

安楽道

発行所 徳島県板野郡上板町 四国六番安楽寺
 弘法大師講本部
 編集人 畠田裕峰
 電話 (087)641-0464
 印刷所 渡部印刷所

四国遍路は縄文時代からの

通過儀礼を今に伝えている(1)

四国六番安楽寺

住職 畠田秀峰

四国遍路の「遍路」の語源は

「邊地(辺地)」

辺地修行は、弘法大師以前、仏教伝来よりも古く、五来重は一人の空海が出るためには無数、無名の辺路(地)修行者があったと書いている。わたしは縄文時代の成人通過儀礼(イニシエーション)にまでさかのぼることが出来ると考えている。縄文時代の日本列島の集落では、十六才くらいになると一人で十日〜百日の放浪の旅に出る。そして、大地の恵みを食べ、必要ならば生き物を殺して自然の中で孤独に耐え、死ぬほどの苦勞、恐怖を通り抜けて、一皮むけて集落に帰ってくる。途中で命を落とすこともあった。そして、少年であったものが別人のりりしい大人の顔になって帰ってくる。

幼年期からの自分は、

お父さん、お母さん、家族、先生、友達などによって「造られた自分」であり、この「造られた自分」を一度捨てて、脱皮して本当の自分になる。

別の言い方をすると、「今までの自分は生まれてから積み重ねてきた知識に使われる身であったわけですが、ここで主従が逆転します。今まで積み重ねてきた知識を自分が使う側に転じる」ということになる。

④ 家族や集落の一人前の大人となり、集落を支える構成員と認められる。今までは不平不満を並べるだけで良かった、親や大人に守られる側に居た少年少女が守る側に転じる。

⑤ 子どもの身体から

盛大な祭りが行われたものと思われる。途中で勝つ身体に生まれ変わる。四国遍路で病気が治ったという人は多い。病氣平癒も修行の産物である。

◎ 自分の意見を持つ、親や先生の物まねでなく、自分の意見、判断で行動できるようになる。

④ 芸術、芸能(太鼓・踊り・歌)なども他の物まねでなくオリジナリティな人生の喜び、悲しみが表現できるようになる。その人が踊り出すと皆が「たっってもすわってもおれなくなり」といって踊り出す。ということがある。

アーティストやアスリート、昔からの俳人、武者者でお遍路をする人は多い。

この日本列島の縄文時代の各集落では、この若者の放浪の旅(通過儀礼)イニシエーションへの送別と迎えには特に村をあげて



縄文土器(山梨県北杜市)顔面把手付深鉢土器

・シベリア、アラスカなどの先住民の通過儀礼の中にも認められ、原始時代のイニシエーションを今に伝えている。

終えた者は、集落の一人前の大人として認められ、集落の担い手となり、結婚して子どもを作り、指導者となり、やがては長老となっていく。そして、優れた長老には最期のイニシエーション

はこの弘法大師の御入定は仏教の教えではない、日本列島の縄文時代からの集落の指導者の長老が最期の面目を遂げる葬法によるものである。そして、弘法大師の場合、あまりに

縄文土器にかえる。へび・とかげなどの脱皮する動物が描かれているのは、脱皮をして本当の自分になるといふこのイニシエーションを今に伝えているものと考えられる。私は、この「脱皮」ということを修験道・遍路で言う「捨身」(擬死再生)という言葉に置き換えることが出来る。江戸時代は必ず遠国からの四国遍路は必ず「道中で病死した時は本国へ知らせる必要はない、その土地の作法で埋めてほしい」と記した手形(証文)を持ってお遍路をしていた。この青年が放浪の旅に出る成人通過儀礼(イニシエーション)は日本列島だけの特別なものでなく、

・アフリカの「ブッシュマン」「マサイ族」

・オーストラリアの「アボリジニ」

・アメリカの「インディアンの旅の成人通過儀礼を

御入定

この辺地修行の放浪

この御入定という葬法は、人類が唯一の永遠の生命とつながる方法である。これ以外にはない。御入定は、人類の唯一の永遠の生命とつながる方法、そしてこの考え方が日本列島の原始からの宗教、文化の一つであるといふことが出来る。

ただ、日本列島の辺地修行・四国遍路・修験道、世界各国の先住民の通過儀礼(イニシエーション)は、実践の宗教で、密儀の宗教である。そして、口伝(くでん)を重んじた(文字がなかった時代からの宗教)ので、日本列島では、室町時代、江戸時代の文献(史料)は残されているが、それ

れより古い物は難しいのが現状である。

日本最古の歴史書である「古事記」(和銅五年・七十二年・元明天皇・太安万侶編纂)に、この日本列島の縄文時代からの成人通過儀礼を伝える「大國主の神話」が残されているので紹介いたします。

大國主の神話

因幡の白兔の神話の後、大國主の兄さん達が因幡国(鳥取県東部)の姫に求婚するが、姫は大國主と結婚したいという。兄さん達は大國主を恨み伯岐(鳥取県西部・日本書紀では「伯耆」)の山で「赤い猪を追いつるすので、お前はこれを捕えよ」と命じた。兄さん達が赤い猪ではなく大石を火で焼いて転がしたの

死んだと思っ泣きながら葬式の準備をしていた。そこに、鳴鶴の矢を持った大國主が帰ってきた。「スサノオ」は大國主を家に入れ、頭の風を取るよう言った。ところが、その頭にはムカデであった。大國主は姫からもらった椀の実を噛み砕き、赤土を口に含んで吐き出していると、「スサノオ」はムカデを噛み砕いているのだと思ひ、かわいい奴だと思ひながら眠りに落ちた。

そこで、大國主は姫をつれて逃げる。葦原中津国(地上)に通じる黄泉比良坂まで「スサノオ」は追いかけて止まり、逃げる大國主に「兄さん達を追ひ払え、そしてお前(幼名オホナムチ)は『大國主』と名のり、娘(姫・スセリビメ)を妻として、宮殿を建てて住めこの野郎!」と言った。大國主は、「スサノオ」の家から持ち帰った太刀と弓矢(スサノオのもの)、神琴(姫のもの)を持って、兄さん達を退け、姫を正妻として国づくりを始めた。

大國主の神の幼名はオホナムチ(大穴牟遲神)という。右の神話は、青年オホナムチが数々の試練(通過儀礼)をくぐり抜けて、子どもの自分が死んで(擬死)、大人として再生する物語である。

(次号へつづく)



弘法大師御誕生 千二百五十年記念事業

令和五年は、お大師さま(弘法大師 空海上人)が宝龜五年(七
七四年)に讃岐国多度郡屏風浦(現在の香川県)でお生まれになっ
てから一二五〇年の記念の年に当たり、大変おめでたい年とな
ります。

この令和五年を挟む、令和四年、令和六年を足した三年間に
おいて、四国八十八ヶ所霊場会では、弘法大師御誕生一二五〇
年記念として、下記の通り様々な記念事業を行いますので、皆
さまの御協力と賛助をよろしくお願い申し上げます。

この機会にぜひ四国八十八ヶ所霊場をお参りください。

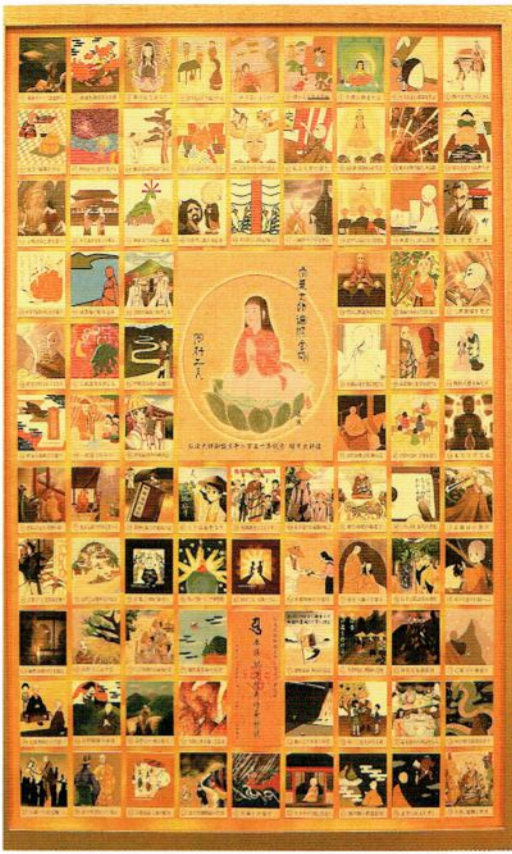
【88大師パネル】

88大師パネル(結
願セット)は、88大
師カードを全て集め
て、パネルに額装す
ることが出来るセッ
トです。このセット
には、趣意書・稚児
大師絵図・御札・台
紙・額・専用のり・
説明書が含まれてい
ます。

お家の開運招福・
供養のために壁にお
掛け下さい。
保存帳を頒布する

【88大師 メッセージ】

本尊納経帳に対し、
各札所住職が弘法大
師にまつわる言葉や
思いを表した一〇五
文字の言葉をういた
記念印を押印いたし
ております。



【保存帳】

特定の寺院(一
番・十四番・十七
番・三十一番・五
十三番・八十六番
・八十八番)にて三
千五百円で授与して
おります。



【記念バッジに
ついて】
期間中に大師納経を
製本された方を対象に
記念バッジを授与いた
します。

【大師納経とは】

四国八十八ヶ所霊場
会には御本尊様をお祀
りする本堂とともに、
四国霊場を開創した弘
法大師をお祀りする大
師堂があります。

また言葉を選んだ
理由(住職の思い)に
ついて説明文を納経
所に掲示しており、
霊場会公式ホームペ
ジからもご覧になれ
ます。

【安楽寺の記念印
：如実知自心】
弘法大師が一番
大切にされた大日
経というお経に「菩
提」というのは実の如
く自心を知るなり」
(如実知自心)とあ
ります。

【安楽寺の記念印
：如実知自心】
弘法大師が一番
大切にされた大日
経というお経に「菩
提」というのは実の如
く自心を知るなり」
(如実知自心)とあ
ります。



88大師メッセージ
弘法大師が一番
大切にされた大日
経というお経に「菩
提」というのは実の如
く自心を知るなり」
(如実知自心)とあ
ります。

弘法大師が一番
大切にされた大日
経というお経に「菩
提」というのは実の如
く自心を知るなり」
(如実知自心)とあ
ります。

弘法大師が一番
大切にされた大日
経というお経に「菩
提」というのは実の如
く自心を知るなり」
(如実知自心)とあ
ります。



88大師メッセージ
押印期間
令和4年6月15日～
令和6年12月31日
(2年6ヶ月)



⑬ 室戸岬で悪龍を伏す ⑭ 求聞持の修行

【88大師カード】
本尊納経・お軸に対して記念
カードを授与いたします。また
カードのみをご希望の方には百
円で授与いたします。このカー
ドは、弘法大師の御生涯(行状
記)を絵に表
したもので、
カードのデザ
インは香川
の穴吹デザ
インカレッジ
の学生さん
達が手がけ
ています。

88大師カード
授与期間
令和4年6月15日～
令和6年12月31日
(2年6ヶ月)



令和五年の教学講習会は令和五年二月
に二部制での開講を予定しています。

令和五年
第二期の講習会
令和五年
第一期(二月九日(木)～
十二日(日))
第二期(二月二十三日(木)～
二十六日(日))

黒珠 安楽寺谷秘伝 黒珠 くるず +VE
は体がいい!!
31粒入り (1日1粒1ヶ月分)
黒酢健康食品 1,200円
伝統かめ仕込み鹿児島福山黒酢3ccを1粒に凝縮
伝統的な製法を守って作られる食品には想像以上の知恵が秘められて
います。黒酢のブランド「鹿児島福山黒酢」は200年の歴史
を誇り、醸造をかめ壺(アマン壺)と自然の力で1年かけて行う
日本伝統のかめ仕込みを今も貫いています。「黒珠」1粒には3cc
の鹿児島福山黒酢が凝縮されています。抗酸化作用があり、スー
パービタミンと呼ばれる天然ビタミンEを加え、皆さまの健康に
貢献できることを祈っています。

お電話で 電話088(694)5889
お電話の受付時間 10:00～16:00(月～土・祝)
FAXで Fax 088(694)5610
メールで Mail shop@shikoku6.or.jp
おハガキで 63円 771-1311
商品名 黒珠
数量 個
金額 円
電話番号
お名前(フリガナ)
ご住所(郵便番号)
定期便1袋のとき6%off、2袋以上8%off
インターネットからの申し込みで3%off
まとめ買い10,000円以上でさらに5%off
定期便は毎月または隔月にお届け、
定期便のインターネット割引は初回のみ有効
送料無料で商品代金5,000円未満はポスト投函、5,000円以上は宅急便となります。
お支払いは商品到着後、10日以内に同封振替用紙にてコンビニ又は郵便局よりご送金ください。た
だし、商品代金5,000円以上は代金引換となります。
返品は商品到着後8日以内にお願います。お客様のご都合による場合は返送料をご負担願います。
定期便の休止は4回目から承ります。

来年もお参りに行こう
お四国のしらかわ
徳島県板野郡上板町野字寺ノ西北8

八月二十日 流水供養灯籠会

今年八月二十日の大祭(盆おどり)は、新型コロナウイルスの感染拡大防止と参加者の皆様の健康と安全を考慮し、流水供養灯籠会とすることになりました。



今年も、「流水供養灯籠会」として八月二十日に本堂と奥殿で有縁・無縁の精霊供養を行います。当日、本堂での施餓

日程 令和四年八月二十日
施餓鬼供養・流水供養灯籠会
午後六時〜七時
宿泊 (一泊二食) 七、九〇〇円
※当日の宿泊もしていただけます。



今回、御供養をお申込みいただいた方には灯籠会の後日に宵大師の御朱印と夏限定の入浴剤をお送り致します。
※お申し込みが三千元の場合は御朱印一枚と入浴剤一個、六千元の場合は御朱印二枚と入浴剤二個を郵送いたします。同封いたしております振込用紙の通信欄に戒名(法名)あるいは〇〇家先祖代々を書き、郵便局より一壺三千元をお送り下さい。(二壺以上の場合は金額を書き加えて下さい)
当日、灯籠を浮かべ、御供養させていただきます。

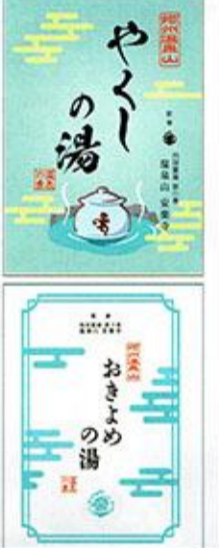
高野山奥之院に流れる玉川の川の中に建てられている卒塔婆は、流水灌頂といひ、もともとは水難事故や難産でこの世を去った人々の霊を水で清め、追善供養をするために建てられました。現在では、広く様々な人々の供養として建てられています。今回、安楽寺ではこの流水灌頂にならう、本堂奥殿を流れる水路に亡くなった方々の戒名や法名が書かれた灯籠を浮かべ、光明真言をお唱えして追悼の祈りを捧げます。
郵送での受付をいたしております。左記のお振込み用紙を同封いただきますので、お気軽にお申込ください。

宵大師の御朱印



七月二十五日から宵大師の御朱印の授与を開始いたします。
江戸時代より行われていた安楽寺の夏祭りは宵大師(よいだいし)と呼ばれます。毎年八月二十日の夜に行われる、このお祭りは翌日の八月二十一日が弘法大師様のご縁日にあたるということ、昔は二十日の夜から二十一日になる真夜中までお祭りの踊りが続いたそうです。四国八十八ヶ所を開かれた弘法大師様への讃仰とお盆の御先祖供養が融合した、何とも四国らしいお祭りです。
今回の御朱印には安楽寺の多宝塔と宵大師(夏祭り)で阿波踊りを踊る女性が描かれ、当山の副住職と親交のある色鉛筆作家の冬野カモメさんに描いていただきました。
※夏限定の入浴剤が付属します。

夏限定 温泉の入浴剤が好評



昨年からお本堂で授与を開始しました温泉山安楽寺オリジナルの入浴剤。参拝の記念やお土産に丁度よいと好評です。
入浴剤は安楽寺温泉の成分分析表をもとに作られており、ご本尊様の御前で祈禱しております。今夏は夏限定でレモンとハッカの香りのするさっぱりする入浴剤も新登場です。
当山安楽寺はお大師様が温泉湯治のご利益をお伝えになったという全国でも珍しい旧跡であります。
ご自宅での入浴の際にお使いいただき暑い夏を乗り切ってください。お風呂は1個二百円(郵送対応もいたします)。

新年は「コロナを乗り越える明るい年」に 新春 結縁灌頂

令和五年一月八日〜三十日
※平日の火・水・木は除きます。



前回は引き続き今年もご縁を結んでいただいた仏様が描かれた御朱印を授与いたします。お釈迦様とご縁を結んでいただいた方にはお釈迦様が描かれた御朱印、お不動様とご縁を結んでいただいた方にはお不動様の描かれた御朱印をお授けいたします。※御朱印はご自宅でおまつりできるように額が付けてあります。
結縁灌頂 御志納金一人三千元(御幣・御朱印・大師の御手当)
スマホをお持ちの方には結縁の写真を写し、LINEでお送り致します。
・午前の部 午前九時から一時間程度
・午後の部 午後一時から一時間程度
・午前・午後各三十人まで 完全予約制
・三十人に達すると別の日をお選びいただけます。(団体の場合は御相談下さい)
個人の方も前日や当日の宿泊一泊二食(七千九百円、三名以上七千五百円)、昼食(二千二百円)をご用意できますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
◎要予約 結縁灌頂の御予約はお電話でお願い致します。※火・水・木の曜日だけは開催しておりませんので、御了承下さい。

出川哲朗さんが 電動バイクでお参り



人気お笑いタレントの出川哲朗さんが旅先で出会った人に電動バイクを充電させてもらいながら旅をする番組「出川哲朗の充電させてもらえませんか?」で四国八十八ヶ所の一番札所から十番札所までを参拝されました。
安楽寺では副住職の案内で各御堂を拝観。出川さんが宿坊の談話室でコーヒを飲んだり、本堂の奥殿・灌頂窟で灯籠流しをしている様子などが放送されました。
テレビ放送後の反響は大きく「宿坊に泊まってみたい」「灌頂窟を拝観したい」等たくさんのお問い合わせをいただきました。
今は様々な事情で四国遍路に行くことができないという方々にも懐かしい札所寺院の風景をご覧になっていただき、喜んでいただけたと思います。
コロナ禍でここ二年ほどは四国遍路に訪れる人も減少していましたが徐々に参拝者も戻りつつあります。

外国人お遍路さん

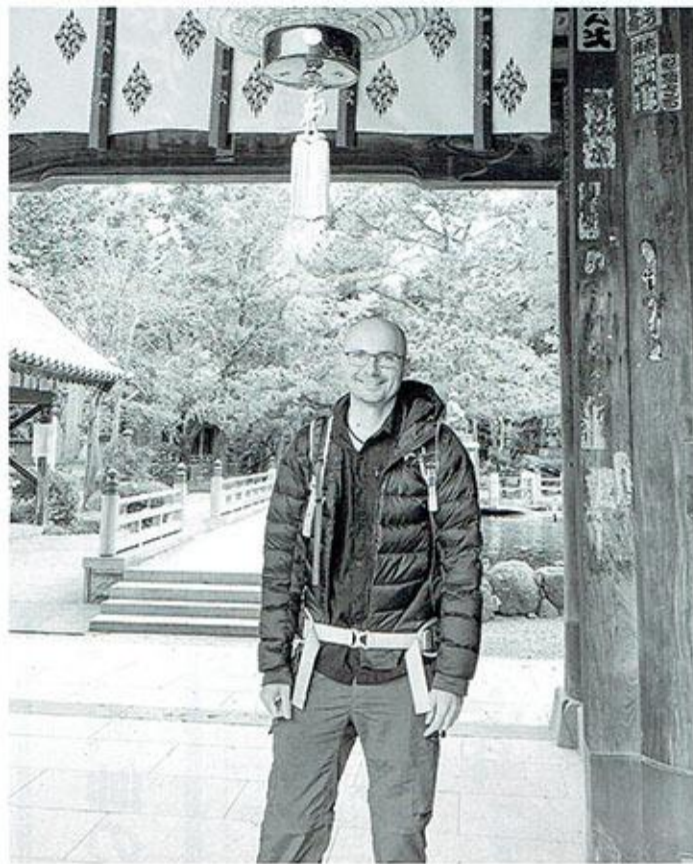
ようお参りです

第五回

グラント・ウォルツ
(米国人・39歳)

職業：
コンピューター・プログラマー

もともと日本語を覚
えたいと思って、日本
のテレビ番組をよく見
ていました。日本のテ
レビには旅行番組がた
くさんありますよね。
ああいった番組では
出演者がわりとゆっく
りと話すので、日本語
の勉強にはとても良い
のです。数年間そうやっ
て日本語の勉強を続け
ている中で、四国遍路
のことを取り上げてい
る旅番組がいくつもあ
り、いつもなんて美し
い場所なんだろう、素
敵な旅なんだろう、人
生で一度は私も絶対に
四国遍路をやってみた
いと思っていました。
その夢が叶って四国遍
路の旅をし、無事結願
することができたので
すが、またぜひもう一
度やりたいと思ってい
ます。



私のお遍路は、歩き
ながら時にはバスや列
車といった公共交通機
関も使いながら結願ま
で45日間かかりました。
毎日違うお宿に泊まる

わけではなく、例えば
高知市のような宿泊施
設や食事場所が多い大
きな街では一つの宿に
連泊して、そこを拠点
に毎朝バスや列車でお
寺の近くまで行って、
そこから歩いて近隣の
お寺を回っていました。
また、お寺とお寺の間
の距離がある程度長く、
途中で食料品のお店や
トイレが少ないような
区間は、あえて歩かず
にバスや列車を使いま
した。

遍路道を歩いている
時にいつも、次の場所
に向かってなにかが私
を導いてくれていたよ
うな感覚がありました。
困った時や誰かの助け
が必要な事態になった
時には、いつも助けて
くれる人が現れました。
ちょうどお腹が空いた
と思った時や食料を補

給したいと思った時に
は、グッドタイミング
で食べ物が入ったつ
たり、飲食店が見つか
たりしました。すこし
休みたいと思った時
には、ちょうどよくそ
の地域でお祭りやイベ
ントがあったりしまし
た。もちろん、道がわ
かなくなったり時には、
すぐに教えてくれる人
が現れました。

ただただ毎日素晴ら
しい経験が続いて本
当に楽しかったので、
実は四国遍路を歩き終
った後、数週間ぐら
い空虚感を感じて少し
気持ちがふさいでしま
ったくらいです。

お遍路中は1日ごと
にこのルートでこのお
寺を目指すというはっ
きりとした目標と進む
方向がありました。毎日
自分の決めたゴール
に到着するので、達成
感を感じられました。
お遍路が終わってし
まい、普通の生活に戻
てしまうとこのように
毎日はっきりと目指す
方向や進む距離が見え
ているわけではありま
せん。だからお遍路が
終わって日常生活に戻
るのに、なんだか道に
迷って途方に暮れてし
まったような気分にな
ったのだと思います。

外国人として四国遍
路を回る時に一番難し
かったのは、宿を探し
ことでした。私は宿の
予約をするのに必要な
程度は日本語を話すこ
とができますが、それ
でも簡単だったわけで
はありません。毎日、
泊まる場所を一つ探す

ために4〜5件の宿泊
施設に電話をかけて聞
く、しかも次の目標に
向かって歩きながらそ
れをする、これを毎日
繰り返すのはとてもス
トレスが溜まりました。
なによりこの宿探し
のことが頭にあっ
て肝心のお遍路に集中
できなかったり、旅を
できなかつたり、旅を
完全に楽しめなかつた
りするのが嫌でした。
だから、先述したよ
うに大きな街ごとに一
つの宿に連泊して、そ
こを拠点に公共交通機
関をうまく使いながら
周辺のお寺を回るよう
になったのです。こう
すれば、毎日どこに泊
まるか悩まなくても良
く、今日の夜泊まる場
所を確保している安心
感があり、参拝に必要
のない重い荷物は宿に
置いておけるので、お
遍路に集中することが
できました。

外国人お遍路で日本
人と問題なくコミュニ
ケーションができる程
度は日本語が話せるよ
うな人はほとんどいな
いので、外国人遍路用
の電

たまただ毎日素晴ら
しい経験が続いて本
当に楽しかったので、
実は四国遍路を歩き終
った後、数週間ぐら
い空虚感を感じて少し
気持ちがふさいでしま
ったくらいです。

お遍路中は1日ごと
にこのルートでこのお
寺を目指すというはっ
きりとした目標と進む
方向がありました。毎日
自分の決めたゴール
に到着するので、達成
感を感じられました。
お遍路が終わってし
まい、普通の生活に戻
てしまうとこのように
毎日はっきりと目指す
方向や進む距離が見え
ているわけではありま
せん。だからお遍路が
終わって日常生活に戻
るのに、なんだか道に
迷って途方に暮れてし
まったような気分にな
ったのだと思います。

外国人として四国遍
路を回る時に一番難し
かったのは、宿を探し
ことでした。私は宿の
予約をするのに必要な
程度は日本語を話すこ
とができますが、それ
でも簡単だったわけで
はありません。毎日、
泊まる場所を一つ探す

ために4〜5件の宿泊
施設に電話をかけて聞
く、しかも次の目標に
向かって歩きながらそ
れをする、これを毎日
繰り返すのはとてもス
トレスが溜まりました。
なによりこの宿探し
のことが頭にあっ
て肝心のお遍路に集中
できなかったり、旅を
できなかつたり、旅を
完全に楽しめなかつた
りするのが嫌でした。
だから、先述したよ
うに大きな街ごとに一
つの宿に連泊して、そ
こを拠点に公共交通機
関をうまく使いながら
周辺のお寺を回るよう
になったのです。こう
すれば、毎日どこに泊
まるか悩まなくても良
く、今日の夜泊まる場
所を確保している安心
感があり、参拝に必要
のない重い荷物は宿に
置いておけるので、お
遍路に集中することが
できました。

外国人お遍路で日本
人と問題なくコミュニ
ケーションができる程
度は日本語が話せるよ
うな人はほとんどいな
いので、外国人遍路用
の電

たまただ毎日素晴ら
しい経験が続いて本
当に楽しかったので、
実は四国遍路を歩き終
った後、数週間ぐら
い空虚感を感じて少し
気持ちがふさいでしま
ったくらいです。

お遍路中は1日ごと
にこのルートでこのお
寺を目指すというはっ
きりとした目標と進む
方向がありました。毎日
自分の決めたゴール
に到着するので、達成
感を感じられました。
お遍路が終わってし
まい、普通の生活に戻
てしまうとこのように
毎日はっきりと目指す
方向や進む距離が見え
ているわけではありま
せん。だからお遍路が
終わって日常生活に戻
るのに、なんだか道に
迷って途方に暮れてし
まったような気分にな
ったのだと思います。

外国人として四国遍
路を回る時に一番難し
かったのは、宿を探し
ことでした。私は宿の
予約をするのに必要な
程度は日本語を話すこ
とができますが、それ
でも簡単だったわけで
はありません。毎日、
泊まる場所を一つ探す

たまただ毎日素晴ら
しい経験が続いて本
当に楽しかったので、
実は四国遍路を歩き終
った後、数週間ぐら
い空虚感を感じて少し
気持ちがふさいでしま
ったくらいです。

お遍路中は1日ごと
にこのルートでこのお
寺を目指すというはっ
きりとした目標と進む
方向がありました。毎日
自分の決めたゴール
に到着するので、達成
感を感じられました。
お遍路が終わってし
まい、普通の生活に戻
てしまうとこのように
毎日はっきりと目指す
方向や進む距離が見え
ているわけではありま
せん。だからお遍路が
終わって日常生活に戻
るのに、なんだか道に
迷って途方に暮れてし
まったような気分にな
ったのだと思います。

外国人として四国遍
路を回る時に一番難し
かったのは、宿を探し
ことでした。私は宿の
予約をするのに必要な
程度は日本語を話すこ
とができますが、それ
でも簡単だったわけで
はありません。毎日、
泊まる場所を一つ探す

ために4〜5件の宿泊
施設に電話をかけて聞
く、しかも次の目標に
向かって歩きながらそ
れをする、これを毎日
繰り返すのはとてもス
トレスが溜まりました。
なによりこの宿探し
のことが頭にあっ
て肝心のお遍路に集中
できなかったり、旅を
できなかつたり、旅を
完全に楽しめなかつた
りするのが嫌でした。
だから、先述したよ
うに大きな街ごとに一
つの宿に連泊して、そ
こを拠点に公共交通機
関をうまく使いながら
周辺のお寺を回るよう
になったのです。こう
すれば、毎日どこに泊
まるか悩まなくても良
く、今日の夜泊まる場
所を確保している安心
感があり、参拝に必要
のない重い荷物は宿に
置いておけるので、お
遍路に集中することが
できました。

外国人お遍路で日本
人と問題なくコミュニ
ケーションができる程
度は日本語が話せるよ
うな人はほとんどいな
いので、外国人遍路用
の電

たまただ毎日素晴ら
しい経験が続いて本
当に楽しかったので、
実は四国遍路を歩き終
った後、数週間ぐら
い空虚感を感じて少し
気持ちがふさいでしま
ったくらいです。

お遍路中は1日ごと
にこのルートでこのお
寺を目指すというはっ
きりとした目標と進む
方向がありました。毎日
自分の決めたゴール
に到着するので、達成
感を感じられました。
お遍路が終わってし
まい、普通の生活に戻
てしまうとこのように
毎日はっきりと目指す
方向や進む距離が見え
ているわけではありま
せん。だからお遍路が
終わって日常生活に戻
るのに、なんだか道に
迷って途方に暮れてし
まったような気分にな
ったのだと思います。

外国人として四国遍
路を回る時に一番難し
かったのは、宿を探し
ことでした。私は宿の
予約をするのに必要な
程度は日本語を話すこ
とができますが、それ
でも簡単だったわけで
はありません。毎日、
泊まる場所を一つ探す



置かれた環境で 精いっぱい生きること

令和二年一月に日
本人ではじめて新型
コロナウイルスの感
染が確認され、早や
二年六月余りが経
過しました。その間、
第一波から第五波ま
で時には緊急事態宣
言が発令され、つい
て令和三年十二月に
オミクロン株が確認
され、急激な勢いで
感染が広がり、今年
に入ってから第六波
まん延防止等重点措
置が各地に出され、
最も多い日は全国で
十万人以上の人が感
染しました。幸いに
もオミクロン株は感
染しても無症状か軽
症の人が多く、六月
では一万人前後まで
大幅に減少しました
が、七月に入ったら
在ではまた増加の兆
しをみせています。
飲食店等の対応の
緩和や経済活動も少
しずつ以前に戻りつ
つあり、外国人観光
客の受け入れも二万
人となり、コロナに
対する考え方が少し
ずつ変わりつつあり
ます。今後はマスク
の着用やワクチン接
種についての議論が
なされ、適切な対策
が実施されることと
思われます。
そこで、今後私達
の生きる心よりど
ころとして、先般、
般若心経の教えの一
節を見つけたと思い
て紹介したいと思
います。般若心経の教
えはすべてのものは
無常であり、実体の
ない空の世界であり
ます。自我の執着を
捨て、とらわれのな
い心で生きていくこ
とこそ安らぎを得る
方法であります。
それでは具体的にど
のように生きるのが
幸せな生き方なので
しょうか。
仏教詩人である坂
村真民さんの詩に次
のようなものがあり
ます。

花
花がいちばんいいか
花がいちばんいい
花のどこがいいか
信じて咲くのがいい
ただこれだけの詩
の中に空の生き方が
みごとに表現されて
います。
野辺に咲くたんぼ
ぼの花は花びらを落
とすとふわっとした
種子を結びます。そ
れらの種子は、いつ
か風に吹かれ落下傘
のように空中に舞っ
て飛んで行きます。
種子はやがてどこか
に落ちます。日射し
の厳しい地面かも、
又、じめじめした湿
地かもしれませぬ。
木の根元や岩の割れ
目かもしれませぬ。
しかし、たんぼぼ
の種子はどこへ落ち
ても不平不満を言う
ことはありません。
どんな場所でもその
地に芽を出し、根を
張り、美しい花を咲
かせます。自分の置
かれた場所を信じ、
精いっぱい生きるす
ばらしい生き方です
ね。
私達も少しあやか
りたいたいです。
(三木隆夫・文)

俳句ポスト作品抄

- 阿波市 三木 清子
池みどり 金色の鯉とびはねる
- 阿波市 吉岡 郁子
山頭火の句も夏めきて 大師堂
- 阿波市 吉本 憲二
寺まわり 続けて老夫婦 錦札
- 阿波市 吉本 憲二
遍路の手離れて札所の 野良猫となり
- 阿波市 服部 俊次
接待に一札深き 遍路旅
- 阿波市 斎藤 厚子
杖つけば 鈴のちりりと 徒遍路
- 阿波市 渡井加代子
若人の マラソンで 発つ 遍路行
- 阿波市 三木 光風
駆け込みの 納経終えて 若楓
- 阿波市 藤本 博久
遍路道子らの あいさつ 元氣よく
- 阿波市 藤本 博久
売店を出て 澆刺と 徒遍路
- 阿波市 藤本 博久
若葉風 悲母観音の 指やさし
- 阿波市 藤本 博久
初遍路 下向く顔や 沈丁花



一薬師 拝む本堂 若葉風
光風