

# フリースタイルな

平成21年10月

第2号

# 僧侶たちの フリーマガジン

藤本恵祐 普門寺住職

「和」の精神を生きる

たじまみか

仏教は身近にあるのだ

Ayaka

ヘルシー精進レシピ「プラツキ」

読者イベント開催決定!!

10月17日(土) フリスト町家トークライブ  
10月24(土)～25日(日) 精進ダイエツトキャンプ  
※詳しくは誌面をご覧ください。

Webにもアクセス!

Webサイト「フリースタイルな僧侶たち」はもう見ましたか?  
編集スタッフの裏話やファンが集いの案内など、Webも見逃さない!  
フリーマガジンの記事への評価とコメントもお待ちしています。

<http://freemonk.net> フリースタイル 僧侶  検索





# 「和」の精神を生きる

寺院は公共的な存在。地域社会に貢献する原点を大切に!!

ヨーガを中心としたイベント「お寺だ！カラダ」が8月、兵庫県赤穂にある天台宗の「普門寺」で開かれた。当日は、子供たちを中心に100人以上の人々が集まり、ヨーガ療法士の伊藤華野さん、徳島大学助教授の弘田陽介さんらが、全身を使ってヨーガを楽しむ面白さを語った。

最初はぎこちなくしていた子供たちも、軽快なテンポでのトークに徐々に引き込まれ、笑顔を見せていた。今回、各種イベントなどを地域と協力して盛り上げている普門寺住職、藤本恵祐さんに聞いた。

子供の時に敗戦を経験。信念を持つことの大切さを再認識

「お寺の本来の役割は、地域に密着して活動することと考えています。それをずっと続けているだけなんですよ」と藤本さんは71歳とは思えない、はつらつとした口調で話す。子供の時に敗戦を経験し、その際大人たちの言っていることが、突然に変わったことに違和感を覚えた。

「今は僧侶の道を歩んでいますが、私の生き方に大きな影響を与えてくれたのは、実は女学生時代のキリスト教の牧師さん（笑）。教育者としても活躍していたその方は、戦時中に信念を曲げず、投獄された経験をお持ちでした。その生き様に感銘を受け、信念を貫くことの大切さを学びました」。

## 天台宗 明王山 普門寺

聖徳太子によって開かれ、慈覚大師により創建されたと伝承される。幾多の兵災により諸堂はことごとく消失したが、本尊の十一面千手千眼観世音菩薩像は幸いに兵火を免れ、今日まで「赤穂尾崎の観音さん」として親しまれている。

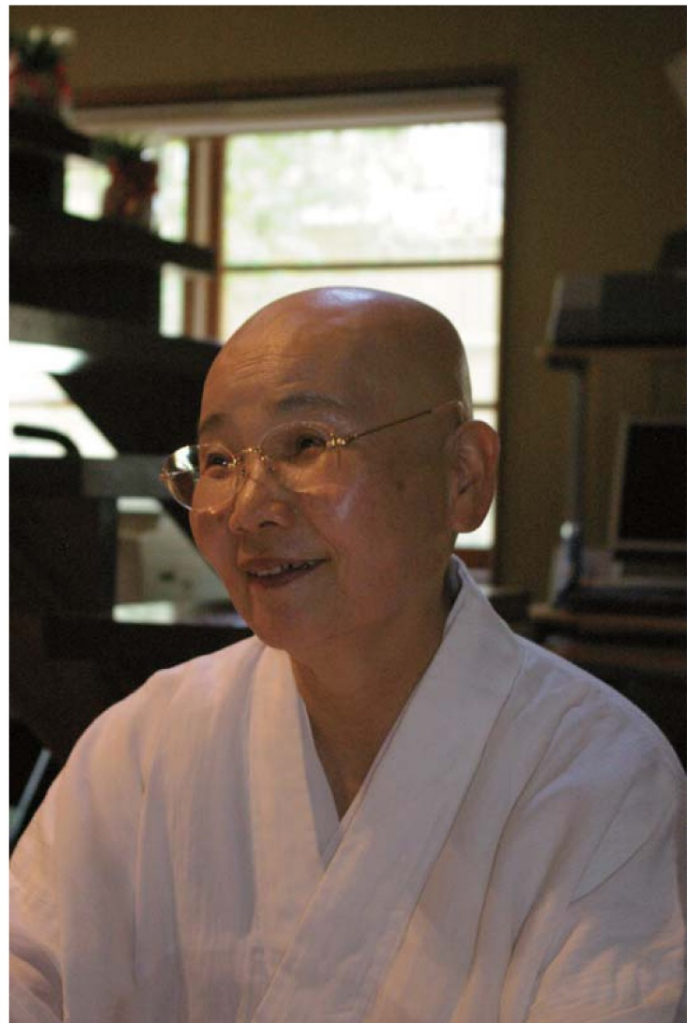
読経、法話、護摩奉修、座禅、写経、気功体操などで賑わうほか、心の悩み相談も受けついているとのこと。

〒678-0221 兵庫県赤穂市尾崎825-2  
Tel & Fax 0791-42-3669

### アクセス

- 山陽自動車道赤穂ICより、国道250号線を東へ市内中心部を経て車で約10分
- JR播州赤穂駅より、神姫バス明神木バス停下車、東北へ徒歩約7分  
(駅より徒歩の場合、赤穂旧大橋経由約20分)

こちらのQRコードより  
地図を確認できます





右ページ写真：  
インタビューに応じる藤本恵祐住職

写真上右：  
「お寺だ!カラダ」  
を楽しむ親子たち

写真上左：  
普門寺本堂の美しい  
ステンドグラス  
「慈光」

写真下：  
普門寺本堂全景



その後、様々な縁があり、聖徳太子によつて建てられた長い歴史を持つ同寺の後を継ぐことになった。僧侶になるため比叡山に入ったのは、39歳の時だった。

### どの宗教も、真理は1つ

「キリスト教と仏教を学んだ藤本さんは、独自の宗教観を語ってくれた。」「こだわりを持つことなく、真理を見極めることが必要。私はキリスト教も仏教もイスラム教も、結局のところその時のご縁ではないかと考えているのです。このお寺を開いた聖徳太子は『和をもって貴しと為す』とおっしゃっております。何よりも『和』や『輪』を重んじる精神が必要ではないでしょうか。」

実際に同寺を支えるのは、藤本さんを慕う地元の人たちがほとんど。いわゆる「檀家」はまったくおらず、理念に共感する人たちが集まる実践と祈りの場になっている。

### お寺こそ、地域のコミュニティに

兵庫県赤穂市にある普門寺は、風光明媚な寺院として有名だ。近年立てられた本堂の窓は、美しいステンドグラスが使われるなど、近代的な雰囲気醸成がされている。

「みんなから愛されるお寺をと心がけてきました。地域や社会のために、お寺や住職が何かをするのは、当たり前のこと。ごくごく普通のことを続けてきただけです。これからも、ご縁を大切にそのスタンスを続けていくだけですよ」と笑顔で語ってくれた。

(取材・文 仲西俊光 / 写真 池口龍法)





# 仏教は身近にあるのだ

寿司のシャリ、語源は  
サンスクリット語だった。

「仏教ってなんぞや？手塚治虫の漫画、ブツダしか知らへんで…」。仏教をテーマの原稿のオーダーを受けて悩んでいた私に、救いの手を差し伸べてくれたのが、

大学と大学院でインド哲学の勉強をしていた会社の同僚、Sさん（30歳）だ。宗教や葬儀などに関しても詳しく仏教の開かれた国、インドが大好き。髪型は常に坊主。かといってお坊さんを目指しているワケではない。れつきとした会社員で、コピーライターである。そんな彼に話を聞いてみた。

お経の本に書かれている言語は、「梵語」と呼ばれるものらしい。お経はもともインドの古代語「サンスクリット語」で書かれていたとのこと。このサンスクリット語と日本語の間には、私の知らなかった関連性があるというのだ。たとえば、寿司のシャリ。これはシャリー（意味…米）というサンスクリット語からきているという説があるらしい。あと、世話。これはセーヴァ（意味…親切な）。

比較的新しい言葉でいうと、ヤフーなどのインターネット上で自由に作れる、自分の分身となる

キャラクターのことを指す、アバター。これもアヴァターラ（化身）というサンスクリット語が語源らしい。知らない間に自分の身近にサンスクリット語がもたらしている言葉があつたんですね。

天才バカボンの語源は、  
仏教用語から!?

また、仏教用語を語源とする日本語も多数あるというので、自分で調べてみた。出世は、仏教用語で「俗世間の煩惱(ぼんのう)を解脱(げだつ)し悟りを得ること」を意味する「出世間(しゅつせけん)」が略された言葉。「安心」は、仏教では「あんじん」と読み、恐怖や不安から解放され、心安んじて生きていける境地をいうとのこと。

そしてあの『天才バカボン』も仏教用語の「婆伽梵(バギヤボン)」からきている、という噂があるらしいのだ。バギヤボンの意味は「悟った人」という意味で、ブツダと同義語。たしかにバカボンのパパの口癖で歌にもなっている「それでいいのだ」も、悟っているから言える言葉なのか…とも思える。バカボンのパパ、恐るべし。ただのバカじゃない。(とはいえず、バカボンについては英語の、バカ

ボン＝意味…放浪者、という説もあるのですが)。あのわが道を行く姿勢、現実があるがままに受け入れる姿勢はブツダとつながっていますよ、確かに。レレレのおじさんも、お釈迦様の弟子がモデルらしいし。バカボンのパパも元々は天才児で生後すぐに天上天下唯我独尊…と言ってるのは偶然ではないだろう。でもなぜバカボンではなく、パパが主人公なのだろうか。

まだまだバカボンで  
ひっぱりまます。

やっぱり、バカボンが気になって仕方ない。そこでさらにインターネットで調べまくってみた。なんとバカボンの息子である、はじめちゃん。このモデルといわれるのが中村元、東大名誉教授。世界的なインド哲学者、仏教学者であり、超天才だったらしいです。これも仏教とつながってるじゃないですか。

やっぱりバカボンの語源は英語でなく、サンスクリット語なんですかね。なんて思いながら調べていたら、パパの名言をネットで見つけました。「わしはバカボンのパパなのだ。この世はむずかしいのだ。わしの思うようにはならないのだ。でもわしは大丈夫なのだ。わしはいつでもわしなので大丈夫なのだ。これでもいいのだと言っているから大丈夫なのだ。あなたもあなたでそれでもいいのだ。それでいいのだ。それでいいのだ。わしはリタイヤしたのだ。全ての

心配からリタイヤしたのだ。だからわしは疲れないのだ。どうだこれでもいいのだ。これでもいいのだ。やっぱりこれでもいいのだ。いや、バカボンのパパ、完全に悟ってますね。子供のころは、笑って見逃してました。彼の偉大さを。さつそく漫画喫茶に行つて、読破しなければっ！

仏教徒なら、仏教を学べ？

そんなこんなで、仏教に少しだけ興味が沸いたので。そういや、なぜ学校で習ってきたことがなかったのか？不思議に思いました。日本人のほとんどが仏教徒なのに。私はなぜかキリスト教のほうに詳しくなりました。

カトリック系の高校に通っていたからなんですけど。授業では、聖書を読んで、聖歌を歌っていました。キリスト教徒でもないのに、ですよ。いまだに般若心経は唱えられませんが、キリスト教

の「天にまします我らの父よ…」というフレーズは頭にこびりついてます。仏教系の高校だったら、仏教を学べるのでしょうか。個人的には小学校から仏教の授業があつてもいいんじゃないかなあと思います。日本語の語源になっているものがたくさんあるみたいですし。国語の時間に取り入れたいですね(すでにあつたらごめんさい)。

いや、天才バカボンを国語に取り入れるほうが、良いかも！バカボンのパパの言葉について考えてみる授業とか。これを読んでる方の中に、学校の先生がいればぜひやつてほしいです。なんて、最後までバカボンで引つ張つてすいません。でもきつと、「これでもいいのだ！」



たじまみか・プロフィール

1978年大阪生、横浜市在住。関西外国語大学英米語学科を卒業後、広告代理店でデザイン業務などを手がける。現在は、コピーライター兼ディレクターとして活動中。

ポーランドではPlacki(プラツキ)と呼ばれ、家庭料理の代表であるポテトパンケーキを精進で。豆乳ベシャメル仕立てのきのこのソースは、きのこの種類が多い方が滋味深く仕上がります。

# プラツキ

ポーランド風ポテトパンケーキ



**材料(2人分)**  
 プラツキ  
 じゃがいも 大2個  
 エシャロット 1/2個  
 れんこん 50g  
 小麦粉(強力粉) 大きじ2  
 サラダ油 大きじ2  
 塩、胡椒

きのこのソース  
 無調整豆乳 100cc  
 エシャロット 1/2個  
 きのこと 取り混ぜて100g  
 小麦粉(薄力粉) 大きじ2  
 オリーブオイル 大きじ3  
 塩、胡椒  
 シフレット 適宜



## きのこのソース

① フライパンにオリーブオイルを温め、みじん切りのエシャロットと食べやすい大きさに切ったきのこを加えて焦げないように炒める。



② ①に小麦粉をまんべんなくふるい入れ、炒める。(具材に絡めると炒めやすい)

③ フライパンを少し冷ましてから、再び火にかけて、温めた豆乳を少しずつ加え、だまにならないようよく混ぜる。

④ 塩、胡椒で味を調える。

## プラツキ

① じゃがいもとれんこんは皮を剥き、粗めのおろし金ですり下ろし、軽く水を切る。

② ①に、小麦粉、みじん切りのエシャロットを加え混ぜる。塩、胡椒で味を調える。

③ フライパンにサラダ油を熱し、②を丸く形を整えて、両面がきつね色になるように焼く。



④ キッチンペーパーなどで油を切って器に盛り、きのこのソース、シフレットを添えてサーブする。

written by

Ayaka Ireguchi

(料理愛好家)



# フリストタ読者イベント開催決定！ 第1弾は町家トークライブ

フリストタ本誌を読んで、仏教に少し興味は出てきましたか？  
だったら、お坊さんたちとじかに話して、もつと知識や興味を深めてみませんか？

ということで、フリストタ編集部は、読者イベントを企画いたしました。第1弾は、「フリストタ町家トークライブ」です。

お寺での開催も考えましたが、会場はあえて京の町家です。

初回は、「フリストスタイルな僧侶たち」代表の池口（浄土宗僧侶）が、本誌発行によせる想いを語ります。

ライブ会場には、池口だけではなく、個性的な僧侶が数名参加します。仏教やお寺のことなどを中心に気軽にフリートークしましょう。お寺の悩み相談なども受け付けます。

御池駅下車 徒歩3分  
フリストスタイルな僧侶たち  
代表 池口

090-5896-6478



←QRコードから  
会場へのアクセスを確認

定員になり次第、参加者募集を締め切ります。ホームページからもエントリーできます。お申し込みはお早めにお願います。

## 好評につき今年もやります よく生きるための「死の準備」講座

去年、大好評を博し、毎回会場が満員となった人気講座が、今年も開催される運びとなりました。

「よく生きるための『死の準備』講座」では、「人は誰でも死ぬ」という事実を積極的に向き合います。自分もやがて死ぬことから眼をそらさずに、この人生を充実して生き切り、「納得の死」を迎えることがテーマになっています。

旅に出る前にいろいろな準備をするように、「死の準備」をしてみませんか？

第1回 平成21年10月29日(木)  
講師 木村喜久雄  
テーマ 「癌患者よりのメッセージ」

私は目下80才、「高貴」高齢者をめざしています。この20年間に肝臓癌の手術を5回受けました。この癌は私の生き方を教えてくれました。①生き抜く気力、②感謝のこころ、③必然（偶然はなし）、④尽す、⑤笑う―以上が私の心のお薬です。

第2回 平成21年11月26日(木)  
講師 野田隆生  
(華頂短期大学専任講師)

テーマ 「現代人と『私の死』」

統計資料が語る新発見

どこで、誰に看取られて最期を迎えるのか。せめて生涯の終焉を満足のいく形で迎えることができたいだろうか。このような問いについて、「誕生」「老い」「病」「死」に関するデータを紐解きながら、「わたし」の死」と向き合うことについてみなさんと共に考えていきます。

会場

佛教大学四条センター  
(京都市四條烏丸北東角、京都三井ビルディング4階)

定員

150名

(先着順、予約不要)

受講料

1回千円

浄土宗総本山知恩院  
統括企画室(担当:井上)

## 協賛御礼

「フリストスタイルな僧侶たちのフリーマガジン」第2号を発行するにあたり、ご覧の皆様よりご協賛いただきました。

厚く御礼を申し上げます。

## 浄土宗 西明寺

(兵庫県尼崎市)

## 祝 本堂落慶

宗教法人  
浄土宗 教伝寺  
住職 小泉顕雄  
併設 関西動物霊園

〒622-0003  
京都府船井郡園部町新町火打谷5  
Tel.0771-62-0442





**自分でいうのもなんだけど  
フリストアって面白いよね**

フリストア創刊から1ヶ月あまり。京都市内のレストランやカフェや書店などを中心に、フリストアを置かせてもらえるところを探し歩いた。

「置いて欲しいんですけど…」若い人たちとコミュニケーションを取りたいと思って創刊したんです…「あやしい宗教の勧誘ではないので…」などなど。

最初はドキドキものだったけれど、反

応は想像以上によかった。「頑張ってください」と大勢から応援された。ありがとうございます。

宗教色の強いフリーペーパーだから「敬遠される」と忠告してくれる人もいた。しかし、百ヶ所近くでお願いしたところ、スペースの都合上で断られたことはあっても、「うちは宗教関係はダメです…」と拒否されたことは一度もなかった。さすが京都!!…というのもあるのだからけれど、仏教や僧侶たちは、揶揄されながらも高い信頼を受けている。「自分たちに何もできない」とネガティブになっちゃいけない。求められている

のだ」という志って大事なんです。きつと。

営業活動を続けていたある日。「フリースタイル僧侶」でググると、なんと本誌を手に取って日記を書いてくれた人のブログが一位に。大学院生のブログだった。本誌はそれなりに話題性があるらしいと確信。すかさず、編集部より仲西が「若手僧侶が、若い人に向けて『なんか面白いな仏教』を感じてもらえることをコンセプトに制作しております」と書き込み。

表紙モデルの女の子は、お寺を観光で訪れていた二人。清水さんと浜田さん。お寺などの観光中に声をかけ、趣旨を説明すると快く協力してくれた。感謝です。

余談ですが、表紙モデルが見つからなかった場合は、右上の写真が表紙になっていた(笑)。モデルが見つかって、本当によかったっす!!

こうして、フリストアは若い世代が仏教に親しむ機会を日々クリエイトしています。読者参加イベントもいろいろと企画していくので楽しみにしていてくださいな。

**フリストア・クラブに  
入りませんか？**

私たちの活動に共感し応援してくれる方々は、フリストア・クラブへのご加入をお願いします。

**■フリストア・サポーターズ・クラブ**

対象者 フリストアを応援したい人々  
年会費 5千円

※フリストア・サポーターズの皆様には、年間6回発行予定の本誌をお届けします。また、フリストア主催の各種イベントにおいて優待を受けられます。

**■フリストア・リーダーズ・クラブ**

対象者 仏教に関しての資格や知識を持ち、フリストアの指導者として活動したい人々  
年会費 1万円

※フリストア・リーダーズの皆様は、フリストアの指導者として、各種活動に参加していただけます。また、フリストア・サポーターズ同様のサービスマも含まれています。

お申し込み、お問い合わせは、フリースタイルな僧侶たち編集部(電話番号などは裏表紙に記載)まで。ホームページからもお申し込みいただけます。

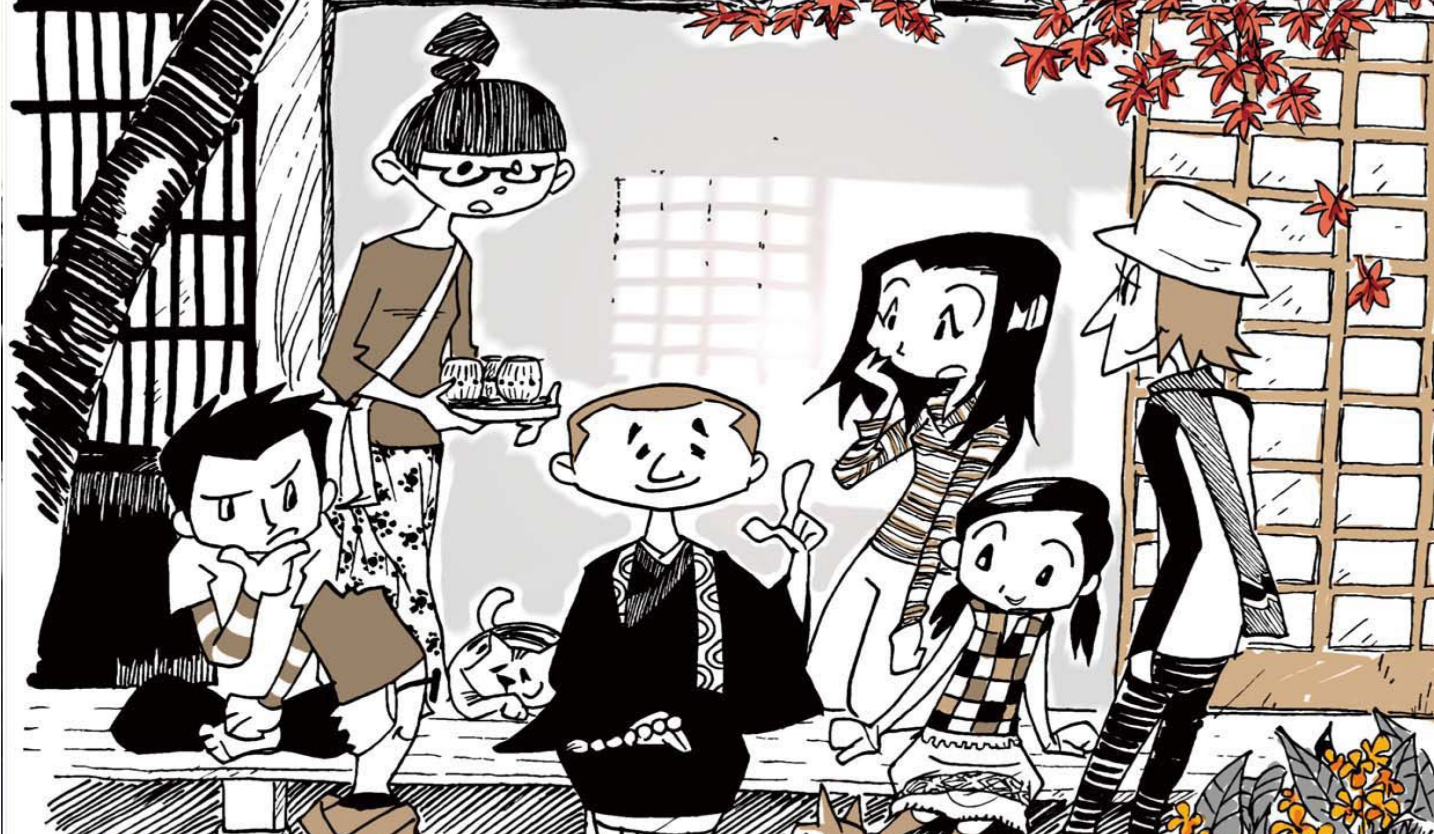


illustrated by  
Koreto Ikehata  
(student of indology)

フリースタ編集部 presents

秋の夜長はお寺を楽しめ！！

# 精進ダイエツトキャンプ



2009/10/24(Sat) ~ 25(Sun) Fee: 12,000 yen

10/24 15:00 集合 ~ 16:00 読経 ~ 17:00 入浴 ~ 19:00 夕食(精進) ~ 22:00 就寝

10/25 5:00 起床 ~ 6:00 読経 ~ 7:00 朝食(精進) ~ 8:00 掃除 ~ 10:00 解散

会場：宗教法人浄土宗梅相院（大阪府豊能郡豊能町牧ノ谷1）

※詳細はメール（[info@freemonk.net](mailto:info@freemonk.net)）または電話（090-5896-6478/池口）でお問い合わせください。

※申し込み締め切りは10月20日です。参加者が定員(5名)に達しない場合は開催を中止します。

※電車でお越しの方は、最寄り駅（JR亀岡駅・川西池田駅）までスタッフが送迎します。

※動きやすい服装でご参加ください。



←会場地図

## フリースタイルな僧侶たちのフリーマガジン

平成21年10月1日発行 第2号

発行元 フリースタイルな僧侶たち 編集部

〒661-0982 尼崎市食満6-11-15

TEL.090-5896-6478(池口) / 080-3780-4855(仲西)

[info@freemonk.net](mailto:info@freemonk.net)

<http://freemonk.net>

※ 本誌のコンテンツを無断で転載することを固く禁じます。

題字  
イラスト  
デザイン  
ライティング・  
ディレクション

企画・制作・編集  
総指揮

Special Thanks

しらたきなべお  
池端惟人  
池口龍法  
仲西俊光

池口龍法 仲西俊光  
池口龍法

清水さん 浜田さん