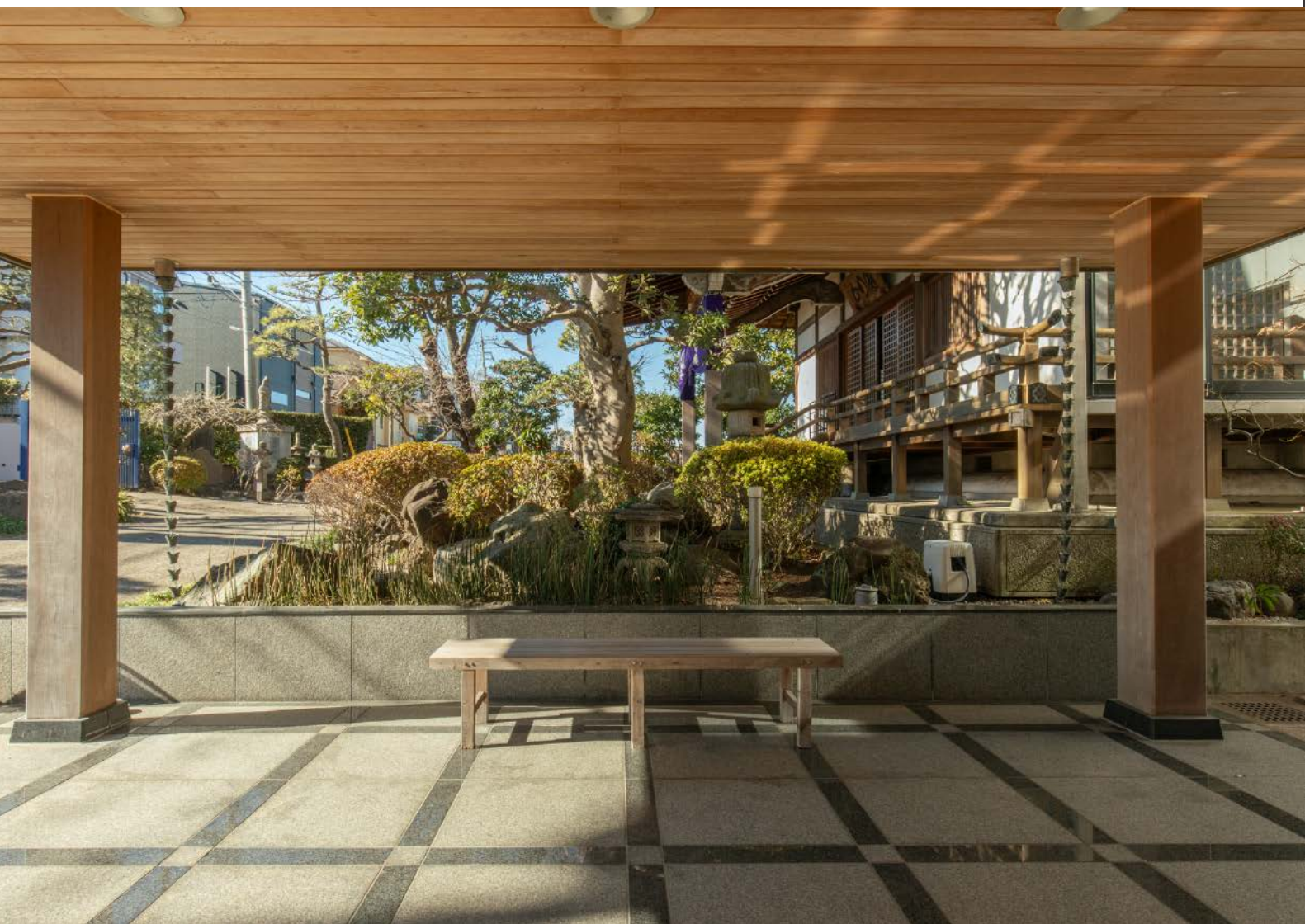


# 陽光

21

y o k o 2025.6



境内の風景



大本山永平寺直末

曹洞宗圓明山陽光院

〒221-0851 神奈川県横浜市神奈川区三ツ沢中町11-9

☎045-322-0565 ■045-322-1315

✉sotozen@yokoin.org web <https://yokoin.org>

夏休み

## 住職コラム

21

う

ちの長男が幼稚園に通っていた頃のこと。夏休みが近づくと、家のあちこちから楽しげな歌声が聞こえてきました。

「やつほっほー、夏休み。月火水木金土日。毎日楽しい夏休み♪」お風呂でも、リビングでも、思い出したようにふいに口ずさむその歌に、最初は何のことだろうと耳を傾けました。調べてみると、「ヤッホッホー！夏休み」という童謡で、七月のお遊戯で歌う曲だったようです。

何度もその歌を聞かされた私は「本当に、毎日楽しい夏休みにしてあげなきゃ」と、なぜか妙な使命感に駆られました。仕事の合間を縫っては、できる限りプールや海などに連れて行ったものです。

でも、八月の終わりにはぐったり。あれほど張り切った私も、夏が終わるころには電池切れのロボットのようで、秋になっても疲れはなかなか抜けませんでした。その年の反省を活かし、翌年からは「がんばりすぎない夏休み」を心がけるようにしました。

それでも、ふと考えることがあります。長男はもう小学三年生。あと何年、こうして一緒に全力で夏を過ごせるのだろう。きつと、あと数年もすれば、友達との予定が優先になり、親と一緒に出かけることなんて少なくなるのだと。だからこそ、今年の夏は、ほんの少しだけ無茶をしてみようと思っています。無理のない範囲で、一緒に過ごせる「今」という季節を、大切に抱きしめながら。 合掌

# お寺からのお知らせ

5

## 本堂でのお葬式



陽光院の本堂やホールにて通夜葬儀を営むことも可能です。お寺での葬儀は荘厳さと落ち着きが保たれます。また既に堂内が荘厳されているので、祭壇費用を抑えることが出来る利点もあります。

【指定葬儀社】

ハマ葬具店：0120-61-4433

お葬式の坂尻：0800-800-7676

4

## 跡継ぎがないお墓

# もこ

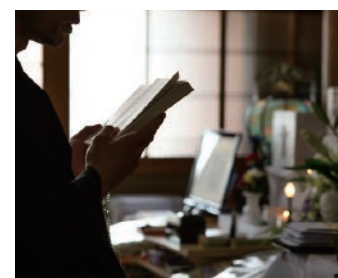
一般墓地永代供養制度

陽光院にお墓をお持ちの方で、跡継ぎがいらない方向けに「もこ（慕古：古人から学び今に生かしていくこと）」という制度を設けています。ご逝去後も今あるお墓に入ることが出来、その後はお寺が管理と供養を重ねていく永代供養制度です。お気軽にお問い合わせ下さい。

2

## 棚経

自宅でのお盆供養



7月13日（日）  
～15日（火）  
お盆にご自宅へ帰ってきた故人や先祖へ、僧侶の読経で懇ろな供養を行う棚経。主に新盆の希望宅へお伺いを致しますが、新盆でなくともご希望の方はご連絡下さい。

1

## 盆供養祭 施食会



法要の様子



法話者：宇野全智師  
曹洞宗総合研究センター研究員

大勢の僧侶を招いて行うお盆の合同供養「施食会」を営みます。申込用紙又はWEBよりお申込みで参列下さい。ライブ配信も致しますので、ご自宅で法話や法要の様子もご覧頂けます。尚、昨年より猛暑対策として一時間開式を遅らせています。

盆供養祭「施食会」  
7月10日（木）14時……法話  
15時……法要

## その他お知らせ

●位牌・仏壇供養  
位牌が多い、位牌の跡をつぐ方がいない、仏壇が大きいなどお悩みの方はご相談下さい。位牌をまとめて供養を続ける、お焚き上げ等、ご事情に合った方法をお伝えします。

●生前戒名授与式  
存命中に戒名を受け、その日にそなえる生前戒名授与式を個別にお受けします。

## 本堂掃除の会



6月22日（日）  
9時半～12時  
心清める本堂掃除の会を開催します。なたでも予約不要で参加可能です。休憩時間にはかき氷をふるまいます。

6

## 永代供養墓 ハナミツキの碑



主にお墓の跡継ぎがいらない方向けに「ハナミツキの碑」はご自由にご見学可能です。詳しい説明やパンフレット・お見積をご希望の方はご連絡なくご相談下さい。

3

## 令和6年度護持会収支報告

令和6年 護持会収支計算書 自令和6年4月1日至令和7年3月31日

### 収入の部

| 科目               | 決算額       |
|------------------|-----------|
| ①護持会収入           | 5,030,160 |
| →護持会費（檀家）        | 3,785,000 |
| →護持会費（三ツ沢墓地利用者等） | 561,000   |
| →雑収入             | 684,000   |
| 当期収入合計           | 5,030,160 |
| 前年度繰越金           | 1,421,499 |
| 収入の部合計           | 6,451,659 |

### 支出の部

| 科目         | 決算額       |
|------------|-----------|
| ①護持会運営費    | 4,187,902 |
| →清掃・樹木整備費  | 2,654,682 |
| →地代家賃（駐車場） | 720,000   |
| →通信費       | 373,187   |
| →宗費・仏教会費   | 416,470   |
| →寺務費       | 23,293    |
| 当期支出合計     | 4,187,902 |
| 当期剰余金      | 842,258   |
| 次年度繰越金     | 2,263,757 |
| 支出の部合計     | 6,451,659 |

檀信徒の皆様よりお預かり致しました「令和6年度護持会費収支報告」です。護持会費はお寺の美化、通信費、駐車場賃借費等に利用させて頂いております。三ツ沢墓地等ご利用の皆様も何卒ご協力お願い致します。

## 偽りのないお葬式



第13回

## 仏事を 知る

受けられます。

さらに最近では、「三〇万円」といった安価なパックプランをインターネット上で提示し、実際の打ち合わせで否応なく価格がどんどん上がっていくケースも増えています。たとえば、音響使用料や棺のクッション代といった、本来は当たり前にパックに含まれているべき項目を別料金として追加されたり、ご遺体の安置料やドライアイス代が相場より高額に設定されていたりするので。

たとえば横浜市では、一時期火葬場の予約が一週間待ちという状況がありました。このようなとき、葬儀社にとっては遺体保管に関する料金だけで相当な利益が見込めます。喪主側は「混んでいるから仕方ない」と思ってしまう、相場も分からないまま支払いをしてしまうことが少なくありません。

さらには、小ホールが空いていないと虚偽の説明をして、大ホールでの葬儀を提案し、結果的に祭壇が大型化して費用が増す……といった悪質な例もあります。何より葬儀契約の多くは「諾成契約」（口頭や合意だけで成立する契約）で、最終確認の書類が存在しないケースも多く、極めてリスクの高い契約形態なのです。

### ●請求後に「気づかないまま泣く」人たち

葬儀が終わり、請求書を見て支払いを済ませたあと、「実は騙されていた」と気づかないままの方も多くなります。それは、多くの人が葬儀に関する知識や検証手段を持っていないからです。

### ●偽りのないお葬式のために

こうした背景から、CMやインターネット広告で「

### ●葬儀社との契約は車の購入に似ている？

葬儀社との契約は、車の購入に少し似ているかもしれません。たとえば、車は五〇万円前後の中古車から三〇〇万円を超える高級車までさまざまな価格帯があり、自分のライフスタイルに合った車種を選び、さらに必要に応じてオプションを付けて購入します。

葬儀契約も同様です。高級志向の葬儀社や、低価格を売りにする葬儀社など多様な選択肢の中から一社を選び、基本プランを選定したうえで、故人様やご遺族・会葬者への配慮を込めてオプションを追加していく、というのが一般的な流れです。

ただし、車の購入と大きく異なるのは、葬儀は突然のことが多く、事前の下調べができないケースが非常に多いという点です。故人様が急逝された場合、病院から紹介された葬儀社や、インターネットで急いで見つけた葬儀社に依頼し、一〜二日で契約まで至ることが一般的です。

### ●ほとんどの喪主は「葬儀初心者」

葬儀に関する知識がある方や、かつての「葬儀委員長」のような経験者がいれば、的確な判断ができるかもしれません。しかし、実際には多くの方が初めて喪主を務める「葬儀初心者」です。

そのような状況下で、経験豊富な葬儀社の営業担当者が登場すると、「そういうものか」と、葬儀社のペースで契約が進んでしまいがちです。中には自身の営業成績を上げるために、必要性の薄い「エンバミング」などの高額なオプションを提案する担当者も見

三〇万円」と安価に見せておきながら、実際には数百万円に膨れ上がる事例が後を絶ちません。一方で、その低価格+αで何とかやりくりしている葬儀社もあります。内容をよく見ればとても葬儀とは言えないレベルのものも存在します（そもそも三〇万円です）。通常の葬儀を行うのは現実的に困難です。

このように、誰もがいつか経験するはずの「葬儀」でありながら、消費者側はほとんど情報を持たないまま、葬儀社が主導権を握るといった構図になっています。そのため、「誠実で信頼できる葬儀社」を選ぶことが非常に重要です。

しかし、インターネットの情報や口コミ（実際には葬儀社自作の口コミも多く存在）では判断が難しいのも現実です。信頼できる情報源としては、葬儀を実際に経験した方や、地域のお寺に尋ねることが有効です。「何となく選んで当たりだった」というのは、いわばギャンブルに近く事前の情報収集が大切になります。

### ●陽光院住職としてのお願い

私は陽光院の住職としてこの十年間、多くのご葬儀をお手伝いしてきましたが、葬儀の内容や費用のことで涙を流すご遺族を目にしてきました。それは、故人との別れに対する悲しみだけではなく、「こんなはずではなかった」という後悔から来る涙です。

もし、葬儀社を選ぶ前や、当日を迎える前にもお見積書を見せていただければ、少しでも皆さまのお力になれるかと思っています。どうか後悔のないお別れのために、事前の準備と情報収集を怠らないで頂きたいと心から願っております。

仏の教えや禅語は悟りの境涯を伝えているもの。  
しかし、深遠な仏の道を求めなくとも、その言葉を自らの生活に引き寄せることで、大切なものに気付かされたり、豊かな人生を過ごすヒントにもつながります。



## 連載 仏教の話 第18話

記憶さえ捨ててしまえば  
嫁は憎いものではない。  
姑も憎くはないぞ。

『「嫁が憎いの、姑が憎いの」とよくおっしゃる方がいますが、本来、嫁は憎むべき存在ではありませんし、姑もそうではありません。嫁があの時ああ言った」「姑がこんなきついことを言った」「あんな意地悪をされた」憎いのは、それらの記憶なのです。その記憶さえ捨て去ることができれば、嫁も姑も、決して憎むべき相手ではないのです。』  
これは、江戸時代初期の高僧

・盤珪永琢（ばんけいえいたく）の言葉です。師にまつわるこんな逸話も伝えられています。

ある日、一人の和尚が盤珪のもとを訪れ、こう尋ねました。「私は生まれつき短気で困っています。どうすればこの性格を治せるでしょうか」

よくある悩み相談のようにも思えますが、盤珪はこう答えました。

「ほう、そなたは面白いものを持って生まれてきたな。その短気というものを、ここに出して見せてくれんか」

和尚は困って言いました。

「今はございません。何かあると、ふっと短気が出てしまうの

ですが……」

すると盤珪は言いました。

「今は無い、というのなら、それは本来、何もないということじゃ」

さらに続けてこう諭します。

「そなたは、自分勝手に、自分をひいきしているから、相手に腹を立てるのだ。それを、生まれつき、だなどと言い、親のせいにするのは、親不孝というも

の。親が与えてくれた心は、もともと仏のような心のはず。それにもかかわらず、自分を愛しすぎ、欲に迷っているだけなのだ。よく自分の本来の姿に立ち返って、本当の自分とは何かを考えてみなさい」

つまり、高僧の言葉から学べ

るのは、「短気は生まれつきの性格ではなく、自分本位な考えや執着によって起こる物だ」という教えです。自分の価値観に他者や出来事が沿わないと腹を立ててしまう―それは調和する努力を怠った心の反応にすぎません。この教えは、そうした自分にまず真剣に向き合うための、心への一喝なのでしょう。

人間の「記憶」は、しばしば

「我」のかたまりです。さまざまな経験や情報が積み重なり、「こうあるべき」「こうでなければならぬ」というこだわりや思い込みが膨らんでいきます。

しかし仏教では、「この世は

無常であり、無我である」と説

きます。つまり、変わらないものは何もなく、「こうあるべき」と固執すること自体が、本来は意味のないことなのです。

「他人と過去は変えられないが、自分と未来は変えられる」これはカナダの精神科医が残したとされる有名な言葉です。他人を変えよう、代わってくれないかと途方にくれる前に、まずは自分の「ものの見方」や「捉え方」を見直すことから始めてみましょう。そうすれば、今と未来はきつとより良いものになっていくのではないのでしょうか。

【参考】「心にのこる禅の名話」

佐藤俊明著 大法輪閣