



大網ロータリークラブ

Club Weekly Bulletin

- クラブ創立：2000年1月13日
- 例会日：水曜日（12：30～13：30）
- 例会場：中部コミュニティセンター
TEL 0475-73-3337 FAX 0475-73-4360
- 事務所：〒299-3251
大網白里市大網 450-6 ユアサビル 2階
TEL 0475-70-0200 FAX 0475-70-0222
- 会長：大越 将司 幹事：星野 実
- 広報・公共イメージ向上委員会
委員長 小倉 光夫・会報担当 石田 英世

2024年 3月 27日(水)
第25巻 第 32号

通巻第1062

<http://www.oamirotary.com>
E-mai : rc@oamirotary.com



世界に希望を生み出そう

本日の例会

- 点 鐘 会長 大越 将司
- ソング 手に手つないで
- 会長挨拶 会長 大越 将司
- 幹事報告 幹事 星野 実
- プログラム 花見移動例会（雨引観音）

ニコニコBOX

なし

例会日	3月13日	2月28日
会員数	31	31
出席	18	20
欠席	13	11
M U	0	0
免除	5	5
出席率	74.19%	83.87%

会長エレクト挨拶

大越会長所用の為、石田英世会長エレクト挨拶



みなさんこんにちは。
本日は会長お休みということで、2回目のあいさつ代理です。
今年1月、久しぶりのスリランカ訪問が実施され、当クラブから高山、佐藤両名が参加されました。私も行こうと計画しましたが、スケジュールが合わず断念。
そんなとき新聞にセイロンコーヒーという記事を見つけ、いろいろ調べてみましたので、その一部を紹介します。

キャンディ市内でスリランカ初のセイロンコーヒー専門店を経営する日本人社会起業家の吉盛真一郎さん。
吉盛さんはかつて日本の建設会社に勤務しており、2007年4月に水力発電事業の事務課長としてスリランカに赴任してきました。
ある日、現場内の診療所を訪れると、その軒先で赤い実が干されているのを目にします。これがセイロンコーヒーとの初めての出会いでした。
セイロンティーが有名ですが、スリランカで紅茶栽培が始まったのはイギリスが統治していた1800年代末期。実はそれまでのスリランカではコーヒーが多く生産されていました。しかしコーヒーの木の伝染病の大流行によりコーヒー農園は壊滅的な被害を受けてしまいます。その土地を使ってイギリス人が紅茶栽培を推し進めたのです。
調べてみると事務所からほど近いKotmale(コトマレ)という村で「JICAの草の根支援プロジェクト」として日本人のNGOがコーヒー栽培の支援をしているのを知ります。早速現地に出かけてみましたが、すでにJICAのプロジェクトは終了しており、そこにはまるで祭りのあとのような虚脱感が漂っていました。
継続的な支援の大切さを痛感するとともに、「村にとっての資産ともいえるこのコーヒー農園を無駄にしてはいけない!」と、吉盛さんは村のコーヒー栽培に関わりを持つようになります。
「セイロンコーヒーのカフェを作ったら面白そうだな。」
幻のセイロンコーヒーを日本人が復活させる』というロマンの追求が、『生産者を継続的に支援する』という課題の解決にもつながると考えたのです。
ちょうどそのころスリランカからインドに異動することになりました。しかし会社としてもこれまでの吉盛さんの活動を評価しており、異例のケースで副業が認められインドからの遠隔運営で事業を続けていけることになりました。が、インドからの遠隔運営には限界がありました。
「これでは中途半端に終わってしまう。」という危機感を感じ、とうとう会社を退職してスリランカでコーヒー事業に専念することにしました。事業を続けるにあたって吉盛さんが理念として掲げていることのひとつが、コーヒーの栽培からカフェでの接客までの全工程にスリランカの女性を起用することです。スリランカを訪れるとわかりますが、レストランやショップのスタッフ、またゴルフ場のキャディーに至るまで、多くの就労の場はほとんど男性で占められています。能力はあるのに働く機会がなく生涯を家庭だけで終えてしまう女性も多いと聞きます。それだけ女性の社会進出が遅れているのです。「女性スタッフがいたら、物珍しさで客が集まるんじゃないか」当初はほんの軽い気持ちでした。そして第一期生として雇った女性7人はみな農村部出身。英語もほとんど話せません。カフェの存在すら知らない彼女たちに、オープンに向けた接客トレーニングをやり続けた3か月間はたいへんな時期でした。「スリランカにはそんな文化はないからできない」「女性にはそんなことはできない」...
常に否定から始まる会話。それでも常にスタッフの一人一人と真剣に対話して、それぞれの役割の大切さを理解させた上でシステムを作れば、みんなしっかりと責任を果たしてくれることがわかってきたのです。そして2013年7月にキャンディの沸歯寺にほど近い場所で、カフェ『Natural Coffee(ナチュラルコーヒー)』をオープンしました。

来年はスリランカに行き、カフェ『Natural Coffee(ナチュラルコーヒー)』を訪れたいものです

「永平寺の修行について」

松本 眞月 様



修行とは？修行僧とは？漠然とした問いかけで始まる今回の卓話、30分ほどお話しする機会を頂戴しました。せっかくの機会ですので自身の修行生活を振り返るとともに、みなさんにとって有意義なお時間にできるよう、精いっぱいお話ししたいと思います。

まず、簡単に自己紹介をさせていただき、修行僧になった経緯、修行の内容、現在の心境という流れで進めて参ります。

申し遅れましたが、私は松本眞月、写真の真の旧字体、眞（まこと）にお月さまの月（つき）と書き、僧名を眞月（シンゲツ）と申します。昨年の9月、30歳になりました。演題にもあるとおり令和5年3月28日から先月の16日まで福井県にある大本山永平寺の雲水として修行しておりました。永平寺で修行する以前は、大学を卒業したのち中学校の教員として7年ほど勤めておりましたので、このように人前で話をするのは慣れっこ、

と申し上げたいところではございますが、生徒の前で偉そうに話をするのとは勝手が違い、人生の大先輩のみなさまの前でお話をするわけですので大変恐縮している次第でございます。

本日は千葉市おゆみ野にある麺屋侍の店長でいらっしゃいます、鳶田政明様とのご縁でみなさんにお会いできたこと、心よりうれしく思っております。

さて、冒頭の問いに戻りますが、修行と言っても宗教や宗派によってさまざまで「滝行はしますか？」とか「火の輪くぐりはしますか？」などとよく聞かれるのですが、私の修行生活ではそのようなことは一切しませんでした。永平寺では決められた作法に則り、坐禅を中心とした規則正しい生活を修行と呼んでおります。言い換えれば、生活そのものが修行である、ということになります。私たち曹洞宗の宗旨は「只管打坐」。すなわち坐禅のことですが、永平寺では食事をすることも、入浴することも、用を足すことも、坐禅と同様に修行であると考えられています。そうした日々の暮らしの中で自身の「気づく力」を養うことに、修行の本質があるのではないかと私は捉えています。永平寺は道元禅師によって開かれた、曹洞宗の第一道場であり、800年もの長きにわたり全国から集まった修行僧たちが日々修行に励んでいます。私の生家も曹洞宗の寺院ですので、東堂（祖父）も師匠である父も、この永平寺で修行しておりました。全盛期は300名を超す雲水がいたといいますが、現在はその三分の一、100名ほど。お寺も後継者不足が深刻な課題となっております。私自身、就職した当初は僧侶になるつもりはなく、大学卒業後は実家を離れて一人暮らしをしておりました。

「教員を続けていれば、金銭的に不自由なく生きていくことができる。時間に追われる日々ではあるけれど、今時分どの仕事だって大変に決まっている。」

そう思い込むことで自分と修行を分けて考えようとしていたのです。ところが年を重ねるほど、自分の生き方がどうもじっくりこない感覚が強くなっていきます。やるべきこともある。向き合うべき生徒たちもいる。教職にやりがいを感じつつも臍落ちしない日々が続きます。まさに「心ここにあらず」といった状態でした。両親も還暦を迎え「お寺に育てていただいた」という思いは次第に焦りへと変わっていき「このままでいいのか」と生き方に対する自問自答を繰り返しました。

そんな矢先、大切な人を失う経験が重なりました。寺の息子であるにもかかわらず、供養はおろかご遺族の心のケアもできない自分。多くの別れを経験してなお、些細なことで腹を立て周囲を振り回してしまう未熟な自分。葛藤の末導き出した結論が「自分を変えたい」という思いでした。教職を辞し本山での修行を決意したのは29歳、令和4年の冬でした。実をいうとこの時私は3年生の担任で、生徒の進路指導を進める傍ら、自身の進路について思い悩んでいる状態でした。そんな私の背中を押してくれたのは、真剣に将来と向き合う生徒たちの姿でした。

修行すると決めたものの、教職員の年末年始は多忙を極めます。進路指導が終われば卒業式、卒業式が終われば書類の発送と次々に仕事が押し寄せてきます。身辺整理が一区切りついたころには上山日が迫っており、文字通り休む間もなく千葉を発つことになりました。

永平寺の山門に立ったのは3月28日。令和5年度最後の上山者として、木版を叩きました。この木版は現代でいうところのインターホンのようなものです。3回鳴らして案内役の先輩雲水である客行和尚を呼びます。呼んでから客行和尚が来るまで、立ったまま無言で待ち続けます。ようやく客行和尚が山門に来て、すぐに上山を許されるわけではなく、客行和尚は上山者たちに覚悟を問います。その覚悟が認められて初めて、永平寺での修行が許さわけです。上山を許された者は、最初の一週間ほど「旦過寮」という場所で永平寺の基礎を学びます。この旦過寮では、他の修行僧との会話はもちろん、客行和尚が指示したこと以外、何もできません。当然、自由時間もありませんので一日中気を張って坐禅を続けます。一通り作法について確認が終わると、次に配属されるのが鐘洒という永平寺の鳴らしもの部隊です。永平寺には多くの鳴らしものが存在し、時間や回数で次の行動を判断しなければなりません。鳴らしものが正しくならなかったり、手違いがあったりすると、その失敗はたちまち全山に知れ渡り、責任を追及されます。上山して間もない極度の緊張下で、永平寺の日常を円滑に運営していく役目を任されるのです。

また鐘洒では鳴らしもの他に、僧堂という建物周辺の清掃も担当します。清掃と言っても掃除機や便利な道具を使用することはできませんので、箒と塵取りで大きな埃を取り除き、雑巾を使い分けて仕上げをします。掃除があまい

時は先輩雲水からやり直しをさせられました。失敗に失敗を重ね、それでも失敗する。その都度厳しい注意や指摘をされるわけですが、ここでの失敗が修行生活の基礎になります。

永平寺では、雲水を大衆（だいしゅう）と呼びます。修行僧の立場にも3つ違いがあり、上山して間もない修行僧が暫到。正式な雲水として認められた一年目の者が新到。そして2年目以降の先輩雲水が古参と呼ばれます。身に着けるものや装いでもきっちりと区別され、その上で公務と呼ばれる役職ごとの務めを果たしています。また修行僧は寮舎と呼ばれる単位で生活を送っています。こちらの生活で例えると会社の部署のようなものです。清掃を担当する部署、器物の管理をする部署、食事を準備する部署、法要の裏方を務める部署や参拝者の方を案内する部署等々、寮舎が違えば修行の内容も大きく異なります。年に数回転役といって所属する寮舎の配置換えがあります。期間に多少の違いはあれ3～4カ月ほどで慣れた公務を終え、新しい寮舎で一からスタートします。このように修行中は常に新しいことに触れ、その都度失敗し多くのことを学びます。私は鐘洒を除くと、布教参禅係、祠堂殿と2つの配役をいただきました。

布教参禅係では参拝者の方に建物を案内したり、日帰り坐禅の指導をしたりします。研修で永平寺を訪れる方の対応も任せられ、一般の方と関わる機会も多くありました。専門的な知識が必要になるため、公務中という見習い期間を経て、実際の公務にあたります。6月の中頃、この配役をいただきましたが、公務のお許しをいただけたのは7月になってからでした。また、一般の方と関わるということは修行僧でありながらプロでなければならないということ。この時すでに2カ月本山におりましたが、わからないことが多く、仲間や先輩雲水、そして修行僧の指導、助言をしてくださる役寮さんの助けをいただきながらの公務となりました。大学を卒業してから「先生」と呼ばれ、教える立場として生きてきた私でしたが、実際には、専門分野を離ればわからないことだらけ。修行僧になったことで初めて、自身の慢心に気づくことができたように思います。坐禅と向き合うことができたのも、この時期です。曹洞宗の修行においてその根幹となるのが坐禅です。修行中は毎朝4：00には起き、暁天坐禅という朝の坐禅をし、朝のお勤め、朝課に出ます。一日の終わりにも夜座という坐禅の時間があり、通常ですと2回分、計80分ほど坐禅をします。このように毎日坐禅をするのはなぜか。坐禅によって悟りを得るため、というとそれらしく聞こえますが、実際には坐禅をすればするほど、悟りの境地には到底至れないという心境になります。当初この葛藤に悩む日々でした。布教参禅係に転役した私は、参拝者の方への坐禅指導をするため、この坐禅を一から学ぶことになりました。まず、役寮さんの坐禅指導を実際に見せていただき、正しい坐禅への理解を深めます。すると今まで抱いていた坐禅のイメージとは異なる、いたってシンプルな坐禅に出会うことができたのです。

坐禅において大切なのは「手放すこと」です。私はこれまで、坐禅は悟りを得るための手段であると思い込んでおりました。しかし実際にはその反対、手放すことが悟りに繋がる、と道元禅師は説いておられます。坐禅をしていると、足の痛みや隣の周囲の様子、風の音、多くの情報が頭の中を巡ります。しかしそれらを一旦手放し、正しい姿勢で呼吸を整えることで、心を整えるのです。一言で表現すると、心と体のリセットです。修行によってどんなに尊い気づきの機会をいただけたとしても、それを受け止める自身が偏っているのは物事の本質を理解することはできない。迷いの中にいた私にとって、この気づきは大きなヒントとなりました。一度手放してみると、これまでの自分がいかに恵まれていたのかに気づくことができました。今の自分を形づくる全てが当たり前ではない、そんな当たり前のことがようやくわかったのです。

坐禅と同様に「食べることは生きること」であると気づけたのも大きな学びでした。道元禅師は、食事は大切な修行であると説いています。そのため料理すること、給仕すること、食べること、食にまつわる全てに厳格な作法を定めました。上山したての新米修行僧は、まず形から道元禅師の食に対する向き合い方を学ぶこととなります。修行中は応量器という特別な食器を用いて食べ物をいただきます。僧堂内では応量器を扱う音、そして食べ物を咀嚼する音まで細心の注意を払わなければなりません。当初は作法に則って僧堂飯台についていくのに必死ですが、徐々に作法の全てが食に対する感謝の表れであることに気づくのです。食事をいただくということは、単に食材に感謝するだけでなく、食べ物が口に運ばれるまでの過程すべてに思いを馳せることであり、自分自身がその食事をいただくに足る存在であるかどうか、毎食偈文という短いお経を唱え、自問するのです。私はこれまで、食を楽しむための行為と捉えておりました。しかし私たちの命は食によって支えられている。食を大切にすることで、自身の命を大切にすることができるのです。食事は尊いものであると頭でわかっていても、実際に修行僧として食に向き合う機会がなければこのようなことには気づけなかったと思います。

永平寺では、同じ年に上山した同級生のことを「同安居」と呼びます。修行生活は集団生活ですので、寝食を共にし、苦しい境遇を分かち合うことで、硬い仲間意識が生まれます。令和5年の上山者は50数名でしたが、その大半が大学卒業後すぐに修行の道を選んだ者たちです。私のように社会人を挟んで修行僧になるものは消して多くはありませんが、それでも毎年数人、人生の方向転換をして山門に立つものがあります。これまで異なる生き方をしていた者たちが、道元禅師の教えの元に集い、日々切磋琢磨する。他人の修行を通して自身の在り方を問う。本山で修行をする意味は、ここにあったのだと思います。

慣れた土地での生活を離れ、自分を客観視できるようになったことで、たくさんの「おかげ様」があって今の自分がある、と気づくことができました。人間は一人で生まれて一人で死ぬのではなく、様々な要因に支えられて初めて、生きることができるのです。

本山で修行を終えた帰り道、胸中にあった焦りがすっかりなくなっているような心持でした。当然、約一年の修行では、学びきれなかったことも多くあります。僧侶としても人間としても未熟。だからこそ一生修行僧でいられる。技術開発が進み、利便性や効率を追求した結果、現代人はかえって苦しい思いをしていると思います。今後も謙虚な気持ちを忘れずに、禅僧として生きていきたいと思っています。