

仏教徒の心構え

正しい信仰と行（ぎょう）

|| 彼岸・お盆・お経・塔婆・墓参など ||

宗教とは「宗（むね）となる教え」と書くように、人間のふみ行うべき最善の道を教えるものであり、なるほどそうかとその教えを信ずるのが信仰であります。

しかし、ただ信じただけで行いが伴わなければ、料理の本を読んで材料を買い調えたというだけであって、身体（からだ）の栄養にはなりません。その材料を調理して食べて初めて血となり肉となるのです。

このように調理して食べることを仏教では「行（ぎょう）」といいます。

「行」というと、お寺やお墓へ参ったり、木魚（もくぎよ）や太鼓をたたいてお経を読んだり、念仏や題目（だいもく）を称えることだと、一般には考えられているようであります。もちろんそれも「行」であり大切なつとめですが、めいめいの日常生活を自分の信仰と調和させていこうとする努力、これこそが真の「行」であり、根本の「行」であり、しかも一番難（むずか）しい「行」であります。

信仰にはそのねうちから見て、ピンからキリまであります。卑俗と言われるような信仰であっても、当事者はいわゆる「わが仏尊し」で、自分の信仰が一番よいものと信じています。元来（がんらい）人間はその顔形が異

なるように。それぞれ違った因縁（いんねん）・境遇・
知能・学識・体験を持っていますから、信仰もまたそれ
に応じて深淺広狭（しんせんこうきよう）さまざまの
のが要求されるのは当然であります。

しかし、信仰がピンであるかキリであるかということ
よりも、その日の日常生活が道に叶（かな）っているか
どうかと言うことのほうが大事な問題であります。

では、どんな信仰でもよいかと問われれば、それは間
違いです。私どもは凡夫の悲しさで、善悪の区別も真
理の何ものかも本当には判（わ）かりません。

人間は自己中心にものを考えますから、思考や判断が間
違いやすいのです。

そこで我々の心をありのままに映（うつ）す鏡が必要
となつてきます。その鏡が宗教であります。ところが上
等な鏡ならば物を正しく映しますが、安物の鏡ですと、
まるい顔が長く映ったり、変に歪（ゆが）んで映ったり
します。道理に反した邪教は安物の鏡と同じで、こん
なものをアテにしたらとんでもな

いことになります。

幸いに私たちは、世界で最も
すぐれた宗教である仏教という
縁に恵まれたものであります。

この世界第一の浄玻璃の鏡（じよ
うはりのかがみ・地獄の閻魔王庁



（ツバキ）

にある鏡で、これに照らせば死者の生前の善悪の諸業が
全て其の俛に映るといふ)に自分の日常の生活を映しつ
つ、反省の生活を続けていく……これが最も正しい仏教
徒の心構えであり、真実の「行」であります。

☆ お 彼 岸

春分と秋分の日を中心とした七日間を「彼岸」と
いい、ご先祖のお墓参りをするのが昔から続いてい
る日本民族の美しい行事であります。

「彼岸」という言葉は『涅槃経(ねはんぎょう)』
に、「生死をもつて此岸となし、涅槃をもつて彼岸と
なす」とあります。これをお互いの社会生活からい

えば、彼岸とは人生の理想の境地(仏の悟りの境地)

のことです。

私たちが煩惱(ぼんのう)うずまく此岸(しがん・
迷い)から、涅槃(さとり)の彼岸に到達するのはな
まやさしいものではありません。

そこでお釈迦さまは、彼岸に赴(おもむ)くための指
針(ししん・てびきのこと)を教えてくださいました。
それは、六波羅蜜(ろくはらみつ・布施・持戒・忍辱・
精進・禅定・智慧)という六つの徳目(とくもく・道
徳の一つ一つの名)を、出来ることから実行しなさい、
というものです。

布施(ふせ・人に施すこと)

持戒(じかい・きまりを守る)

忍辱（にんにく・よく絶え忍ぶ）

精進（しょうじん・努力する）

禪定（ぜんじょう・日常心静に）

智慧（ちえ・道を学ぶ心）

なお、単に彼岸といえば春の彼岸のこと。秋の彼岸は、

秋彼岸又は後の彼岸という。 彼岸太郎というのは、彼

岸入り日のことで、この日に雨が降ればその年の稲の実

りが良いとされる。

このように長い間人々は、この日に祖先を祀（まつ）

り親しかった故人・お世話になった方々を偲（しの）び、

自らも反省修養の日として尊重してきたのであります。

☆ 孟 蘭 盆 会（うらぼんえ・お盆）

魂祭（みたままつり）・精霊祭（しょうりょうさい）

孟蘭盆供（うらぼんぐ）・或は単にお盆ともいい、七

月（又は八月、旧暦七月）十三日から十六日迄の四日

間行われる行事です。 孟蘭盆は『孟蘭盆経』による

もので、孟蘭は倒懸（とうけん・逆さにつるす意）と訳

し、盆は器のことで、つまり色々の供物を盆器に盛って、

仏様やその弟子達に供養し、そ

の功德（くどく）で衆生が倒

（さ）かしまに懸（か）か

る苦しみを救うという意味です。

孟蘭盆会の由来（お釈迦さま

の高弟目連尊者とその母の話）



（シヤクナゲ）

はここでは省略しますが、孟蘭盆の法要は、孝心篤（あつ）い目連尊者（もくれんそんじや）が母親を餓鬼道（がきどう）の苦しみから救い出そうとして、お釈迦さまの教えに従い、七月十五日に衆僧を招（まね）いて大供養法要を営み、その回向の功德に因（よ）つて母親を救ったことから始まったものであります。

つまり孟蘭盆会は祖先の恩に報いる為に営むもので、これは父母の死後だけでなく生存中にも孝養報恩するものでなければなりません。この法要を営むことによつて、上（かみ）七代の先祖を救い、現在の父母を福楽百年にする説かれています。

お盆は、ご先祖のみたまをお祀りする報恩感謝の行で

あるとともに、私たちお互いの反省懺悔（はんせいさんげ）の機縁（きえん・きつかけ）でもあります。私たちは仏さまの大慈大悲におすがりして、身の行いを慎（つ）しみ、功德を積（つ）むことが大切であります。

お盆には、お坊さんに棚経（たなぎょう）をあげていただき、そのお坊さんに対しては、家族一同心からお礼を申し上げたいものです。

☆ お経

お経とは、お釈迦さまが悟りを開かれ（成道）シヨウドウという）てから亡くなる（涅槃）までの五十年間、折に触れお弟子たちに教え諭（さと）されたこと説法を記述したものです。ですから、お経を理解す

ることによって、お釈迦さまの説かれた教えの内容を知ることができるわけです。このことは自らの信心を深める上からも大切なことであります。

お経の中に「仏の滅後においてこのお経を一心に受持（じゅじ・自身のものにする）し、読誦（どくじゆ・声をだして読むこと）し、解説（げせつ・判り易く説明する）し、書写して、仏説の如く修行すれば、目（ま）の当たりに仏の説法を聞いて成仏（じようぶつ・修行して悟りを得ること）するのと変わりない功德がある」ということが書かれています。

お経を声立てて読むことによって雑念はなくなり、小さな分別も消えて、ただみ仏の声を素直に全身に

受け入れられる無念夢想の境地に入ることができ
ます。このとき、仏さまのお声であるお経の真意
が体得でき、理屈では言い表わせない力強さが心の
中に沸き起こってきます。

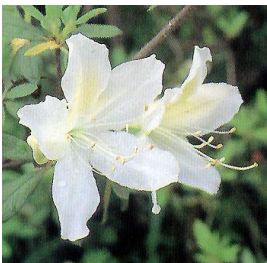
煩雑（はんざつ）な生活の中でのひととき、仏前に
端座（たんざ・座ること）合掌し、静かにお経を唱
える時、心安らかになり、言い知れぬゆとりと充実
感が得られます。

☆ お塔 婆

お釈迦さまが亡くなって

ご遺骨を葬（ほうむ）

った時、その上に塔を造



（白花やまつつじ）

ったのがお塔婆の始まりで、時代を経て、今日お墓に（た）てる板塔婆になったのです。お塔婆は宇

宙万物の根源である空・風・火・水・地の五輪（ごりん・下から四角・円・三角・半円・宝珠の形の石を積み上げた塔を五輪の塔という）を現すと同時に、仏さまのお姿を象徴（しようちよう）しています。

従って、お塔婆を一基建てれば、仏像を一体造ったことと同じになります。お塔婆に施主名・志主名

を書き記すのは、「お蔭（かげ）さまで私たちも無事に暮らしています。どうか貴方（あなた）も仏の

境涯（境涯・身の上、境遇の意）に安住して下さい」

と、亡き人に寄せる感謝と願いの心持を現すため

あります。この施主或は志主の真心は、遠いご先祖

にも喜ばれ、又、施主或は志主自身の罪障（ざいし）よう・悟りの境地に至る妨げとなる罪惡（ざいご）を消滅し、福德を招く基（もと）い）となるものであります。

故人の冥福を祈り、その追善供養の為に建てるお塔婆ですから、年忌法要の時や、春秋の彼岸、お盆、お施餓鬼、そのたご先祖の墓前に特別のご報告などをする場合に建てるとうよいでしょう。

形の大小に捉（とら）われず、真心をもってできるだけ多く建て、功德を積むようにいたしましょう。

☆ 墓 参

これは一番大切なことで、案外多くの人が無関心で

いるのは、お墓参りのときには必ず、先にお寺のご本尊さまに参詣してからご先祖のお墓参りをするという順序を履（ふ）まなければならぬということ。その理由（わけ）は、ご先祖のみ霊（たま）は、ご本尊さまのもので、朝夕ご任職の読経（どきよう）を聴聞（ちようもん）し、成仏（じようぶつ）の修行に勤めている、その聖なる修練道場がお寺の本堂だからであります。

お墓参りは、ご先祖のみ霊（たま）を供養するためであります。又その反面、私たちが目的を達成できるようにと蔭ながらご助力くださるご先祖に感謝の誠を捧げるためでもあります。

墓地は「ご先祖の御形代（みかたしろ）」ともいふべき聖域ですから、草が生えていたら自分で草をとり、お花やお線香を上げ、お塔婆を建て、報恩感謝の心をもって、合掌・礼拝いたします。

お墓参りには、なるべく家族全員で、殊に子供たちは是非つれてゆくように心がけましょう。

これは、幼い純真な心に祖先崇拜の精神を育（はぐ）くんでゆぐために、

家庭教育としてたいへん重要なことでもあります。



☆ 四 事 供 養（しじくよう）（ツワブキ）

(お仏壇における)

四事供養は、報恩の気持ちをもって、心を込めて
行いましょう。

一、献花 仏前のお花は

枯れない内に取替え、いつも絶やさずに

二、献香 仏前にお線香を上げましょう。お明かり

も忘れずに。但し、火の用心すること。

三、献水 仏前に甘露水を供えましょう。

(お茶やお水など)

四、献供 仏前にご飯、新鮮な野菜、お菓子などを

供えましょう。



(江戸ギク)