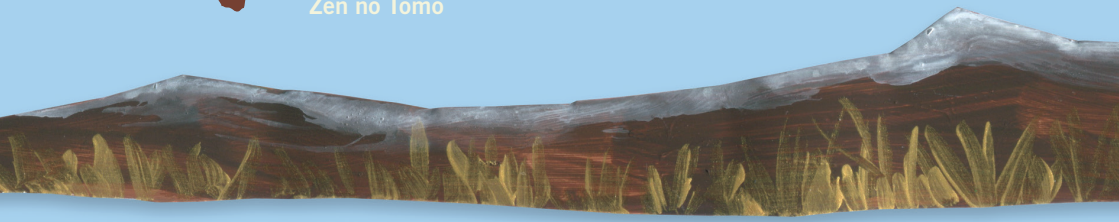
昭和25年3月14日　第三種郵便物承認　令和2年12月1日発行（毎月1回1日発行）通巻856号

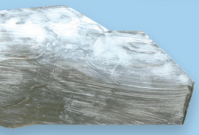
禪の友

Zen no Tomo

12

December 2020





特集　成道会

ご本山だより

大本山永平寺【成道会・臘八摂心】

お釈迦さまがおさとりを開かれた日に行う法要を成道会といいます。

十二月八日の早朝、菩提樹の下で坐禅を組んでおられたお釈迦さまは、暁の明星を見ておさとりを開かれました。

永平寺のご開山高祖大師道元禅師さまは、このおさとりについて「いまだ修せざるにはあらわれず、証せざるにはうることなし」と『辦道話』という書物の中でお示しになっており、おさとりは「修行しなければ現れることはないし、実証することもできない」と言われています。

永平寺では、この道元禅師さまのみ教えに遵い、少しでもお釈迦さまのおさとりの実践となるよう、毎年十二月（臘月）一日から八日の早朝まで、臘八摂心という坐禅三昧の修行を行います。朝三時から夜九時まで、食事も読経も坐禅したまま行うという、一週間の集中坐禅修行です。

山内は静まり返り大自然の命の鼓動を感じながら静寂に包まれるときです。頭に浮かんでくる雑念や煩悩が消滅を繰り返し、葛藤し、山内を流れる小川のせせらぎ、鳥のさえずりに励まされながら坐り続けます。

十二月八日の早朝、雲版という雲の形をした鉄の板で作られた鳴らし物が、山内に響き渡り、静寂を破ります。臘八摂心の終わりを告げる大開静です。修行僧はそのまま仏殿へ移動し、お釈迦さまに朝のお粥をお供えする法要を行います。そして、お昼前には成道会の法要が厳粛に行われ、お釈迦さまのおさとりを讃え、そのみ教えが今なお多くの人々を救い、実践されていることへの報恩感謝の真を奉げるのです。

大本山永平寺 ☎〇七七六・六三・三一〇二

ご本山だより

大本山總持寺【臘八摂心】

大本山總持寺 ☎〇四五・五八一・六〇二一

コロナ対策のため、僧堂と衆寮に分けて行います

十二月八日はお釈迦さまがお悟りを開かれ、仏道を成就された「成道会」です。このことにちなみ、總持寺では一日より八日未明にかけて臘八摂心が修行されます。

摂心とは自身の心をおさめる坐禅を意味し、起床より就寝に到るまで終日坐禅に打ち込む修行です。

瑩山禅師は『伝光録』の中で「釈迦牟尼仏成道するとき大地有情も成道す、唯大地有情成道するのみに非ず三世諸仏も皆成道す」と示され、私たちも同じく修行を続けるならば仏道を成就しお釈迦さまと一体になれるのだと示されました。

摂心中は次第に足腰や背骨がしびれて痛みを覚え、感覚がなくなってきます。

しかしお釈迦さまの成道に少しでも近づきたいというひたむきな願いが坐禅を全うさせてくれます。

最終日の七日は深夜まで坐禅を続け、八日未明に仏殿でお釈迦さまの成道を追慕する献粥諷経が行われます。

やっと立っていられる程の疲労を感じながらも修行僧の心は摂心を成し遂げた達成感で溢れ、その眼には煌煌として輝く明けの明星が希望の光として映っているのです。

さて、新型コロナという未経験の疫病に世界中が席巻された本年がまもなく終わろうとしています。

残念ながら、この病は来年まで続きそうですが、一日も早く終息し皆さまが元の平穏を取り戻せるようひたすら祈念申し上げる次第です。

選・坊城 俊樹

新酒かけ父の名濡れる御影石

神奈川県　堀田 耕一

評　御影石なのでこれは墓のことと知れる。またこの石の硬質さが父の厳格さに通じる。秋の終わりのころだろうか、父上のお墓にその年の米で作った酒をかけた。おそらく父上は酒がお好きだったのだろう。ことに日本酒を好まれたのかもしれない。

門(かんぬき)や母屋に低き後の月

青森県　中田 瑞穂

評　大きなお屋敷を想像する。その長屋門の門をずらして開門すると、その先にある母屋の真上に月が上がっている。華やかな名月でなく、美しくも侘しげな後の月こそこの格式のあるお屋敷にふさわしい。すべての光景があたかも日本画のような気品に溢れている。

◆新涼や余白の美しき書道展　埼玉県　橋本 永子

◆川の面を時には叩き鬼やんま　鳥取県　眞山 博充

◆ドガ描く踊り子のごと百合の花　兵庫県　山根 照子

◆帽子屋の等身鏡に百合香る　東京都　友野 瞳

◆月一つ星は幾万山の宿　東京都　長谷川 瞳

◆晩秋や波間に揺らぐ浮灯台　岩手県　攝待 初子

◆貸し借りの多き昭和や鰯雲　宮城県　髙橋 靜子

◆帰る背に施錠の音や都市の盆　静岡県　末光 愛正

◆余生なほ孜孜(しし)とありたし敬老日　秋田県　伊藤 剛司

◆夜とぎして月に滴る剣道着　三重県　苅屋 奈良美

選者吟

秋風を虫捕り網で捕る子かな

俊 樹

作句小見　ちょこちょこと走りながら子どもが虫取り網を振り回している。いっこうに蝶が捕れた様子もない。まるで秋の風を捕るために走っているようだ。これは東京のど真ん中の風景。こんな時代にこんな場所で、なんだか暖かな気持ちになってしまう自分が居た。

曹洞 歌壇

選・長澤 ちづ

公園のどんぐり拾う逝きし娘と同じ十三
緑かがやく

茨城県　茂泉 圭子

評　どんぐりはコナラやクヌギの実で熟して落ちる時は茶色のはず。この歌ではまだ緑色なので未熟のまま落ちてしまったらしい。まだ十三歳という子どものころに亡くした吾が子への哀惜の念と鎮魂の思いが結句にはたっぷりとこもる。

呆気なく刈り田となりて行き場なき蝗跳
ね飛ぶ落ち陽射すなか

岩手県　宍戸 さとる

評　農機具の機械化で稲の収穫は格段に速くなった。初句には昔の労働の大変さが偲ばれる。行き場を失った蝗の様子に寂寥感が漂い、かつてののどかな刈り入れ時へと郷愁を誘う。

◆残りゐし白樺一木も無くなりて川の遊歩道ひしひし暑し
北海道　菅原 三江子

◆霜月は金木犀の剪定期孫の墓所にも匂ふこの花
静岡県　杉原 民子

◆耳澄ましエンジン音を聴き分ける夫の軽トラ待ちわびる刻
秋田県　小松 紀子

◆とびとびに芽を出しみたる茗荷の子をちぎり折りたる指のつめたし
岩手県　阿部 凞子

◆大根の芽が出たと言ひ指にて長さを告げる九十翁
山口県　濱田 道子

◆どっこいしょふともらしたる咳きに母の声音の紛れくるかな
三重県　藤川 幸子

◆マスクしてサングラスして帽子までそれでも我と見破る友は
島根県　横山 稟吾

◆炎天下西瓜食ぶればまたたく間に体の芯に浸みる玉水
鳥取県　眞山 博充

◆ラジオから「北国の春」流れきて自ずと歌う歌詞迷わずに
岩手県　千葉 喜惠

◆亡き父の愛用のミシン見るたびに背中まるめて踏む姿うかぶ
宮城県　阿部 澄江

選者詠

秋の手にスマートフォンをひらくとき
月の雫の落ちる音する

ちづ

作歌小見　スマホに替えてなかなか馴染めない様子も込めての拙歌。年齢を重ねた自らの姿にかつての母を想う歌には普遍性がありますが藤川さんの歌は声を通しての独特な把握が、阿部澄江さんの父を偲ぶ歌には愛用のミシンが効いています。

【作品お待ちしています】ハガキ１通に３句（３首）以内を俳壇、歌壇別々にP23　掲載の送付先までお送りください。