

# 法華宗信報

H o k k e s h u S h i n p o h

NO.152  
お正月号

平成29年1月1日  
【発行】法華宗宗務院

つ  
な  
ぐ  
今あることを感謝して

## CONTENTS

- ❶ 新年のご挨拶「年頭所感」二瓶総長台下
- ❷ 日蓮大聖人をたずねて ~富士北麓・身延山~
- ❸ 宗門からのお知らせ
- ❹ 元気のサプリ・マンガ「光くん日記」

# 年頭所感

法華宗 宗務總長

二瓶 海照



信報読者の皆様、明けましておめでとうござ  
います。本年もよろしくお願ひ致します。平成  
二十九年は酉年です。私は昭和二十年の酉年に  
生まれたので、ちょうど六度目の酉年を迎えた  
こととなります。今までの人生をふりかえる  
と、あつという間の時間だと考えておりました  
が、生まれてから約七十年という時間を過ごし  
ているわけですから、六度目の酉年を迎えた今、  
自分で考えていたより長く時を経ていたのだな  
と感じます。

日蓮大聖人は、貞応元年（一二二二）二月十  
六日に千葉の小湊こみなとでお生まれになりました。大

さて、平成二十九年を迎えたばかりですが、  
四年後の来る平成三十三年には宗祖日蓮大聖  
人の御聖誕八〇〇年をお迎えします。八百年  
というと、私の今まで生きた約七十年を十一  
倍してもまだ足りないほどの長い歳月です。  
それを考えると御聖誕八〇〇年を讃えられる  
日蓮大聖人の計りしれない偉大さを感じずには  
いられません。

聖人の時代は鎌倉で大地震があり、世の中が混亂しておりました。現代においても平成二十三年に東日本大震災が発生し、復興も未だ完全とはいえません。また、昨年も熊本大地震や台風等次々とおこる自然災害により、被災された多くの人々が不安の中過ごされたと思います。大聖人の生きた時代も現代と非常によく似た状況であったのでしょうか。大聖人は世相の亂れを憂い、その原因を正しい信仰が行われていないからだとして、建長五年（一二五三）四月二十八日に立教開宗され、南無妙法蓮華経の御題目を迷える人々に布教せんと邁進されました。そして、身命をとして御題目を唱え続け、弘安五年（一二八二）の十月十三日に六十一歳で御入滅せられました。大聖人御入滅後もお弟子さんや後世の方々の尽力もあって、南無妙法蓮華経の御題目は日本の人々に弘まり、現代に生きる我々がお唱えすることができます。つまり御題目が弘められてから約七百七十年もの間、人々に唱えられています。もし大聖人

がお生まれにならなかつたら、我々が御題目を唱えているということもなかつたでしょう。大聖人御聖誕八〇〇年の聖年を迎えることに感謝しつつ、宗務総長として御題目がさらに弘まるよう大聖人御聖誕八〇〇年に向けて、宗門の運営に邁進していきたいと思います。

さて、四大本山様（沼津光長寺、茂原鷲山寺、京都本能寺、尼崎本興寺）をはじめ各末寺様におかれても、御聖誕の慶讃の為、各種の記念事業が行われると思いますが、宗門としても御聖誕八〇〇年に向かつて僧俗一体となつて慶事を奉祝できますようにソフト面に精一杯力を注いでいきたいと思います。特にポスター、リーフレット等、行事でいえば、各種研修会、寺庭婦人会、各教区で行われている檀信徒研修会の充実、幼少年の宗教を通しての情操教育に努めていく所存です。何卒ご高配賜りますようお願い申し上げます。

最後に信報読者の皆様のご健康とご多幸を祈念し、新年の挨拶とさせて頂きます。

## 最終回

# 日蓮大聖人をたずねて

最終回は甲斐国（現在の山梨県）です。

甲斐国には日蓮大聖人ゆかりの地が多くあります。私たち法華宗にとつても重要な地であります。

今回は数多くあるご靈跡から、富士北麓地域と身延山を皆様にご紹介いたします。

## 富士北麓

Fuji Hokuroku



### ① 琴石 すずりいし

「やなぎ曼荼羅」の筆をとられた際に  
硯としてお使いになつたとされる石。  
現在は妙法寺境内に移されています。

富士北麓における大聖人の教化活動については「妙法寺史録」等に残されています。それによると、大聖人は文永六年（一二六九）頃（諸説あり）に富士北麓にお越しになられました。このとき富士山へと登山され、また河口湖畔において村人を教化されました。このとき教化されたのが藤太夫をはじめとする二十八名でした。彼らに対して御説法された場所が法座石であり、御曼荼羅を図顕された場所が鼻曲石であり、「やなぎ曼荼羅」の名前の由来は柳の枝をつぶして筆としたという故事によります。



### ③ 法座石 ほうざいし（法華院）

大聖人が御説法の折、お座りになられたと伝えられている石があり、現在その石の上には当宗の法華院が建立されています。



### ② 柳久根 やなぐね

大聖人が筆とされた柳の木。



## ④ 鼻曲石

はなまがりいし

この石の上で大聖人が「やなぎ曼荼羅」を認められた際にそのお徳によつて平面であった石が象の鼻のように折れ曲がつたと言われています。



## ⑤ 経ヶ岳

きょうがたけ

大聖人は文永六年、富士山へと登られ、姥ヶ懐で百日間法華経を読誦し、國家安穏、天下泰平を祈念されました。その際に法華経を納経されたという故事により、この地を経ヶ岳と呼ぶようになりました。



「やなぎ曼荼羅」は「妙法寺史録」によると文永十一年の大火によつて焼失してしまいました。その後弘安元年（一二七八）に藤太夫をはじめとする二十八名は紙片を持ち寄り、再度大聖人に御曼荼羅をいただくこととなりました。その際に大聖人は二十八枚の紙片を繋ぎ合わせて一枚の大きな紙にし、認められました。その大きさは縦二四七センチ横一二五センチもあり、大聖人の御曼荼羅としては最大のものです。現在この大曼荼羅は大本山光長寺に格護されており、千部会法要（四月五日）と御虫干法要（七月二十五日）のみ御開展されています。

## 二十八紙大曼荼羅

河口湖

妙法寺

①  
②  
③  
④

常在寺

⑤

光長寺藏 禁転載

富士山

# 身延山

Minobu-san

大聖人が御弟子達と過ごされた一間四面の草庵があつたとされる場所です。木々に囲まれ、鳥のさえずりを聞きながら、大聖人の息吹を感じられる空間となっています。

## 御草庵跡

ごそうあんあと



大聖人は御遺言で「纏いづくにて死候とも、九箇年の間、心安く法華經を読誦し奉候山なれば、墓をば身延山に立させ給へ。」と述べられ、身延の地にお墓を建立するように弟子に述べられました。御入滅後、六老僧や日法聖人などの御直弟の手によってこちらの御廟所へと埋葬されました。現在でもこの地には大聖人をお慕いする多くの人々が全国より訪れます。

## 御廟所

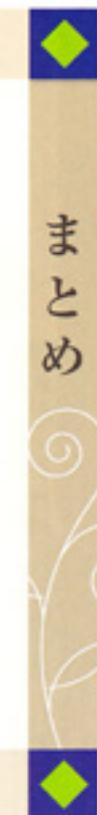
ごびょうしょ



文永十一年（一二七四）に佐渡から戻られた日蓮大聖人は、信者である波木井（南部）実長の勧めで身延山に入られました。その大聖人を慕う信者や弟子も集まり、大聖人は多くの著作や御曼荼羅を、この身延でお書きになりました。弘安五年（一二八二）静養のため常陸国（現在の茨城県）へ向かうまでの九年間を過ごされた大聖人は、途中武藏国（現在の東京都）池上にて御入滅なされました。現在でも身延は大聖人ゆかりの地として多くの参拝者、観光客の集まる地となっています。

## まとめ

日蓮大聖人御聖誕八〇〇年にむけて四回にわたって企画を組んで参りました。これまでご紹介した大聖人の足跡以外にも多くのご靈跡やご靈宝が私たち法華宗には伝わっています。この企画を通じて私たち一切衆生を救うために邁進された大聖人のご生涯に关心を持つていただくことと、そしてそのご威徳に触れ、大聖人をお慕いする気持ちを抱いていただくことのきっかけとなれば幸いです。是非この機会に各地に足を運んでいただき、ともにお題目をお唱えしましょう。



# 宗門主催法要のお知らせ

本年は平成七年一月十七日に発生した阪神・淡路大震災の二十三回忌、また平成二十三年三月十一日に発生した東日本大震災の七回忌を迎えます。二つの災害とも戦後最大規模の自然災害でありました。

多くの方が被災され、その尊い命を落とされました。東日本大震災にあつては未だに避難生活を余儀なくされていらっしゃる方も多く、行

方不明者の捜索も続けられております。亡くなられた方々への追悼の思い、復興を願う思いを是非ともお題目に込めてお唱え頂きたく、左記日程にて宗門主催の犠牲者慰靈及び復興祈願法要を奉修いたします。

僧俗問わず、多くの方々で異体同心のお題目をお唱えしたく、皆様のご参詣をお待ちしております。

## 阪神・淡路大震災 第二十三回忌法要

◆日 時／平成二十九年一月十七日(火)午前十一時～

◆会 場／神戸市「本光院」

◆大導師／法華宗管長 小西日透猊下

## 東日本大震災 第七回忌犠牲者慰靈及び復興祈願法要

◆日 時／平成二十九年三月九日(木)午後二時三十分～

同 日 十日(金)午前十時～

◆会 場／福島市「立正院」(九日)、宮城県「閑上・荒浜」(十日)

◆大導師／法華宗管長 小西日透猊下

\*法要の詳細につきましては、宗務院までお問合せください。

法華宗布教機関誌

# 無上道



※年間購読料3,200円(毎月発行・年間12冊)

### お問い合わせ

法華宗宗務院（無上道編集部）  
〒103-0013  
東京都中央区日本橋人形町2-19-1  
電話／03-5614-3055  
ファックス／03-5614-3056

内容は勿論のこと、表紙も充実した作りになっていますので、どうぞご覧ください。  
ご購読を希望される方は法華宗宗務院までお問い合わせください。

内容は勿論のこと、表紙も充実した作りになつておりますので、どうぞご覧ください。

内容は勿論のこと、表紙も充実した作りになつておりますので、どうぞご覧ください。

内容は勿論のこと、表紙も充実した作りになつておりますので、どうぞご覧ください。

法華宗の公式ホームページが  
リニューアルされました!!

皆様からのたくさんのアクセスをお待ちしております。

●検索サイトから

法華宗 本門流

検索

で検索してください。

●法華宗ホームページ [www.hokkeshu.or.jp/](http://www.hokkeshu.or.jp/)

# 光くん日記

最終回



北海道教区の担当となります。地域の特色を生かした紙面になる事だと思います。ぜひ、楽しみにお待ち下さい。

次号の「お盆号」より御礼申し上げます。ありがとうございました。

## 元気のサプリ その6

著者：三船美也子（健康運動指導士）

### ロコモティブシンドロームを予防しよう③

現代は大変便利な世の中です。通信も移動手段も豊富、お掃除ロボットが活躍。家事労働にかかる時間や負担度も大幅に減っています。便利さに囲まれた日常生活では、特に足腰の筋力・柔軟性の維持や向上を積極的に取り入れたいですね。ウォーキングや筋力トレーニング、ストレッチなどを専門家に安全に正しく指導して貰うことが一番ですが、できるだけ階段を使う、近所への買い物は車より徒歩といった身近にできることでもロコモ予防につながります。○○しながらの「ながら運動」ならできそう！という方もいらっしゃることでしょう。できることから始め、続けることが大切です。今回は、関節にもあまり負担をかけずできるロコモ予防を目指した「ながら運動」をご紹介します。

#### ながら運動

第二の心臓ともいわれているふくらはぎの筋肉をしなやかに、かかとの上下運動で歩くときに地面をしっかりと「蹴る」ことのできる足を目指しましょう！

壁や台などを支えにバランスを崩さないよう注意して下さい。ゆっくりと10秒～20秒程度、気持ちよく感じる範囲で行いましょう。

#### ふくらはぎ&足裏

かかとはしっかりと上げます



#### ながら運動

ゴロゴロしながらできます！横向きに寝転び、図のように脚を持ち上げます。身体がぐらつかないように腹筋や背筋にも力を入れます。勢いをつけずにコントロールしながら行いましょう。体力に合わせ5～10回程度に休憩を挟みながら、行って下さい。

#### お尻



明けまして、おめでとうございます。  
さて、月日が経つのは早いもので、我々、東海教区が「信報」を担当するようになり丸三年、今回の「お正月号」を以て最後となります。皆様に少しでもご理解いただけるよう、分かりやすく、読みやすい紙面を目指してまいりました。

ただけるよう、分かりやすく、読みやすい紙面を目指してまいりました。この三年間、皆様に支えられ、なんとか任期を全うする事が出来ました。編集部一同、心より御礼申し上げます。

#### 編集後記

平成29年1月1日発行 発行人／二瓶 海照 編集人／中臣 智要

編集部／〒403-0006 山梨県富士吉田市新屋242 青松院境内付道妙院教会内 TEL 0555-24-2068

発行所／〒103-0013 東京都中央区日本橋人形町2-19-1 法華宗宗務院 TEL 03-5614-3055

印 刷／YEBISU LLC 〒412-0021 静岡県御殿場市二枚橋312-1 TEL 0550-70-0022