お内仏のある生活

「お内仏」の中央には、「御本尊」阿弥陀如来をご安置します。真宗門徒の家庭では、家族揃って毎朝夕「お内仏」の前で手をあわせ、「正信偈」のおつとめと仏法聴聞を生活の基本としてきました。

御本尊の前に身をすえ、仏さまの教えを聞くことにおいてはじめて、「本当に尊いこと」を見失いつづけている私の姿が明らかとなり、自らの生きる方向を確認してきたのです。

しかし、昨今の私たちを取り巻く環境は、生活様式の変化により、それぞれ家族がバラバラに生活することを余儀なくされ、かつてのように皆が揃って御本尊に向かうことがなくなってしまいました。このことと軌を一にするかのように、現代社会の人間関係は相互に向き合うことが希薄になり、家庭すら安心する場となり得ていないのではないでしょうか。

そのような現代だからこそ「お内仏のある生活」を実現し、人間の知恵を超えて、御本尊を中心とした人間関係が回復されることを願ってやみません。

御本尊は本山（真宗本廟）からお受けしましょう

お内仏のお給仕

お内仏を中心とした生活・帰敬式実践運動のさらなる展開を願って

真宗門徒は仏弟子となるための帰敬式を受式し、三宝に帰依する生活を送ることを基本としています。その具体的な実践として、御本尊を中心としたお内仏に、日々お給仕を行い、朝夕に手を合わせおつとめをします。日々のお給仕の作法や、おつとめ等について確かめてみましょう。

御本尊・お脇掛

御本尊は、私たちが本当のよりどころとする「南無阿弥陀仏」のはたらきを、私たちに受けとりやすいように、姿かたちをもって表されています。

本当に尊いことをあきらかにする教えを「方便法身尊形」として、ご絵像・お木像で象徴しているのです。

お内仏の正面には、ご絵像の御本尊「阿弥陀如来」をお掛けします。

その両脇にお脇掛として、向かって右に十字御名号（帰命盡十方无碍光如来）、左に九字御名号（南無不可思議光如来）、または、向かって右に親鸞聖人、左に蓮如上人の御影をお掛けします。

また、一人でも多くの方にお内仏のある生活をしていただきたいという願いをこめて、三折形式や額装の御本尊の設定をいたしております。家具や棚の上など、日々のお給仕や、お参りがしやすい場所に安置するのがよいでしょう。

※表装は代数・種別によって異なります

九字御名号　御本尊　十字御名号

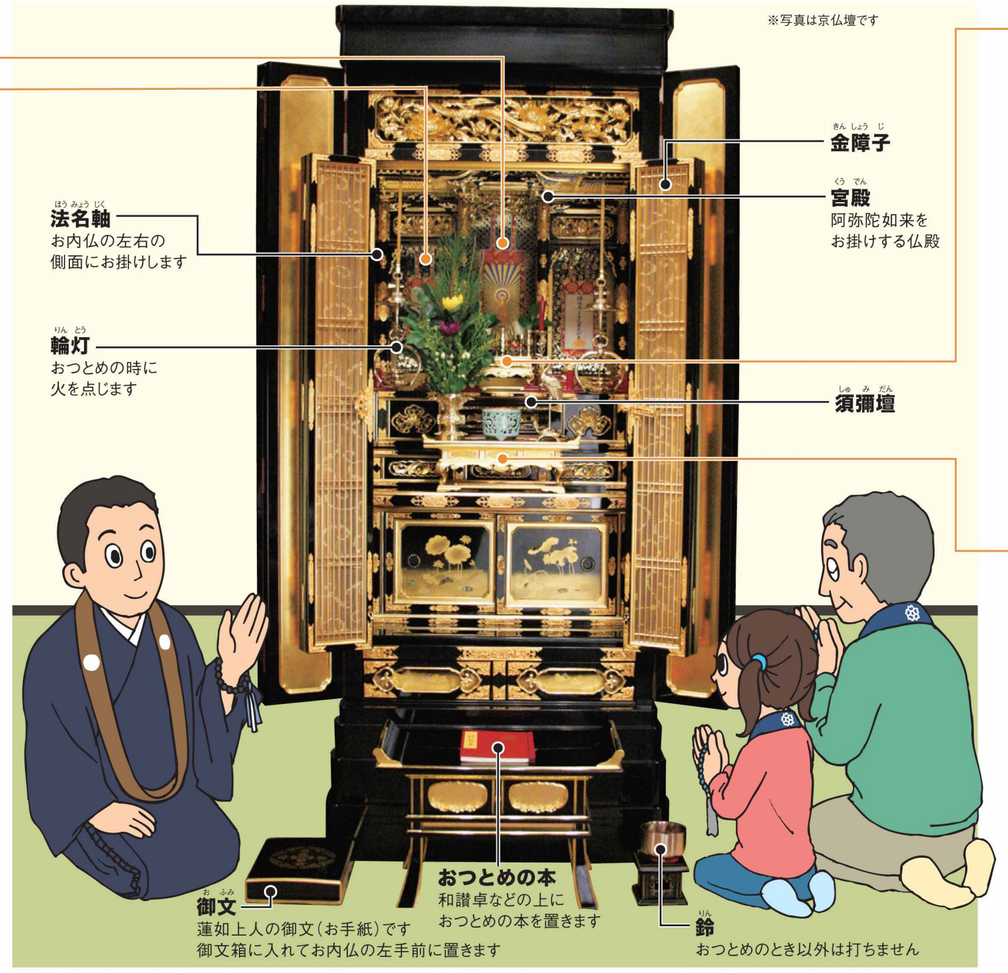
蓮如上人

親鸞聖人

三折御本尊（九字・十字御名号付）

御本尊の裏書

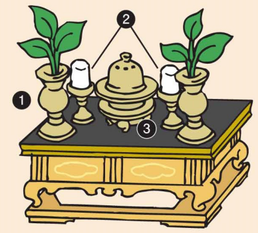
額装御本尊



お内仏のお給仕の詳細は『真宗の仏事』・『お内仏の荘厳と作法』（東本願寺出版発行）をご覧ください。そして、普段からお寺に足を運び、月に一度は同朋の会や聞法会で仏法を聴聞し、真宗門徒としての生活を確かめるようこころがけましょう。

上卓

須彌壇の上に置く卓。
火舎香炉、華瓶を置き、毎日お仏供を備えます。



❶ 華瓶
浄水を備える器です。お花はささず、樒などの青葉をさします。

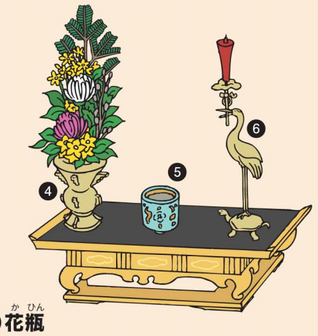
❷ お仏供
お仏供は、白飯を盛槽で形をつくって、御本尊の前に一対備えます。なお、上卓が小さくて置けない場合は、御本尊の手前、上卓の後ろに、仏器台を置いて、その上にお備えしてもかまいません。
お脇掛が親鸞聖人と蓮如上人の御影の場合は、各御影の前にもお備えします。

仏器台

❸ 火舎香炉
焼香をする香炉です。焼香は、平常のおつとめには行わず、命日（月忌）や祥月命日、年忌法要などの際に行います。三本足の一本が正面にくるように置きます。

前卓

須彌壇の前に置く卓。土香炉、花瓶、鶴亀（燭台）を置きます。



❹ 花瓶
花瓶には常に仏花をお備えします。生花を用い、松や檜の枝を真にして、四季折々の花をとりまぜてさします。

❺ 土香炉
おつとめの前に、燃香（線香をたくこと）をします。線香は適当な長さに折って、灰の上に寝かせてたきます。土香炉も三本足の一本が正面にくるように置きます。

❻ 鶴亀（燭台）
平常時は、木蝋（朱色の木製のろうそく）を立てます。命日（月忌）や祥月命日、年忌法要などでは、木蝋を朱蝋に替えて火を灯します（中陰中を除く）。

※花瓶・土香炉・鶴亀（燭台）は、三折御本尊依用の時にもおかざりしたいものです。

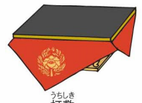
日々のおつとめ　正信偈

「正信偈」は、宗祖親鸞聖人がおつくりになったお聖教で、お釈迦さまの説かれた真実の教えが、インド、中国、日本の七人の僧（七高僧）によって、親鸞聖人のところにまで伝えられてきた、その感動が述べられています。蓮如上人は、すべての人々が親鸞聖人の言葉に親しみ、その教えに出遇うことを願って、「正信偈」を日々のおつとめに用いるよう定められました。

おつとめには『真宗大谷派勤行集』（赤本）をお使いください。練習用のカセットテープ、CD・DVDもございます。

報恩講で荘厳するお仏具

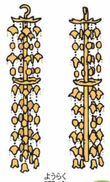
報恩講は、宗祖親鸞聖人のご恩に報謝し、本願念仏の教えに出遇えたよろこびの気持ちでおつとめする、一年の中で最も大切な御仏事です。本山やお寺でつとめられますが、お内仏の前でも家族そろっておつとめします。これらのお仏具は、報恩講のほか、年忌法要などの際に用います。



打敷

供笥

金灯籠



瓔珞

一日のお給仕とおつとめ

◆まず、お内仏の金障子を開け、お内仏の清掃をし、おかざりを整えます。お内仏は家庭の中心であり、その荘厳は浄土をかたどったものですから、常に清浄であるように心がけましょう。

◆おつとめをするときには、左手に念珠を持ち、略肩衣を着用しましょう。略肩衣は仏事に臨む真宗門徒の正装です。帰敬式を受ける時にも、本山から略肩衣をお渡ししています。

合掌のとき、念珠は両手にかけます。

一輪（房は下）

二輪（親珠を親指のところではさみ、房は左側前よりにたらす）

帰敬式は本山をはじめ、別院や各寺院・教会でも受式できます。

略肩衣

◆輪灯に火を点じ、土香炉に燃香（線香をたくこと）をします。輪灯の明かりは、単なる照明ではなく、阿弥陀如来の智慧の光をあらわしています。燃香は、仏前を荘厳し、心身を清らかに落ち着かせます。なお、ろうそくは木蝋を用います。

◆朝のおつとめをします。真宗門徒の家庭では、「正信偈」「念仏」「和讃」によるおつとめが伝統とされています。正信偈のおつとめの後に「御文」を拝読します。

◆おつとめの後、お仏供をお備えします。朝ご飯を炊いて一番にお仏供をおつくりしましょう。お仏供をお備えし、正午にはお仏供をお控えします。

◆夕方のおつとめをします。「正信偈」「念仏」によるおつとめの後、輪灯の明かりを消し、金障子を閉めます。

※ここで紹介したものは、お給仕の基本です。それぞれのご家庭の生活にあったお給仕については、ご家族で話し合っていただき、またはご住職とご相談いただきながら、お内仏を中心とした生活の実践を心掛けましょう。