

# 光明

こうみょう

春

第230号

〈特集1〉

念珠に込める想い

〈特集2〉

光明版 終活のはじめかた

新連載

法事のしおり

しん こんしゅう ぶ ざん は  
真言宗 豊山派

# 光明

目次 春  
第230号



- 03 | 特集1  
念珠に込める想い
- 11 | 新連載  
法事のしおり①
- 13 | 仏道・心の処方箋②
- 15 | 特集2  
光明版 終活のはじめかた
- 21 | 弘法大師に学ぶ⑥
- 23 | 必見！長谷寺の寺宝⑤
- 25 | 仏教童話⑭①  
カッカールの花輪
- 31 | 齋藤孝の  
学ぶ楽しみ 心穏やかに生きる⑤
- 33 | ヘルシーうれしい 精進料理③①
- 35 | 作品募集 仏さまを描いてみよう！
- 37 | なるほど仏事のQ&A
- 38 | こうみょうパズル
- 39 | 総本山長谷寺伽藍修復事業 志納金寄付者ご芳名



表紙写真  
弘法大師のもつ念珠  
(総本山長谷寺 御影堂)

# 「初七日」

## — 不動明王 —



亡くなってから七日目の仏事を、初七日（「しよなぬか」とも）言います。遺族にとっては、大切な節目の供養です。

かつて、死者を出した家では、喪に服することが厳しく求められました。仕事は休んで、外に出ることも極力控え、家の中にこもります。肉や魚といった「なまぐさ」を断ち、菜食を貫きました。そうした態度を「精進」と呼びます。

まさに非日常の生活ですが、一定の期間が過ぎれば、元の暮らしに戻りました。平常に復るときは、つつしんできた肉や魚を存分に食べ、酒を酌み交わす「精進上げ」「精進落とし」ともをします。

### 不動明王

種子「**カン**」

真言「フウマクサマンダ  
バザラダン カン」



真言の意味

「遍き金剛諸尊に帰命す  
ハーン」殊には不動尊に

精進上げは、本来、亡くなってから四十九日目の儀礼です。しかし、一日でも早く日常を取り戻すため、七日目に前倒しする例は、古くからありました。

節目となる初七日には、故人の確かな成仏を祈り、僧侶に読経を頼みます。今日では、葬儀の当日に繰り上げて初七日の法要を行うこともみられるようになりました。遠方の親族や、高齢の近親者が、重ねて足を運ぶのはたいへんであることを気遣った対応です。初七日や一周忌のような忌日には、それぞれ本尊が定められています。初七日の本尊は、不動明王です。

不動明王は、名前のとおり、「動かない」仏さま。と言って

も、動かないのは、体ではありません。まったく動じないのは、その心です。さとりを求める心や、人々の救済に励む心が、岩のように堅いのです。

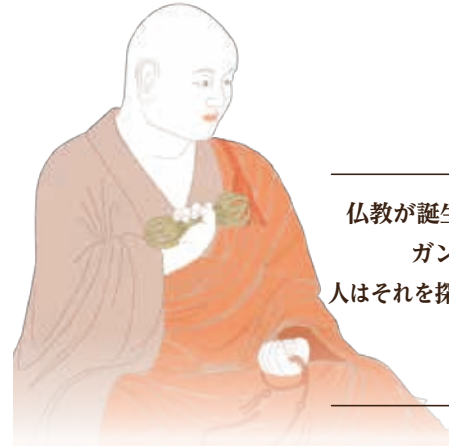
不動明王が右手で握る剣は「智慧」を象徴し、悟りの妨げとなる煩惱を断ち切ります。左手に持つ綱索という縄は、悩める人々をもらさず救い取る「慈悲」を表します。炎が全身を包んでおり、その燃え上がる猛火によって、あらゆる不安を焼き払い、遠ざけるのです。

頼もしい不動明王に守り導かれて、亡き人は、最初の忌日となる初七日を迎えます。そして、悟りの世界に向かって、さらに力強く歩み出すのです。

## 弘法大師に学ぶ

【相談】

仏教が誕生したインド出身で宗教家としても知られる  
ガンジーが「真実はすべて心の中にある。  
人はそれを探し求め、真実によって導かれなければならない。」  
という言葉を残していますが、  
これはどのような意味でしょうか。



## 【回答者】堀内規之

大正大学仏教学部部長・教授 博士(仏教学)  
群馬 延命密院 住職

遠くして遠かざるは、すなわち  
我が心なり。絶えて絶えざるは、こ  
れ吾が性なり。

『性霊集 巻第六』

ガンジーの言葉よりも、「青い鳥」という童話をご存じの方も多いと思います。メーテルリンクの童話劇であり、クリスマス前夜にチルチルとミチルという兄妹が、妖精に導かれて、幸せの使いとされる青い鳥を探しに旅に出ます。思いの国・幸福の園・未来の国という様々なところで青い鳥を一生懸命探しますが、全く見つかりません。しかし、二人が目覚めると、枕元の鳥かごには青い鳥がいたという話です。人の幸福は最も身近にあることを指し示している童話とされています。

ガンジーの言葉や、「青い鳥」と同じ内容を平安時代初期に活躍された弘法大師も示されています。

自分の心をどの様に捉えたらよいか、心の在り様をどのように考えたらよいか、それについて弘法大師のお考えが示されたお言葉です。さとり(＝真如)というものは、手の届かないはるか遠い、別の場所にあると私たちは思いがちです。しかし、本当は最も身近な自分の心の中にあるのです。さらに、仏性という仏・如来と同じ性質は、私たちの心と隔絶しているように思いますが、私たちの心そのものが、仏性そのものであり、隔絶などはない、本質的に同じであると、弘法大師は仰せになっています。

さらに、大師は『般若心経』の解説書である『般若心経秘鍵』という著作の中で、

それ仏法はるかにあらず、心中にしてすなわち近し。真如外にあらず。身を棄てていづくんか求めん。迷悟我に在り。則ち発心すれば即ち到る。

と述べられています。この文章は、前の文章をもっと直接的に表現されているものです。さとりは、はるか遠くにあるものでなく、私たちの心の中にあり、とても近いものです。真如は外にあるわけではなく、自分以外のどこに求めるといいうのでしうか。迷いもさとりも、まったく別のものであると思いがちですが、それは思い込みすぎないのです。だから、さとりを体得しよう

とすれば、私たちはさとりに到ることができるといなのです。これは、自らの心の中に仏がおられることを見いだせるからこそ可能なのです。では、どのように心に仏を感じることができのでしょうか。

お彼岸の説明によく取り上げられる六つの修行方法、すなわち六波羅蜜の中に「禪定」というものがあります。これは、坐禅のように心を落ち着かせ、自らがおこなってきたことを振り返り、精神統一を図る修行です。この「禪定」と、正しいものの思考・見方を意味する「正思惟」によって、私たちは無限に続く生死の苦しみを断つことができることも、弘法大師は『般若心経秘鍵』の中で述べられています。坐禅のように座らなくてもよいので、リラックスした姿勢で、ゆっくり腹式呼吸をしてください。今日

一日あったことを振り返り、だんだんと心が落ち着いてきます。そうすれば、正しい見方によって、様々なことを省みることができ、自らの心の中にある仏さまを感じることができるようになります。それは、あたたかも春風に吹かれるように心地よいものです。



# 牡丹図

～ 画家の視点について ～

皆さんは、掛軸を観るとき、最初にどこに注目しますか？

「観る方」ではなく、ときどき「描く方」の視点で絵を観てみるのも嬉しいかもしれません。

画家自身は無意識であっても、描いた絵には「時代の空気」が如実に現れます。絵の鑑賞だけに留まらず、「当時の画家の視点」になって「そのときの時代感覚」を体験することもできます。

そこで今回ご紹介するのが、二つの牡丹図、画家も時代も違い、共通点は「牡丹の絵」というだけ。それぞれ江戸・明治に描かれたものです。画題は同じですが、時代の異なる二つの絵。一番の違いは何でしょうか。

答えは、「画家の視点」です。どこを正面に据えているか？どこから観られることを考えて描いているか？

まずは江戸時代の牡丹図。この画家の真正面にあるのは岩上方の横で正面を向いている、薄ピンク色の牡丹。

岩より上の牡丹は、花びらの裏側が見えます。つまり、「下から見た牡丹」。一番下の牡丹は花びらの裏は描かず、「上から見た牡丹」になっています。

この視点は江戸時代以前のもので、江戸時代は畳に座ることが日常です。つまり、正座して、

床の間に掛けられた絵を観るとき、その正面が視点になります。

比べて次は明治時代の牡丹図。色鮮やかな牡丹が沢山描かれています。牡丹の位置に関わらず、全て正面を向いています。

明治以降になると、こういった、視点を気にしない絵画が段々増えていきます。これは生活様式の変化によるもの。明治以降、畳に座ることもあれば、椅子に座ることも増えていきます。絵を観るときの人々の視点も、画家自身の視点も「一定に定まらなくなった」ということが、明治時代の「絵の視点」を変えていきます。

そういったところに、当時の「無意識の意識」の変化が現れてくるのです。

今回は牡丹図二点を例に挙げましたが、絵の上手下手だけでなく、どの時代でも当時の画家の視点になると、人々の意識が垣間見えて嬉しいです。

いま、牡丹の絵を描くとしたら、どういふ風に描きますか？

そういう「視点」で絵を観るのも一興かも。



明治時代



江戸時代



長谷寺学芸員

久野 由香子