

# 禅の友

Zen no Tomo

6

June 2026





ご本山だより

# 大本山永平寺

## 【羅漢講式】

大本山永平寺

福井県吉田郡

☎〇七七六一六三一三二〇二



六月十五日は羅漢講式が厳修されます。

仏教の守護者として古くから信仰されている羅漢さまを、修行僧が懇ろに供養します。

法堂という永平寺でもっとも広い堂宇で行われ、東西の室中（奥の間）には複数の大きな羅漢さまの図が掲げられます。迫力満点の羅漢さまが勢ぞろいすると、まるで法堂全体がその威神力によって包まれているような雰囲気になります。

羅漢とはもともと阿羅漢といいますが、最高の悟りをひらき、供養を受けるのに値する人のことをいいます。実際にお釈迦さまのお弟子さまだった方がモデルとなっており、お釈迦さま亡きあともその教えを守ったことから時代が廻るにつれ

仏教の守護者となっていきました。

道元禅師は『正法眼蔵』阿羅漢の巻でこのようにお示しになっています。

「阿耨多羅三藐三菩提を能信するを、阿羅漢と証す。」

阿羅漢とは仏の最尊最上の智慧を信じ切ることであるといえます。そして阿羅漢の境地とはどのようなものかを知るには、修行を続けるほかにないというのです。

つまり、阿羅漢とは遠くにいる他者ではなく、その世界は私たちと違うところにあるのではないのです。仏の教えを信じ切り、一心に修行できたならば、その時、その場所にいる自分自身が阿羅漢になっているという事なのです。



ご本山だより

# 大本山總持寺

## 【伝光会撰心「放下著」】

大本山總持寺

神奈川県横浜市

☎ 〇四五―五八一―六〇二一



入梅の時節を迎え、紫陽花あじさいが雨に映えるようになりました。

境内全体が新緑に包まれる中、本年度の「伝光会撰心でんこうえせんしん」が今月一日（月）から五日（金）まで修行されます。

これは昭和二十一年に独住第十七世の渡辺玄宗わたなべげんしゅう禅師が私財を投じて始められた行持です。「伝光会」は「伝光録でんこうろく」から名付けられています。

『伝光録』は、瑩山禅師がお示しになられたもので、お釈迦さまから始まり、続く五十二人の祖師方についてそれぞれそれぞれの章を設け、お一人お一人の足跡や教えが紹介されています。また瑩山禅師の尊いお言葉もちりばめられています。

原則としてこの『伝光録』を参究し、坐禅に励むのが伝光会撰心なのです。

副題の言葉は「放下著ほうげじやく」と読みます。愚かな考えは徹底して捨て去れ、サツパリと捨ててしまえとの意です。

特に、この春上山したばかりの修行僧にとつては初めての本格的な撰心であり、それぞれが余計なことを考えずに、集中して坐禅に徹する五日間となります。

今期間中は坐禅とともに、青山俊董あおやましんどう西堂老師のご提唱による『従容録じゆようろく』を参究します。

伝光会撰心が終わると、夏安居の修行もいよいよ仕上げに入っていきます。

選・坊城俊樹

てんと虫空から落ちてきたやうな

三重県 苅屋 奈良美

評「七星天道虫」のことであろう。その名前からしてもこの虫は七つの星のような可愛い色を纏っている。それを踏まえて空の星が落ちてきたようだとした作者の感性は鋭い。しかもいかにもロマンのある光景は素敵な読後感に包まれる。

春怒濤忘るることのできぬ恋

愛知県 後藤 美帆

評これはまた激しい恋の俳句。その恋は春の怒濤に喩えられている。しかし夏の怒濤ではないことに着目したい。その大波はしかしどこか優しく艶めいているのである。でもだからこそこの恋は忘れられない甘美な記憶なのであろう。ちよつとうらやましい。

◆ 鷹鳩と化し堀川の亀と合ふ 島根県 藤江 堯

◆ 春の水琵琶湖を出でて京の街 埼玉県 新藤 共子

◆ 薄氷をつつけば空に罅走る 福岡県 嶽本 由美

◆ 雲水の青さうなじに風光る 神奈川県 松浦 小夜子

◆ 花冷やトロイメライのチャイム鳴る 山口県 藤野 祥子

◆ 公達の入水の瀬戸や流し雛 山口県 御江 恭子

◆ 春寒や蛍光灯の切れしさま 埼玉県 伊藤 博

◆ 憚らず羽衣かりて竜天に 北海道 中西 千晶

◆ 若き日へ春水を飛び越えにけり 福岡県 嶽本 由美

◆ 啓蟄や踊り子号の発車ベル 静岡県 堤 千春

選者吟

恐ろしき美貌を隠す春マント 俊樹

作句小見 拙句もどこか恋の予感のあるものとした。しかしこの恋は未恐ろしいもの。美貌はともかくとしても春マントで隠された女性とはどんなものなのか。それがこの句の余韻となっているのだが、見たいような見たくないような複雑な気持ちもある。

選・長澤ちづ

時として鳥は祈りのかたちにする例へば  
一羽電線の鵒もすず

岐阜県 後藤 進

評 鵒は単に何か獲物を狙って留まっているのかも  
しれない。しかし、その生きるための一瞬一瞬  
の真剣な営みは、ある時、人間の眼に崇高な姿  
に見える。掌と掌を合わせた祈りの形に鳥を見  
立てたところにも発見がある。

二番手が老いの回路の好みらし少し萎  
れた苗を購う

静岡県 杉原 氏子

評 一番手の情熱の強さを受けとめるのは、心身と  
もに難儀なので、二番手くらいが丁度良いと詠  
う。二番手だってまだまだ捨てたものではない  
という二番手への応援歌でもある。

◆ カレンダーに日に何回も目を遣りて今日を確かめ明日を確かむ

秋田県 小松 紀子

◆ 酒蔵に若きらの声弾みあい並びて求む初しぼり酒

岡山県 塚本 登志子

◆ 道の辺に御座おはすわらべの地藏尊みかんを膝に春待ち給ふ

鳥取県 徳本 義則

◆ 鉄柵の罨に暴れる猪の憑かれたような眼の光

埼玉県 白藤 巳玲

◆ 疲れ眼に注す点眼液の紅に瞬時視力の戻る思ひす

兵庫県 前田 あつ子

◆ ひと冬を牡丹の枝に張り付きし黒き蛙は切り絵のごとし

鳥取県 井上 美幸

◆ 指宿の砂風呂熱きに汗湧きて冬の海風頬にすがしも

愛知県 舘 一子

◆ あかねさす昼を眠りてほのと笑みまたほのぼのと眠るみどりご

山口県 濱田 道子

◆ 親子連れ散策日和の白鮫池しろはやけ巡る岸辺に細波の寄る

愛知県 深谷 ハネ子

◆ 墓参り鴉と熊の被害避けて供へ物なく心で供養す

秋田県 松橋 政光

選者詠

閑花待つ花の充実に気配あり人の心を  
ぞわぞわさせて

ちづ

【作歌小見】

小松さんの一首は、高齢者の気持ちの在り様がカレン  
ダーを中にして良く表われていると思いました。確認することが大  
切なですよ。白藤さんの「猪の眼」、猪に取っては何と理不尽な  
ことでしょう。上手く共存出来たら良いのですが…。