

## 自死者追悼法要

# いのちの目 いのちの時間

東京

日時 令和三年十二月一日「いのちの日」  
場所 東京都大田区池上 日蓮宗 永寿院  
主催 自死・自殺に向き合う僧侶の会

大切な人を失った皆様とともに、いのちを見つめる時間。

仏さまの力を借りて、亡き人と語り合ひましょう。

自らいのちを絶ったすべての人たちのために祈りを捧げましょう。

仏さまにおまかせして、安心してお過ごしください。

◆主催者「自死・自殺に向き合う僧侶の会」について

- ・ 自死問題に関心を持ち、自殺対策に取り組みながら「安心して悩むことのできる、一人ひとりが生き生きと暮らせる社会づくり」を目指す僧侶有志の集まりです。
- ・ 首都圏の超宗派僧侶がメンバーです。
- ・ 「自死者追悼法要」「自死の問い・お坊さんとの往復書簡(手紙相談)の他、講演会、「いのちの集い」(分かち合い)などに取り組んでいます。

# 法要次第

## 開式

午後四時

### 一、雅楽

雅楽の調べを仏さまにお供えします。導師・式衆が入堂します

### 一、挨拶

法要の趣旨説明を兼ね、代表よりご挨拶を申しあげます

### 一、坐禅

姿勢を正し、呼吸を整え、心を落ち着かせます

### 一、道場偈

(三頁) 道場を清め、仏さまをお迎えします

### 一、勸請

(三頁) 仏さまがお迎え下さるお歌です

### 一、読経

仏さまのお言葉「お経」(四〜六頁)を声にして亡き人に届けます

皆様ご一緒にお唱え下さい

「重誓偈」「般若心経」「自我偈」

### 一、焼香

お香の香りを仏さまにお供えします

### 一、念仏・称名・宝号・唱題

(七頁)

思いが亡き人に届くよう一心に唱えます

### 一、回向

(八頁) 皆様の思いを仏さまと亡き人とすべてのいのちにたむけます

「写経とメッセージ」を仏さまに供え、亡き方々のお名前を読みあげます

### 一、黙祷

亡き人を偲び、心安らかなることを祈ります

### 一、奉送

(九頁) 仏さまを極楽浄土へお送りいたします

### 一、雅楽

雅楽の調べを仏さまにお供えします。式衆が退堂します

## 法話

道場偈

我此道場如帝珠  
十方三寶影現中  
我身影現三寶前  
頭面攝足 拜 歸命禮

勸請

(導師が一人で読みあげます)

謹んで 勸請し奉る、南無輪圓具足 未曾有 大曼荼羅御本尊、

別しては 南無久遠実成 大恩教主本師 釈迦牟尼佛、

南無平等大慧 一乘妙法蓮華經、南無末法有縁の 大導師宗祖日蓮大菩薩、

この道場に 来たり給う 御前において 申し上げます。

本日ここに 集いし有縁の皆様 志すところの霊位、すべてのいのち。

普く 世界の隅々まで 仏さまの慈しみの心が

行き届き、安らかなることを請い願ひ、自死者追悼法要を 厳修いたします。

無量寿経重誓偈

むりようじゆきようじゆうせいげ

がごんちようせいがん	ひつしむじようどう	しがんふまんぞく	せいふじようしようかく
我建超世願	必至無上道	斯願不満足	誓不成正覺
がおむりようこう	ふいだいせいゆ	ふさいしよびんぐ	せいふじようしようかく
我於無量劫	不為大施主	普濟諸貧苦	誓不成正覺
がしじようぶつどう	みようしようじつぼう	くきようみしようもん	せいふじようしようかく
我至成仏道	名声超十方	究竟靡所聞	誓不成正覺
りよくじんしようねん	じようえしゆうほんぎよう	しぐむじようどう	いしよてんにんし
離欲深正念	淨慧修梵行	志求無上道	為諸天人師
じんりきえんだいこう	ふしようむさいど	しようじようさんくみよう	こうさいしゆうやくなん
神力演大光	普照無際土	消除三垢冥	広濟衆厄難
かいひちえげん	めっしこんもうあん	へいそくしよあくどう	つうだつせんじゆもん
開彼智慧眼	滅此昏盲闇	閉塞諸惡道	通達善趣門
くそじようまんぞく	いようろうじつぼう	にちがつしゆうじゆうき	てんこうおんぶげん
功祚成滿足	威曜朗十方	日月收重暉	天光隱不現
いしゆうかいほうぞう	こうせくどくほう	じようおだいしゆうじゆう	せつぼうししく
為衆開法蔵	広施功德宝	常於大衆中	説法獅子吼
くよういつさいぶつ	ぐそくしゆうとくほん	がんねしつじよまん	とくいさんがいおう
供養一切仏	具足衆徳本	願慧悉成滿	得為三界雄
によぶつむげち	つうだつみふしよう	がんがくえりき	とうしさいししようそん
如仏無礙智	通達靡不照	願我功慧力	等此最勝尊
しがんにやつこつか	だいせんおうかんどう	こくうしよてんにん	とううちんみようけ
斯願若尅果	大千忉感動	虚空諸天人	当雨珍妙華

無量寿経重誓偈

『無量寿経』の一部。仏となつてすべての者を救おうと、世自在王如来のみ前で四十八の誓い(四十八願)をたてた法蔵菩薩が、あらためてその決意を述べ、さらに世自在王如来の功徳を讃えて自らもそうありたいとの意志を表明しています。

なお、浄土真宗では重ねて誓いをたてられた偈文として「重誓偈」と読み解き、浄土宗では四種の誓願を説く偈文として「四誓偈」と読み解いています。

摩訶般若波羅蜜多心經

觀自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 照見五蘊皆空

度一切苦厄 舍利子 色不異空 空不異色 色即是空 空即

是色 受想行識亦復如是 舍利子 是諸法空相 不生不

滅 不垢不淨 不增不減 是故空中 無色 無受想行識 無眼

耳鼻舌身意 無色声香味触法 無眼界 乃至無意識界

無無明亦 無無明盡 乃至無老死 亦無老死盡 無

苦集滅道 無智亦無得 以無所得故 菩提薩埵 依般

若波羅蜜多故 心無罣礙 無罣礙故 無有恐怖 遠離一切顛

倒夢想 究竟涅槃 三世諸仏 依般若波羅蜜多故 得阿耨

多羅三藐三菩提 故知般若波羅蜜多 是大神呪 是大明呪 是

無上呪 是無等等呪 能除一切苦 真實不虛 故説般若波羅蜜多

呪 即説呪曰 揭諦揭諦 波羅揭諦 波羅僧揭諦 菩提薩婆訶

般若心經

般若波羅蜜多心經

「深い智慧によつて悟りに至るための重要な教え」という意味。

仏教の全經典の中でも最も短いもののひとつで、多くの仏教徒に読まれている經典です。天台宗・真言宗・禅宗等で誦誦され、その宗派独特の解釈があります。

# 妙法蓮華經 如来寿量品第十六

がしどあんのおん	てんにんじょうじゆうまん	おんりんしよどうかく	しゆじゆほうしよごん
我此土安穩	天人常充滿	園林諸堂閣	種種宝莊嚴
ほうじゆたけか	しゆじゆうしよゆうらく	しよてんぎやくてんく	じようきつしゆぎかく
宝樹多華果	衆生所遊樂	諸天擊天鼓	常作衆妓樂
うまんだらけ	さんぶつきゆうだいしゆ	がじようどふき	にしゆけんしようじん
雨曼陀羅華	散仏及大衆	我浄土不毀	而衆見燒尽
うふしよくのう	によぜしつじゆうまん	ぜしよぎいしゆじよう	いあくごういんねん
憂怖諸苦惱	如是悉充滿	是諸罪衆生	以惡業因縁
かあそぎこう	ふもんさんぼうみよう	しようしゆくどく	にゆうわしちじきしや
過阿僧祇劫	不聞三宝名	諸有修功德	柔和質直者
そっかいけんがしん	ざいしにせつぼう	わくじいしししゆ	せつぶつじゆむりよう
則皆見我身	在此而説法	或時為此衆	説仏寿無量
くないけんぶつしや	いせつぶつなんち	がちりきによぜ	えこうしよむりよう
久乃見仏者	為説仏難値	我智力如是	慧光照無量
じゆみようむしゆこう	くしゆごうしよどく	によどううちしや	もつとししようぎ
寿命無数劫	久修業所得	汝等有智者	勿於此生疑
どうだんりようようじん	ぶつごじつぷこ	によいぜんほうべん	いじおしこ
当断令永尽	仏語実不虚	如医善方便	為治狂子故
じつざいにごんし	むのうせつこうもう	がやくいせぶ	くしよくげんしや
実在而言死	無能説虚妄	我亦為世父	救諸苦患者
いほんぶてんどう	じつざいにごんめつ	いじようけんがこ	にしようきようししん
為凡夫顛倒	実在而言滅	以常見我故	而生驕恣心
ほういつぢやくごよく	だおあくどうちゆう	がじようちしゆじよう	ぎようどうふぎようどう
放逸著五欲	墮於惡道中	我常知衆生	行道不行道
ずいおしよかど	いせつしゆじゆほう	まいじさせねん	いがりようしゆじよう
隨忘所可度	為説種種法	每自作是念	以何令衆生
とくにゆうむじようどう	そくじようじゆぶつしん		
得入無上道	速成就仏身		

## 妙法蓮華經 如来寿量品第十六

「自我偈」と呼ばれ、法華經の中心内容を説きあかした偈文。一切の人びとを仏にするのがお釈迦さまの誓願であることが示され、私たちを救い導くため常におそばにいることが説かれている経文です。日蓮宗で誦誦されています。

しょうみやう ねんぶつ ほうごう しょうだい  
称名・念仏・宝号・唱題

(一唱目を僧侶が唱えます。二唱目・三唱目をご唱和ください)

な む し や か む に ぶ っ  
南 無 釈 迦 牟 尼 仏

な む あ み だ ぶ っ  
南 無 阿 弥 陀 仏

な む だ い し へん じ よ う こ ん ご う  
南 無 大 師 遍 照 金 剛

な む み よ う ほ う れ ん げ き よ う  
南 無 妙 法 蓮 華 経

えこう

## 回向（導師が一人でお唱えします）

謹み敬つて拜読し奉る仏のみ教え、鳩る所の功德を以つて、

本日ここに 有縁の皆様とともに、慎んで仏祖三宝の御前において、

お香を焚き、お華を飾り、灯りを供え、音楽を奏で、お経の功德をあつめて、

久遠の本仏お釈迦さまの悟りと慈悲の光の世界の隅々にまで広がり、

その救いがすべてのいのちに届くことをお願い願ひ

「いのちの日 いのちの時間」の法会を開き、すべてのいのちに、靈位に回向いたします。

大曼陀羅の世界では、すべてのいのちが平等です。

思い悩み旅立たれたすべての魂、すべてのいのちが 仏さまのお慈悲に

やさしく包まれており、仏さまのみ教えに導かれ、皆等しく仏と成れます。

遺された私たちの無念の想いや 言い尽せぬ気持ちも そのままに受け止めて、

辛さや悲しみでさえ すべて背負つてくださり、あなたはひとりではない

決してひとりにさせぬぞと 喚びかけてくださる慈悲深い仏さまがいらつしやるのです。

のうきよう

## 納経・読み上げ

※導師が亡き方と施主のお名前を読みあげます。

※読み上げ中は、音声をBGMに置き換えます。

本日ここに 私たちは 亡くなった大切な方に想いを馳せ 共に祈り 共に願ひます。

そして 十方の諸仏三宝のお導きにより 社会の偏見が解かれ

亡き人も私たちも心から安らかに暮らしていくことができますよう

どうぞ これからも お見守りください。

