

発行日 2026年2月28日

通算第474号(第1号1982年12月)

仏教瞑想道場情報誌「祈り・瞑想・癒し」(月報)

まごころの声 3月号

発行人 影山教俊 年間購読料 ¥3,000円(郵送料共)

発行所 296-0004 千葉県鴨川市貝渚2929 為替 00120-6-665752

日蓮宗釈迦寺「仏教瞑想道場」 TEL 0470-92-0901 (

常不軽庵 TEL 0470-93-3438) FAX 0470-94-5750

URL: <http://syakamuni.world.cocacn.jp/>

E-mail: gef02653@nifty.ne.jp

やまもとみづき
抄



今のお話

—現代の葬儀問題について—

かつての日本社会では、人が亡くなると僧侶を招き、お経を読んで死者を弔う習慣が根付いていました。しかし現代では、「お布施が高い」という理由から、ご両親を亡くされても読経などの供養をせず、そのまま火葬してしまうケースが多く見受けられます。

「葬儀料が高いからお葬式はしない」「法律的にも火葬して収骨さえすれば問題ない」という風潮が、今の日本人にはあるようです。

確かに、現代社会は経済的にも時間的にも余裕がなく、葬儀を行わない方が増えているのは事実でしょう。しかし、その現象を見て、現代の僧侶たちが「現代人は宗教心がなくなった」と簡単に片付けてしまうのは間違いです。

それは人々の宗教心が失われたからではなく、現代の仏教界・宗教界が葬儀法要を「商品化」してしまったことにほかならないからです。

- 高額な葬儀は「買えない」という心模様
この問題で最も考えなければならないのは、

「宗教行為をしなくても火葬はできてしまう」という点です。

世間の風潮として「僧侶の葬儀には多額のお金がかかる」という認識が定着しています。そのため、費用を抑えるには「僧侶を呼ばない」という選択になります。つまり現代において、葬儀は「金銭による売り買い」の対象になってしまっているのです。

本来、寺院は宗教法人として運営されています。公益法人であり、世のため、人のため、みんなのための組織であることから、税金も免除されています。しかし、住職が宗教法人(会社)の「社員」のように振る舞い、その活動が「宗教」というよりも「政治・経済」になってはいないでしょうか。

現代の僧侶にとって、葬儀・法要が「商売」や「売り物」となり、営業活動になってしまっている側面は否めません。

さらに、少子高齢化が進む現代では、一人っ子同士の結婚も珍しくありません。一世帯のご夫婦で、双方の両親計4人の葬儀を出す計算になります。経済的に余裕のないご家庭にとって、4回もの葬儀費用を負担するのは大変なことです。

仏教界や宗教界が政治経済の論理で動いている以上、一般家庭では「寺の葬儀は高くて手が出ない」となります。そこを見込んで、葬儀社と提携する「無店舗型の僧侶」や、「お坊さん派遣業」などが現れ、価格競争やダンピングが

始まりました。その結果、人々にはいよいよ宗教の本質が見えなくなってしまったのです。

「亡くなった父母を勝手に埋葬はできないが、火葬にしてお骨にしまえば、お金もかからず後々も面倒がない」——そう安堵する声も聞かれます。

しかしある時、葬儀ボランティアの活動の中で、私が「もしお金がかからなかったら、どうしたいですか？」と尋ねると、ご遺族は「お金がかからないなら、ちゃんと葬儀をやってほしい」と答えました。そして法要の後、喪主様は「これでお父さんもあの世に逝けたと思います」と仰いました。

そこには確かに、宗教心が備わっていたのです。つまり、「宗教心がなくなった」のではなく、仏教界側が葬儀を商品化してしまったために、人々は「高い葬儀は買えない」と諦めていただけなのです。

●日本人の「宗教心の喪失」こそが、危惧される。

僧侶を呼んで葬儀をするか否かにおいて、最も大きな問題は「人が亡くなっても俗名のままで良い」という感覚です。

日本の地域共同体では、これまで「生きていること」と「死んでいること」のけじめをしっかりと付けてきました。この社会は「人間（じんかん）」が生きる「生者（せいじゃ）」の場所です。だからこそ、死後は俗名を改め、戒名を授かって「あの世」へと旅立つのです。日本人にとって墓地やお骨が眠る場所は、ある意味で異界・霊界、すなわち宗教の世界でした。

もし、火葬にした遺骨を俗名のままで家庭内に置き去りにしているならば、それは「まだこの社会に生きている」という扱いであり、死んだことにはなりません。

仏教や宗教の儀礼では、亡くなった方に俗名ではなく「あの世の名前」をつけて送り出します。共同体に死を報告し、みんなであちらの世界へ送り出す。そこに初めて、この「俗世」と「あの世」というコントラスト（対比）が生まれるのです。

●この世とあの世の区別が大切

この儀礼が実践されないことは、あの世とこの世が区別されず、自分たちの命や生命さえも尊べない状況を生みます。

生きている人が亡くなれば、その人生を供養し、あの世に送り出す宗教儀礼が必要です。しかし、その儀礼までもがマネー経済に飲み込まれ、単なる「お金」に換算されてしまっています。すべてがこの俗世の論理だけで動いているのです。

だからこそ、「今だけ・金だけ・自分だけ」という言葉が流行るのでしょうか。



人間の心の中にある喜怒哀楽、自然な社会、聖なるもの、そして「あの世」という概念を持つことによって、私たちは初めて「今をどう生きるか」が見えてくるはずです。

しかし、それが見えなくなった現代社会では、宗教者である僧侶ですら、その本質を大切にできていません。ただ言葉の上で教義を並べることで宗教者を名乗るだけで、宗教的な体験や、「生老病死がノーマルである」という自然の摂理に気づけていないという問題があります。

南無妙法蓮華経と唱え、無心な私の中に宗教心を養っていただきたいと思います。

生と死、この世とあの世のコントラストこそが、現代を生きる私たちに「幸せな家族のあり方」を提示してくれるのではないのでしょうか。



妙慧の法尼の眼から

—温かい飲み物と冷たい飲み物—

最近ようやく、白湯（さゆ）の高い効果が再認識されてきました。

日本人は古来より、火を通したものを口にする習慣を持っていました。白湯については、皆さんも幼い頃、風邪で熱を出した時などに「湯冷まし」で薬を飲んだ記憶があるのではないのでしょうか。

アーユルヴェーダ（インド伝統医学）では、水とお湯とでは体に与える効果が大きく違うとされています。長く沸騰させた湯を、適温に冷ましたものほど、身体の余分な熱を取ると言われています。

江戸時代の旅籠（はたご）でも、旅人が到着すると、まず湯を飲ませ、それから足を洗わせていました。歩いて疲れ、汗をかいた身体を内側から適度に冷ますのは、冷水ではなく白湯なのです。

茶道の待合で白湯が出されるのも、同様にほてった身体の熱を冷まし、整った状態で茶席に向かうためです。

お隣の中国や韓国でも、薬やお茶は熱い状態で飲む習慣が根付いています。テレビドラマなどで、煎じ薬を冷まして飲ませようとするシーンを見かけますが、本来、冷めてしまった薬は効果がないとされ、作り直すほど温度が重要視されています。

しかし現在の日本では、お茶もコーヒーも冷たいペットボトルや缶で飲むことが当たり前になりました。国会の会議中継を見ても、机上にはペットボトルが置かれています。

コロナ禍の影響で、感染対策として個別の飲み物が一般化されましたが、それによって排出されるゴミの量を思うと心が痛みます。資源を浪費するだけでなく、身体を冷やす飲み物を摂取し続けることで、消化力が下がり、冷え性の日本人が増えているように感じてなりません。

便利さの裏には落とし穴があります。かつて母が淹れてくれた一杯のお茶を、ゆっくりと味わって飲んだような「ゆとり」が、現代には必要ではないでしょうか。

今日一日を始める前の一杯の白湯、そして食後の一杯のお茶。たとえ忙しくても、自分のために湯を沸かし、座ってゆっくりと飲む時間を大切にしましょう。

【YouTube Live 配信中】

◆YouTube・ライブ配信のご案内◆

①Dr.Kyoshun の瞑想チャンネル

<https://www.youtube.com/@dr.kyoshun8589>

②お坊さんが教えるヨガと瞑想チャンネル

<https://www.youtube.com/@deyogayoga753>

【アーユルマクロ・ヨーガ】

2026年3月25日(水)

10:00 陰陽座学

11:00 マクロ料理

12:00 試食会

13:00 アーユルヴェーダ

14:00 ヨーガ

【Shun's Cafe】

完全予約制にて営業いたします。

《お寺では裏千家茶道教室を開設中》

§3月のご案内§

◆お施餓鬼会◆

水向塔婆：500円・燈明料：500円

15日(月) 午後2時より

◆春季彼岸会法要◆

18日(水) 午後2時より

法要後に卒塔婆があります

◆瞑想会・健康ヨーガ◆

○朝ヨガ 1日(日)・22日(日)

29日(日)

7:00~8:30

○東金ヨガ 12日(木) 26日(木)

13:00~15:00

3月

日	月	火	水	木	金	土
1 ヨガ	2	3	4	5	6	7
8 祈祷日	9	10	11	12 東金	13	14
15 施餓鬼	16	17	18 彼岸	19	20	21
22 ヨガ	23	24	25 マクロ	26 東金	27	28
29 ヨガ	30	31				

お寺の屋根替えから

始まります

3月2日より足場が

かかります。ご迷惑を

おかけいたします。

住職