美感の智恵（みかん） by 寺庭婦人

『明日の先取りより今日を一所懸命に』

人はどこまで走り続けるのか…
ここ数年そんなことを思います
何事にも先取り
備えあれば憂いなしとは少し意味合いがちがうような
子供の学習面では〇学年先の学習を！
小さいうちに英検を！

やっと生まれてきた赤ちゃんも
平均より〇か月も早くおむつが取れた！
お話しが出来た！歩いた！

大人だって
死ぬ前にしっかりとした終活プラン！

うーん、、、もっと気楽に生活したいなぁ

と言っておきながら
いざ自分自身に照らし合わせてみると
息子たちにも自分にも、未来を先取りし走り続ける状況を作り上げてしまっている

ゆとりってどこにあるのかなぁ

こんな事を考えるのは平和ボケ？
世界に目を向ければ今日生きることもままならない、悲しみに溢れる事ばかり

そんな混沌とした世の中を生き抜いていくため
何よりもまず今日を大切に、今を生きる

今日生きていることに感謝の気持ちをもって
ゆっくり丁寧に歩いて行きたいですね

＜発行者＞ 臨済宗建長寺派 天目山 栖雲寺 住職 青柳真元
〒409-1201 山梨県甲州市大和町木賊122 TEL 0553-48-2797
ホームページhttp://www.tenmokusan.or.jp または[栖雲寺]で検索

公式ホームページ
お寺の説明、行事案内など

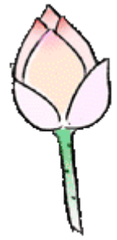
住職日単(blog)
日常をありのままに、住職日誌

Instagram
天目山の写真 *Please follow*

栖雲寺たより

天　目

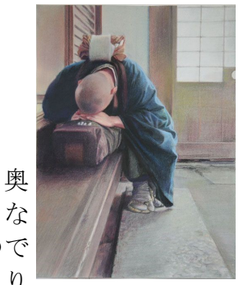
第４０号
発行日
令和４年７月１日



弟子が修行道場に掛搭（かとう）

徒弟の弘敬が臨済宗の専門道場（僧堂）に入りました。全国には北は宮城県から南は大分県まで約40の僧堂があり、京都を中心に近畿地方だけで10か寺以上が集中しています。鎌倉には建長寺と円覚寺に僧堂があります。坐禅や作務などの修行内容はおおむね同じですが、それぞれの風土や地域性、師家（しけ＝道場の師僧）の指導方法などで違いがあり、在籍する雲水の人数も1人のところがあれば20人以上の僧堂もあります。私が修行をした建長僧堂は坐禅よりも作務の多い僧堂で、ほぼ毎日暗くなるような時間まで作務をしておりました。

全国にある臨済宗寺院の徒弟達が一斉に入門を請う4月、弘敬禅士の修行も私と同じ建長僧堂で・・・・それも選択肢の一つにありました。しかし多くの和尚様に相談し、また師匠としてよく考えた結果、京都市内にある僧堂に決め4月22日に掛搭（かとう＝お寺に入門、滞在すること）させました。



朝6時30分、玄関に座り袈裟文庫に手をつき、その上におでこを置き、

「たのみましょーーー。」

境内の隅々まで響き渡るような大きな声で入門を願い出ます。すると奥から高位の雲水が出てきて、「この道場は満員で受け入れることはできないから明るいうちにお帰りください。」というようなことを言われるのですが、それでも頭を下げ続けて受け入れを待つのです。私はそのやりとりまで見届けて鎌倉に戻りましたが、このあとおそらく「玄関に居座られては邪魔だから帰りなさい。」と外に引きずり出されたことでしょう。それでもまた頭を下げて、2日ほど玄関で低頭すると四畳半程度の狭い部屋を貸してくれます。そこで今度は3日間ほど面壁（めんぺき＝壁に向かって坐禅をすること）をします。その間に自分の変わることない決意を再確認し、その数日間を経るとやっと道場での生活が認められ僧堂生活が始まるのです。

全ての人間にもともと備わっている清浄心（仏心、仏性）を見定めることを見性（けんしょう）といい、この見性を目的として修行をします。坐禅、作務、托鉢、読経をしながら公案（禅問答）の答えを探り、その公案で見性への手がかりを師家からいただきまた坐禅や作務に打ち込む。毎日その生活の繰り返しです。

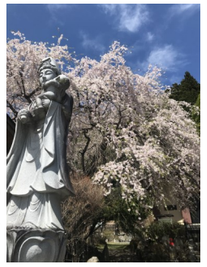
滝行や火渡りはあるのかとよく聞かれますが、臨済宗の僧堂では一切なく専ら坐禅です。そして最低限の衣食住でただただ日々生活をしているだけです。規則が厳しいので、僧堂の持っている力つまり環境の力が大きく、大昔から正しい生活を送れるシステムが出来上がっているのが僧堂です。

５月１日から７日までの接心（せっしん＝作務も托鉢もせずに朝から晩まで坐禅三昧の強化週間）を無事に終えたと徒弟から手紙が届きました。それでもまだまだ禅の入口、この先無事に勤まるかどうか心配な面もありますが、僧堂の厳しい規則に沿って生活し、白歯を見せず、強い気持ちでまずは１年しっかりと坐ってきてもらいたい。

【令和4年　4月　～　6月の報告】

しだれ桜

４月１７日の摩利支天大祭に合わせたように満開となりました。



九輪草

庫裏の裏を流れていた水が枯れてしまったので思い描いていたペースでは増えておりませんが、今年もたくさんの花を咲かせてくれました。最高６段目まで咲いた株もありました。

蕎麦の花

土と肥料を混ぜ込みよく耕してから種を蒔いたので、昨年から一転、たくさんの花が咲き参拝者をお迎えしました。

研修道場として活用

2年前に企画されたものの、コロナ禍で思ったように集客ができず実現することができなかった風の旅行社による宿泊禅寺体験ツアーが、4月20日・21日に初開催され参加者の皆様にお楽しみいただきました。

初日は竜門峡を歩き、お寺で蕎麦打ち体験。境内で各々山菜を採ってきててんぷらと十割蕎麦。午後は石庭での歩行禅と岩坐禅。石庭会館で抹茶を楽しみ、その後の作務では摩利支天の御札作りとけんちん汁の調理。夕食は囲炉裏でほうとう、歓談。

2日目は本堂での読経後に摩利支天堂へ上がり、前日作った御札を供えて諸願成就の御祈祷。朝の岩坐禅、本堂掃除。最後に前日から煮込んでおいたけんちん汁を味わいみんなで感想を語りあって終了です。

お泊りいただいた部屋

「坐禅の聖地®」商標登録の影響もあってか坐禅会の申し込みは増えており、５月は６件、６月は８件の坐禅会を行いました。岩坐禅を終えた後は皆様一様に素晴らしかったと感想を述べられます。建長寺との兼ね合いでスケジュール調整が厳しい時もありますが、可能な限りお受けしております。栖雲寺を山間僻地にある研修道場としてその存在意義を高めていけたらと思っておりますので是非ご活用ください。

３年ぶりに天目山茶会を開催

石庭会館　薄茶席

企画と案内までは毎年しておきながら結局コロナで中止を余儀なくされた茶会。今年こそはと６月５日（日）に感染対策をして３年ぶりに開催しました。。お客様にもお喜びいただけたと思っております。

本堂　立礼席

石庭会館と本堂に席を設け、新緑の天目山でのひと時をお楽しみいただきました。

[坐禅の聖地®]で禅体験しませんか

石庭での岩坐禅

檀家の子供さんと

体験内容一覧

- 本堂坐禅
- 石庭での歩行禅と岩坐禅
- 写経・写仏
- 幻住茶礼（石庭で抹茶と菓子）
- 境内案内・歴史講話
- 食作法（寺の作法で精進料理）
- けんちん汁の作り方教室
- 掃除・板の間ぞうきん掛け
- 蕎麦打ち体験　　など

★各禅体験は組み合わせ可能です。志納金は組み合わせ方により変わりますので直接お問い合わせ願います。尚、坐禅を含まない研修は原則お受けできません。

☆一般的な坐禅研修では前半が本堂坐禅、後半は石庭案内と岩坐禅です。

☆到着後すぐにけんちん汁を作り、煮込んでいる間に本堂坐禅・岩坐禅・写経等を体験していただくこともできます。

坐禅は痛みに耐える修行でも忍耐力をつける修行でもありません。天目山坐禅はユル～く坐る〝ユル坐禅〟。足の悪い方もご高齢の方もどなたでもご参加いただけます。椅子の用意もありますのでご希望される方には椅子坐禅をしていただきます。

企業研修、仲間内、学校行事等でご利用いただければ幸甚です。詳しくはホームページをご覧ください。

※原則５名以上でのお申し込みをお願いします。

月に一度の定例坐禅会も行っております

☆毎月最終日曜日　午前7時～8時　本堂坐禅・岩坐禅

引続　8時～8時半　茶礼　　★志納金300円