

## プロフィール

1956年2月	新潟県南蒲原郡田上町に生まれる
1981年3月	横浜国立大学工学研究科大学院修士課程修了
1981年3月~1984年2月	大本山永平寺安居
1984年4月~1984年9月	私立東京学館新潟高等学校常勤講師
1984年4月~現在	新潟県24番東龍寺住職
2004年~2012年	特派布教師 5期
2012年11月~2016年11月	大本山永平寺布教部部長
2018年4月~現在	特派布教師 6期目
2018年4月~現在	布教師養成所講師
1984年12月~現在	月例坐禅会主催 2019年5月で、第414回目
2001年4月	坐禅堂開単
2001年~	年一回、二泊三日の眼蔵会主催 今年、第18回目
1987年10月~現在	保護司

## 挨拶文

特派布教師 新潟県東龍寺住職 渡邊宣昭

こんにちは。

私は、日本の本州の日本海側、日本一の米どころで知られる新潟県中央部の東龍寺というお寺の住職をしております渡邊宣昭と申します。特派布教師というお役を頂いて、日本全国各地を曹洞宗の管長猥下の名代として、法話巡回をさせていただいております。

また、福井県の曹洞宗の両大本山の一つである永平寺に、布教部部長として奉職した折に、海外からの参禅に来られる方が徐々に増えてきていること、イタリアのミラノへ、出向して坐禅の実践指導をした経験などから、海外の「ZEN」への関心の高さを改めて感じています。

此の度、アメリカへ、初めて訪問する機会を与えていただき、大変ありがたいご縁と喜びを憶えております。特にスティーブジョブズを禅の世界へ導き、私と縁戚関係にあった故乙川弘文老師が、開かれたお寺や交流のあった皆さまとお会いできることも楽しみにしております。

そして、一仏両祖のみ教えをアメリカの皆さんにお伝えし、その教えを実践していただけるよう願っています。

## 「今ここをどう生きる ～1. 5人称の関わり～」

曹洞宗特派布教師 渡邊宣昭

「今ここをどう生きる ～1. 5人称の関わり～」という演題で、自分と相手との壁を取り去り、2人称ではなく、1.5人称の関わりを持って生きていくことの大切さ素晴らしさを一仏両祖の教えを通して、訴えたい。

最初に、お釈迦様が12月8日の明けの明星をご覧になって「我と大地有情と同時成道す」と、言われた。これは、自分と自分の周りの人や環境と繋がりあっていて、生きてくことの大切さをお示しくださっている。

私自身が平成24年(2012年)～平成28年(2016年)まで、大本山永平寺で布教部部長を務めさせて頂いて感じた、永平寺での修行の様子や、禅の教えの実践を通して、そこで自分と自分以外の人や物や環境と隔たりを作らないで坐ることのすばらしさを実感したことを伝えたい。

ここで、道元禅師の現成公案の巻から、

ぶつどう じこ  
仏道をならふといふは、自己をならふなり。

自己をならふといふは、自己をわするなり。

まんぼう しょう  
自己をわするるといふは、方法に証せらるなり。

しんじん たご だつらく  
方法に証せらるるといふは、自己の身心および他己の身心をして脱落せしむるなり。

と瑩山禅師の坐禅用心記

だいずだいひ じゅう くどく しゅじょう えこう  
常に大慈大悲に住して、坐禅の無量の功德を一切の衆生に回向せよ。

を引用して、その体験と結び付けたい。

ここで、平成20年(2008年)1月に数え年108歳で遷化された永平寺78世故宮崎禅師が監院時代に、私がお仕えた当時のエピソードから、自分中心の気持ちを乗り越えて、自分を支えてくれているすべての人や物と1.5人称の関わりをもって今ここを心豊かに生きることの大切さを実感してもらいたい。

平成十六年に放映されたNHKスペシャル「永平寺一〇四歳の禅師」で、

「私は宮崎奕保だ。私が永平寺だ。永平寺と私は一つ。自分くらい大切なものはないけれども、この大切な自分は、大勢の雲水たち、七堂伽藍を中心とする建物、木々・山・川・鳥や獣などの自然環境とともに生きている。

人も環境もみな自分だから永平寺を大切にすることが自分を大事にすることになるのだ。

此のお示しこそ、自他の壁をとりのぞき、他と共存していく事にこそ、自らの幸せがあることを教えてくださっていると思う。

最後に、具体的な実践として「はきものをそろえる」という詩を紹介し、日々の暮らしの一コマ一コマを大切に生きていってもらいたいと結びたい。