龍灯

第１９号

発行所　大阪市史跡　龍溪禅師墓所
霊亀山　九　島　禅　院
〒550 大阪市西区本田 3丁目4-18
☎06-582-5772

発行人　住　職　奥　田　啓　知（智證）

阪神淡路大震災により亡くなられた方々に対し、謹んで哀悼の意を表しますとともに

宮沢りえと激やせ

自らを見失わないで！

連日のオーム報道の影で、話題になっているのが、宮沢りえの「激やせ」です。女性誌などでとりあげられている彼女は、異常と思えるほど、やせ衰えています。一説には、二十キロ台の体重しかないともいわれ、生命さえ危険な状態と専門家は警告しています。

過去には、アメリカの歌手カレン・カーペンターが、肥満を気にするあまり拒食症にかかり餓死状態で死亡するという例もあります。

ダイエットブームの影響か、拒食症で栄養失調になる女性が多く、十九才の日本女性のうち五%は拒食症であり、しかも患者は年々増えつづけていると警告する専門家もいます。

標準体重（身長－百×零・九）があるそうです。小柄も計算したところ、五十五キロが理想だそうで、現実の肥満した身体に愕然としました。

私たち凡人は、「世間なみ」といった標準値にとらわれています。標準より太り過ぎだといってはダイエットをし、標準より運動不足だと言われると、あわててジョギングをはじめたりします。先だっても、何を思ったのか、運動の大嫌いな小柄、小雨降るなかを、中之島一周をめざし、途中放棄にそなえて、タクシー代をポケットにジョギングに出発し、家人の失笑を買いました。

昔、インドのコーサラ国に波斯匿王（はしのくおう）という大食いの王様がいました。仏典には「波斯匿王は一ドーナの飲食（はんじき）を食するのを常とせり」と書かれています。お釈迦さまは、王に忠告されました。「いつもしっかり我が身を見つめ、適量を知って食事をすれば、そんなに苦しむこともなく、老いるも遅く、天寿をたもつ」と。

波斯匿王は、お釈迦さまの言葉に感激され、侍者に次のように命じたそうです。「おまえはお釈迦さまの言葉をよく暗記しておいて、わしの食事の時にいつも復唱せよ。そうすれば、おまえに毎日、百銭ずつあげる」

その結果、次第に王の食事の量は減っていき、「一ナーリの量（十分の一か）の飲食にて満足するに至れり」と仏典にあるように、王の肥満がなおり、健康になったのだそうです。

肥満がいやなら食べすぎなければいいのです。適度に食し、適度に運動する。おのおの自分に適した量があるのです。他人を気にする必要はないのです。

私たちは、世間の標準を気にせず、自分自身を見極めなければなりません。歌手であれば肥満ぐらいのほうがよいのです。声量からいうとソプラノ歌手は大柄な人が多いし、宮沢りえだって、かつてのような健康的なふっくらりえちゃんがよいと思っているファンも多いはずです。

お釈迦さまは「自分自身を灯明とし、真理（法）を灯明とせよ」と教えられています。他を気にせず自己をしっかりつかむことが、仏道修行にほかなりません。

肉感的なボディが人気だったころのりえ

第二回修養会ご報告

黄檗名刹正明寺を訪ねる

十月二十九日（日）、第二回九島院修養会が、総勢五十四名参加のもと盛況のうちに催されました。

前日の雨もやみ、曇天でしたがなんとか支障なく旅程をこなせました。

今回の訪問先は、当院ご開山龍溪禅師の中興された正明寺と浄光寺、紅葉で名高い永源寺です。

中央観光社の二階建てデラックスバスにて、午前八時半に当院を出発、途中大津ＩＣで途中乗車の二名を乗せ、一路、滋賀県蒲生郡日野町にある正明寺をめざしました。

正明寺は、後水尾法皇さまの勅建寺院で、黄檗宗では最も寺格の高い名刹寺院です。ご住職があいにく不在でしたが、同寺の世代でもある萬松院の奥田仁芳老師の先導で、ご開山のご供養と参加者一同のご先祖のご回向を勤めたあと、境内を拝観させていただきました。

流石に名刹寺院だけに重要文化財の本堂、建ち並ぶ禅堂ほか諸堂のたたずまいは素晴らしく、京都御所の建物を移築したとあって、桃山建築の粋を集めています。

ご本尊は、脇侍の毘沙門天と不動明王とともに秘仏だそうで、禅堂の大日如来像とともに、旧国宝、現重要文化財だそうです。その他、大方丈には縁の墨跡が掛けられ、一同心静かにひとときの禅に触れることが出来ました。

次に、すぐそばの浄光寺に拝塔。ここは、奥田仁芳老師のご自坊で、正明寺の三代住職晦翁禅師が中興され、ご本尊薬師如来は、祈れば母乳がよく出ることで、乳房薬師と呼ばれ信仰を集めています。

永源寺は臨済宗永源寺派の大本山で、紅葉とこんにゃくで有名な禅寺です。精進弁当をいただき、方丈で案内の和尚さまの法話に耳を傾けました。ご本尊は世継ぎ観音といって、後継者が授かり、霊験あらたかだそうです。

ところどころ、赤く色づく紅葉を眺め、少しシーズンには早いためか、ひっそりした境内をおもいおもい散策。観楓一時をすごし、バスに乗車すれば、小雨旅程最後のりんご刈りを心配しつつ、永源寺を後にしました。

参加者各位のご精進の賜物か、りんご園に着くころには雨もやみ、関西では珍しいりんご刈りを楽しみました。

りんごはちょっと小さいほうが美味しいとか、りんごの中心にまだ蜜の残るものに人気が集まりました。

本年の修養会は、以上のように無事盛会裡のうちに終了することができました。

また本会の趣旨である、当院ご開山のご事跡を訪ねてご遺徳を偲び、当院檀信徒各位の親睦交流も深めて頂けたことだと思います。

来年は、高槻市にある当院の本寺の慶瑞寺（菩薩坐像は国の重要文化財。その他、後水尾法皇さまの歯と仏舎利を納めた舎利塔や寺宝も多い）臨済宗妙心寺派の普門寺（枯山水の名園で名高く、もと龍溪禅師の復興された寺）を拝塔し、廣智寺（北向き観音、ご本尊不空羂索観音は珍しく重要文化財）で黄檗宗随一の普茶料理を味わいたいと考えています。是非、お誘い合わせご参加下さい。

後水尾法皇勅建　正明寺本堂前にて撮影

阪神淡路大震災により亡くなられた方々に対し、謹んで哀悼の意を表しますとともに

檀信徒の皆さまへ

被災された皆様に心からお見舞いを申し上げます

○本堂修復工事完成

先の震災では当院も被災し本堂の白壁も断裂剝離しました。とくに正面の火灯窓の上部隅が崩れ、復旧の必要がありました。春先は先代弘忠和尚の津送やらでとりこみが続き、盆・彼岸も漸く終わったので、十月十七日より中山工務店に発注、修復工事に着手しました。

工事は、本堂内部の壁すべてをはぎ取り塗りなおすなど大工事になりました。来年早々の先代の一周忌を控え、その他に畳の表替えや本堂の大座敷に面して坪庭を新設、火灯窓を円窓にやりかえるなど、随分雰囲気が変わりました。

また、境内墓地の一か所に排水溝を新設し、東側壁にそいアラカシの木を植樹し、歴代墓所にしだれ桜を植えました。尚、工事費の五百万円は寺院会計より支出したことをご報告いたします。

喪中につき年賀のご挨拶を失礼させて戴きます

平素は何かとおこころ配りにあずかり有り難く厚く御礼申し上げます。

本年如月三日、先代住職　岳父　弘忠禅師が示寂いたしました。ここに本年中に賜りましたご法愛ご助縁をを深謝致し、紙面を通じて、一筆ご挨拶申し上げ、来る年も旧に倍してご厚情下さるよう伏して懇願申し上げます。

平成七年十二月

黄檗宗霊亀山九島院二十五世

奥田　啓知　九拝

○四天王像購入

十月十四日、大阪骨董祭にて、四天王像を購入しました坐禅堂の本尊不空羂索観音像の周囲を護る恰好で安置いたしました。

四天王は仏界の四方を護る守護神です。東方を守っているのは持国天。南方は増長天、西方は広目天北方は多聞天が守ります持国天は国家安泰、増長天は五穀豊穣を担当し、広目天は弁舌爽やかに衆生を説得し、降伏させます。多聞天は仏が説法する道場を悪魔から守り、場内を静粛にし説法を広く聞かせようとします。

それぞれ、改心した夜叉神となった邪鬼を足下に従えています。

当院は戦災にあっておりますので、戦前からの仏像は、ご本尊聖観音と後水尾法皇さまのご念持仏のほかは、すべて灰塵に帰しています。徐々に揃えていこうと計画しています。

四天王像がはいり、坐禅堂の御仏壇も賑やかになってきました。尚、入魂は春彼岸法要の折にでも執行致したいと考えています。

年忌表（平成8年）

回　忌	死　亡　年
1周忌	平成　7年
3回忌	平成　6年
7回忌	平成　2年
13回忌	昭和59年
17回忌	昭和55年
25回忌	昭和47年
33回忌	昭和39年
50回忌	昭和32年

年忌法要は祥月命日前の土曜・祝日曜にされることが多く、他家の法事と重なりご希望に添えない事もあります。遅くとも1カ月以上前までに、当院まで、日取りと場所などのご連絡をお願いします。又、ご法事などに是非、龍燈会館・本堂をご利用ください

秋篠の門扉に

すがる枯蟷螂

東大阪、八木秋子さんの投句です。秋篠寺に吟行された折お堂にとまっていたカマキリ虫（蟷螂ーとうろう）を見つけ作句されました。投句歓迎します。

●秀道和尚を偲ぶ

さる十月九日、一人の老僧が示寂されました。名前を竹内秀道といい、先代弘忠和尚の兄弟子でした富士市の瑞林寺閑栖和尚で世寿九十二歳でした。

戦前、当院には数名の手伝いの僧がおられました とくに、三道といって、末永一道・竹内秀道・大野一道の三人の和尚方が、住職を補佐していました。今でも古い檀家さんの記憶に残っているのが、終戦まで手伝っておられた、有馬の温泉寺の大野一道和尚でした。

秀道和尚は、『百姓小僧の人生行路（九十余年の泣き笑い）』と題した自伝を残しておられました。和尚は三田市川原の農家の出身で、お父君の日露戦争での戦死の後、通っていた小学校の先生が、黄檗宗の方廣寺住職で、その先生の紹介で、当院の弟子になられました。出家の動機は、『一子出家すれば九族天に生ず』とお父君の功徳と上の学校に行かせてもらえるからだったそうです。

和尚は達筆でとくに楷書の上手さは、誰にもひけをとらず、当院やお檀家さん宅にのこっている過去帳にその跡を見ることが出来ます。また、『九島院子供会』を設立され、仏教思想普及に勤められました。その後、和尚は東洋大学の専門部社会福祉科を苦学のすえ卒業され、東京市の社会局保護課に勤務されました。書の特技をかわれ、東京市長の代筆もされたそうです。自伝は縷々詳しく、和尚の波瀾万丈の生きざまを活写されています。

三代逆上れば、先祖のことがわからないほど、核家族化の進んだ今日、自伝などで、その人となりを後世に伝えることはとても大事なことです

和尚の自伝は、当院の戦前を描写した記録として、後世に伝えていきます。秀道和尚のご冥福を心よりお祈りします。

武幹仁勇
泰山仁安
吉宗仁祥
禪徹仁機
中道仁宗

（秀道和尚の墨跡）

お知らせ

◎のぼり奉納の募集

「南無観世音菩薩のぼり」を入れ替えます。一年間境内に掲げます。昨年同様お施主さんを募ります。為書きと施主名を墨書します。ご希望の方は寺務所まで、お声をかけてください。

一旗　金二千円

奉納抄

施餓鬼旗一流　寄進
（平成七年二十日）

広瀬恒子様より法岳院徳翁仁安居士十三回忌と法光院賢室仁操大師一周忌の供養にと奉納されました。厚く御礼申しあげます。

常休寺支援義援金追加分
田中マチ子（金壱万円）

墓地管理費のご納付をお願い致します
墓参の折、郵便為替でも結構です

編集後記

▼本当に大切なものを知ったこの一年でした。何が起こっても不思議でないこの世、一刻一刻を大切に味わって生きていきたいと思います。

▼悪役俳優の故成田三樹夫が遺稿集に「元旦や　いたいほど　ものがみえ」と残しています。毎日が元旦。そんな気持ちで過ごしていきたい。

— 坐禅しましょう！法話だけでも如何ですか —

ご案内

円通宗統禅会

毎月17日
午後6時半～8時半
場　所　当院本堂と坐禅堂
坐禅指導　黄檗山萬松院奥田仁芳老師
提　唱　龍溪禅師『宗統録』

被災された皆様に心からお見舞いを申し上げます