京都教区浄土宗青年会製作のぎゃあてぃは、各お寺でお使いください。
各自での販売や権利利用等は禁止です。

ぎゃあてぃ

一緒にいこうよ



みんなのお勤め

4コマ日常勤行式



作画
菊田 水月

毎日のお勤め

「お経」と浄土宗の「日常勤行式」

お坊さんがお葬式やお仏壇の前で唱える「お経」って何でしょう。

「経」という字は「縦糸」を表します。古代インドの言葉に「教えの基本線」「教えを貫く綱要」を意味する「スートラ」という言葉がありました。それが中国で「経」という漢字に翻訳されました。仏教では、お釈迦さまが説かれた教えを弟子たちがまとめ、弟子から弟子へと伝えられ、中国に伝わり中国語（漢文）に翻訳されました。その「漢訳仏典」が日本に伝わり、日本語音で読まれているのが「お経」なのです。つまり、お坊さんが読んでいるお経は、お釈迦さまのお言葉ということになります。

ではなぜ、お釈迦さまのお言葉を読むのでしょう。お釈迦さまは今から二千五百年ほど前、北インドの地でこの世界の真理を覚られ、苦しみから解脱する方法を世に広めるため、仏教を開かれました。私たち仏教徒は、そのお釈迦さまのお言葉を「真理」として受けとめ、日々精進して生きようと努力します。けれども、日常生活を送る上で、なかなか精進努力は続きません。そこで、日々お釈迦さまのお言葉に触れ、今生きていることに感謝し、また仏さまや亡くなった方への感謝と供養の気持ちを新たにするため、そして自身の極楽往生のために、浄土宗では「日常勤行式」という一連のお経とお念仏（南無阿弥陀仏）をお唱えするのです。

「勤行」（お勤め）というのは、仏さまの前でお経やご法語（法然上人のお言葉など）を読み、お念仏を唱え、礼拝することです。浄土宗では本来、毎日六回あるいは三回の勤行をするのですが、少なくとも朝夕の二回は仏前に座りたいものです。「お経を読む時間がない」という方は、お仏壇の前で手を合わせて十念（十遍のお念仏）をお唱えすることから始めてみてはいかがでしょう。

ところで、その毎日の勤行でお唱えするのが「日常勤行式」ですが、実はお葬式や法要・法事など「日常」でない時にお唱えするのも、この「日常勤行式」を基本として組み立てられているのです。

今回はその「日常勤行式」のお経の部分を、四コマ漫画で見ていきましょう。

京都教区浄土宗青年会製作のぎゃあていは、各お寺でお使いください。
各自での販売や権利利用等は禁止です。

香偈



願我身浄如香炉　願我心如智慧火
念念焚焼戒定香　供養十方三世仏

香炉のように身を清らかに、智慧の火のように心を穏やかにして、あらゆる仏様に供養いたします。

三宝礼



一心敬礼　十方法界　常住仏
一心敬礼　十方法界　常住法
一心敬礼　十方法界　常住僧

真心を奉げ、仏様と仏様の教え、仏道に励む人々を心から敬い、礼拝いたします。

四奉請



奉請十方如来　入道場散華楽
奉請釈迦如来　入道場散華楽
奉請弥陀如来　入道場散華楽
奉請観音勢至諸大菩薩　入道場散華楽

阿弥陀様をはじめとした、あらゆる仏様、菩薩様、この道場（本堂や仏壇等）においでください。

京都教区浄土宗青年会製作のぎゃあてぃは、各お寺でお使いください。
各自での販売や権利利用等は禁止です。

懺悔偈（さんげげ）



我昔所造諸悪業　皆由無始貪瞋痴
従身語意之所生　一切我今皆懺悔

過去から今現在に至るまでのあらゆる罪すべてを今ここに懺悔いたします。

開経偈（かいきょうげ）



無上甚深微妙法　百千万劫難遭遇
我今見聞得受持　願解如来真実義

遇い難い仏様の教えに出会えたことを喜び、その教えの真実の意味を理解したいと仏様にお願いいたします。

四誓偈（しせいげ）



我建超世願　必至無上道
斯願不満足　誓不成正覚

……中略……

斯願若剋果　大千応感動
虚空諸天人　当雨珍妙華

京都教区浄土宗青年会製作のぎゃあてぃは、各お寺でお使いください。
各自での販売や権利利用等は禁止です。



本誓偈（ほんぜいげ）



聞名得益偈（もんみょうとくやくげ）



法蔵菩薩（ほうぞうぼさつ）が四十八願（しじゅうはちがん）の成就（じょうじゅ）を重ねて表明し、衆生（しゅじょう）を救うことを誓っています。

※法蔵菩薩とは…阿弥陀様の修行時代のお名前。

※四十八願とは…あらゆる衆生を救いとるという法蔵菩薩の誓い（阿弥陀様の本願）。

弥陀本誓願（みだほんぜいがん）　極楽之要門（ごくらくしようもん）
定散等回向（じょうさんとうえこう）　速証無生身（そくしょうむしょうしん）

阿弥陀様が修行中に立てられた誓い（本願）は、極楽往生（ごくらくおうじょう）の要（かなめ）となるものです。善い行いすべてを往生のために回し向け、往生した後には速やかに覚りを得ましょう。

其仏本願力（ごぶつほんがんりき）　聞名欲往生（もんみょうよくおうじょう）
皆悉到彼国（かいしっとうひこく）　自致不退転（じちふたいてん）

阿弥陀様の名号（みょうごう）を聞き、往生を願ったなら、阿弥陀仏の本願力で誰しも往生することができ、迷いの世界に戻ることはありません。

京都教区浄土宗青年会製作のぎゃあていは、各お寺でお使いください。
各自での販売や権利利用等は禁止です。

摂益文



光明偏照　十方世界
念仏衆生　摂取不捨

阿弥陀様の光明はくまなく全ての世界を照らし、念仏する人を必ず救いとるのです。

念仏一会



南無阿弥陀仏　南無阿弥陀仏
南無阿弥陀仏　南無阿弥陀仏……

阿弥陀様に思いを寄せて一心にお念仏をおとなえしましょう。

別回向・総回向偈



別回向

仏様やお祖師様、ご先祖様にも、これまでの功徳を回し向けましょう。

願以此功徳　平等施一切
同発菩提心　往生安楽国

これまでのお勤めの功徳を一切の人に等しく回向し、共に仏になりたいという心をおこし、極楽浄土に生まれたいと心から願います。

京都教区浄土宗青年会製作のぎゃあていは、各お寺でお使いください。
各自での販売や権利利用等は禁止です。

総願偈（そうがんげ）



衆生無辺誓願度（しゅじょうむへんせいがんど）　煩悩無辺誓願断（ぼんのうむへんせいがんだん）
法門無尽誓願知（ほうもんむじんせいがんち）　無上菩提誓願証（むじょうぼだいせいがんしょう）
自他法界同利益（じたほうかいどうりやく）　共生極楽成仏道（ぐしょうごくらくじょうぶつどう）

人々を正しい方向に導（みちび）き、自らは煩悩を断ち、仏となることを誓い、共に極楽浄土に生まれて、仏の道を歩めますようにと願います。

三唱礼（さんしょうらい）



南無阿弥陀仏（なーむあーみーだーぶ）　南無阿弥陀仏（なーむあーみーだーぶ）　南無阿弥陀仏（なーむあーみーだーぶ）
（三唱）

阿弥陀様が目の前にいらっしゃると言う思いで敬い三度礼拝（うやまさんどらいはい）いたします。

送仏偈（そうぶつげ）



請仏随縁還本国（しょうぶつずいえんげんぽんごく）　普散香華心送仏（ふさんこうけしんそうぶつ）
願仏慈心遥護念（がんぶつじしんようごねん）　同生相勧尽須来（どうしょうそうかんじんしゅらい）

おいでいただいた仏様、お浄土へお帰りください。そしてこれからも仏様、ご先祖様私たちを見守り、お導きください。

京都教区浄土宗青年会製作のぎゃあていは、各お寺でお使いください。
各自での販売や権利利用等は禁止です。

一口法話

良き習慣

「性相近し、習い相遠し」という言葉があります。これは人の生まれつきにはほとんど差がなく、習慣の違いによって差が大きくなる、つまり私たち人間にとって良き習慣がとても大切であるということです。

では私たちにとっての良き習慣とはどのようなものでしょうか。もちろん元気のよい挨拶や毎日の掃除などもそのひとつです。でも今回私がお勧めする良き習慣、それは本号のテーマとなっている「日常勤行（毎日のお勤め）」です。浄土宗の日常勤行式の中には、極楽往生の要となる「南無阿弥陀仏」のお念仏はもちろん、そのお念仏の助けとなる正しい行とされる内容が全て含まれています。

私には七歳の息子と五歳の娘がおり、時間が合うときにはこの二人と一緒に日常勤行をお勤めします。はじめは一緒に座ることさえ難しかったのが、「なむあみだぶつ」、「がんがしんじょー」、「むじょーじんじん…」と発する言葉がどんどん増え、今では「同唱十念」の発声は子どもの担当です。意味はわからないかもしれません。ですが、毎日の習慣を通して、私たちを日々見守ってくださっている阿弥陀様や亡き大切な方々の感覚はもちろん、子供たちの心の柱となる念仏信仰がすくすくと成長していることを実感しています。

心が先に変わり、行動や習慣が変わるのではなく、この良き習慣が私たちの心に良い影響を及ぼし、人生を変えてゆきます。そして「親が拝めば子も拝む…」というように、良き習慣は皆さんご自身のみならず、家族やまわりの人々にも広がってゆくものです。

私たちが毎日実践すべきことはもちろんまずお念仏です。そしてもう一歩、まずは一日一回、毎日のお勤めを習慣化してみませんか。一日一日の習慣を通して、きっと皆様の心の中に新たな発見が生まれ、心豊かな信仰生活になることは間違いありません。

合掌

亀岡市　光忠寺副住職

齋藤　明秀

あとがき

この度、ぎゃあてぃ第24号をお届けさせて頂くことが出来ましたのは、ご協力頂きましたご寺院様をはじめ皆様のお陰でございます。心より深く感謝申し上げます。

また、ぎゃあてぃ第24号の制作に関しましてマンガ制作を担当頂きました滋賀教区の菊田水月上人にはご多用のなか大変な作業を快くお引き受けくださり、マンガを描き上げてくださいまして誠に有難うございました。

今号ではお経・日常勤行をテーマに制作いたしました。今号のぎゃあてぃがお経・日常勤行のご理解の一助となり、さらには皆様方とお念仏とのご縁が深まれば幸いに存じます。

＊マンガの無断転載はご遠慮ください。

＊本誌でご紹介致しましたのは浄土宗の日常勤行式で用いられている主なお経です。各ご寺院様において伝承・習慣がある場合がございますのでご了承下さい。

参考文献　『新纂浄土宗大辞典』『改定浄土宗法要集』『浄土宗の常識』等

ぎゃあてぃ
第24号
令和２年５月

京都教区浄土宗青年会
〒605-0062 京都市東山区林下町 浩徳院中 浄土宗京都教区教務所内
TEL 075-561-1557 FAX 075-551-1494
http://kyojousei.main.jp/kyojousei/