

瓦谷山



瓦谷山たより



発行日 2018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【瓦谷山たより】
<http://shinkoji.cocolog-nifty.com/news/>

vol.37

今冬は全国的に厳しい寒さだったようです。千葉県も例外ではなく、真光寺の池もほぼ全面が氷で覆われました。山上の新伽藍に移って十年、ここまで凍るのは初めてのことですが、子供の頃はすきま風が容赦なく入り込む建物に暖房は掘り炬燵程度といった家がほとんどだったので、冬は寒くて当たり前と誰もが思っていたような気がします。当地の古老の話では、かつては田んぼに水を張ってスケートリンクを作り、子供たちは竹を割ってスケートを作って遊んでいたというのですから、薄氷が張ったくらいで凍えていては笑われてしまいます。今は寒い寒いと騒ぎすぎのように感じるのは、私が年を取ったゆえでしょうか。

現在真光寺の伽藍がある一帯は、もとは竹や雑草がはびこる荒地でした。入山当時は、現在檀信徒墓地の溪照苑となっている場所に長らく閉ざされたままの旧本堂と住まいがあり、しばらくの間は修繕や大工仕事に追われました。それが一段落して裏山の整備に取り掛かったのですが、山仕事のイロハを何も知らないまま孤軍奮闘したあげく、伐採した竹が積み重なってどうしようもない状況に追い込まれてしまいました。そこでお寺の役員さんに助けを求めたところ、何回かに分けて檀家さん総出で竹を片付けてくださることになつたのです。

まずはユニボ（シヨベルカー）で大きな穴を掘るのですが、当時は私のユニボの腕も未熟で、穴を掘る場所までたどり着けず、檀家さんにやっていただいたことをよく覚えていきます。その穴の中で竹をガンガン燃やし、およそ一週間で山は見違えるように綺麗になりました。そのようにして檀家さん達と一緒にやることで、ユニボも山仕事も少しずつ覚えていきました。すでに二十年の歳月が流れた今もなお伐採した木はこの穴の中で燃やしていますが、そのたびに当時を懐かしく思い出すと同時に「今の腕なら楽勝でできるのに」と、ちよつと悔しい思いもこみあげてきます。

当山では、昨年より参道上の森の整備に着手しています。大木になつて空を覆っていたスダジイなどの常緑樹を伐採し、炭材であるコナラやクヌギを残しながらヤマザクラやモミジなどの観賞用の樹

木を植林し、かつての里山の姿を取り戻そうとされているのです。昨年は百本ほどの木を伐採し、今年もさらに伐採を続けていきます。すっかり手足のごとく動かせるようになったユニボを駆使し、散策用の道路をつけてみたら、どうしようもないと思っていた急な崖地も何となくいい感じの庭園になりそうな気がしてきました。これからさらに整備を続け、紫陽花庭園を作り上げたいと考えています。

かつて荒れ放題だった山が庭園を夢見るような場所になるとは、思ってもみませんでした。「二十年間コツコツと手を入れてやつとここまで来たか」という感慨もあれば、「なぜこんなに時間がかかってしまったのだろう」という悔いもあります。しかし、やってみなければわからなかったことは確かであると思います。

人生も振り返ればすべてこういうことなのかもしれません。生きるということとは、暗闇を歩むようなものです。振り返って轍（わだち）を見ては、「たつたこれだけしか進んでいないのか」とがっかりしたり、「なぜこんな道を選んでしまったのだろう」と考えてしまいますが、「暗闇を進んで来たのだから仕方がない」と思い直し、さらに歩みを進める以外に手がありません。

本紙に当山向かいの浅間山を綺麗にしたいと書いたのは、ちよつと十年前のことでした。こちらもようやく地権者と話し合いを始めました。理解が得られれば、地元の方々と共に里山再生活動を始めていこうと考えています。川原井武田城跡地という伝承が残る浅間山も、いざ手を入れてみれば素晴らしい場所に化けるかもしれません。

とはいえシャンティ国際ボランティア会の仕事も山積みで、相変わらず留守がちとなっております。そして今年も春から夏にかけて、数度の東南アジア出張を予定しています。ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解ご協力のほどお願い申し上げます。ご迷惑をおかけしますが、何卒

桜の季節もまもなくです。年々よくなつてきた真光寺の桜を愛でにぜひお出かけください。職員一同、皆様のご参詣をお待ちしています。

合掌

真光寺住職 岡本和幸

行事報告

◇囲碁の会

十二月十三日、十四日の二日間で真光寺囲碁の会を開催いたしました。今回は六名の方にご参加をいただき、年内最後の囲碁を思う存分楽しみ、良い打ち納めとなりました。夜は恒例の忘年会を行い賑やかに過ごしました。



◇餅つき

一二月二八日は山内で餅つきを行いました。ついた餅で鏡餅やのし餅を作り、鏡餅は山内の各御堂にお供えしました。二十四升の餅を搗くのは身体にゆえましたが、真光寺檀信徒の他近隣の方々のご協力を賜り、美味しいお餅ができました。ありがとうございました。



◇年頭祈禱

一月一日～三日までの三日間、お申し込みいただいた方の年頭祈禱を行いました。今年もたくさんの方が初詣に来山され、家内安全、厄除け、所願成就を祈念いたしました。



◇修正会

一月三日は修正会の法要が執り行われました。御参詣いただいた檀信徒の皆様、無事に新年を迎えられたことへの感謝の気持ちやこの一年良い年になりますようにという願いをお経や太鼓の音にのせ仏様に届けました。法要の後は、ウクレレ漫談家のひろき氏による余興となりました。愉快な立ちでウクレレを弾きながらの自虐ネタ漫談に、会場は爆笑に包まれました。



◇七日法要(一月)

一月の七日法要は昨年と同様、午前には授戒式と月例供養を、午後に年頭祈禱法要とお焚き上げを行いました。昼食の時間は、仏殿前で餅つきを行いました。つきたての餅を皆で美味しくいただきました。



副住職 國生徹雄

前回に引き続き、シャンティ国際ボランティア会主催のスタディツアーの報告をさせていただきます。

四日目、この日は再びカトマンズに戻りました。

最初にパシユパティナートというヒンドゥー教の寺院を訪れました。このお寺の境内はヒンドゥー教徒だけしか入ることができず、私達は外からしか見ることができませんでしたが、ここは今回のツアーで訪れた場所の中で私が一番印象に残った場所でした。何故ならここはお寺の中に屋外火葬場があり、大勢の観光客や地元の人達が見ている中で火葬が行われているからです。日本では、死は覆い隠すべきものという風潮が少なからずありますが、日常の一コマなんだということを実感させら



火葬の様子を眺める人達



寺院に併設された終末医療の病院
(写真の赤い建物)

れました。私たちが訪れた時も何体か火葬されているところでした。

火葬する場所は数ヶ所あり、身分によって場所が分けられ、そして、同じ民族だけで火葬を行います。一体の遺体を火葬す

るのに約三百キロの薪が使われ、薪に火をつける時にも決まりがあり、父親が亡くなった時には長男が、母親が亡くなった時には末っ子が火をつけるということでした。死者の葬送の仕方が日本とは全然違うことに驚きました。ネパールでは火葬の他に土葬や鳥葬もあります。火葬には大量の薪が必要になり、費用がかかることから、所得の低い家や農村部の方では土葬や鳥葬が多いということでした。それから、日本では火葬した後のお骨を集めて骨壺に収め墓地に埋葬しますが、ネパールでは灰になったお骨を川に流します。パシユパティナートでも側にバグマティという川が流れていて、灰になったお骨をその川に流してしましました。その光景が、日本の葬送しか知らない私にとって、とても衝撃的だったのです。

その他にも日本との文化の違いを感じることはありませんでした。このお寺の中には終末医療の病院が併設されています。余命の短い人たちが、お寺の中で過ごすことによつて、死への恐怖を和らげるようにしているのでしょうか。日本ではお寺の中に



高く聳え立つボータナートの仏塔

病院があるなんて考えられないけれど、世界にはこういう場所もあるんだということにとっても驚愕しました。

この日、次に訪れた場所はボータナートという世界最大の仏塔（高さ約三六メートル）をもつチベット仏教の寺院でした。この寺院は二〇一五年の震災で大きな被害を受け、シンボルである仏塔の上部が崩れ落ちてしまったのですが、私達が訪れた時にはすっかり元通りに修復されていました。正門から入ると中は仏塔を取り囲むように、たくさんのお寺やお土産屋さんが軒を連ね、観光客や巡礼者が多く訪れていました。この寺院では仏塔の周りや仏塔の中を右回りに歩いてお参りするというルールがあります。私達は仏塔の中をそのルールに従って拝観しました。巨大な仏塔に描かれたブツダアイやタルチョという仏の教えが風に乗って広がるよう願いをこめた五色旗が風にはためいている様子を間近で見ることができました。チベット仏教の聖地であるボータナートは、

ネパールの宗教と文化と歴史がとてもよく感じられる場所でした。

おわりに

今回のスタディツアーでは、カトマンズ、ヌワコット、ルンビニの三地域を周り、それぞれの場所での歴史や文化、生活の違いを肌で感じました。

また、SVAの教育支援活動についても、その内容や課題などをよく知ることが出来ました。そして、その中で改めて今までの自分の物事の捉え方や生活の仕方を考えなければならぬと感じました。

このツアーに参加する前、ネパールは日本よりも経済的に貧しい国であるというマイナスなイメージが強かったのですが、実際に現地に行ってみると、確かに経済的には貧しいかもしれないが、文化の面では良いと思うことがたくさんありました。逆にネパールでの生活に触れることで改めて日本の良さを実感することもありました。そのように思ったり、感じたりすることが出来たのも、このスタディツアーに参加させてくれた住職、SVAの現地スタッフの皆様のおかげであると感謝しております。

この報告をお読みいただき、少しでもネパールやSVAの活動に興味関心を持っていただけたら幸いです。

ご寄進者ご芳名

金参萬円

山足健一
杉澤好節

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諸堂建立に充てさせて頂き、食堂の寄進芳名単にお名前を記し、永く寺録に残させていただきます。

平成三十年年回表

一周忌	平成二十九年
三回忌	平成二十八年
七回忌	平成二十四年
十三回忌	平成十八年
十七回忌	平成十四年
二十三回忌	平成八年
二十七回忌	平成四年
三十三回忌	昭和六十一年
三十七回忌	昭和五十七年
五十回忌	昭和四十四年
百回忌	大正八年

里山の色米販売中です

今年も里山の色米の販売を開始いたしました。お米の原種と言われる色米は栄養価がとても高く、健康や美容にも大変良いとされています。白米に混ぜて一緒に炊くだけで手軽に美味しく召し上がっていただけます。それぞれの色米に個性があるので食べ比べてみてください。ぜひお試しください。

赤米（うるち米）

●含まれる色素：タンニン

●炊き方の目安：白米1合に対して小さじ2

緑米（もち米）

●含まれる色素：クロロフィル

●炊き方の目安：白米1合に対して大きじ1

黒米（もち米）

●含まれる色素：アントシアニン

●炊き方の目安：白米1合に対して大きじ1

色々米（ブレンド）

●色米をブレンドしました。

●色々な栄養素を効率よく摂取していただけます。

●炊き方の目安：白米1合に対して大きじ1



色々米：300g/600円



色米各種：150g/300円

さとやまさいじき
里山歳時記

里山の田んぼでは稲刈りが終わって冬を迎える前に来年のお米づくりにむけてのちょっとした準備をしておきます。レンゲの種を蒔いておくのです。レンゲには空気中の窒素分を蓄えて肥料として使えるようにする能力があります。この能力によって蓄えられた窒素を米作りのときに使わせてもらおうという目論見です。田んぼに水を貼る直前にはすき込んでしまうので花を楽しめる時間は少ないですが、自然学校の田んぼでは遅めの田植えをする田んぼに蒔いているので4月中旬までレンゲ畑を楽しむことができます。



来年の米作りに向けてレンゲの種を田んぼに蒔き(投げ)ます。



春には一面のレンゲ畑となり、新緑とともにみんなを楽しませてくれます。

イベントだより



ー干し柿づくりー

市販の干し柿では満足できず、自分で干し柿を作りたい！そんな方々と干し柿作りを行いました。干し柿に使う渋柿は里山からいできたものを使います。あとは皮を剥いて干しておくだけ。ではありません！そこから大変です。毎日もんで、もんでもみまくる！という作業を経て甘くとろとした干し柿になるのです。



ー収穫祭ー

毎年、上総自然学校のお米づくりに参加してくれた方々とその年の収穫を祝って収穫祭を行っております。田んぼで焚き火をし、その火で新米を炊いて新サンマと大根おろしでいただきました！お米づくりを手伝ってくれた皆さんには感謝米を参加してくれた日数分差し上げております。皆さん今年も参加お待ちしております！



ー餅つきとしめ飾りー

お正月を迎えるにあたっての大事な行事の一つであるしめ縄飾り。お店で買うのもいいですが、ご自分で作ってみてはということでお寺の檀家さんに先生をお願いしてしめ飾りを教えていただきます。飾り付けも自分のセンス次第なのでそれぞれ世界にひとつだけのしめ縄が出来上がります。一生懸命作ったしめ縄を飾り、良い年を迎えられているといいですね。

イベントのご案内

- ・ 3月31日 (土) 里山のお花見トレッキング
- ・ 4月14・15日 (土・日) 畔塗りと稲苗作り体験
- ・ 4月22日 (日) 巨木巡りと里山トレッキング
- ・ 5月12・13日 (土・日) 田植え体験
- ・ 6月 2日 (土) 田植えとゲンジボタル鑑賞

- ・ 6月 2日 (土) 水路の生き物観察会
- ・ 6月 9日 (土) 田んぼの草取りとホタル鑑賞
- ・ 6月16日 (土) 田んぼの草取りとホタル鑑賞
- ・ 6月23日 (土) 田んぼの草取りとホタル鑑賞
- ・ 7月 1日 (日) イトトンボの観察会

行事予定

真光寺と駅、バスターミナル間の送迎もありますのでご希望の方は裏表紙をご参照ください。

春彼岸法要

《檀信徒》

日時：3月18日（日）14時より
春のお彼岸供養を行います。

紫陽花の会

《どなたでも参加できます》

日時：3月14日（木） | 5月17日（木）
4月19日（木） | 6月13日（水）

午前11時より午後2時半頃

費用：1,000円 昼食付（精進カレー）

境内や樹木葬墓地の植栽管理にご協力をいただく会です。 ※要予約

戒名を考える会

《縁の会会員 特に未授戒の方》

日時：3月13日（火）午前11時より午後2時半頃

費用：3,000円（昼食付）

定員：20名

戒名を考えることは、人生を振り返ることです。午前中は戒名にまつわる仏教知識を学び、午後は住職指導のもと、実際にご自身の戒名を考えます。考えた戒名は後日の授戒式にて正式に住職よりお受けします。

※要予約

※持ち物：漢和辞典

仏像彫刻教室

《どなたでも参加できます》

日時：毎月第1・第3水曜日 13時半～16時半

費用：3,000円（昼食付）

仏師の先生にご指導頂き仏像を彫っていきます。

※参加者が3名以上で開催。要予約。

坐禅会

《どなたでも参加できます》

日時：毎月第2・第4土曜日 15時～16時半

初心者の方も丁寧にご指導いたしますので気軽にご参加下さい。

※初めて坐禅をされる方は、簡単な説明を致しますので14時半までにお越しください。

七日法要

《縁の会会員》

日時：3月7日（水） 11時より授戒式・月例供養、昼食（精進料理）午後は坐禅・写経・写仏

4月7日（土） 11時より授戒式・月例供養、昼食（お弁当）午後は花まつり法要と植樹祭

5月7日（月） 11時より授戒式・月例供養、昼食（精進料理）午後は坐禅・写経・写仏

6月7日（木） 11時より授戒式・月例供養、昼食（精進料理）午後は坐禅・写経・写仏

7月7日（土） 11時より授戒式・月例供養、昼食（精進料理）午後は施食法要

※要予約 午前、午後のみのお出席もできます。

花まつり法要

《檀信徒》

日時：4月8日（日）11時より
お釈迦様の誕生をお祝いします。
法要後には檀信徒総会を行います。

ご詠歌練習日

《どなたでも参加できます》

3月 13日・27日 | 6月 12日・26日

4月 10日・24日 | 7月 10日・24日

5月 8日・22日 |

時間：3月、4月は19時・5月～7月は19時半より

ご詠歌は、お釈迦さまの教えを讃え、ご先祖さまをうやまう心をやさしい旋律にのせお唱えするものです。

真光寺囲碁の会

《どなたでも参加できます》

日時：4月4日（水）～5日（木）

6月14日（木）～15日（金）

14時から翌日13時30分解散

費用：8,000円 1泊3食

初心者の方も大歓迎。日帰りのご参加も可能です。

※要予約

精進料理と聖典講読の会

《どなたでも参加できます》

日時：3月27日（火） | 6月26日（火）

4月24日（火） | 7月31日（火）

5月29日（火） |

午前11時より午後2時半頃

費用：3,000円 昼食付（精進料理）

『正法眼蔵隋聞記』の解説の後、精進料理をいただき、午後には坐禅または写経を行います。 ※要予約

縁の会春彼岸法要

《縁の会会員》

日時：3月21日（水祝） 11時より

縁の会合同での春彼岸法要を行います。

昼食（お弁当）のご用意を致しますので、参列申込みの際にお弁当の要・不要をお伝え下さい。

欠席の場合でもお塔婆のみのご供養もお受け致しますのでお申し付け下さい。 ※要予約

永平寺団体参拝旅行

今回の団体参拝旅行は曹洞宗大本山永平寺を参拝いたします。曹洞宗のルートであり、修行の厳しさでも有名な永平寺は多くの方がその緊張感を体験したいとご要望の多い参拝先でもあります。

永平寺の宿坊にて一晩泊まり、早朝のお勤めにて、参加者のご先

祖、精霊供養を修行いたします。

永平寺の道中には兼六園や、この季節ならではの黒部アルペンルート等の雪の壁も今回の目玉です。その他、善光寺や川中島古戦場など盛りだくさんの2泊3日旅行。是非ご参加ください！

日程：平成30年5月13日(日)～15日(火)

募集人数：35名(最低催行人数20名)

旅行代金：85,000円(供養のお布施込み)※二泊目の旅館は4～6名の男女別の相部屋となります。個別のお部屋をご希望の方は、別途10,000円にてご用意致します。(2名様より)

送迎のご案内【午前】

□電車の方

- ・上り電車の方(君津発逗子行き)
JR内房線「袖ヶ浦駅」10時05分着
- ・下り電車の方(快速君津行き)
JR内房線「袖ヶ浦駅」10時10分着

□バスの方

【土日祝】

- ・品川発9時00分→袖ヶ浦BT9時52分着
- ・横浜発9時00分→袖ヶ浦BT9時46分着
- ・川崎発8時55分→袖ヶ浦BT9時57分着
- ・新宿発8時50分→袖ヶ浦BT9時48分着
- ・東京発9時15分→袖ヶ浦BT10時03分着

【平日】

- ・品川発9時00分→袖ヶ浦BT9時52分着
- ・横浜発9時00分→袖ヶ浦BT9時46分着
- ・川崎発8時55分→袖ヶ浦BT9時57分着
- ・新宿発8時50分→袖ヶ浦BT9時48分着
- ・東京発9時15分→袖ヶ浦BT10時03分着

送迎のご案内【午後】

□電車の方

- ・上り電車の方(木更津発普通千葉行き)
JR内房線「袖ヶ浦駅」12時51分着
- ・下り電車の方(千葉発普通君津行き)
JR内房線「袖ヶ浦駅」12時50分着
(千葉12時18分発)

□バスの方

【土日祝】

- ・品川発11時35分→袖ヶ浦BT12時27分着
- ・横浜発12時00分→袖ヶ浦BT12時46分着
- ・川崎発11時45分→袖ヶ浦BT12時47分着
- ・新宿発11時20分→袖ヶ浦BT12時18分着
- ・東京発11時50分→袖ヶ浦BT12時38分着

【平日】

- ・品川発11時50分→袖ヶ浦BT12時42分着
- ・横浜発12時00分→袖ヶ浦BT12時46分着
- ・川崎発11時45分→袖ヶ浦BT12時47分着
- ・新宿発11時20分→袖ヶ浦BT12時18分着
- ・東京発11時50分→袖ヶ浦BT12時38分着

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)