどうあるべきか。今を精一杯生きるということの大切さがよく分かり、祖父の供養をしながら自分自身しっかり生きていこうと強く思いました。

— 調べてわかったこと —

。 仏教は私たちの身のまわりのあらゆる場面で関わりを持っていて、いること! (例える言い回しがたくさんありました。)

。 せくな、た人への供養も大切だが、今を生きることの大切さの方が重要であるという仏教の教え



人間として生まれることはめったにない=有ることが難しいという意味から「有難い」という言葉ができたそうです。どんなときでも誰に対しても素直に「ありがとう」と言える人間になりたいです。

7. 参考文献

今回はまずシャカが仏教を開くまでの道のりをよく知るためにわかりやすく書かれている「ひろさちや仏教コミックス」というシリーズ化されている本から読むことを始めました。マンガで書かれている部分が多く、とても読みやすく興味をもって調べ続けることができました。

お坊さんからお借りした「花すみれ」という冊子も仏教についてのたとえば身近なお話や大事なことからわかりやすい言葉で書かれていました。

その他テレビのドキュメンタリー番組も見ました。宗教については本だけでは読みとれない部分もあったので、実際に映像を通して見ると理解できました。

参考・引用文献リスト (本を参考にした場合)

作品名:
あなたの名前:

NO.	著者名	書名	出版社名	出版年	ページ	図書館名 とせいきゆう 記号
1	ひろさちや	おシヤカさまと 弟子たち 1	すずき出版	1990.10		恵庭市立 図書館
2	同上	おシヤカさまと 弟子たち 2	同上	1991.1		同上
3	同上	おシヤカさまと 弟子たち 3	同上	1993.1		同上
4	同上	おシヤカさまと 弟子たち 4	同上	1994.9		同上
5	同上	おシヤカさまと 弟子たち 5	同上	1995.12		同上
6	同上	おシヤカさまと 弟子たち 6	同上	1996.6		同上
7	同上	若き日の おシヤカさま	同上	1989.7		同上
8	同上	おシヤカさま 最後の旅	同上	1989.4		同上
9	同上	おシヤカさまの悟り	同上	1989.10		同上
10	同上	仏教の質問箱 1	同上	1993.7		同上
11	同上	仏教の質問箱 2	同上	1993.10		同上
12	同上	仏教の質問箱 3	同上	1994.12		同上
13	同上	まんが仏教死に方相談	同上	1997.3		同上
14	同上	先祖供養のはなし	同上	1991.4		同上
15	同上	宗派のはなし	同上	1997.9		同上
16	同上	仏像のはなし	同上	1997.9		同上

参考・引用文献リスト (本を参考にした場合)

作品名:

あなたの名前:

NO.	著者名	書名	出版社名	出版年	ページ	図書館名 とせいきゆう 記号
1	井上 順孝	図解 雑学 宗教	ナツ×社	2011.5		恵庭市立 図書館
2	木林 達也	14歳の世渡り術 神さまってなに?	河出書房 新社	2009.6		同上
3	丸山 昭雄	わが家の仏教 なるほど事典	実業 日本社	2001.2		同上
4	田中 治郎	面白いほどよくわかる 日本の宗教	日本 文芸社	2005.6		同上
5	武光 誠	図解 仏教の不思議が よくわかる本	PHP 研究所	2009.2		同上
6		仏教語 おもしろ 雑学事典	大法輪閣 編集部	2011.3		同上
7		仏教 キリスト教 イスラム教 どこが違うか	大法輪閣	1991.10		同上
8	植西 聡	「いいこと」が「いい」 起こる「グッド」の言葉	王様文庫	2010.12		同上
9		修行体験 & 宿坊	ぴあMook	2013.2		同上
10		判例 大法 平成25年版	有斐閣			同上
11		花すみれ	真宗大谷派 大谷婦人会	2012.12		住職より 借用
12		花すみれ	同上	2013.11		同上

