



“心”の持ち方

学校法人四天王寺学園
理事長

瀧藤 尊淳

本年4月に理事長に就任いたしました。皆様のご協力をいただきながら、重責を全うすべく務めてまいりたいと存じますので、よろしくお願い申し上げます。

さて、人生を積極的に生きるとは、自分の理想・夢・目標を実現するために努力・邁進することです。しかし、今の若者からそのようなバイタリティを感じる事が少ないように私は思います。その背景には長引く不況の影響もあるとは思いますが、「フリーター」や「ニート」という言葉があたりまえのように使われ、自分が何をやりたいのか分からない若者も多

いようです。そこで、心の持ち方を少し変えてみることをお勧めします。不思議なもので、人がもし、消極的な心で与えられた仕事を受け身で行って行けば、その仕事は楽しくもおもしろくもないでしょう。でも、心の持ち方を変えて、同じ仕事を自分なりに工夫して行い、それによって成果があがれば楽しくなり、どのような事にも積極的にポジティブな気持ちで臨めるようになるのです。

また、人間は何かを始める際に先入観で物事を判断しがちですが、自分の思い込みやイメージを捨てることが大切です。とらわれのない心で取り組んでこそ、公平で正確な判断ができるのではないのでしょうか。

思うような結果がでないときや物事がうまく運ばないとき、心の持ち方を少し変えるよう心がけてください。また、違ったものが見えてくると信じます。最後に沢庵和尚の教えをご紹介します。筆をおきます。

“心こそ心迷はず心なれ 心に心 心許すな”



礼拝と和の精神

日本学科専任講師

桃尾 幸順

私は平成10年から15年ほど礼拝（仏教Ⅰ・Ⅱ）の導師を主に担当してきました。礼拝には毎年千人以上の学生が参加するわけですから、私は今まで非常にたくさんの学生と関わってまいりました。このことはとてもありがたいことだと思っております。

私はこの礼拝のもっとも大事なことは、参加している全員でつくり上げていることだと思います。礼拝は大講堂で一回生の全学生と職員の皆さんとほとんどの先生方が一堂に会して行われます。総勢1400人もの人数で瞑想し、読経し、聖歌を歌います。これだけの人数で何かを行うためには、参加者全員の協力が必要です。瞑想の場合一人の人間が騒いだとしても、

その厳粛な雰囲気は失われてしまいます。ですから皆で静かで落ち着いた瞑想を行うことは、とても難しくそれゆえ素晴らしいことだと思います。本学の学生と教職員の皆さんはそれを実行することができるのです。これは「和を以て貴しとなす」という本学の学園訓でもある聖徳太子の教えの実践でもあります。「和」を貴ぶ気持ちがあるからこそ、皆で心を合わせて瞑想を行うことができるのです。

「和の精神」に基づく実践は、読経や聖歌にも当てはまります。皆で声を合わせて読経し、聖歌を歌うことは、皆で協力してお経や歌をつくり上げることなのです。講話を聴いて小レポートを書くということも、「和の精神」の実践です。同じ場所で同じ時間に同じ話を聞くことで皆の心は一つになり、そこで書かれる小レポートは個性の体現であっても全体で調和しているのです。それも一つの「和」のかたちなのです。

仏教Ⅱでは写経も行います。皆で協力してより良い「和」をつくり上げていきましょう。

野中寺での座禅会 —「仏教実践演習」学外実習—

今年度から開講した共通教育科目「仏教実践演習」では、6月1日(土)に大学に近い聖徳太子ゆかりの野中寺において学外実習を行いました。「仏教実践演習」は、仏教Ⅰ・Ⅱで行った瞑想・写経をさらに実践的に深める授業で、その一環としての実習です。

今回は野中寺様のご理解ご協力により、初めての学外実習となりました。参加者の中から、日本学科の根岸那々子さん、眞茅澤さんのお二人が、身近なお寺での貴重な体験を次のようにレポートしてくれました。(矢羽野 隆男)

私たちは6月1日、野中寺で行われた座禅会へ行きました。藤井寺駅から通学している人はわかるかと思いますが、野々上のバス停を降りてすぐにある、「中の太子」とも呼ばれているお寺です。

まず初めに方丈に入り、前任職である名誉住職さんのお話を伺いました。お話は野中寺の歴史についてでした。野中寺は聖徳太子の命により蘇我馬子が造営したそうです。

今は高野山真言宗のお寺ですが、明治時代までは律宗のお寺で、野中寺勸学院と呼ばれる僧侶の学校として全国に名を知られ、各地の僧侶が修行に訪れたそうです。また、天然記念物の山茶花の木があったり、歴史も由緒もある立派なお寺でした。

お話の後は、本来の目的であった座禅の時間です。あまり聞きなれない「羅漢さま」をお呼びするお経や、皆さんもよく知っている般若心経などをお唱えしてから瞑想に入りました。瞑想中は、すぐ近くに車の多い通りがあるというのに本当に静かでした。風の音、鳥の声、庭の草木のざわめきと、心を穏やかにしてくれるような音ばかりです。外の車の音も聞こえてはきましたが、なぜか自然



の音のほうか瞑想の場に満ち渡り、不思議な静けさを感じました。また瞑想していた時間は、体感的にはとても速く感じました。

瞑想が終わった後、僧坊の内部を特別に見学させていただきました。

若い僧が使っていたという宿舎「比丘寮」です。

中は四畳半ほどで、文机があるだけの部屋がいくつもありました。昭和の時代に電球が取り付けられたそうですが、それまではロウソク一本の灯りで過ごしたのでしょうか。「蛍雪の功」という言葉がありますが、それを体感できそうな場所でした。比丘寮から見える庭には大きな、天然記念物の山茶花の木がありましたが、すでに枯れてしまったらしく、大きな木なのに存在感が感じられませんでした。

僧坊内の見学が終わった後、寺内を散策しました。そこには、人形浄瑠璃のお染久松の元の話となった本家本元のお染久松のお墓がありました。近年になって墓地を広げられたそうで、ほかのお墓と混ざって違和感がなかったのですが、お墓が拡張される以前は竹林の中にひっそりと隠れるようにあったそうで、その頃の佇まいも見てみたかったなあと思いました。また、境内に残っている塔跡の塔礎は、1000年以上前から残っているのだと思うと感慨深いものがありました。この塔礎の石には亀の姿が描かれており、この亀はことわざの「鶴は千年、亀は万年」のように、いつまでも塔が立っていて欲しいと願って描かれたのではないかと私は思っています。

最後に住職さんへの質問を行いました。この僧坊にあった欄間が、実は虫食いの木を利用して制作されたものであることなどもお聞きし、私たちの疑問にも詳細に答えてくださって、非常に有意義な時間を過ごせました。

今回はとても貴重な体験をさせていただき、大変喜んでます。次の機会があれば、またぜひ参加させていただきたいと思います。



平成25年度 夏学期「仏教Ⅰ」を振り返って

1 Semester生を対象とした「仏教Ⅰ」は、瞑想と講話を中心に、読経・聖歌斉唱等を行う本学の特色ある実践的な授業です。今年度の夏学期は西岡学長、瀧藤理事長に続いて本学教員が順次、瞑想や礼拝に関わる講話を行いました。

第7回目には四天王寺の和宗仏教青年連盟の山岡武明代表をお招きしてご講話をいただきました。聖徳太子の精神を受け継ぐ和宗の青年僧侶によって結成されたこの連盟は、社会奉仕・教育育成・地域交流などを通じた衆生救済を目的とされています。

山岡先生は「和宗仏教青年連盟の取り組み」という題で、同連盟が行った東日本大震災の被災地での慰問、犠牲者への法要、被災者の生活支援のための物産展、被災地の「今」を伝える写真パネル展などの活動についてお話くださいました。

僧侶として「何を伝えるのか」を明確に伝えることを意識して活動されていると語られるとおり、「三回忌を過ぎても道ができただけで、街は復興されていない」「福島=原発事故と思われるが、相馬では津波で亡くなった方々もあったことが報道されていない」など、体験に根ざしたお話はたいへん印象に残りました。

詩人 杉本平一に「生」という詩があります。「ものを取りに入って 何を取りに来たか忘れて戻ることがある 戻る途中でハタと思ひ出すことがあるが その時は素晴らしい 身体が先にこの世に出てきてしまったのである その用事は何か いつの日か思い当たることのある人は 幸福である 思い出せぬまま 僕はすすごおの世に戻る」

山岡先生はこの詩を紹介され、「我々は〈多くの人を幸せにしてくる〉という用事を、生まれてから忘れていないのかもしれない。」と結ばれました。(矢羽野 隆男)

第3回 卒業生インタビュー

仕事に生かされる講話

話し手：辻岡 紗織（つじおか さおり）さん 平成23年3月 短期大学部保育科 卒業
社会福祉法人 南河学園附属国分保育園（大阪府柏原市）勤務 保育士
聞き手：桃尾 幸順（仏教I・II 講師・日本学科講師）

講話で学んだこと

礼拝の時間で印象に残っているのは、まずは講話ですね。講話ではいろいろなお話をお聞きしましたが、普段なかなか聞くことができない貴重なお話であったと思います。普段の生活の中で仏教の教えに触れることはあまりありませんし、書物などでみたとしても難しく理解するところまではいっていませんでした。礼拝の講話では、先生方がわかりやすく説明してくださったので、「ああこういう意味だったのか」という新たな発見のようなものがありました。私が現在勤めているところも仏教保育園で、月に一回礼拝の時間があります。礼拝は近くにお寺がありますので、皆でお寺へ行って、正座で理事長先生のお話を聞きます。その内容は月ごとに例えば「和顔愛語^{わげんあいご}」のような言葉が決められていて、その言葉の意味をわかりやすく説明してください。私たち保育士も子どもたちがその言葉にしたがってすごせるように指導します。わかりやすくと言っても仏教の話は小さな子どもにとっては難しいかもしれません。しかし私自身の経験から言ってもこういったお話は意外と記憶に残るものなのです。記憶の隅にさえ残っていれば将来役立てることが可能になります。そして仏歌も歌います。例えばお花祭りの月の4月ならば「お花祭りの歌」を皆で歌うのです。この礼拝には2歳児から参加します。さすがに2歳児は途中で眠くなったりしますので、その場合は抱いて外に連れ出したりもしますが、3歳児から5歳児までの子どもたちは、交通安全や非常災害の話も含めてほしい50分間の礼拝に真剣に取り組んでいます。私は今2歳児の担当なので、礼拝の中では仏歌を歌うことと、合掌させることを中心に教えています。合掌は仏歌を歌う時以外に食事の前にも行いますので、2歳児であつても多くの子どもはきちんと正座して合掌できるようになります。

利他の精神について

私が仏教の保育園に勤めることになったのはたまたまです。特に仏教の保育園を希望したというわけではありませんが、実際に勤めてみると、学生時代に仏教を学んでいたことは役に立っていると思います。先ほどお話したように、月に一度の礼拝で理事長先生がお話しになる内容も理解しやすくなっていますし、理解していればそれを子どもたちに教えることも容易になります。また仏教には「利他の精神」という、他の人に役立つことを積極的に行うという考え方がありますが、これは素直に納得できます。保育士という仕事柄もあるでしょうが、子どもたちのお世話をしたり、教えたりすることで役に立てることは、自分にとって嬉しいことでもあります。これは単なる仕事ではなく、子どもたちに奉仕しているという感覚なんです。このような気持ちは子供たちにも伝わっているようで、困っている子がいると年上の子が声をかけて助けてあげるといふ場面をよくみます。兄弟で入園している子が多いこともあるでしょうが、思いやりのある子どもが多いように思えます。

礼拝で得たもの

瞑想

瞑想は学生時代には一つの生活習慣になっていました。礼拝の時間や授業の前に行くだけではなく、緊張をほぐしたり、集中しなければならなかったり

するときには、自主的に瞑想を行っていました。これは私だけではなく周りの学生もそうでしたから、自然に行っていたのだと思います。卒業してからは周りの人が瞑想をしているわけではないので、瞑想の形は取りませんが、何事をするにも一呼吸おいてから行うようになりました。子どもたちを叱る時にとどき感情的になってしまうこともありますが、一呼吸おく習慣のおかげで落ち着いて叱ることが容易になりました。



写経について

私はもともと書道を習っていたので、写経は楽しかったです。写経をすることで般若心経をほとんど覚えることもできました。現在も保育園の行事でたまに般若心経の読経を聞く機会があるのですが、学生時代に唱えていたものと違う部分に気付くことがあり、まだ般若心経を覚えていることが自分でも分かります。

礼儀について

私は学生時代、クラブに入っていないし、アルバイトもしていませんでした。ですから礼儀に関しては少し不安があったのですが、IBUは礼儀を重んじることを学園訓の一つにしているだけに礼儀指導に熱心で、授業や実習指導などで、電話のかけ方などのマナーを厳しく教えていただけました。おかげで礼儀に対する意識は今でも強く、礼儀作法の本を読んだり、例えばお客様にお茶をお出しする場合でも、礼儀を意識するようにしています。

聖歌について

聖歌は「父母の歌」と「三帰依」が印象に残っています。「三帰依」の歌は他の仏教系大学出身の友人も知っていたので驚いたことがあります。それ以外の聖歌も保育科の学生は皆、真剣に歌っていました。私は今、同じ曲ではないですが、子供たちに仏教の歌を教え、いっしょに歌っていますので、大学で聖歌を歌っていてよかったと思います。

積極的に学ぼう

最後に後輩たちに何かアドバイスを!

「楽しむときは楽しむ、勉強するときには勉強する。」という切り替えが大切だと思います。私達の学年は今でもそうですが、遊ぶときにも全力で遊んでいました。だからこそ勉強や仕事にも全力を尽くせるのです。そして、いろいろなことに挑戦してほしいです。勉学の面でも、興味が少しでもあれば積極的に色々な授業を受けてほしいと思います。授業では様々な知識を得ることができますし、それが将来役に立つ場合もあります。私は社会人になって、いろいろな授業を取っておいてよかったという思いが強くなりました。ぜひ皆さんも積極的にいろいろな授業で学んでください!

夏学期「仏教I」 講座内容

- | | |
|---|---|
| 1 桃尾 幸順 先生・矢野野 隆男 先生 「礼拝説明」 | 7 山岡 武明 先生 「和宗仏教青年連盟の取り組み」 |
| 2 学長 西岡 祖秀 先生 「建学の精神 - 「こころえ手帳」 によせて」 | 8 兼子 恵順 先生 「四弘誓願 - 利他の誓い」 |
| 桃尾 幸順 先生 「授戒オリエンテーション」 | 9 南谷 恵敬 先生 「三帰依について」 |
| 3 毛受 矩子 先生 「学生支援メッセージ」 | 10 原 祐子 先生 「仏教聖歌 - 声を合わせて歌うよろこび」 |
| 矢野野 隆男 先生 「学園訓 - 「和」を実現するために」 | 11 藤谷 厚生 先生 「懺悔文 - 日々の行いを正し、省みる心」 |
| 4 桃尾 幸順 先生 「瞑想 - 心を整える楽しみ」 | 12 上績 宏道 先生 「開経偈 - お経を読む心構え」 |
| 5 理事長 瀧藤 尊淳 先生 「仏教について」 | 13 南谷 美保 先生 「仏像を知ろう - 仏様に会いに行くとは?」 |
| 6 井川 好二 先生 & 学生 (奥村和樹さん、川野明日香さん、金井悠香さん) | 14 藤谷 厚生 先生 「般若心経 - 心を空にして、智慧を活かす」 |
| 「カンボジアでのボランティア活動」 | 15 源 健一郎 先生 「回向文 - 私のためはあなたのため、あなたのためは私のため」 |

聖徳太子ゆかりの地をめぐる

— 叡福寺（太子町太子） —

古市駅からバスで通学している学生の皆さんも多いことでしょう。長野線の隣接駅である喜志駅から、東へバスで10分ほど、足を伸ばしてみませんか。「太子前」のバス停で降りると、そこに「上の太子」と呼ばれる叡福寺があります。住所名は「南河内郡太子町太子」で、まさに「太子」尽くしなのですが、もちろんこれは、聖徳太子に深いゆかりのある叡福寺が、ここに所在することによります。

叡福寺は、前号で紹介された「中の太子」野中寺に、「下の太子」大聖勝軍寺を加えて、「河内三太子」と並び称されます。叡福寺は大阪中心部からもっとも離れていますが、推古30年2月22日（旧暦・西暦622年）に薨去された聖徳太子の御陵（お墓）が護持されており、今も多くの参拝者が訪れます。

太子の御陵は磯長墓と称され、太子の前日に亡くなったとされる妃、膳部善岐岐美郎女と、その二ヶ月前に亡くなっていた母后、穴穂部間人皇女がともに葬られています。

バス停を降りて、最初に目にするのは「聖徳皇太子磯長御廟」と刻まれた大きな石標でしょう。御陵は、



叡福寺北側の最奥部にありますから、まずは石段をのぼって南大門をくぐり、境内の諸堂にお参りしましょう。

叡福寺の伽藍は、

東大寺を創建したことで知られる聖武天皇によって整えられたと伝わり、歴代天皇の御幸や、日本仏法の祖である太子の遺徳を偲んだ高僧、



空海・親鸞等の参拝も相継ぎました。しかしながら、織田信長による兵火でほとんどの伽藍が焼失してしまい、現存する諸堂は慶長年間（17世紀初め）以降に再建されたものです。

境内に入ると、左手に多宝塔、その奥には金堂があります。金堂には、叡福寺の本尊である如意輪観音像の他、四天王・不動明王・愛染明王の諸像が安置されています。聖徳太子は如意輪観音の化身としても尊崇されていました。その並びにある聖霊殿（太子堂）を過ぎると、正面に再び、石段とその上に築かれた門が現れます。御陵を守護する多聞天と持国天の二天が祀られる二天門です。

二天門をくぐると、いよいよ磯長墓に参拝することになります。緑豊かな墳丘の手前には、横穴式石室の入口を覆うために、唐破風の屋根を持つ御霊屋が配置されています。太子は生前に、この磯長を陵墓の地として定めていたとも伝わります。都心の喧噪から離れて、御陵の前にたたずむと、時の流れを越えて、自らの生と死を見つめた太子の思いに、私たちも気持ちを馳せることができるように思います。（源 健一郎）

仏教のことば

— 菩薩 —

日本の寺院には、お寺の本尊として、沢山の仏さまが安置されていますが、その中には観世音菩薩や地藏菩薩といった菩薩とよばれる仏さまが見られます。菩薩とは、サンスクリット語のBodhisattva[ボーディ・サットヴァ]の漢訳語です。Bodhi [ボーディ]は、仏の悟りを意味し、音写されて

「菩提（ぼだい）」と書かれます。また、Sattva[サットヴァ]は、衆生（しゅじょう）とも、有情（うじょう）とも訳語されますが、これは「いきとしいけるもの」を意味します。これを音写して、薩埵（さつた）とも表記します。ボーディ・サットヴァという言葉は、本来音写されて「菩提薩埵」と漢訳表記されるのですが、さらにこれを簡略して、菩提の「菩」と、薩埵の「薩」を合成させて造られたのが、「菩薩」という言葉なのです。大乘経典には、沢山の菩薩が悟りを求めて修行し、多くの衆生を救済する物語が説かれております。菩薩とは、まさに「悟りを求める衆生」「悟りへ向かって修行する人々」のことを示す訳です。我々一人一人が、菩薩となって互いに助け合い、共に悟りを求めて生きてゆくことが、大乘仏教の教えなのです。

（藤谷 厚生）

編集後記



現代はストレス社会、経済産業省が提唱する「社会人基礎力（社会で仕事をするのに必要な能力）」には「ストレスコントロール力」が含まれています。仏教は、悩み・苦しみをかかえる人の心に対する洞察と対処法をもっています。IBUの皆さんには仏教が身近にあるこの環境を活かして、自分の心を冷静に見て心をコントロールする能力を高めてくださればと思います。「UPAYA ウパーヤ」がその一助になれば幸いです。

これからもIBUの身近な仏教の話題をお伝えしてまいります。ご意見ご感想がございましたら、Eメールでお知らせください。どうぞよろしくお願い致します。（TY）

研究所員紹介

所長	西岡 祖秀(学長・教授)
主任研究員	矢羽野 隆男(教授)
研究員	兼子 恵順(教授)
	藤谷 厚生(教授)
	源 健一郎(教授)
	上續 宏道(准教授)
	桃尾 幸順(講師)
	南谷 恵敬(客員教授)

UPAYA(ウパーヤ) 3号

ウパーヤとは「高い目標へ到達すること」を意味し、漢訳では「方便」となります。
平成25年9月1日発行
発行 四天王寺大学
仏教文化研究所 仏教教育センター
所在地 大阪府羽曳野市学園前三丁目2-1
TEL:072-956-3181(代) FAX:072-956-0611
URL:http://www.shitennoji.ac.jp/

「UPAYA(ウパーヤ)」に関する
ご意見やご感想はこちらへお寄せください。
E-mail soumu@shitennoji.ac.jp
(件名は「ウパーヤ」としてください)

