



一般社団法人
日本精神保健看護学会
Japan Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing

日本精神保健看護学第26回学術集会 市民公開講座

修行と生活 -千日回峰行を中心に-

演者：比叡山延暦寺 大行満 比叡山千日回峰行者 大阿闍梨 **藤波 源信 師**
座長：日本精神保健看護学会副理事長・自治医科大学看護学部教授 **永井優子**

「修行」の言葉は、日常生活とは別世界と思う人が多いと思いますが、藤波師は、実は生きることが修行、人生の修行であり、職種によって内容が違うだけとおっしゃっています。また、藤波師は生きることは大変なことです、人生に特別なことなどなく、どうしようもなくつらいことに出逢っても、自分で進んでいくしかないとおっしゃっておられます。

藤波師が一僧侶として迷い悩みながら生きてこられた経験をお話いただき、日々の暮らしの中で精神の健康にも役立つ、考え方や行動について皆様とともにうかがい、私たちができる、こころの安寧を保つ方法を学びましょう。

一般社団法人 日本精神保健看護学会について

精神保健看護学は、すべての人々のこころの健康の維持・増進、メンタルヘルスケア、精神疾患や精神障害をもつご本人とそのご家族への看護学の領域です。

本学会は1991年に設立され、2015年4月に一般社団法人になりました。約1300人の看護師、保健師等の会員が地域や医療機関における精神保健看護に関する教育研究や実践に関する知識の交流をしています。

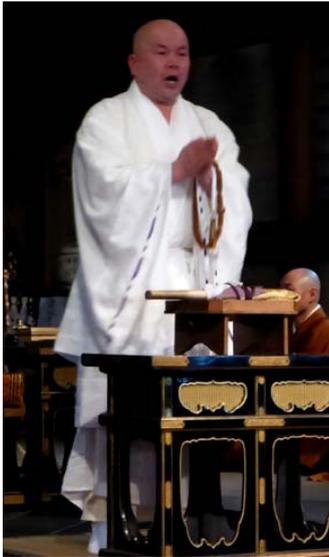
2016年7月3日(日) 10:30～11:30 (開場10:00)

会場：ピアザ淡海2階 **ピアザホール**(滋賀県大津市におの浜1-1-20)



飯室谷不動堂ホームページ <http://www.imurodo.com/about/index.html> より

大阿闍梨 藤波 源信 師 プロフィール



比叡山延暦寺 大行満 比叡山千日回峰行者 大阿闍梨

1959年 三重県四日市市生まれ

満17歳で比叡山延暦寺にて得度を得る。翌年、叡山学院入学後に、酒井雄哉阿闍梨の飯室谷に移住し、酒井雄哉阿闍梨の千日行に隨身する。叡山学院卒業後、京都の毘沙門堂門跡に隨身。

1984年 回峰行初百日行達成

一度比叡山を降り僧侶辞め、一般社会人として会社勤めを経験

1993年「山家学生式」による十二年籠山行に身を投じ、同時に千日回峰行の修行に入る。

2003年 9月18日満行、10月19日参内加持

2005年 十二年籠山を円成

2006年 比叡山山麓、飯室谷松禅院に居住

2013年 比叡山飯室堂長壽院の住職となる

【著書】 帯津 良一、藤波 源信:いのちの力、経済界、2007.

藤波 源信:もし、生きることに悩んでいるなら、廣濟堂出版、2012.

【用語の解説】(「もし、生きることに悩んでいるなら」より)

● 比叡山

滋賀県と京都府京都市の境にある山。天台宗の総本山延暦寺の山号で、比叡山といえば延暦寺を指す。古来、神山として崇められていたが、788年(延暦7年)、伝教大師最澄上人が入山し、現在の総本堂・根本中道である一乗止観院を創建してから、本格的に比叡山として開かれた。最盛期には3千もの寺院が並んでいたといわれるが、織田信長の全山焼き討ちに会い、その後豊臣秀吉などによって再興。明治時代の神仏分離や廃仏毀釈を乗り越え、現在に至っている。

《 図 比叡山の回峰道 》



● 阿闍梨

サンスクリット語で「軌範師」を意味し、弟子たちの範となり法を教授する師のことをいう。日本では天台宗と真言宗の僧位で、最後に行きつくところの高徳の僧を指す。修行の段階を踏んで密教法門(秘密の教え、真理の教え)の一つである「入壇灌頂」と、密教の秘法を伝える開壇灌頂を終了すると、人に教授する立場の「阿闍梨位」を授かる。比叡山延暦寺では、ほとんどの僧が阿闍梨位をもつ。さらに、千日回峰行を満行した行者は「大行満大阿闍梨」となり「大阿闍梨」と呼ばれる。藤波師は、戦後延暦寺において12人目の大阿闍梨である。

● 堂入り(正式名称「明王堂参籠」)

千日回峰行の七百日目を満行した後、無動寺明王院(千日回峰行を始めたと言われる建立大師相応和尚によって創建)に九日間こもる修行。不眠、不臥、断食、断水のまま、一日に三回の三座のお勤めをして、堂内に脇座を設けて安置された不動明王に、十万遍の不動真言を唱える。お堂の外に出るのは一日一回。仏様にお供えする水を取りに行く『取水』という儀式のため、午前二時にお堂から百メートル離れた「閻伽井」(霊泉)との間を往復する。この命がけの堂入りを終了すると、回峰行者は「当行満」と呼ばれることになる。

根本順善:なぜ歩く なぜ祈る—比叡山千日回峰行を撮る! 風人社、2006.より

<http://www.fujinsha.co.jp/hontoni/wp-content/uploads/2015/04/hieimap-549x640.gif>