

瓦谷山



瓦谷山だより

vol.25

発行日 2014年3月吉日
発行人 (宗) 真光寺
岡本和幸
印刷 現代社
編集 (宗) 真光寺

問い合わせ先
(宗) 真光寺
TEL 0438-75-7414

○お寺HP
<http://www.shinko-ji.jp/>
○上総自然学校HP
<http://www.shinko-ji.jp/satoyama/>
○お寺ブログ【瓦谷山だより】
<http://sinkoji.cocolog-nifty.com/news/>

ごあいさつ

昨夏の酷暑に加え、今冬は厳寒豪雪となり、ようやく待ちわびた春がやってきました。十月十七日の台風による豪雨では、私たちの耕作する棚田が激烈な被害に遭い、十数か所のがけ崩れが起き復旧に追われました。今回の豪雨では最上部まで整備した棚田には被害がなかったことが印象的でした。未だ完全復旧とはいえませんが、開墾活動を進めながら、徐々に直していきたいと思います。

また二月の二回の大雪では、各々四十センチ位の積雪に見舞われ、真光寺は陸の孤島となりました。特に十四日の豪雪ではまる一日停電し、東日本大震災の際に実施された計画停電を思い出しました。真光寺の大雪被害は山の木の倒壊や枝折れなど軽微ではありましたが、大雨の被害とあわせ、復旧工事に追われる日常となっています。

そうした中においても、樹木葬墓地の第三期区画の造成工事を進め、まもなく完成する予定です。この工事に合わせ、雨水利用の簡易井戸を設置致しました。六十メートル程の距離に深さ二メートルの穴を掘り、ビニールシートを敷いて地中に浸透する雨水を集水し貯める施設です。うまくいくか心配していましたが、無事に貯水しています。飲むことはできませんが、森の苑の山頂に近い区画の皆様の花の水やりにご利用いただければ幸いです。

さらには観音堂裏に書院を建設するべく、遺跡調査を完了しています。今年中には着工する予定です。法事の際の控えやお斎の場所として、葬儀の際の親族控室として、さらにはイベント時の宿泊施設として利用したいと考えています。食堂脇の畑を駐車場にする計画も進めています。会員数の増加により、駐車場不足となり、ご迷惑をおかけしています。農地転用を伴うため、時間がかかっています。今しばらくお待ちください。

今後も薬師堂の建設、鐘楼、開山堂第二位牌堂、本堂の建設、里山保全の用地買収、環境整備など、山内一同一致協力し、乏しい資金の中、できることは自分たちでやりつつ、一般の方々が広く利用できる里山の禅センタ

ーを目指して頑張つていきたいと考えています。

私事ながら、現在私は曹洞宗千葉県宗務所長、つまり県内曹洞宗寺院の代表を務めております。私に課せられた使命は、県内三百三十二の曹洞宗寺院より資金を集め、宗務所の事務所を建設することでした。幸い関係皆様のご協力で十年間の話し合いにピリオドを打ち、昨年十二月に着工、五月には竣工致します。宗務所長任期は本年十二月までです。また四谷東長寺では、用地を購入し檀信徒会館の建設を進めていましたが、こちらも本年一月着工しました。私の弟子である後継者が資格を得たこともあり、六月に住職を退任致します。引き続き後見致しますが、東京に出る機会は減少することと思います。真光寺を留守にすることも多く、皆様には大変ご迷惑をおかけしてまいりましたが、今しばらくのご寛恕をお願いいたします。

現在三つの建物を同時に建設するという奇縁の渦中にありますが、まもなくすべてから解放されます。その後は里山再生活動や真光寺の整備、禅センター活動に専心するつもりです。本年より仏像彫刻教室やヨガ教室、囲碁の会、仏教聖典講読会、紫陽花の会なども始まりました。檀信徒関係者のみならず、多くの人が集まるお寺を目指しています。皆様のお越しを山内一同お待ちしております。

合 掌

住職 岡本和幸



仏像彫刻教室にて

行事報告

七日法要 十二月

十二月は恒例の大掃除でした。皆さまのご尽力によりきれいな伽藍で新年を迎えることができました。ご協力いただきました皆さまありがとうございます。



←掃除の後は、外でフルーツ杏仁を食べながら日なたぼっこ



修証会年頭祈禱

檀信徒の年内安全、諸願成就を祈念しご祈禱しました。法要後はバンド『SOLIT』さんによる演奏でした。きれいな歌声が、正月の山内に響き渡りました。



お寺ヨガ 一月

一月のお寺ヨガは、ヨガの後お餅つきをしました。柔らかいできたてのお餅にはみんな大満足です。お寺ヨガは毎月一回行っています。初めてのの方も気軽に参加できます。ぜひお問い合わせ下さい。



七日法要 一月

一月は授戒、月例供養の後、昼食はお寺ヨガに続きこちらも餅つきをしました。参加者全員にもひとつきずつ餅をついてもらい、冷たい風の吹く日でしたが、「何年ぶりだろう」、「初めてついた」なんて声もかきながら、楽しい餅つきができました。午後には祈禱法要、恒例になりましたお焚きあげ供養を行いました。



七日法要 二月

二月の七日法要は、大雪のためどなたも参加できず、僧侶のみで月例の供養を行いました。真光寺では約三十センチの積雪があり、境内や墓苑は一面銀世界となりました。



真光寺日記

今回の真光寺日記は、昨年十一月に行いました、大本山永平寺参拝旅行について、縁の会会員 豊田秀雄様より頂いた旅行記を掲載いたします。

大本山永平寺参拝と飛騨高山の旅
豊田秀雄

真光寺縁の会の皆様、如何お過ごしでしょうか。ここ何年か前から暑い夏と寒い冬しか感じられなくなつた日本の四季ですが「春は花、夏ほととぎす秋は月、冬雪冴えて涼しかりけり」と何か当たり前のように思えてきた事が異常気象なのか温暖化の影響なのか春夏秋冬を楽しむ余裕さえありません。

さて、私が曹洞宗瓦谷山真光寺様を知つたのは平成十八年の春でした。市原市の自宅から袖ヶ浦市をとり木更津市までの通勤経路上の車窓からです。

「ここにお寺ができるのかな、何か怪しげな新興宗教かな」とその時までではそれだけでした。その後、私は埼玉県さいたま市へ単身赴任したので「怪しげなお寺？」は忘れていました。二年半後に単身赴任を終了して再び木更津市での勤務となり平成二十三年に定年退職して某銀行に再就職いたしました。（細部は省略）

これからの人生を考えて「お墓」をどうするかと思ひ、数々の書籍と墓地を探していました。何故か、ある広告の表紙に今、話題である壇蜜さん

の御着物姿に誘われて終活読本「ソナエ」を購入しました。

その中の三十四ページから三十七ページまでが何と！あの「怪しげなお寺（何度も失礼?）」の特集じゃないですか、驚きとともにすぐにインターネットで探し、書類を取寄せて電話で見学希望日を伝えました。

平成二十五年八月十七日に見学させていただきました、案内して頂いた事務職の神谷さんと椎野さんの熱心な御説明と素晴らしい樹木の墓苑そして伽藍でした。「怪しげ?」は実は素敵なお寺だったのでした。（笑）

その一週間後に森の苑の購入を決めました。そこで永平寺の参拝のご案内もありましたので、少しでも道元禅師様を感じてみようと思い御住職の岡本和幸様のお計らいによる永平寺参拝に参加することに致しました。

事前の学習として「NHKスペシャルDVD永平寺一〇四歳の禅師」と「永平寺修行の四季」それに「禅ZEN」を鑑賞して自分なりに道元禅師様の生い立ちから永平寺の創建までと雲水の厳しい修行、坐禅とは何か、ただひたすらに坐る「只管打坐」とは何かと考えているだけでは到底理解できるはずもなくまずは実行して行動あるのみ。早速、毎日就寝前の夜十時から十五分間スマートフォンアプリからダウンロードした坐禅アプリを見聞きしながら購入した自分専用の「坐蒲」を使用して坐禅をしています。

当初はいろいろな思いや考えが試行錯誤して集中できなく挙句の果ては眠くなりましたが無理して「無心」になる事をやめて在るがままにやり過

ごそうと思ひながら今も坐っています。

十一月二十四日（日曜日）

いよいよ永平寺と飛騨高山に出発です。当日は天候も良く晩秋の旅行にもってこいの天気でした。縁の会皆様の普段の行いが良いのでしうか？

千葉駅から十名と真光寺二十名に羽田空港からの三名の縁の会三十一名と、ご住職様以下真光寺関係者七名の

三十八名及び観光会社の添乗員さん、バスガイドさん、運転手さんを合わせて総員四十一名でした。千葉駅から真光寺そしてアクアラインを通り羽田空港で四名乗車後に東名高速へ入りました。新東名高速は景色も富士山も微笑むように綺麗でした。愛知県岡崎で昼食をしました。やはり味噌カツ！ 出ました。ここで「渴」を入れなおして・・・

名神高速から北陸道へ進み一路「越前志比庄の永平寺」へ向かいます。曹洞宗大本山永平寺の永平とは、中国に仏教が伝来した後漢の永平十一年から取ったそうです。「正伝の仏法」を唱える若い雲水（修行僧）の「青春の道場」となっています。いよいよ修行の一日の始まりです。吉祥閣での宿泊で、縁の会男性十名が一部屋に泊まり、女性も二十四名で一部屋です。まずは予定表が書かれたホワイトボードを確認しました。



永平寺勅使門前にて。41名の旅となりました。

【本日の予定】

到着：係の者がお部屋へ案内します。お風呂に御案内致します。

十七時三十分薬石（夕食の精進料理です）

十八時四十分坐禅（警策の音で眠気飛ぶ）

十九時二十分法話（丸子老師副監院様）

二十時 映画（永平寺修行の四季）

二十一時 開枕（消灯）

以上で本日の予定は終了、お疲れ様でした。と、こんな慌しい時程でした。（ふうー！）

お風呂にもう少しゆつくり？いやいや修行ですから我慢ですね。（笑）

法話は丸子老師様の「正法眼蔵 生死の巻」

「佛となるにいとやすき道あり・よろずをいとふ心なく・ねがふ心なく・これを佛となづく」と言う一節を丸子老師様のお好きな御言葉と、お聞きいたしました。奥深い御言葉で、しかもユーモアたっぷりのお話を有難う御座いました。

二日目は五時起床で同じく丸子老師様の法話と法堂にて先祖供養です。約百八十名の雲水の読経は壮大で感激いたしました。須弥壇の御本尊、釈迦牟尼仏、聖観世音菩薩様の前で御焼香した

ときには、何故か今は亡き先輩や元同僚と東

日本大震災（自衛隊災害派遣）での事を思い

だして涙が溢れてしまいました。

早朝の寒風が爽やかに感じられたなかでの



寄稿いただいた豊田様。承陽殿にて。

参拝順路に沿って承陽殿・仏殿・大庫院・山門等を見学しましたが特に、傘松閣の絵天井の大広間は百四十四名の画家による二百三十枚の花や鳥を中心とした色彩画で素晴らしい一言です。上を見上げながら開いた口が閉まりませんでした。

その後、朝食の精進料理を有り難く頂いて永平寺での修行を終了し、八時三十分高岡市の瑞龍寺に移動しました。

曹洞宗高岡山瑞龍寺は加賀二代藩主、前田利長公の菩提をとむらうため三代藩主、利常公によって建立された寺です。山門・法堂と仏殿は国宝で仏殿は総檜作りで屋根は鉛板です。（戦で鉄砲の弾になるそうです）その他の建造物も重要文化財で加賀百万石の城郭を思わせるものがありました。お寺を案内していただいた係の方のご説明は大河ドラマを見ているような迫力とユーモアがあり、楽しい御説明を有難うございました。

瑞龍寺を見学した後に高岡市内で昼食をして一路、白川郷へ向かいました。

白川郷展望台で世界遺産の合掌作り家屋の町並みを一望してから町並みのなかで自由行動をしてみたのですが大雨になってしまい屋内に退避？しました。そこで「濁り酒一杯？」もう少し外からの見学をしたかったです。（少し酔う？）

白川郷を見学した後は二泊目の飛騨高山温泉です。ひだホテルプラザの温泉でゆつくりと永平寺での修業を思いながら？旅の疲れを癒しました。

（ゆつくりとお風呂？幸せ）夕食後の大宴会では岡本住職様の指揮統率？の下で真光寺の本領を發揮されて大変に有意義な時間を過ごさせていただきました。衣装やカトラは、とてもお似合い？で

したよ。真光寺一座の皆様、お疲れ様でした（笑）

最終日は高

山市の朝市で

お土産や古い町並みを散策して帰路につきました。岐阜県から長野県の県境の「野麦峠」付近は雪が降り短い秋の終わりを感ぜさせました。

この「大本山永平寺参拝と飛騨高山の旅」

は千葉県・東京都・神奈川県・静岡県・愛知県・福井県・岐阜県・長野県・山梨県と一都八県にわたる走行距離にして千三百四十キロの旅でした。

瓦谷山真光寺の岡本和幸御住職様、大御様、山下様、手島様、町田夫妻様、長谷川様（東長寺）そして、添乗員様、運転手様、バスガイドのくまちゃん、良き旅を本当に有難う御座いました。そして

真光寺縁の会の参加三十一名の皆様、これもご縁ですので末永く人生を楽しんでいきましょう。

仏が連れて来てくれた永平寺に感謝いたします。追伸 でも、バスの長旅も疲れますね？（了）

ご寄進者ご芳名

金 参拾萬円 加藤 洋子 様

ご寄進いただき心より御礼申し上げます。皆様からのご寄進は、当山寄進帳にお名前を記入し永く寺録に残させていただきます。

住職



真光寺一座、座長の勇姿。

上総自然学校（里山再生生活動）

収穫祭も終わり、春からのイベント続きの日々も少し落ち着いた十月中旬頃、台風がやってきました。ここ川原井地区にも大きな被害をもたらしました。そのため、今年の冬はイベントもそこそこに、台風被害の復旧作業をコツコツとやっている次第です。直後の状況はそれは悲惨なものでした。田んぼまでの道、山の斜面、畝などが崩れ落ちました。それらの土砂は道や水路を塞ぎ、田んぼにまで流れ込みました。田んぼまでの道が崩れてしまったので、復旧作業を開始するには、まず迂回路を作る所から始めなくてはならないほどでした。作業は主に流れ込んだ土砂を取り除くことです。機械を使ったり、機械が入れない場所は人力にて土砂を取り除きました。埋まった水路を掘り直し、崩れた畝盛り直し、何とか今年もお米作りができるまでには復旧する事ができました。檀家さんやドコモの方々にも多大なるご協力を頂きました。ありがとうございます。まだまだ復旧作業は続いておりませんが、多くの方々にここ川原井に足を運んでいただければと思っております。



ユンボで土砂を軽トラに乗せる岡本住職。



スコップで土砂を取り除くドコモの皆さん。

手作りの風あげ

ビニールで簡単に作れるグニャグニャ風。思い思いの絵を描いてオリジナルの風作り。ちゃんと飛んだよ！



紫米稲刈りとヨガ



農作業とヨガを組み合わせたプログラム。農作業で程よくリラックスしたところでスロージョギに入ります。時にはほとんどリラックスして交感神経を休めることも大切です。

しめ縄でお飾り作り



稲わらを燃って和露ロープを作るところからご指導いただきます。講師は地元のお檀家さんです。なかなか上手にできました！

ゴマ豆腐作り

ゴマ豆腐といえば永平寺が本場です。永平寺で修行してきたお坊さんにご指導いただきました。時間と手間暇をかけて作るからこそ、贅沢な一品となります。



イベント日程

- 『植樹&田の修復』★
 - ・三月十五日(土) 十時～十五時
- 『焚火で豆腐・パン焼き』☆
 - ・三月二十九日(土) 十三時～十五時
- 『蛙塗』★
 - ・四月十二日(土) 十時～十六時
 - ・四月十三日(日) ※各日帰り
- 『ヨモギ餅作り』☆
 - ・四月十九日(土) 十四時～十六時半
- 『巨木&薬草トレッキング』◎
 - ・四月二十七日(日) 十三時～十六時
- 『赤米田植え&サツマイモ植え』◆
 - ・五月三日(土) 十三時～十六時
- 『田植え』★
 - ・五月十七日(土) 十時～十六時
 - ・五月十八日(日) ※各日帰り
- 『補植&ゲンジボタル鑑賞』●夕食付
 - ・五月二十四日(土) 十五時半～二十時
- 『紫米田植え&ヨガ』□
 - ・五月二十五日(日) 十三時～十七時
- 『田んぼの水路の生物観察』◎
 - ・五月三十一日(土) 十三時～十六時
- 『ゲンジボタル観察』◎
 - ・六月七日(土) 十七時半～二十時
- 『草取り&ホタル観賞』★
 - ・六月十四日(土) 十一時～二十時
 - ※日帰り
- 『草取り&ホタル観賞』■三食付
 - ・六月二十一日(土) 十一時～翌十三時
 - ・六月二十二日(日) ※一泊二日
- 『紫米草取り&ヨガ&ホタル観賞』○精進料理付
 - ・六月二十八日(土) 十四時～二十時
- 『ハイケボタルナイトウォーク』◎
 - ・七月五日(土) 十八時半～二十時
- 『草取り&夜の昆虫探し』■三食付
 - ・七月十二日(土) 十一時～翌十三時
 - ・七月十三日(日) ※一泊二日
- 『里山の昆虫探し』◎
 - ・七月二十六日(土) 十時～十三時
 - ・八月五日(火) ※各日帰り

古代米 種類が増えました

去年まで上総自然学校で販売していたお米はコシヒカリ、つきみもち（もち米）古代米は赤、黒、紫の3種類でした。今年はさらに緑米が加わりました。緑米は他のお米と違い完熟手前の段階で収穫をします。すると、綺麗な緑色のお米に仕上がります。去年は初めての栽培だったこともあり、収穫時期が遅れてしまい、もち米の玄米とほぼ変わらない色をしたお米しか穫れませんでした。今年は去年の失敗を生かし、適正な時期に収穫することのできたとても鮮やかな緑米になりました。



赤米はうるち種。黒、紫、緑はもち種です。緑米が入ったことでとても華やかになりました。



もち米のつきみもち（品種名）はとても甘いです。古代米4種のミックス「いろいろ米」も新しく始めました。

古代米・もち米

【種類】 赤米・緑米・黒米・紫米・もち米
【価格】 赤米・緑米 二百五十円
黒米 三百円
紫米 三百五十円

もち米 二百五十円
いろいろ米 六百円

※各百五十グラム

※各三百グラム

※古代米・もち米共に農薬、肥料はこしひかりと同じ

お米まだまだ販売しています

里山米（残り1トンほど）

【品種】 かしひかり
【農薬】 いもち病予防の種子消毒。田植から収穫まで田んぼでは農薬は使用していません。

【肥料】 有機肥料
【精米】 一時間かけて低温で自家精米
【価格】 玄米 五百五十円/kg

☆玄米の放射線測定結果（自主検査）

ヨウ素・セシウム¹³⁴・セシウム¹³⁷ 検出せず

（検出限界値 1ベクレル/kg）

☆収益金は「上総自然学校」の里山再生活動費に充当します。

【ご注文方法】

①氏名 ②住所 ③電話番号 ④白米か玄米 ⑤数量
（ニキログラム以上）
を明記し、ファックス・電話・メールにてお申込みください。（連絡先は最後のページに記載あり）

〈参加費〉

各イベント名の下にある記号です。

- 大人 六千円 / 小学生 三千円
- 大人 四千五百円 / 小学生 三千円
- 大人 三千五百円 / 小学生 二千円
- ★ 大人 二千円 / 小学生 千円
- 大人 千二百円 / 小学生 千円
- ◆ 大人 千円 / 小学生 五百円
- ◇ 千円
- ☆ 八百円
- ◎ 五百円

〈申込み方法〉

参加される方の
①氏名 ②住所 ③連絡先 ④生年月日 ⑤血液型 ⑥緊急連絡先（ご本人様が怪我をした時などの連絡先）
を明記の上、メール・ファックス・電話でお申込みください。（連絡先は最後のページに記載があります）

里山の生物

ニホンリス



哺乳綱ネズミ目リス科。日本固有種。体長16-22cm、尾長13-17cm、体重250-310g。森林に生息し、松林を好み樹上で活動します。食性ほぼ植物性で、主にオニグルミやマツ科の種子を食べ、食物を枝の間や地中に埋めて貯蔵することもあります。自然学校では、松ぼっくりの食痕（エビフライにそっくりなのが特徴）が度々発見されていましたが、先日の生物調査にて初めてその姿を写真におさめることができました。寿命は5年ほど。現在、松林の減少による生息数のへの影響が懸念されています。

千葉県レッドリスト・C
（要保護生物）

修証義に学ぶ

五月の連休明けからはじめた真光寺の田んぼ作りは、なんとか稲の花が咲くところまでこぎつけました。稲作りで一番心配していたのは、稲の倒壊といもち病の発生でした。私たちの田んぼは長年遊休地であつた上に野焼きの灰が肥やしになって、とても土地が肥えていました。栄養が良すぎると稲の背丈が伸び、茎も太くなって倒れやすくなります。稲が倒れると栄養が穂にいかなくなったり、稲穂が水に浸かって腐ったり、稲刈りの時にコンバインが使えなくなったりするので、倒壊防止剤という農薬を散布してこれを防ぐ場合もあるそうです。

正月飾り用に特別な品種で作られた背の高い稲よりも背丈が伸びた田んぼの稲を見て、何も知らなかった私は、いったいどのくらい収穫できるだろうかと心を躍らせたものでした。しかしこれがとんでもないことになりました。実をつけてからというもの、台風に何度も襲われた上に、六月の渇水がうそのような秋の長雨が続き、稲が全倒壊してしまったのです。

猪の出現という追い討ちもありました。泥浴びをした猪が、倒壊した稲の上で転げ回って泥を落としていくようで、田んぼの中に猪の広場ができてしまいました。寝転がったままおやつを食べているのでしょうか、猪の歯で稲穂をこそいだような跡もあちこちに残っていて、その情景が目には浮かぶようでした。

倒壊によって稲の株に風が当たらなくなったこ

とで、恐れていたいもち病も発生しました。いもち病は、高栄養、高湿度で発生しやすくなり、一箇所が発生すると一キロ四方に飛散して、あたりの田んぼを全滅にする危険もあり、昔は大飢饉の原因ともなった怖い病気です。幸いに私たちの田んぼは田植えが遅かったので、はかの田んぼに飛び火することもなく、病気自体もそれほど深刻ではなかったので胸をなで下ろしました。

ところが遅い田植えがよかったのかというと、そうとばかりも言えないのです。なぜなら、稲刈りの済んだばかりの田んぼから、虫や鳥が次々と私たちの田んぼに引越してきたからです。中でも田んぼの中を歩くと大量のカメムシが飛び立つのには閉口しました。カメムシはモミの中の汁を吸う害虫です。収穫にはあまり影響はありませんが、お米に黒い斑点ができるそうです。

実は私たちが無農薬栽培で苦労しているのを見た村の人たちは、少しでも農薬を使ってみたらどうかと助言をしてくれました。みんなほかに仕事をしながら自家用米をつくっているのに、田んぼにかかる時間はそれほど多くはとれません。今は一粒まいておけば雑草が生えない薬など、いろいろな農薬が売られているそうです。それまでは怖いとばかり思っていた農薬の威力をつくづく感じましたが、それまでせっかくがんばってきたので、今年は無農薬を貫くことにしました。

そうやって悪戦苦闘を続けながらも、九月の彼岸明けに稲刈りを迎えることができました。十五名程の参加を得て、稲刈り鎌で刈っていきます。普通は一人で一日五畝を刈るそうですが、私たち

は十五人で五畝を一日かけて刈りました。あと少しで終わりという時にマムシができてきて大騒ぎになりました。マムシのわずか一センチ上に手を伸ばし、鎌で稲を刈ろうとしたときに気がついたそうです。とぐろをまいていて、伏せていたので幸いかまれず、事なきを得ました。

次の日も十五人で残りの五畝を刈り、私たちの今年の田んぼ作りは終わりました。収穫は五俵、約三〇〇キロでした。普通は一反から十俵ぐらいとれるそうですから半分位の収量でしょうか。それからクズ米が五〇キロも出ました。五〇〇キロの収量で五〇キロのクズ米が出るのが普通だといわれまますから、こちらは大豊作です。

すべての収穫をこの田んぼにかかわった人々と分けると、わずかに一人一〇キロほどになります。金額にすれば七万円位です。無農薬で栽培するために投入した労力や資材などの経費もばかにならないので、差し引いてみるとマイナスになるかもしれません。経済的なことはともかくとして、何よりも米を作るといことがどういうことなのかを、実感をもって理解できたということが大きかったと思います。また、無事に収穫できた時の喜びは言葉では表現できないものです。この喜びこそが次への糧だと思いました。私たちの米は普通の米より少し小粒で、青米も多く、見た目はそれほどおいしそうではありませんでしたが、炊いて食べてみると甘味があり、どの米よりおいしいお米でした。

わずか半年ばかりの米作り体験でしたが、皆さんの目には見えない収穫を得たように思います。自然を相手ですから、失敗すれば今年の収穫

はありません。細心にやってもそれがうまくいくとはかぎりませんし、失敗したと思ってもいい結果が出る場合もあります。そしてどんなに失敗しても、次の年になればまた一からやり直すことができます。実りの秋の喜びは、人生のうちわずかな五十回程度しか味わうことができませんが、人が死んでも整備された美田は次の世代に引き継がれ、使い続けられていきます。そのような農業の姿が人生を考える上でもとても参考になるように思いました。

今、あらためて『修証義』を読んでみると

き、私たちが当たり前に経験している挫折や葛藤の先にこそ人生の教訓があるように感じられてなりません。第一章の「総序」にはじまり、第二章「懺悔滅罪（自らの行いを仏に照らし、深く反省する）」、第三章「受戒入位（仏教徒としての自覚を持つ）」にわたって書かれているのは、いずれも「これができればすべてはうまくいくだろうな」という理想的なことばかりです。

私は、この第三章から第四章の「発願利生（願いをもつて生きる）」へと移行する間に、人が生きていく上での愚痴や、絶望や葛藤といった隠されたステップがあるのではないかと思うのです。

理想的なことなんてできないのが私たちの人生ですが、それであきらめてしまわずに、それでもやってやろうじゃないかという思い、あるいはこれではうまくいかない、ではこうしてやろうじゃないかと気がついたとき、私たちがどう生きればいいのかを説いているのが、第四章の「発願利生」と第五章の「行持報恩（一日一日の生活を大切に、充

実して生きる）」ではないかと思うのです。

このことを田んぼ作りにあてはめて言うところ、ということになるでしょうか。田んぼを無農薬で作るとか、荒れ果てた田を昔の姿に戻すということとは、たしかに理想的ですばらしいことではあります。実際にやってみたらありとあらゆる問題が起こり、いやになったり、辛かったりの連続でした。しかしそこであきらめてしまわず、さらに頑張つてやろうじゃないかと思いつけることで、ついに実りの秋を迎えることができたわけで、そのときにはじめて単なる理想とは違う何かが見えてくるように思われるのです。

漠然としています。それを具体的な言葉にすると、「発願」の一字になると思います。お釈迦様は『仏遺教経』の中で、「世間の様々な葛藤の中で自分を失わずに良い人生を送るためには、念を定に置くべし」と説かれています。「念」というのは「思い」で、「今の心」と書いて「念」となります。「やってやろうじゃないか」と思うその時の心こそが今の心です。それをしっかりと定めると言われているのです。そして念は難しい世の中を潜り抜けていく時に、私を守ってくれる唯一の鎧のようなものになるとも説かれます。その「念を定に置く」ということが、まさに「発願」ということなのです。

なによりも五月の段階で、「今年は田んぼを作るぞ」と決めなければ、その後の米づくりはなかったわけですが、理想を掲げてはじめてのものにも関わらず、半年間、「もういやだ、やめてしまいたい」という愚痴だらけの半年でした。しかしそんな中でも試行錯誤でどんなやっていかなければ、生

き物である米はすぐにだめになってしまいます。迷いながら、愚痴を言いながらも、前向きに前向きに進めていかないと結果は出ないのです。そうした思いを繋げていける念こそが、発願ということだと思います。挫折しそうな時に、それでもやってやろうじゃないかと発願できたから、お米を収穫するところまでたどり着いたのではないかと、今改めて思います。

懲りない面々である私たちは、次の田んぼの開墾に取りかかりました。棚田の復活を目指し、少しずつでも歩みを進めていきたいというのが、私の目下発願するところです。

さて、皆様はどんな発願をお持ちでしょうか。それは世間の荒波を乗り越えることのできる、鎧のような発願でしょうか。挫折した時こそ力を発揮できるものでしょうか。発願は心の中の大きな柱です。心の中に柱を持つことを別の言葉で言えば、信仰ということになるでしょう。どんなことがあっても仰ぎ見て、上へ上へと努力して生きていくことのできる心を信仰心というのだと思います。

仏教では昔から僧俗さまざまな人によつて発願文というものがつくられてきました。道元禅師や比叡山を開かれた最澄さんの発願文も伝えられ、今も読まれています。現在皆さまにお配りしている『仏教徒経典』に記載されている発願文は真光寺で行なわれている戒名授与式「誓願会」のために考えたものです。お手元の経典をご覧いただき、ご意見などございましたらお寄せください。

行事予定

木に名札をつけるワークショップ 《檀信徒・縁の会》

樹名板（じゅめいばん）の設置について皆様がご参加できるワークショップを行うことにいたしました。

内 容： 参加者の方と樹名板を手作りし、真光寺境内の樹木に設置する試みです。
将来的には真光寺樹木図鑑としてまとめる計画です。

樹名板材料： 間伐材などを加工して作る予定です。（専用工具の使用が伴います。）

プログラム： 1）樹名を付ける木を選び、仮の名札をつけます。 2）樹名を調べます。

3）樹名板を制作し、完成したら1の仮札と交換します。

（内容、プログラムなども参加者で作りあげていきます。）

参 加 費： 500円（作業保険代）布施いただいた場合には樹名板の材料費として活用いたします。

日 時： 4月23日（水）

5月15日（木）

6月13日（金）

7月17日（木）

時間 各回 13：30～

送迎を希望の方は

お問い合わせください。



制作イメージ



仏像彫刻体験教室 《どなたでも参加できます》

日時：毎月第1・第3水曜日 13時30分～16時30分

費用：3,500円 / 1回参加 場所：真光寺

仏師の方にご指導頂き仏像を彫っていきます。どの回からでも初めて参加できる講座になっております。



初回：彫刻刀（作：大御）



第2回：地紋彫り（作：椎野）

第1回・第2回真光寺囲碁の会 《檀信徒・縁の会》

第1回 日時：3月27日（木）14時集合 ～ 28日（金）13時30分解散

第2回 日時：6月9日（月）14時集合 ～ 10日（火）13時30分解散

費用：8,000円 1泊3食 定員10名

場所：真光寺

真光寺『囲碁の会』を開催いたします。静かなお寺で自由に囲碁を打って頂き、息抜には里山散策などできます。初心者の方大歓迎です（住職も初心者です）。お電話等でお申し込み下さい。

寺のある暮らし 《檀信徒・縁の会》

日時：4月16日 11時集合・17日 13時解散

6月18日 11時集合・19日 13時解散

（一泊二日）

費用：7,000円

場所：真光寺

恒例、禅寺の体験行事です。

朝のお勤めと、食事、就寝以外は自由です。イベントも用意しており、畑作業、庭いじり、里山散策、囲碁など自由な時間を過ごせます。

季節の作務も体験できます。

精進料理と聖典講読の会 《檀信徒・縁の会》

日時：3月25日・4月30日・5月30日・6月16日

10時30分集合～14時30分解散

費用：3,000円（昼食付）

場所：真光寺

テキスト：修証義

日帰り行事として聖典講読の会を開催いたします。住職による修証義解説の後、一緒に食事をして、午後は坐禅や写経をいたします。どちらも老若男女問わず気軽にご参加申込み下さい。

行事予定

紫陽花の参道造り 《檀信徒・縁の会合同》

第1回：4月28日（月） 植樹 午前11時より午後2時半解散（送迎時間は七日法要に準じます。）
 第2回：6月25日（水） さし木 午前11時より午後2時半解散
 第3回：7月23日（水） ポット取り 午前11時より午後2時半解散

費用：1,000円 昼食 精進料理

紫陽花の咲き乱れる参道を造るため、毎年さし木をしておりますが、職員の手だけではなかなか増えず、このたび檀信徒、縁の会の皆さまの手をお借りして、紫陽花の参道作りを行います。昼食は精進料理をご用意いたします。皆さまのご協力のもと、真の意味で皆様のお寺にしていきたいと考えています。お電話等でお申し込み下さい。

ヨガ教室 《どなたでも参加できます》

日時：毎月1回不定期開催

費用：3,000円程度

（内容によって費用が変わります。）

お寺ヨガではヨガのみならず、坐禅、写経、精進料理などと組み合わせて、それらを通して仏教に触れ、学びを深めていきます。ご参加をご希望の方は真光寺まで日程をお問い合わせください。



性別、世代、国籍を超えて身心の健康を考えていきます。

ヨガと仏教教室 《どなたでも参加できます》

日時：② 3月16日（日） ③ 3月30日（日）

各回 13時00分～16時00分

費用：単発受講1回あたり（ヨガ90分含む）3,500円

三回にわたり、仏教の視点からこころを観ていきます。自分のこころをみつめ、その働きを知り、日常生活の中で役立てていきます。より健やかに生きるための智慧を、体と頭で学んでいきます。ヨーガ講師はお寺ヨーガでお馴染みの古澤麻美さん。そして座学講師は真光寺住職が行います。

※一回目は終了しました。単発でもご参加頂ける内容になっています。



情動的な側面につきあうことの多い仏教を客観的にとらえ、解説していきます。

山門春彼岸法会 《檀信徒》

日時：3月23日（日）14時より
 春のお彼岸供養を行います。法要後には余興を予定しています。

花まつり法要・檀信徒総会 《檀信徒》

日時：4月6日（日）11時より
 お釈迦様の誕生を祝います。法要後に総会を行います。

縁の会春彼岸法会 《縁の会会員》

日時：3月21日（金）11時より
 縁の会合同での春彼岸法要を行います。

※昼食準備の都合上、ご出席いただく場合は必ずお電話でご予約下さい。

※電車・バスで来られる方は送迎を致します。お電話等でお申し込み下さい。送迎時間につきましては七日法要の送迎時間に準じます、次頁に掲載しております。

ご詠歌練習日 《檀信徒・縁の会合同》

4月 8日・22日

5月 13日

6月 10日・24日

7月 8日・22日

8月 5日

場所 真光寺

時間 20時より（10月～4月は19時30分より）

※ご詠歌はどなたでもご参加できます。気軽にお問い合わせください。

行 事 予 定

七日法要

《縁の会会員》

日時：3月8日（土） 11時より授戒式・月例供養、午後は坐禅・写経・写仏
 4月5日（土） 11時より授戒式・月例供養、午後は法要と植樹祭になります。
 5月7日（水） 11時より授戒式・月例供養、午後は坐禅・写経・写仏
 6月7日（土） 11時より授戒式・月例供養、午後は坐禅・写経・写仏
 7月6日（日） 11時より授戒式・月例供養、午後は施食法要を行います。
 8月2日（土） 11時より施食法要（午前の部）、13時半より施食法要（午後の部）

※昼食準備の都合上、ご出席の場合には必ずご予約下さい。午前のみ、午後のみのお出席もできます。

※電車・バスで来られる方は送迎を致します。お申し込み下さい。送迎時間は左下枠内をご覧ください。

※7月、8月の詳細につきましては、次回の瓦谷山だより（6月末、発行予定）にてお知らせいたします。

草取り&ホタル観賞

《縁の会会員向け》

第1回：5月23日（金） 14時～20時解散（宿泊もお受けできます）

第2回：6月20日（金） 14時～20時解散

費用：2,000円（屋外活動保険と軽食付き） 定員：各回30名程度

これまで自然学校で開催していたホタル観賞行事を縁の会向けにアレンジして開催いたします。作業などは無理のない範囲で行っていただき、夜はゲンジボタルの観賞をします。皆様の原風景に出会うことの出来る機会となれば幸いです。（送迎などの詳細はお申し込みいただいた後にご連絡差し上げます。）

送迎のご案内【七日法要】

□電車の方

- ・上り電車の方（君津発千葉行き）
JR内房線「袖ヶ浦駅」10時06分着
- ・下り電車の方（快速君津行き）
JR内房線「袖ヶ浦駅」10時12分着

□バスの方

【土日祝】

- ・品川発9時30分→袖ヶ浦BT10時17分着
- ・横浜発9時30分→袖ヶ浦BT10時09分着
- ・川崎発9時25分→袖ヶ浦BT10時14分着
- ・新宿発9時05分→袖ヶ浦BT10時08分着

【平日】

- ・品川発9時25分→袖ヶ浦BT10時12分着
- ・横浜発9時30分→袖ヶ浦BT10時09分着
- ・川崎発9時15分→袖ヶ浦BT10時04分着
- ・新宿発9時05分→袖ヶ浦BT10時08分着

□お車の方

10時40分頃までにお越し下さい。

秩父三十四観音札所巡り

本年の真光寺団参旅行は、秩父三十四観音巡りを企画しました。

秩父三十四観音は坂東三十三観音霊場、西国三十三観音霊場と共に日本百観音霊場に数えられています。普段は秘仏として扉が閉められているご本尊ですが、今年は、12年に一度の午歳総開帳に当たるため、全て扉が開かれています。



今回は1番札所から20番札所の20ヶ寺を参拝し、2回目は10月16日～17日にて14ヶ寺を参拝し満願となる予定です。

是非、この機会にお誘い合わせの上、ご参加お待ちしております。

詳細は別紙案内をご参照ください。 合掌

各種お申込み連絡先

真光寺 〒299-0201 千葉県袖ヶ浦市川原井634

TEL 0438-75-7414（代表） TEL 0438-75-7365（縁の会事務局） FAX 0438-75-7630

e-mail ennokai@shinko-ji.jp（縁の会）

satoyama@shinko-ji.jp（上総自然学校）