

# お誓いの心を込めて お見送りを



曹洞宗 大本山永平寺 御直末  
慈弘山 諦崇寺

奈良市鳥見町二丁目28番地の10  
0742(37)2569  
<http://taisouji.jp>

## 菩薩さまのお誓い

### 三歸依戒

- ・ 仏さま・ご先祖さまを敬い、
- ・ 正しい教えを素直な心で学び、
- ・ 仲間と一緒に護り伝えます。

### 三聚淨戒

- ・ 悪いことをせず、
- ・ 善い行いをして、
- ・ 自他ともに救います。

### 十重禁戒

- ・ すべての生命を大切にします。
  - ・ 盗む必要はないと気付きます。
  - ・ 本当に必要なものは何かを考えます。
  - ・ 自分本位の浅はかな発言はしません。
  - ・ お酒に惑わされません。
  - ・ ひとの間違いを責め立てません。
  - ・ 自惚れたり、ひとを馬鹿にしません。
  - ・ 受け継ぎ、預かったものを伝えます。
  - ・ 怒りで自分を見失いません。
  - ・ 仏法僧、三つの宝を大切に護ります。
- 菩薩さまのお誓いは、数の多少ではなくて、根底には親が子に祈るような願いがあります。想いに応える私たちでありますようにと、合掌して礼拝し、皆さままでお誓いいたします。

## お葬式

仏さまへの道を歩まれ、私たちを教え導いてくださる「菩薩さま」となっていただく法要です。感謝とお誓いの気持ちで両手を合わせます。

## ご戒名

お誓いを立てられた菩薩さまのお名前です。その名をもって、皆さまを見守り、お導きくださいます。どのようなお姿の菩薩さまとられるか、皆で語り合うのが「お通夜」です。

## 初七日法要

四十九日まで、七日おきにある関所を菩薩さまが安らかにお通りになれるよう、私たちがお誓いを新たにす法要です。

## お焼香の作法

- 一、合掌して礼拝
- 一、お香を額の前に頂き、焚く(主香)
- 一、お香を少し取り、直接焚く(従香)
- 一、合掌して礼拝

お焼香される方が途切れず、続くことが大切です。お数珠は左手首、もしくは左手の中指に掛けてください。

# 曹洞宗と坐禅

今から八百年ほど前の鎌倉時代、道元禅師が正伝の仏法を中国から日本に伝え、瑩山禅師が全国に広められて、曹洞宗の礎を築かれました。このお二方を両祖と申し上げ、お釈迦さま（釈迦牟尼仏）とともに「仏両祖」として仰ぎます。

曹洞宗は、お釈迦さまより歴代の祖師方によって相続されてきた正伝の仏法を依りどころとします。その根幹となる坐禅の実践によって、それがそのまま「仏さまのお姿」であると深く知ることを旨とします。

曹洞宗の坐禅は「只管打坐」、ただひたすらに坐ります。何か他の目的を達成するための手段として坐禅をするものではありません。坐禅をする姿そのものが「仏さまのお姿」であり、悟りのお姿であるからです。

道元禅師は坐禅だけではなく、すべての日常行為に坐禅と同じ価値を見出し、禅の修行として行うことを説かれました。

禅の精神による行住坐臥（歩く・とどまる・坐禅する・寝る、つまり生活のすべて）を過ごし、日常生活における行い一つ一つを大切にすると心がけたならば、身と息と心が調えられて、悩みや苦しみから離れて、私たちの中にある「仏さまのお姿」が明らかとなります。



達磨禅師 大阪・粟東寺蔵

禅や修行というと日常から離れた何か特別なことのように聞こえますが、毎日の生活における行い一つ一つを意識して、坐禅と同じ心で丁寧につとめる、これが曹洞宗の目指す生き方であり、私たちのご修行です。

## 舍利礼文

一心頂礼	万徳円満
釈迦如来	真身舍利
本地法身	法界塔婆
我等礼敬	為我現身
入我我入	仏加持故
我証菩提	以仏神力
利益衆生	発菩提心
修菩薩行	同入円寂
平等大智	今将頂礼