

# 眞生礼拝儀（現代語訳）

山崎弁栄（著）

関谷喜與嗣（訳）

あさ らいはい  
晨朝の礼拝

○三礼

きみようさんらい  
帰命三礼 南無阿弥陀仏 三礼

○帰命章

ししん きみよう  
至心に帰命す

如来様のみこころのままに

どうぞ 天地の大生命がわたしのものとなりますように――。

天地の大生命を身とし心として生きてまします如来様よ。あなたが今ここにおいでになることを信じて、一心におうやまい申しあげます。如来様のみちからとみめぐみによって、わたしはきょうこうしていきいきと働かせてもらうことができます。

このすばらしい如来様のいのちを感じて、わたしのありだけの肉体と、精神を捧げつくして、あなたにおつかえいたします。

どうか、きょう一日、立派にわたしのつとめがはたせますように、お育てくださいませ。

○如来光明歎徳章

によらいこうみょうたんとくししょう

お釈迦様が、お弟子のアナン様にご説なされたおことばによると、如来様のとうといことは、あらゆるみ仏の光明はおよばないのであります。

如来様のお力やお徳をことばにあらわすことはできないけれども、それを十二のみ光りにあらわすと、

無量光仏、無辺光仏、無げ光仏、無対光仏、えんのう光仏、清浄光仏、歓喜光仏、智慧光仏、不断光仏、難思光仏、無称光仏、超日月光仏とみ名をよぶことができます。

私たち、生きとし生けるものがこの十二のみ光りにふれることによつて三つのあかである、むさぼり、いかり、おろかさからのがれて、身もこころもやわらかに

なり、平和にみたまされて、こおどりしてよろこびたくなるほどに、如来様のみむねにかなうようなところにならしていただけます。

もしも、畜生や餓鬼、地獄に落ちているものでも、このみ光りにあうと、やすらぎを得て、いのちおわるとき、お浄土に救われるのであります。

如来様のお徳の尊くして、すばらしいことは、その光りかがやくようすが大宇宙にへんまんしているようすをみればわかるのであつて、よく耳をすましてそのひびきをきけば、いつでも、どこでもきくことができるのであります。そして、それは、ただ、わたしがそのお徳をたたえているだけでなく、あらゆる仏やみ仏の説法をきいてさとりを開いた聖人や自ら思惟して大我にめざめた人たちも、この如来様の大生命、大人格をおしたいしないものはありません。

もしもわたくしたちが、そのお徳の尊いことをきいて、天地の大生命と一つになろうとするならば、まごころこめて、如来様のみ名をたたえ、たえまなく念仏をつづけていけば、自分のところに願っていることは、ど

んなことでも、かなえられないことはないのである。そして、あらゆるみ仏やぼさつたちとともにその人格をたたえられるであろう。

そのようにして、お念仏を深めていくことによって、だんだんと如来様の大生命によってお育てをうけ、如来様のきよらかな生命がやどり、そのお世つぎとならしていただきますと、あらゆるみ仏やぼさつたちから、その光明をほめたたえられることになるでありましよう。

み仏のおっしゃるには、わたしが、この無量寿如来様の光明がすばらしいこと、すべてにぬきんでていることをどれだけときつづけても、ときつくすことができないほどであります。

### ○勸請章

ししん かんじょう  
至心に勸請す

天地の大生命にまします如来様は、いつでも、どこでもおいでにならないところがありません。

いま、わたくしのこのからだも、如来様のとうといご

本尊をおむかえ申しあげるところと信じております。

どうか、あらゆるいにしえの聖者たちが完成された求道にならい、わたくしの修行をおこたることなく、すませてくださいって、如来様のお世つぎとなるような立派な人格をことごとく完成させてください。そして、どうぞ、この身、このころをあなた様のおやどりあそばす、ごてんのような、すばらしいものにしてくださいませ。

今こそ、わたくしの身もころもささげて、一心に一念仏を申し、如来様の大生命と一つになって、真実のはたらきができますよう、あなたさまの、みたまを心からおしたい申し、礼拝いたします。

どんな困難や誘惑に出会っても、如来様のみころがわたしのころにやどって、心のどこにも苦しみがなく、ひろびろとしたころとなり、ゆたかな身体でことのぞめるようなおみちびきにあずからしていたたきとうぞんじます。

ししん さんらい によらいじゅうにこう さんじゆ  
○至心に讃礼す（如来十二光の讃頌）

なむむりようじゆぶつ  
南無無量寿佛

アミダ様よ あなたはもともと この世にましました。  
生みの親にまします如来様

救いのオヤ様にまします如来様

教えのオヤであらせられるみ仏よ

あなたは、この世に如来の大慈悲をしらせるために、  
人間の姿となつて、わたくしたちをおみちびきくださ  
いました。

もともと一つにまします あなたの清らかな、おすが  
たに、身も心もささげ、こう大なお徳をおしたい申し  
上げます。

なむむりようこうぶつ  
南無無量光佛

如来様はわたくしどもの真実の生みのオヤ様でありま  
す。

わたくしどもは如来の子でありますゆえに如来様のお  
育てにより、この大宇宙の広大な備えをもつて、養い、  
教えられ、仏としてくださいます。

この尊くしてただ一つのみおやを心からおうやまい申しあげます。

なむむへんこうぶつ  
南無無辺光佛

如来様のおすがたは広大にして、まどかな鏡のような大智慧にましまし、一切をきこしめし、一切をしろしめし、一切をみそなわしておいでになります。

大宇宙はすべて如来のものであって、この無限のみ力を知り、神秘のひびきにとけ合うことによって、大宇宙、如来のみところがそのままわたしの心となって、如来様の真実の智慧をただかしていただきます。

なむむげこうぶつ  
南無無礙光佛

如来様よ、あなたのみ光りは、この、大宇宙すべてにわたって照らし給う、わたくしたちの暗い心もあかるくしていただき、正しい判断と良心をもってことにある、あなたのみ旨のままに実行させてください。ささええとして、すがすがしい神のみところにふさわしい人格をおつくりください。

あなたは、わたくしたちのあらゆる束ばくをときほぐ

し、真の自由を得さしていただきます。

なむむたいこうぶつ  
南無無対光佛

如来様よ、あなたの絶対にして無限のみ光りにより、寸分のくらいところもなく永遠の生命を得さしてください。大我にめざめ大宇宙がはつきりはつきりと自己のものになり、大いなる覚りの境地に入らしていただくことができます。

なむえんのうこうぶつ  
南無燄王光佛

如来様よ、わたくしたち生きとし生けるものは無明によつて、惑いと業と苦のくりかえしにより、鬼のような心となり、地獄、餓鬼、畜生、修羅、人間、天上と六道を輪廻して、はてしがありません。

しかるに如来様の大きいなるみ光りにこれらのおそろしい心をやきつくされ生死輪廻の根本をたちきつていただくことができます。

なむしょうじようこうぶつ  
南無清浄光佛

如来様よ、あなたのみ光りはきよらかにして照りかがやいています。

わたくしたちのよごれた心を洗い清めて、感覚を浄化し、いつの間にか、どんなものをみても美しく感じ、どんなところにおいてもよごれにそまらないうようにならしてください。

そして、身もこころも自然にうるおいのあるものにしてください。

なむ かんぎこうぶつ  
南無歡喜光佛

如来様よ、あなたによるこびの光りを身にうけて、わたくしたちの、なやみは安らぎをおぼえ、お念仏三昧のよろこびによって、あなたの法樂をわが法樂とし、心から法をよろこぶ身とならしていただきます。

なむ ちえこうぶつ  
南無智慧光佛

如来様よ、あなたの光明はわたくしたちの心の知力を照らし、明るくしてください。わたくしたちはどうかするところがかくらやみとなつて、大いなる天地の大生命を見失っています。如来様の智慧の光によって、無明の闇黒を破り、如来様の悟りを自分の悟りとならしていただき、真実の自己に目覚め、無限の大

宇宙が自己のものとならしていただきます。

なむふだんこうぶつ  
南無不断光佛

如来様よ、あなたはたえまないみ光りをもつて、わたくしたちの意志を如来様のみむねにかなうものとしてくださいます。

そして、ますます修養して如来様の世継ぎとならしていただきたいというころがおこり、少しでもこのよろこびを多くの人々にわかち与えたいというころになり、如来様のみ心を体現する身とならしていただきます。

なむなんしこうぶつ  
南無難思光佛

如来様よ、あなたのはかりしることでできない光明を、わたくしは一心に念じ、あなたの大生命に触れたいとたえまなくおしたい申しあげます。

どうかあなたは、このわたしのころの闇をうちやぶつて、今までねむっていた心のまなこをゆりおこしてください。あなたのすばらしい大慈悲心に心からおすがり申し、信じ申しあげるようにならしてくださいま

すようお願いします。

なむむしようこうぶつ  
南無無称光佛

如来様よ、あなたの慈光をこおむって信ずるころをよびおこすことができましたわたくしは、どうかさらに、信心の花が、うるわしく、咲き香るように勤めさせていただきとう存じます。あなたの万徳円満の聖容に接し、身も心も清らかにならしていただき、あなたの大霊格によって生れかわり、如来様のおよつぎとなる身にならしていただきたいとおもいます。

なむちようにちがつこうぶつ  
南無超日月光佛

如来様よ、あなたの大慈悲心に育てられ、あなたのお世嗣ぎとならしていただいたわたくしは、あなたの光明の中に、よろこびにみちてくらさせていただけます。どうか、あなたの大智慧と大慈悲心をもって、いつでも、どこでも、することなすこと、あなたのみ心になうような生活をさせてください。わたしはあなたのみ心をみ心として一心に働かしていただきます。

○光明攝取の文 こうみやうせつしゆ もん

如来の光明は にょらい こうみやう

遍く十方の世界を照らして あまね じつぽう せかい て 念佛の衆生を攝取して ねんぶつ しゆじよう せつしゆ

捨て給わず す たま

○念佛三昧

○総回向の文 そうえこう もん

願わくは此の功德を以て ねが こ くどく もつ

平等一切に施こし びようどういっさい ほど 同じく菩提心を発して安楽国に おな ぼだいしん おこ あんらくこく

往生せん おうじやう

○発願章

至心に発願す ししん ほつがん

智慧と慈悲とをかねそなえておいでになる如来様よ。  
み仏の教えをひろくわたくしたちにたれたもうたお釈迦様が、あの美しいおん眼をして、身も心も清らかに、みかおがいついっまでもうるわしくおいでになったのは内にいつも如来様のたましいをおやどしになっただからであります。

わたくしたちも、どうか、あの万徳円満のご人格をおそなえあそばしたお釈迦様にならって、いつ、いかなるばあいにあっても、すがたかたち、顔色をかえないようにおちかい申しあげます。

こいねがわくは、いつも、慈悲、歓喜、正義、安忍(やすらひ)すらかにしのぶ(こころ)、剛き(意志堅固如何なる誘惑にもまけない)、貞操、謙遜(つつましやかにへりくだるこころ)、真実、などの徳をいただき、うらみ(ごころ)もとけて、大宇宙が平等一味となり、すべてのものにおもいやりの愛をもったちむかえますような徳をいただき、この世の中の人たちが真にめざめたくらしができるよう、この心弱きわたくしにあなたのみ力とめぐみをお与えくださるようお願い申し上げます。

○三礼

歸命三礼 きみようさんらい

南無阿弥陀佛

三礼

暮昏の礼拝 くれ らいはい

○三礼

歸命三礼 きみようさんらい

南無阿弥陀佛 三礼

○感謝章

至心に感謝す ししん かんしや

大慈悲にみちみちておいでになる如来様よ。如来様がおあたえくださった、すばらしい光りと清らかなエネルギーと、新鮮な食物をいただき、この肉体を保持して、きょう一日の務めを精いっぱい果たすことができました。

これは、あなたのご恩恵によるものでありまして、心

から感謝いたします。わたくしたちはあなたのみ力によつて真実の生活をすることができ、いつも良心の鏡に照らして行動し、正しい判断のもとに実行する力を得ることができました。あなたのみ心のままにわたしの務めを果すことができましたのは如来様のみ心にとけ合うことができたからでありまして、深くそのお恩を感謝いたします。

○如来光明歎徳章 晨朝に同じ

○懺悔章

至心ししんに懺悔さんげす

大宇宙を身とし心としておいでになる如来様よ。あなたの智慧とおさとりのみ光りにより、どうぞ、このわたしの告白をおききとりください。

あなたよ、このわたしは、肉欲のとりことなつて欲望のおもむくままの日暮しをして、如来様のお慈悲を忘れ、しなければならぬこともわすれて、よこしまなおもいをおこしていました。

他人をあなたどり、いかり、ねたみ、他人の自由をうばって、平気でいるような罪をおかしているばかりでなく、おのれに対してはごうまん、すぐなまけ心をおこし、自分の尊い生命をいたわることを忘れて、ふまじめなくらしをつづけております。

このような、祈りの心をわすれたあやまりは、まったくわたくし自身のいたらないところからおこっているのであります。ここからおわび申しあげます。

ただ今からこのようなまちがった考えやおこないをしないようにし、これから後は少しでも正しいおこないができますように心からお誓い申しあげます。

どうぞ、あなた様の愛念によって、日々のくらしに、あなたのみめぐみを忘れず、祈念のこころをこめて、ふたたび、あやまちをおかすことのないように一声一声、一息一息の中に、あなたのみひかりがみちあふれますようにしてください。

心よりわたしの至らない罪をおわびしますとともに、あなたのご加護をおねがい申します。

○如来十二光の讚頌 晨朝に同じ

○光明攝取の文 晨朝に同じ

○念佛三昧 晨朝に同じ

○総回向の文 晨朝に同じ

○回向章

至心ししん えこうに回向す

あらゆるお徳をおそなえになっておいでになる如来様よ。

わたくしたちは、今まで、心がくもっていて、眼にみえぬ世界にあなたがおいでになることに気がつきませんでした。あなたの大慈悲の火が、わたくしの心にもえうつり、あなたのおよび声にめざませていただき、心から如来様をおしたい申す身とならしていただきました。

どうぞ、この私に天地の大生命の中のことを忘れ

ず、永遠のいのちをよろこばしていただけるようなくらしをさせてください。

また、わたくし自身、如来様のみめぐみを感謝して日暮しするだけでなく、すべての人々にあなたのみめぐみの尊いことをわかち与えられるようにさせていただきとう存じます。

また、ともすると道をふみあやまり、よこしまなおこないを平気でするようなわたくしの心をいましめて、きよらかな道にすすめるようにさせてください。また、あなたの大慈悲心をひとりでも多くの人たちにしらせて、きよらかなくらしの中に、ともどもにやすらかなくらしができますよう心から念じ申しあげます。

### ○三礼

きよきよ命めい三さん礼らい      南無阿弥陀佛 三礼

眞生礼拝儀 終