

真言宗
御室派

薬園山 長泉寺

〒700-0807

岡山市北区南方3丁目10番40号

TEL (086) 223-7450

FAX (086) 221-0302

振込 岡山 01250-6-6418

ホームページ www.chosenji.net

第 344 号

ハッピー

大谷翔平選手が凄い。見てい
るだけでワクワクするのは、き
つと私だけではないだろう。

ところで、なぜ彼を見るとワ
クワクするのか？というところ、脳
科学的にはドーパミンという幸
せホルモンが脳内に分
泌されるからだそう
だ。世界最高の舞台で
次々と成し遂げる偉業
は、我々日本人に優越
感さえ味わせてくれる
わけだが、それがまさ
にドーパミンによる効
果だという。ただしド
ーパミンは、その快楽
さがゆえに癖にもなる
から気を付けないとい
けない。もつと、もつと過剰
に欲してしまうのだ。

幸せを感じるホルモンは他に
もある。「オキシトシン」や「セ
ロトニン」である。オキシトシ
ンは主に人間関係が良好な場合

幸せホルモン

ひ と も し

に分泌され、心身のリラックス
効果、ストレス低減、免疫力ア
ップなど、多くの良い効果を持
つ。セロトニンは、日中におけ
る健康的な生活によって分泌が
促され、安心感や平常心など
我々の精神的安定を
支えている。逆にそれ
が不足すると、夜に睡
眠を促すメラトニン
が分泌されず、不眠や
不安、ときに精神障害
の一因ともなる。

ドーパミン系の快
楽も人間がゆえに欲
してしまうが、まずは
オキシトシン、セロト
ニン系の充実があつ
てこそだ。そこが不足している
といくらドーパミンが増えても
心は落ち着かない。

大谷選手をよく見てみると、
チームと睡眠をとっても大切にし
ている。やっぱり彼は凄い。(龍)

人間の尊厳を生き 今ここに安らぐ
永代供養 楽陽廟 合同追悼法会

春秋祭

11月21日(火)10時00分～ 於：玉佛堂

永代供養塔「楽陽廟」で祀られる精霊に廻向を捧げる「春秋祭」を奉修いたします。

ご縁のある檀信徒皆様には、お繰り合わせご参拝下さいませ。

併修 9:00～ 大師縁日法会・写経 於：本堂
長泉寺文化祭(御室流華道展・長泉寺書の会作品展)

檀信徒合同 孟蘭盆總供養



毎年恒例の檀信徒合同孟蘭盆總供養法会を八月十五日午前九時より玉佛堂にて奉修しました。

法会は、龍門住職が仏前に回向文を奉読するとともに、僧衆が声明および理趣経を奉唱。過去精霊に回向を捧げました。

台風接近のため天候が不安定な中、ご参拝いただいた皆様にはありがとうございました。

なお、当日正午より開催を予定しました「平和の鐘を鳴らそう！」(主催：岡山ユネスコ協会は、悪天候のため当山内僧侶で鐘を撞き祈るのみとし、集会は中止させていただきました。

ご先祖 萬霊供養 おせがき行

八月十九日、昨秋新本堂を落慶された神峯山大門寺(大阪府茨木市)様へ出向き、同寺本堂濡れ縁に於いて回向塔婆の加持を含む「略施餓鬼法会」を奉修(参加三十一名)。併せて本堂内で本尊如意輪観音菩薩にご法楽を捧げ、添野大真同志ご住職よりお寺のご紹介を含むご法話をいただきました。

施餓鬼法会とは、飢えに苦しむ餓鬼を供養し、三界萬霊並びに先祖代々精霊に回向を捧げるための法会です。当山では毎年、



各地へ出向いて奉修しております。

昼食を取った後は、万博記念公園内「太陽の塔」、及び「国立民俗学博物館」を見学。楽しい時間を過ごすことができました。ご参加いただきました皆様、関係者皆様には心より御礼申し上げます。

ボランティア基金会使り

いつもご協力をいただきありがとうございます。

いただいた浄財は、人道援助宗教NGOネットワークRNNを通じて、特定非営利活動法人AMDAに寄託されます。

☆志納金 29,658円

令和五年八月十四日(八月二十二日)

トルコ・シリア地震 15,973円

黒住トシ子、糸島万貴栄、光岡香里、白

神美保、佐藤恭子、光研老僧、中村久美

子、新(藤原)、原田清子、朝森素子、朝

森明美、朝森弘英、山田紀香

東日本大震災救援 5,583円

糸島万貴栄、黒住トシ子、光岡香里、白

神美保、佐藤恭子、中村久美子、原田清

子、朝森素子、朝森弘英、山田紀香

ウクライナ難民支援 8,102円

黒住トシ子、糸島万貴栄、光岡香里、

井上真由美、白神美保、佐藤恭子、中

村久美子、伊藤圭子、原田清子、朝森

明美、朝森弘英、山田紀香

長泉寺ボランティア基金會 寄付金の受付

ゆうちょ銀行 総合口座
15460 30539111

郵便局以外の金融機関から
振込む場合は
【店名】五四八 【店番】548
【預金種目】普通預金
【口座番号】30539111

ご協力をお願いします

総本山仁和寺より褒章

渡邊 進 前総代

約二十年にわたって当山檀信徒総代として寺院運営にご尽力いただき、本年六月を以ってご退任された渡邊進氏が、総本山仁和寺門跡である瀬川大秀大僧正猊下より褒章状を授与されました。



渡邊 進 氏

渡邊前総代は、あかつき産業株式会社代表取締役社長、ニチアス株式会社岡山支店長を勤められた後、平成十六年に当山総代にご就任。大法会や記念行事など様々な事業に貢献されたほか、遍路巡礼を行う「長泉寺杖心会」会長を勤め、檀信徒をよ



渡邊進氏慰労会 令和5年8月22日

く先導されました。また、各種事業において経済的にも多くのご支援を賜りました。

その他、平成二十一年当山開山五百周年記念奉讃会役員、平成三十一年本堂修繕奉讃会役員などを歴任。平成二十八年から本年までは副総代長、並びに責任役員をお勤め下さいました。

当山に対する渡邊氏の甚大なるご功績に衷心より厚く感謝とご慰労を申し上げます。

言葉にしくなくても二人の心が通じ合うことを「アウンの呼吸」と言うことがあります。相撲でも二人の力士が呼吸を整え、仕切りを合わすことをそう呼びます。

寺社の山門にある仁王像は、口を開けている方がア（阿）形で、閉じている方をン（吽）形と呼びます。仁王門のあるお寺に行く機会があれば、ぜひよく見てみて下さい。

ところで赤ん坊は、「アーツ」と泣きながら誕生し、そして人間、臨終の際には、「ン」と言葉を無くし最期を迎えます。人生は「ア」で始まり「ン」で終



アウン 阿吽

～日本語と真言宗シリーズ～
名誉住職 光研

わかることから、言葉はなくとも一つの動きで全てわかることを「阿吽の呼吸」と言うようになりました。

五十音図ではアがその始まりで、ンは音図外になります。また、んは「いろはうた」に出ない仮名で、はね字「撥ねられた字」とされています。

仏教で「阿字」とは、ことばの根本であり、声の母であるとして理解されます。また、その意味するところは「諸法本不生」——生命の根源である宇宙は本来不生不滅である、私たちのいのちの永久性を説きます。

真言宗を開いた空海は、『吽字義』を著され、その字義を解かれましたが、「阿字観」ほどには知られていません。「ア!」、

「ン?」でもありましょう。

(続)

魂どこにあるのか問題

龍門

お盆が過ぎたかと思えば早や

お彼岸でございます。皆様宅で

も仏壇や祭壇で故人を祀り、お

墓参りもされることでしよう。

ところで私たちは、故人を弔

う際、あたりまえではありません

が、その魂（あるいは御霊）な

るものに対して手を合わせてい

ます。ですが、じゃあその魂は

どこにあるの？と聞かれるとす

んなりと答えられるでしょうか。

仏壇にあるのかお墓にあるのか、

あるいはそうではないのか、実

際のところどうなのでしょう？

私はこれを「魂どこにあるの

か問題」と呼んでいるのですが、

皆様も一度

は疑問に思

ったことが

あるかと思

いますし、一

度ここで記

しておきたいと思います。

魂とは何か？

まず、そもそも魂がどうい

ものであるかという、広辞苑

に「肉体に宿って心のはたらき

をつかさどると考えられるも

の。」で「肉体を離れても存在す

る。」と説明されています。魂は

肉体を離れてもある、要は死ん

でも残るといいます。魂につ

いて考えるとき、この「死んで

も残る」というのがポイントと

なるでしょう。

では、死んでも残るものとは

何でしょうか？ 骨？ たしかに

今は火葬なので骨も残りますが、

それより決定的に残るものがあ

ります。「関係性」です。

たとえば親が亡くなったとし

ます。しかし、たとえ亡くなっ

ても親は親です。死んだ途端に



他人、とは

なりません。

関係性とは

実にそうい

うものであ

って、だからこそ残った関係性

をどうするのが問われ、その

故に葬儀や法事、お墓参りなど

のご供養を行うわけです。

一方で魂は「死んでも残る」

わけですから、生きている私た

ちにだって当然あるはずです。

では、私たち自身の魂はどこに

あるのでしょうか？

広辞苑には「肉体に宿る」と

ありますが、「宿る」というのは

「一時的にとどまる」というよ

うな意味ですから、本来存在す

る場所は肉体ではないというこ

ともあります。

また、「心のはたらきをつかさ

どる」というのですから、魂は

心の根源のようなもので、自分

が自分であるための主体的役割

を担っているものと言えます。

自分を自分たらしめるもの

そこで「自分」というものに

ついて考えてみますと、仏教で

は「無我」という思想に触れて

おかなければなりません。

「無我」をそのまま読んでし

まうと「我は無い」となってし

まいますが、今日だって自分は

ここに居ますし、我はあります。

そうではなくて、無我とは「我

を我せしめているものは我では

無い」というのが真意です。

では何が我を我せしめている

のかというと、釈尊はそれを

「縁起」と説き、大乘仏教では

「空」と呼びました。現代的に

言う、まさに「関係性」です。

「自分」のはじまり

もし可能ならば「自分」がス

タートしたときのことを思い返

してほしいのですが、しかしそ

れはどなたもがきつと思ひ出せ

ないはず。というのも、誰

にとつても「自分」は気づいた



関係性が自分をつくる

ときにはもう始まっていたものだからです。さらにそのときにはすでに自分の顔も体も、親も家も、自分の名前すら決まっています、自分の意志とは全く無関係に「自分」という設定がなされており、その延長のまま今日にいたっているかと思えます。

では何が自分をつくったのかというと、もちろん両親の存在は大きいですが、その両親が両親である（夫婦とは限りません）という関係性が先ずあって、しかも両親にはそれぞれまた両親がいて、その両親にもさらに・・・、とこれを言い出すとご先祖様までさかのぼることになってしまいますが、要は先祖代々脈々と様々なめぐり合わせ、ご縁、即ち「関係性」があったがゆえに、自分というものが誕生しているわけです。ですので、何が自分をつくったのかというと、まさに「関係性」と言うべきでしょう。

そうして産まれて来た自分は、相変わずまた関係性を生きています。自分の人生なんだから、自分の意志で、自分で選択して生きている、という気にもなり

がちですが、学校で出逢った友達や職場をともしにする仲間は、決して自分が選んだわけではありません。そしてそういう人間関係の中で、仲良くなったりケンカをしたり、ときには親友や恋人ができ、あるいは孤独や失恋を経験し、切磋琢磨もあれば嫉妬や妬みもあるという関係性に揉まれることで、「自分」という人格が形成されていきます。

要は、関係性によってスタートした自分は、関係性を生きるがゆえにその関係性から良くも悪くも影響を受け、その積み重ねの結果として今日の自分が出来上がっているのです。

真言宗の僧侶にとって必須の論書である『菩提心論』^{ぼだいしんろん}には、

「^{じしん}自心（我）を^み観るに形月輪^{かたちがちりん}の如し」とあります。「我（自心）」は自身を中心に拡がる円い縁であり、いわば「関係性の総体」のようなものが自分の正体であるというのです。

したがって、たとえば自分を幸せにしたいのであれば、自分個人に何かを与えるというより、自分を自分たらしめている関係性、即ち家族や友人など大切な存在を幸せにする努力こそが必要となります。そしてそれが叶ったとき、結果として自分が幸せを感じていることでしょう。

魂とは関係性である

ここまでお読みいただければお分かりいただけたと思います。が、魂とは即ち関係性なのです。関係性こそが私を私、あなたをあなたたらしめている主体であり、さらには私が死のうとも、あなたが死のうとも、相変わずそこに残る、まさに「魂」な

るものであります。

「魂どこにあるのか問題」に對してお答えすれば、それは仏壇にもお墓にも、どちらにもありませんよということになります。その故人のことを想えばどこにだって関係性がありますし、関係性があるからこそその故人のことを想うわけです。

ただし、どこでも良いなら仏壇もお墓も不要、ということではありません。人間というのは家族といるときは家族、友人といるときは友人、仕事をしているときは職場の仲間やお客さん、取引先などとの関係性を精一杯生きています。故人との関係性がいくら大切だとはいえ、それを四六時中感じて生きているわけではありませんので、だからこそ、然るべきとき、然るべき場所において、故人と自分との間に残った関係性を、しっかりと良いものにしようとする作業、即ちご供養が大切となるのです。

鯉魚図

令和五年八月吉日

作・寄託 森山知己先生
協 賛 渡邊進 前総代



この度、日本画家の森山知己先生が、ご自身の作品『鯉魚図』を当山へ寄託下さいました。

図は、「登竜門」(※中国の黄河上流にある竜門山にある急流)を登りきった鯉が竜に変身する様子が描かれています。

森山先生は、岡山を代表する日本画家でいらして、現在倉敷芸術科学大学の学長補佐を勤めていらっしゃいます。当山とは、『山水六曲屏風』や、本堂修繕落慶記念の『散華図』を描いていただいたというご縁がございます。

また、当図寄託に際し、前総代の渡邊進氏がご協賛金を奉納下さいました。両氏には、心より深く感謝を申し上げます。

寺子屋文化講座

八月三十一日に開講しました
第四十一回寺子屋文化講座は、
登壇を予定していた講師の都合
が急遽合わなくなり、代わりに
龍門住職が講師を勤め、「魂ど
こにあるのか問題」(前頁掲載内
容)についてお話をしました。
なお、当初予定していた内容
の講座は、左記の通り日時をあ
らためて開催いたします。

岡山の河川

～特に旭川・百間川の歴史と流域治水～

長泉寺 寺子屋 文化講座

10月18日(水)
19:00～20:30

於:長泉寺本堂

参加無料・予約先着50名

講師:松井大生 先生

国土交通省 中国地方整備局
岡山河川事務所 流域治水課長

灯籠流し

岡山市仏教会は八月十六日、
恒例の盆行事「灯籠流し」を西
川下石井公園で開催しました。
台風が心配されましたが、当
日には無事過ぎ去り、多くの方
にご参拝いただきました。
お申込みいただいた灯籠は、
仏教会僧侶で読経した後、灯明
をつけ、西川へ流しました。

杖心会 津軽海峡の旅

先月、皆様へご案内させてい
ただいた「青森・函館 津軽海峡
の旅」(十月八～十日開催予定)
は、おかげさまで持ちまして満
員御礼となりました。つきまし
ては、すでにキャンセル待ちの
方もいらっしゃる状況でして、
新たな参加希望につきましては
お申し受けできません。

なにとぞご理解、ご容赦賜り
ますようお願い申し上げますと
ともに、引き続き長泉寺杖心会
をお引き立て賜りますようよろ
しく願います。

納骨堂「樂陽廟」のご案内

昨年夏に納骨壇の増設を施工した当山の納骨堂「樂陽廟」は、これまでに増設分（小型壇一二〇基・大型壇二〇基）の約半数分について永代供養のお申し受けをいただいている状況です。後継者不在などの理由でお墓じまい、永代供養をご検討の方にはどうぞお問合せ下さい。なお、お申し受けは檀家の方に限ります。



奉納「大のぼり幡」のご案内

当山境内に掲げる「大のぼり幡」の奉納施主になってくださる御方を探しております。

この幡は、白色の厚い生地、当山に祀られる諸尊名と奉納施主名を黒字で染めた大きなもので、仏様の功德を称えるための境内荘厳具です。耐久性は2年ほどで、その間境内に掲げさせていただいております。

ご協力いただけます御方には今月中に当山までご連絡下さい。

大のぼり幡 一基 奉納 25,000 円也



縁日法会の時間が変わりました。

毎月8日（本尊縁日）、21日（大師縁日）、28日（不動縁日）に奉修している縁日法会は、

本年8月より 10時 開式となっております。

ご確認の上、どうぞご参拝ください。

— 長泉寺 毎月縁日法会 —

◇本尊薬師如来縁日◇

毎月8日 午前10時～ 法話／勤行／写経

◇高祖弘法大師縁日◇

毎月21日 午前10時～ 法話／勤行／写経／光研さんの空海プログラム（講話）

※ 4月と11月は、行事の都合により午前9時より行います。

◇インド佐々井秀嶺師請来 必生不動明王 護摩供養◇

毎月28日 午前10時～ 護摩供養／不動真言念誦行

※写経の参加料は300円（用紙代・御供込）です。 ※不動護摩供における添え護摩札は一本300円です。

和気清麻呂と 宇佐八幡宮神託事件

現在の岡山県和気町出身で、宇佐八幡宮神託事件、平安京遷都などで活躍し、明治時代の十円紙幣にも登場した和気清麻呂について、岡山県・市の文化奨励賞を受賞されている朝森要先生よりお話をいただきます。



長泉寺 寺子屋 文化講座

10月31日(火)
19:00~20:30
於:長泉寺本堂

参加無料・予約先着 50 名

講師: 朝森 要 先生
方谷研究会会長
西山拙斎顕彰会顧問

Vol. 42

◆◆◆◆ 長泉寺文化教室 ◆◆◆◆

長泉寺合唱団ナーガ 第2,3,4月曜 10時~12時
金剛流御詠歌会 毎週火曜 10時~12時
御室流華道教室 毎月1回
写経会 毎月8日、21日 10時
書の会 毎月1回
将棋クラブ 毎月1回
寺子屋文化講座 隔月1回

◆◆◆◆ お気軽にお問い合わせください ◆◆◆◆

いづみ ペーパーレス化

可能な御方に限り、『いづみ』のペーパーレス化にご協力いただいております。※すでに登録をいただいたお方には感謝申し上げます。

ご対応いただけます檀様には、下記アドレスまでお名前とご住所をご送信下さい。

idumi@chosenji.net

将棋クラブ

毎月一回 客殿で開催中 参加無料

■65回目

10月28日(土) 13:30-16:00

■66回目

11月26日(日) 13:30-16:00

いつも集まったメンバーで楽しくやっています。どなたでもお気軽にご参加ください。

岡山仏教テレホン相談室 令和5年度公開講演会
「木久蔵流 笑うが一番」 〆防犯に関する講演と古典落語披露〆
講師 落語家 二代目 林家木久蔵氏
日時 十二月二日(土) 開場十三時 開演十四時
会場 山陽新聞社さん太ホール (定員三百名)
岡山市北区柳町2-1-1 車は近隣のコインパーキングをご利用下さい
主催 岡山仏教テレホン相談室



長泉寺の公式ホームページをぜひご活用下さい

長泉寺 南方

検索

住職のブログ、月行事日程、文化教室のご案内など長泉寺の様々な情報がご覧になれます