

Japanese-English  
A PHRASE A DAY

日英辞書  
一日一訓

A PHRASE A DAY 一日一訓

日蓮宗海外布教後援會

Japanese-English  
A PHRASE A DAY

和英対照  
一 日 一 訓

Japanese-English A PHRASE A DAY

Published on October 30, 1986

by Nichiren Shu Overseas Propagation Promotion  
Association.

c/o Joenji 7-12-5 Nishishinjiku, Shinjuku-ku,

Tokyo 160, JAPAN

Phone : 03-371-1797

Printed by Kyodo Printing Co., Ltd., Tokyo, JAPAN

©Nichiren Shu Overseas Propagation Promotion  
Association, 1986

## CONTENTS

目次

Preface

<b>Chapter 1 Original Words</b> .....	1
<b>Chapter 2 Translation and Explanation</b> .....	33
1st Day Awakening as Buddha's Children .....	34
Explanatory note .....	36
2nd Day Learn About Last Moments in Life .....	38
Explanatory note .....	40
3rd Day Aspiration for Enlightenment .....	42
Explanatory note .....	44
4th Day Pursuit and Gratitude of Buddhism .....	46
Explanatory note .....	48
5th Day Learning and Practicing .....	52
Explanatory note .....	54
6th Day Faith and Odaimoku .....	56
Explanatory note .....	58
7th Day Merits of the <i>Lotus Sutra</i> .....	60
Explanatory note .....	62
8th Day Great Compassion of the Buddha .....	64
Explanatory note .....	66
9th Day Keeping Odaimoku .....	68
Explanatory note .....	70
10th Day Appearance of Buddha-nature .....	74
Explanatory note .....	76
11th Day Merits of Chanting Odaimoku .....	78
Explanatory note .....	80
12th Day Religious Exaltation .....	84
Explanatory note .....	86
13th Day Three Great Vows .....	88
Explanatory note .....	90
14th Day One Spirit in Different Bodies .....	92
Explanatory note .....	94
15th Day "Namu Myoho Renge Kyo" Throughout the World .....	96
Explanatory note .....	98

はしがき

第1章 大聖人のおことば .....	1
第2章 訳文と解説 .....	33
一日 仏子として目覚める .....	35
解 説 .....	37
二日 臨終を習う (死を見つめて生きる) .....	39
解 説 .....	41
三日 覚りを熱望する .....	43
解 説 .....	45
四日 仏教の修学と報恩 .....	47
解 説 .....	49
五日 学びと実践 .....	53
解 説 .....	55
六日 信心とお題目 .....	57
解 説 .....	59
七日 法華経の功德 .....	61
解 説 .....	63
八日 仏陀の大慈 .....	65
解 説 .....	67
九日 お題目の受持 .....	69
解 説 .....	71
十日 仏性の現われ .....	75
解 説 .....	77
十一日 お題目を唱える功德 .....	79
解 説 .....	81
十二日 宗教的高揚 .....	85
解 説 .....	87
十三日 三つの大きな誓い .....	89
解 説 .....	91
十四日 心をひとつにする (異体同心) .....	93
解 説 .....	95
十五日 世界中が南無妙法蓮華経 .....	97
解 説 .....	99

16th Day	Eternal Truth .....	100
	Explanatory note .....	102
17th Day	Self Respect .....	106
	Explanatory note .....	108
18th Day	Diligent Practice .....	110
	Explanatory note .....	112
19th Day	The Buddha Dharma and the Worldly Law .....	114
	Explanatory note .....	116
20th Day	Buddha and Hell .....	118
	Explanatory note .....	120
21st Day	Filial Piety .....	124
	Explanatory note .....	126
22nd Day	Husband and Wife .....	130
	Explanatory note .....	132
23rd Day	Women's Power .....	136
	Explanatory note .....	138
24th Day	Precious Life .....	140
	Explanatory note .....	142
25th Day	Showing Gratitude .....	146
	Explanatory note .....	148
26th Day	Repentance .....	150
	Explanatory note .....	152
27th Day	Practice in Actions, Voices, and Spirit .....	154
	Explanatory note .....	156
28th Day	Attainment of Buddhahood .....	160
	Explanatory note .....	162
29th Day	Propagation .....	166
	Explanatory note .....	168
30th Day	Great Compassion .....	172
	Explanatory note .....	174
31st Day	Realization of Buddhahood .....	178
	Explanatory note .....	180

*Postscript*

十六日	永遠の真理 .....	101
	解説 .....	103
十七日	自らを尊ぶこと .....	107
	解説 .....	109
十八日	勤勉な実践 .....	111
	解説 .....	113
十九日	仏法と世俗の法 .....	115
	解説 .....	117
二十日	仏の世界と地獄の世界 .....	119
	解説 .....	121
二十一日	子として父母を敬うこと(孝行) .....	125
	解説 .....	127
二十二日	夫と妻 .....	131
	解説 .....	133
二十三日	婦人の力 .....	137
	解説 .....	139
二十四日	生命こそ宝 .....	141
	解説 .....	143
二十五日	感謝を表わす .....	147
	解説 .....	149
二十六日	懺悔 .....	151
	解説 .....	153
二十七日	身体、言葉、心の実践 .....	155
	解説 .....	157
二十八日	仏の境地を得る .....	161
	解説 .....	163
二十九日	広宣流布 .....	167
	解説 .....	169
三十日	広大な慈しみ .....	173
	解説 .....	175
三十一日	仏の境地を実現する(絶対の浄土) .....	179
	解説 .....	181

あとがき

## PREFACE

I established Myokakuji Betsuin Temple, a Nichiren Buddhist temple, in San Jose, California, U.S.A. five years ago. At that time, I made several trips to the U.S.A. visiting various Buddhist temples in America, including non-Nichiren temples, in order to grasp the real situation of their activities. I was greatly impressed to see generally beautiful temple buildings in Los Angeles, San Francisco, and other cities with ministers engaged in active missionary work. I learned, however, that they had one problem in common: a generation change in membership. Young members hardly understand Japanese. Consequently more and more of them stay away from Buddhist temples, where Japanese is the means of communication and propagation. Aged, non-English speaking ministers are incapable of attracting young members. As the first and second generation members die, there are hardly any young members ready to take their place.

Confronted by such a serious problem, while thinking about our Founder Nichiren Daishonin's slogan to "spread Odaimoku throughout the world," I felt that we had not an inch to lose. Nichiren ministers stationed in North America agreed with me that we had to move, even one or two

## はしがき

私は5年前に米国カリフォルニア州サンノゼに妙覚寺別院という日蓮宗のお寺を建立しました。その折に数度米国に渡り、日蓮宗だけでなく各地の各宗の仏教寺院を拝観して歩き、米国における布教の実状を知ろうと努めました。ロサンゼルス、サンフランシスコを初め各地の仏教寺院がおおむね立派な建造物を構えて活発に布教活動にはげんでいる姿に接して大変感銘しました。しかし各宗派に共通した悩みがありました。信徒の世代交替の問題です。若い信徒たちはほとんど日本語がわかりません。わからない日本語で布教しているお寺には来なくなり、古い布教師には若い人々を引きとめる力がありません。そこで一世、二世の信徒が死亡しますと、もう後に続く若い人がいないので寺院の経営が次第に困難になってくるのです。

このようなきびしい状況をふまえ、一方で日蓮大聖人の使命である「世界中にお題目を弘める」という願いを考えます時、私はもうこれ以上の退却は許されないと感じました。日蓮宗の北米開教師の先生方の考えも同じでした。一步でも二歩でも前進しなければなりません。当然のことながら英語による布教を

steps, forward. We all realized the need of active propagation in the English language. However, there hardly existed any English translations of writings of Nichiren Daishonin, which could form the basis for English language propagation.

I, therefore, was almost overjoyed to hear about the plan of Nichiren ministers in North America to translate "A Saying A Day" compiled by Dr. Hoyo Watanabe as an English language teaching material. So I proposed that our Overseas Propagation Promotion Association help them to implement the plan. It was agreed that the English translation be made by ministers in North America, that it be scrutinized by experts in Nichiren Buddhism, and that it be published and distributed by the association.

I hope in this way Nichiren Daishonin's letters and tracts will gradually be translated and introduced to followers of Nichiren Buddhism in America, so that they will be able to deepen their correct understanding of Nichiren Daishonin's true faith and salvation.

In accordance with the importance in aim and significance, the draft of the English translation made by ministers in America was sent to Japan, where it was strictly

活発に行なう必要があるのですが、その基礎資料である日蓮大聖人の御遺文の英訳がまだにほとんど行なわれていないのが現実なのです。

この時にあたり、北米開教師の先生方が渡辺宝陽博士の『一日一訓』を英訳して日常布教の資料にしようと計画していることを聞いて非常に嬉しく思い、われわれ後援会がこれを支援することを申し出たのです。そして英訳は開教師のもとで、また教学的な吟味は日蓮教学の先生方の参加を求めまして、出版頒布は後援会で行なうことになりました。

このようにして日蓮大聖人の論文やお手紙が今後逐次英訳されて米国の信徒の方々に紹介されていくことでしょう。そしてこれによって米国の信徒の方々は日蓮大聖人の本当の信仰と救いについて正しい理解を深めることができるでしょう。

このような重要な意義と目的とをもったものですから、北米開教師の先生方の英訳原稿は日本に送られ、海外布教後援会の英訳委員会において厳しく検討されました。この委員会には渡辺博士をはじめ日蓮教学の専門家や米国から金井先生、松田先

scrutinized by the English Translation Committee established by the Nichiren Shu Overseas Propagation Promotion Association. The committee meetings, attended by Dr. Hoyo Watanabe and other experts in Nichiren Buddhism as well as Reverends Ryusho Matsuda and Shokai Kanai from America, tried hard to polish up the draft. I believe that the finished product in the form of this booklet is solid in content, readable for English speaking people, and correct in interpretation. My special thanks go to ministers abroad and members of the English Translation Committee for their time to make this publication possible.

Last but not least I would like to express my gratitude to Nichiren Shu Shumuin (Administrative Office) and its Sogozaidan (General Foundation) for their generous donations. Without their help this publication would not have been possible.

August 1986

**Reverend Shingaku Oikawa**

President Nichiren Shu Overseas  
Propagation Promotion Association

生も参加して原稿をよりよいものに仕上げるよう努力しました。ですから内容がしっかりした、しかも英語をもって生活する方々にわかりやすい表現で、なおかつ正確なものに仕上がったつもりです。この出版にたずさわった開教師の先生方、英訳委員会の先生方に心から感謝申し上げます。なお最後になりましたが、この出版にあたり日蓮宗宗務院及び日蓮宗総合財団から多額の援助金をいただき、それによって円滑に事業が進展しましたことを記して謝意を表する次第であります。

1986年 8月

日蓮宗海外布教後援会会長

及川 真学



Chapter 1  
Original Words

第1章  
大聖人のおことば

ぶつし じかく  
仏子の自覚

ほつ けし じゆよう しよう  
法華取要抄にいわく——

こ ど われら しじゆよう ごひやく じん でんごう  
此の土の我等衆生は五百塵点劫よりこのかた、  
きよう しじゆやく ぞん あいし  
教主釈尊の愛子なり。

ふ ころ とが いま かくち た  
不孝の失によって今に覚知せずといえども、他  
ほう しじゆよう に  
方の衆生には似るべからず。

う えん ほとけ けちえん しじゆよう てんげつ せい  
有縁の仏と結縁の衆生とは、たとえば天月の清  
すい う  
水に浮かぶがごとし。

(文永十一年 身延にて 御年五十三歳 昭和定本遺文八一二頁)

りんじゆう なる  
臨終を習う

みよう ほうあま ご せんご へんじ  
妙法尼御前御返事にいわく——

にちれん しよう とき ぶつ ぼう まな そうらい ねんがん  
日蓮幼少の時より仏法を学び候しが念願すら  
ひと じゆみよう むじよう い いき い いき ま  
く、人の寿命は無常なり。出づる気は入る気を待  
こと かせ まえ つゆ たとえ  
つ事なし。風の前の露、なお譬にあらず。かしこ  
きも、はかなきも、おいたるも、わか きだ な  
きなら 習いなり。されば先ず臨終の事を習うて後に他事  
を習うべし。

(弘安元年 身延にて 御年五十七歳 昭和定本遺文一五三五頁)

三 日

菩提心を発す

まつのどのごへんじ  
松野殿御返事にいわく——

魚の子は多けれども魚となるは少なく、菴羅樹  
の花は多くさけども葉になるは少なし。人も又此  
のごとし。菩提心を発す人は多けれども退せずし  
て実の道に入る者は少なし。すべて凡夫の菩提心  
は多く悪縁にたぼらかされ、事にふれて移りやす  
き物なり。鎧を著たる兵者は多けれども、戦に恐  
れをなさざるは少なきがごとし。

(建治二年 身延にて 御年五十五歳 昭和定本遺文一二六九頁)

四 日

仏道修学

さどごかんきしやう  
佐渡御勘気鈔にいわく——

本より学文し候し事は仏教をきわめて仏にな  
り、恩ある人をもたすけんと思う。仏になる道  
は、必ず身命をすつるほどの事ありてこそ仏には  
なり候らめと、おしはからる。

(文永八年 依智にて 御年五十歳 昭和定本遺文五一〇頁)

五日

ぎようがく に どう  
行学二道

しよほうじつそうしやう  
諸法実相鈔にいわく——

いちえん ふ だいだいいち ごほんぞん しん たま  
一閻浮提第一の御本尊を信じさせ給え。あいか  
まえて、あいかまえて、しんじん そうろう きんぶつ しゆ  
信心つよく候て三仏の守  
ご 護をこうむらせ給うべし。ぎようがく に どう そうろう  
行学の二道をはげみ候  
べし。ぎようがく ふつぽう われ  
行学たえなば仏法はあるべからず。我もい  
ひと きやうけ そうら んじん  
たし人をも教化候え。行学は信心よりおこるべく  
そうろう ちから いちもんいつく たも  
候。力あらば一文一句なりともかたらせ給うべ  
し。

(文永十年 佐渡一谷にて 御年五十二歳 昭和定本遺文七二八頁)

六日

しんじんしやうだい  
信心唱題

みやういちあまごぜんごへんじ  
妙一尼御前御返事にいわく——

そ しんじん もう べつ そうろう つま  
夫れ、信心と申すは別にはこれなく候。妻のお  
とこ (夫) をおしむがごとく、おとこの妻に命を  
すつるがごとく、おや こ  
親の子をすてざるがごとく、子  
の母にはなれざるがごとくに、ほけきやう しやか た  
法華経・釈迦・多  
ほう じつぽう しょぶつ ぼ さつ しよてんぜんじんとう しん い たてまつ  
宝・十方の諸仏菩薩・諸天善神等に信を入れ奉り  
て、な むみやうほうれん げきやう と な しんじん  
南無妙法蓮華経と唱えたてまつるを信心とは  
もう そうろう  
申し候なり。

(弘安三年 身延にて 御年五十九歳 昭和定本遺文一七四九頁)

七日

ほ けきょう くどく  
法華經の功德

ずいじ いごしよ  
随自意御書にいわく——

ほ けきょう もう ずいじ い もう ほとけ みこころ  
法華經と申すは随自意と申して仏の御心をとか  
たも ほとけ みこころ こころ  
せ給う。仏の御心はよき心なるゆえに、たとい、  
ひと こ きょう りやく  
しらざる人も此の經をよみたてまつれば利益はか  
あき なか なか  
りなし。麻の中のよもぎ・つつ（筒）の中のくち  
なわ（蛇）・よき人ひとにむつぶ（睦）もの、なにとな  
こころ  
けれども心もふるまい（振舞）も言も、なお（直）  
ほ けきょう  
しくなるなり。法華經もかくのごとし。なにとな  
きょう しん ひと ほとけ もの  
けれどもこの經を信じぬる人をば仏のよき物とお  
ぼすなり。

（弘安元年 身延にて 御年五十七歳 昭和定本遺文一六一頁）

八日

ほとけ だいじ  
仏の大慈

かんじんほんぞんしやう  
観心本尊抄にいわく——

てん は ち あき ほつけ し もの せ  
天晴れぬれば地明らかなり。法華を識る者は世  
ほう う いちねんさんぜん し もの ほとけだいじ  
法を得べきか。一念三千を識らざる者には仏大慈  
ひ おこ ごじ うち こ たま まつだいやうち  
悲を起し、五字の内に此の珠をつつみ、末代幼稚  
くび しだいぼさつ こ ひと しゆ  
の頸にかけさしめたもう。四大菩薩の此の人を守  
ご たいこうしゆうこう せいおう しょうぶ し  
護したまわんこと、大公周公の成王を撰扶し、四  
こう けいてい じぶ こと  
皓が恵帝に侍奉せしに異ならざるものなり。

（文永十年 佐渡一谷にて 御年五十二歳 昭和定本遺文七二〇頁）

九 日

だいもく じゆじ  
題目の受持

かんじんほんぞんしよう  
観心本尊抄にいわく——

しやくそん いんぎようかどく にほう みようほうれん げきよう ごじ く  
釈尊の因行果徳の二法は妙法蓮華經の五字に具  
そく われら こ ごじ じゆじ じねん か いんが  
足す。我等此の五字を受持すれば自然に彼の因果  
くどく ゆず あた  
の功德を譲り与えたもう。

(文永十年 佐渡一谷にて 御年五十二歳 昭和定本遺文七一一頁)

十 日

ぶつしよう かいけん  
仏性の開顕

ほつ けしよしんじようぶつしよう  
法華初心成仏鈔にいわく——

かご なか とり そら とり あつ  
籠の中の鳥なけば空とふ鳥のよばれて集まるが  
ごとし。空とふ鳥の集まれば籠の中の鳥も出でん  
とするがごとし。口に妙法をよび奉れば我身の仏  
しよう かなら あら たも  
性もよばれて必ず顕はれ給う。

ぼんのう たいしやく ぶつしよう われら まも たも  
梵王・帝釈の仏性はよばれて我等を守り給ふ。  
ぶつ ぼさつ ぶつしよう よろこ たも ほどけ  
仏菩薩の仏性はよばれて悦び給ふ。…… 仏になる  
みち がまん へんしゆう こころ な むみようほうれん げきよう と  
道には、我慢・偏執の心なく南無妙法蓮華經と唱  
たてまつ  
へ奉るべきものなり。

(建治三年 身延にて 御年五十六歳 昭和定本遺文一四三三頁)

十一日

しょう だい くどく  
唱 題の功德

みようみつしょうにん ごしょうそく  
妙密上人御消息にいわく——

いまにちれん い こんとう きようもん ふか いつきよう  
今日蓮は、已今當の經文を深くまもり、一經の  
かんじん だいもく われ とな ひと すす あさ なか  
肝心たる題目を、我も唱え人にも勧む。麻の中の  
よもぎ すみ き じたい しょうじき じ  
蓬、墨うてる木の、自体は正直ならざれども、自  
ねん す  
然に直ぐなるがごとし。

きよう と な こころ まき し  
經のままに唱うれば、まがれる心なし。當に知  
ほとけ みこころ われら み いら たま と な  
るべし。仏の御心の、我等が身に入せ給わずば唱  
えがたきか。

(建治二年 身延にて 御年五十五歳 昭和定本遺文一一六六頁)

十二日

しょう じん ほうえつ  
精 進の法悦

しょうほうじつそうしょう  
諸法実相鈔にいわく——

げんざい だいなん おも みらい  
現在の大難を思いつづくるにもなみだ、未来の  
じようぶつ おも よろこ とり むし  
成 仏を思うて喜ぶにもなみだせきあえず。鳥と虫  
とは な(鳴)けどもなみだおちず。日蓮はなかね  
どもなみだひまなし。此のなみだ世間の事には非  
ず。ただ偏に法華經の故なり。若ししからば甘露  
のなみだとも云つべし。

(文永十年 佐渡一谷にて 御年五十二歳 昭和定本遺文七二八頁)

十三日

さんだいせいがん  
三大誓願

かいもくしょう  
開目鈔にいわく——

ぜん つ あく つ ほ けきょう じごく ごう  
善に付け悪に付け法華經をすつる、地獄の業な  
るべし。もとがんとたにほんごくくらいほ  
本願を立つ。日本国の位をゆずらん、法  
けきょう かんぎょうとう ごしやう  
華經をすてて観經等について後生をご(期)せ  
よ。ふぼくびはねねんぶつもうしゆじゆ  
父母の頸を刎ん、念仏申さずわ。なんどの種々  
だいなんしゆつたいちしやわがぎもち  
の大難出来すとも、智者に我義やぶられずば用い  
じとなり。そのほかだいなんかぜまえちりわ  
其外の大難、風の前の塵なるべし。我  
にほんほしらんわにほんがんもく  
れ日本の柱とならむ、我れ日本の眼目とならむ、  
わにほんたいせんんとうがん  
我れ日本の大船とならむ、等とちかいし願、やぶ  
るべからず。

(文永九年 佐渡塚原にて 御年五十一歳 昭和定本遺文六〇一頁)

十四日

いたいどうしん  
異体同心

いたいどうしん じ  
異体同心事にいわく——

いたいどうしん ばんじ じやう どうたいいしん しょ  
異体同心なれば萬事を成じ、同体異心なれば諸  
じかのこと もうこと げてんさんぜんよかん さだ  
事叶う事なしと申す事は、外典三千餘巻に定まり  
そうろういん ちゆうおう しちじゆうまんき どうたいいしん  
て候。殷の紂王は七十萬騎なれども、同体異心な  
ればいくさにまけぬ。しゆう ふおう はつびやくにん  
周の武王は八百人なれど  
も、いたいどうしん いちにん こころ ふた  
も、異体同心なればかちぬ。一人の心なれども二  
こころ そこころ じやう こと ひやく  
つの心あれば、其の心たがいて成ずる事なし。百  
にんせんにん ひと こころ かなら こと じやう  
人千人なれども、一つ心なれば必ず事を成ず。

(文永十一年 身延にて 御年五十三歳 昭和定本遺文八二九頁)



十五日

かい き みようほう  
皆帰妙法

によせつしゆぎようしよう  
如説修行 鈔にいわく——

てん か ばんみんしよじよういちぶつじよう な みようほうひと はんじよう  
天下萬民諸 乘一仏 乘と成つて妙法独り繁昌せ

とき ばんみんいちどう な むみようほうれん げきよう と な たてまつ  
ん時、萬民一同に南無妙法蓮華經と唱え奉らば、

ふ かせ えだ あめつちくれ くだ よ ぎのう  
吹く風枝をならさず、雨 壤を碎かず。代は義農の

よ こんじよう ふしよう さいなん ほんら ちようせい じゆつ  
世となりて、今生には不祥の災難を払い長生の術

にんぼうとも ふろうふ し ことわりあらわ とき おのおの ごらん  
を得、人法共に不老不死の理 顕れん時を各各御覽

げん ぜ あんのん しようもんうたが あ  
ぜよ。現世安穩の證文疑い有るべからざるものな

り。

(文永十年 佐渡一谷にて 御年五十二歳 昭和定本遺文七三三頁)

十六日

じつじよう いちぜん  
実乗の一善

りつしようあんこくろん  
立正安国論にいわく——

なんじ はや しんこう すんしん あらた すみや じつじよう いち  
汝、早く信仰の寸心を改めて、速かに実乗の一

ぜん き しか すなわ さんがい みなぶつこくなり ぶつこくそ  
善に帰せよ。然れば則ち三界は皆仏国也。仏国其

おとろ や じつほう ことごと ほうとなり ほうどなん やぶ  
れ衰えん哉。十方は悉く宝土也。宝土何ぞ壊れん

や くに すいびな ど はえな これあんぜん  
哉。国に衰微無く土に破壊無くんば、身は是安全

に して、 ころ ころぜんじよう こ ことば こ こと しん  
にして、心は是禪定ならん。此の詞、此の言、信

べ かが べ  
ず可く崇む可し。

(文応元年 鎌倉にて 御年三十九歳 昭和定本遺文二二六頁)

十七日

どくりつじそん  
独立自尊

せんじしやう  
撰時抄にいわく——

おうち うま み したが  
王地に生れたれば身をば随えられたてまつるよ  
うなりとも、  
こころ したが  
心をば随えられたてまつるべから  
ず。

(建治元年 身延にて 御年五十四歳 昭和定本遺文一〇五三頁)

十八日

しやう ごん  
精 勤

ときどのごしよ  
富木殿御書にいわく——

わ もんけ よる ねむ た ひる いとま とど これ  
我が門家は、夜は眠りを断ち、昼は暇を止め之  
あん いっしやうむな すご ばんざいく なか  
を案ぜよ。一生空しく過して萬歳悔ゆること勿  
れ。

(建治三年 身延にて 御年五十六歳 昭和定本遺文一三七三頁)

十九日

ぶつぼう せほう  
仏法と世法

しよきよう と ほ けきよう と の なん い の こと  
諸経与法華経 難易事にいわく——

ぶつぼう たい てんどう せ けん またじよくらん  
仏法ようやく顛倒しければ世間も又濁乱せり。

ぶつぼう たい せ けん たいまが  
仏法は体のごとし、世間はかげのごとし、体曲れば影ななめなり。

(弘安三年 身延にて 御年五十九歳 昭和定本遺文一七五二頁)

だんの つぼう ご へん じ  
檀越某御返事にいわく——

おん ほ けきよう いつさい せ けん  
御みやづかいは法華経とおぼしめせ。一切世間

ちしょうさんごう みなじつそう あいはい  
の治生産業は皆実相と相違背せずとは此れなり。

(弘安元年 身延にて 御年五十七歳 昭和定本遺文一四九三頁)

二十日

じごく ぶつかい  
地獄と仏界

おもすどの にようぼうごへん じ  
重須殿女房御返事にいわく——

じごく ほとけ ところ そうろう  
そもそも地獄と仏とはいずれの所に候ぞとたず

そうら あるい ち した もう きよう あるい さいほう  
ね候えば、或は地の下と申す経もあり、或は西方

とう もう きよう そうろう い さい そうら  
等と申す経も候。しかれども委細にたずね候え

われら ごしゃく み うち そうろう ところ そうろう  
ば、我等が五尺の身の内に候とみえて候。さもや

そうろうこと われら ところ うち ちち はは  
おぼえ候 事は、我等が心の内に父をあなづり、母

ひと じごく ひと ところ うち そうろう  
をおろかにする人は、地獄その人の心の内に候。

たとえ はす なか はな み  
譬ば蓮のたねの中に花と葉との、みゆるがごと

ほとけ もう こと われら ところ うち  
し。仏と申す事も我等の心の内におわします。

(弘安四年 身延にて 御年六十歳 昭和定本遺文一八五六頁)

二十一日

ふ ぼ こうよう  
父母へ孝養

ぼう じきよう じ  
忘持経事にいわく——

きようしゆしやくそん ごほうぜん はは こつ あんち ごたい ち  
教主釈尊の御宝前に母の骨を安置し、五体を地  
な がつしよう りようがん ひら そんよう はい かんぎ  
に投げ、合掌して両眼を開き、尊容を拝し、歡喜  
み あま こころ くる たちま や  
身に餘り心の苦しみ忽ち息む。

わ こうべ ふ ぼ こうべ わ あし ふ ぼ あし わ じゆつ  
我が頭は父母の頭、我が足は父母の足、我が十  
し ふ ぼ じゆつし わ くち ふ ぼ くち たとえ た  
指は父母の十指、我が口は父母の口なり。譬ば種  
ね このみ み かげ  
子と菓子と、身と影のごとし。

(建治二年 身延にて 御年五十五歳 昭和定本遺文一一五一頁)

二十二日

おとこ つま  
夫と妻

うえの のど のご へん じ  
上野殿御返事にいわく——

によにん たから によにん  
女人はおとこを財とし、おとこは女人をいのち  
とす。

(弘安二年 身延にて 御年五十八歳 昭和定本遺文一六二一頁)

せん にち あま ご へん じ  
千日尼御返事にいわく——

おとこははしら(柱)のごとし、<sup>おんな</sup>女はなかわ(桁)のご  
とし。おとこは<sup>あし</sup>足のごとし、<sup>によにん</sup>女人は<sup>み</sup>身のごとし。  
おとこは<sup>はね</sup>羽のごとし、<sup>おんな</sup>女は<sup>み</sup>み(身)のごとし。<sup>はね</sup>羽  
とみとべちべちになりなば、なにをもつてか**と**ぶ  
べき。はしらたおれなばなかわ<sup>ち</sup>地に<sup>お</sup>墮ち<sup>い</sup>なん。家  
におとこなければ<sup>ひと</sup>人のたましいなきがごとし。

(弘安三年 身延にて 御年五十九歳 昭和定本遺文一七六二頁)

二十三日

によにん ちから  
女人の力

きょうだいしやう  
兄弟鈔にいわく——

によにん こと もの したが もの したが み  
女人となる事は、物に随って物を随える身なり。

(文永十二年 身延にて 御年五十四歳 昭和定本遺文九三二頁)

と きあまごぜんごしよ  
富木尼御前御書にいわく——

や (矢) のはしる事は弓のちから、くも (雲)  
のゆくことは りゅう (竜) のちから、おとこのし  
わざは女おんなのちからなり。

(建治二年 身延にて 御年五十五歳 昭和定本遺文一一四七頁)

二十四日

いのち そんげん  
生命の尊嚴

じりくやうごしよ  
事理供養御書にいわく——

うお みず みず たから き ち うえ  
魚は水にすむ、水を宝とす。木は地の上におい  
(生)て 候、地を財とす。人は食によって生あ  
り、食を財とす。いのちと申す物は、一切の財の  
なか だいち たから  
中に第一の財なり。

(建治二年 身延にて 御年五十五歳 昭和定本遺文一二六一頁)

二十五日

ち おんほうおん  
知恩報恩

かいもくしよう  
開目鈔にいわく——

こう もう こう てんたか こう たか  
孝と申すは高なり。天高けれども孝よりも高か  
らず。またこう こう ち こう  
又孝とは厚なり。地あつけれども孝よりは  
あつ せいけん にるい こう いえ いか  
厚からず。聖賢の二類は孝の家よりいでたり。何  
いわん ぶつぼう がく ひと ち おんほうおん  
に況や仏法を学せん人、知恩報恩なかるべしや。  
ぶつでし かなら しおん ち おんほうおん  
仏弟子は必ず四恩をして知恩報恩をほうずべし。

(文永九年 佐渡塚原にて 御年五十一歳 昭和定本遺文五四四頁)

二十六日

さんげめつざい  
懺悔滅罪

こうにちぼうごしよ  
光日房御書にいわく——

はり みず あめ そら  
それ、針は水にしずむ。雨は空にとどまらず。  
あり ころ もの じごく い し  
蟻子を殺せる者は地獄に入り、死にかばね(屍)  
き もの あくどう  
を切れる者は悪道をまぬがれず。いかにいわんや、  
にんしん もの ひと ただ だいせき  
人身をうけたる者をころせる人をや。但し大石も  
うみ ふね ちから たいか みず  
海にうかぶ、船の力なり。大火もきゆる事、水の  
はたらき しょうざい さんげ あく  
用にあらずや。小罪なれども、懺悔せざれば悪  
どう だいぎやく さんげ つみ  
道をまぬがれず。大逆なれども、懺悔すれば罪き  
えぬ。

(建治二年 身延にて 御年五十五歳 昭和定本遺文一一五八頁)

二十七日

さんごうじゆじ  
三業受持

つちろうごしよ  
土籠御書にいわく——

にちれん あすさどくに  
日蓮は明日佐渡の国へまかるなり。こよい  
今夜のさむ  
きに付け、ろう(牢)のうちのありさま思いや  
られていたわしくこそ候え。あはれ、どのほけきよう  
殿は法華経  
いちぶ しきしんにほうとも  
一部を色心二法共にあそばしたるおんみ  
御身なれば、ふ  
ほろくしんいつさいしゆじよう  
母六親一切衆生をもたすけ給うべきおんみ  
御身なり。法  
けきよう よにん そうろう ぐち  
華経を餘人のよみ候は、口ばかりことば(言)ば  
かりはよめども心はよまず。こころ  
心はよめどもみ  
身によ  
まず。しきしんにほうとも  
色心二法共にあそばされたることうと  
こそ貴く候え。

(文永八年 依智にて 御年五十歳 昭和定本遺文五〇九頁)

二十八日

しんじんじようぶつ  
信心成仏

みよういちあまごぜんごしようそく  
妙一尼御前御消息にいわく——

ほけきようしんひとふゆ  
法華経を信ずる人は冬のごとし。ふゆかならほる  
冬は必ず春と  
なる。いまだむかし  
昔よりきかず、みず、ふゆあき  
冬の秋とかえ  
れる事を。いまだきかず、ほけきようしんひとほん  
法華経を信ずる人の凡  
夫となる事を。きようもん  
経文には「若し法を聞くこと有ら  
ものひとり  
ん者は、一として成仏せずといふことな  
無けん」  
と、とかれて候。

(建治元年 身延にて 御年五十四歳 昭和定本遺文一〇〇〇頁)

二十九日

こうせん る ふ  
広宣流布

せん じしやう  
撰時抄にいわく——

しゆうる だいかい みじん しゆみ  
衆流あつまりて大海となる。微塵つもりて須弥  
せん にちれん ほ けきやう しん はじめ にほんごく  
山となれり。日蓮が法華経を信じ始しは日本国に  
いつたいいち みじん ほ けきやう に にん さんにん じゆう  
は一滌一微塵のごとし。法華経を二人・三人・十  
にん ひやくせんまんのにん とな つた みやうがく  
人・百千萬億人 唱え伝うるほどならば、妙覚の  
しゆみ せん だいおはん だいかい ほとけ  
須弥山ともなり、大涅槃の大海ともなるべし。仏  
こ また こと  
になる道は此れよりほかに又もとむる事なかれ。

(建治元年 身延にて 御年五十四歳 昭和定本遺文一〇五四頁)

三十日

じ ひ こうだい  
慈悲廣大

ほうおんじやう  
報恩抄にいわく——

にちれん じ ひ こうだい な むみやうほうれん げきやう まんねん  
日蓮が慈悲曠大ならば、南無妙法蓮華経は萬年  
ほか みらい にほんごく いつさいしゆうじやう  
の外未来までもながるべし。日本国の一切衆生の  
もうもく くどく むけん じごく  
盲目をひらける功德あり。無間地獄の道をふさぎ  
こ くどく でんぎやう てんだい こ りゆうじゆう かしょう  
ぬ。此の功德は伝教・天台にも超え、龍樹・迦葉  
にもすぐれたり。極楽百年の修行は穢土の一日の  
こう およ しょうぞう に せんねん くづう まつぼう いちじ おと  
功に及ばず。正像二千年の弘通は末法の一時に劣  
るか。是はひとえに日蓮が智のかしこきにはあらず。  
とき  
ず。時のしからしむるのみ。

(建治二年 身延にて 御年五十五歳 昭和定本遺文一二四八頁)



三十一日

ぜつたい じょうど  
絶対の浄土

かんじんほんぞんしょう  
観心本尊抄にいわく——

いまほんじ しゃばせかい さんさい はな しこう い  
今本時の娑婆世界は三災を離れ四劫を出でたる

じょうじゆう じょうど ほとけすで か こ めつ みらい  
常住の浄土なり。仏既に過去にも滅せず未来に

しょう しょうけもつ どうたい こ すなわ こしん さん  
も生ぜず。所化以て同体なり。此れ即ち己心の三

ぜんくそくさんしゆ せけん  
千具足三種の世間なり。

(文永十年 佐渡<sup>いちのさわ</sup>一谷にて 御年五十二歳 昭和定本遺文七一二頁)

Chapter 2  
Translation and Explanation

第2章

訳文と解説

1st Day

## Awakening as Buddha's Children

"HOKKE SHUYO SHO"

Since the time immemorial all the people on the earth have been the Buddha Sakyamuni's beloved children. We had not realized the relationship, because we had been undutiful children. It is a unique relationship. As the moon reflects on calm water, the Buddha appears in our calm mind.

(Background: 1274, 52 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.812)

一日

## 仏子として目覚める

法華取要抄

永遠の昔から地上の全ての人々は、釈迦牟尼仏の愛子である。我々は不孝な子であったために、その〔親子の〕関係を悟らなかった。それは特別な関係である。月が静かな水面に映えるように、仏陀は我々の静かな心の中に現われる。

(背景：1274年、52歳、身延にて。昭和定本812頁)

**(Explanatory note)**

Although people think that the Buddha Sakyamuni was born in India (today's Nepal) about 2500 years ago, He has been stretching His hands to save us from the eternal past. According to chapter 16 of the *Lotus Sutra*, it was five hundred dust-particle *kalpa* ago that the Buddha Sakyamuni became the Buddha. Suppose a person smashes a world into dust particles and deposits one of the particles in a world which he comes across after he passes many worlds. By putting one of the particles in another world at the same distance, he passes countless worlds until the dust particles are exhausted. The five hundred dust-particle *kalpa* means much longer time than the number of dust-particles are distributed in this way.

Thus, the Buddha has been trying to have us attain Buddhahood since that many *kalpa* ago, and even now He is preaching to us on Mt. Sacred Eagle. But we have not listened to His words and have not realized the compassion of the Buddha.

Nichiren Daishonin said that all beings originate from the Eternal Buddha, and that if the people do not realize the relationship of the Eternal Buddha and His children, they are undutiful children of the Buddha. We must appreciate the great compassion of the Buddha.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

釈迦牟尼仏はインド（今日のネパール）で、約2500年昔にお生まれになったと人々は考えています。けれども仏陀は永遠の昔から、我々を救うためにその手をさしのべてきたのです。法華経の第十六章によれば、釈迦牟尼仏が仏陀になったのは、五百塵点劫の昔でした。例えば、ある人が一国土をくぐりて塵にして、その塵の一つ一つをその人が多くの世界を通るごとに一つ一つの世界に置きます。そしてまた塵の一つを別の世界でおなじ距離で置きながらにその人は塵がなくなるまで数えきれない多くの世界を通過して行きます。五百塵点劫というのは、この塵がこのやり方で分配される以上の長い時間を意味するのです。

そのように仏陀は多くの劫の昔から、我々に仏の境地を得させようとしてきました。そして今もなお釈尊は聖なる鷲の山（霊鷲山）で我々に法を説いているのです。しかし我々は釈尊の言葉に耳を傾けず、仏陀の慈しみを覚らないできました。

日蓮大聖人は「全てのものは永遠の仏陀にもとづくのだから、永遠の仏陀と子供達という関係に人々が目覚めないならば、彼等は仏陀の不孝な（義務を果たさない）子供なのだ」とおっしゃいました。我々は仏陀の大きな慈しみに感謝しなければなりません。

(金井 勝海)

2nd Day

## Learn About Last Moments in Life

“MYOHO AMA GOZEN GOHENJI”

**I, Nichiren, have learned Buddhism since I was a child. One's life is uncertain. Even if you exhale, you are not sure that you can inhale next. One dies quicker than the dew vanishes in the wind. The wise and the fool, the young and the old, are under the law of the transient life. Therefore, one should always know death comes to everyone and should accept it solemnly and spend the valuable life meaningfully.**

(Background : July 14, 1278, 56 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1535)

二 日

## 臨終を習う(死を見つめて生きる)

妙法尼御前御返事

私、日蓮は子供の時から仏教を学んできた。人の命は確かでない。息をはいても次に吸えるとは限らない。露が風に消えるよりも早く人は死ぬ。賢い人も愚かな人も若い人も老人も無常のことわりの中にいる。それゆえに、人は常に誰にも死がおとずれることを知って、それを厳粛に受けとめて価値ある人生を意義深く過ごすべきである。

(背景：1278年7月14日、56歳、身延にて。昭和定本1535頁)

**(Explanatory note)**

Nichiren Daishonin said, "One should always know death comes to everyone and should accept it solemnly and spend the valuable life meaningfully." He meant that we should accept transiency of life and strive for positive works, and that the value of one's life will be confirmed at the moment of his or her death.

The above quotation was the response of Nichiren Daishonin to a letter from Myoho Ama. According to her letter, her husband was sick but still chanted the *Lotus Sutra* day and night. Just before his death, he chanted "Namu Myoho Renge Kyo" twice loudly.

Nichiren assured her that the last chanting of Odaimoku by her husband changed his wrong karma not only in this life but also in his previous lives to Buddhahood. Moreover, Nichiren assured her that since Myoho Ama's husband carried through his faith in the *Lotus Sutra*, he was able to go calmly to Mt. Sacred Eagle, where the Buddha Sakyamuni is continuously preaching the *Lotus Sutra*.

To accept "death" solemnly helps us to resist our temptation to commit evil acts. This earnest attitude is the first step in becoming Buddhists.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

日蓮大聖人は「人は常に誰にも死がおとずれることを知って、それを厳粛に受けとめて価値ある人生を意義深く過ごすべきである」と述べられました。大聖人がおっしゃるところは、我々の生命の無常を受けとめ、積極的に仕事に努めなければならないし、人の生命の価値はその人の死の瞬間に確定する、ということです。

上の文は、妙法尼の手紙に対する日蓮大聖人のご返事です。彼女の手紙によれば、彼女の夫は病気でしたが、なお法華経を日夜読誦しました。彼の死の直前に、彼は大声で二度「南無妙法蓮華経」と唱えました。

日蓮大聖人は彼女に保証しました。彼女の夫が最後に唱えた〔お題目〕は彼の悪業を、この現世だけでなく、彼の前世での〔悪業〕をも私の境地に変える、と。さらに日蓮大聖人は、彼は法華経に対する信仰をまっとうしたので、釈迦牟尼仏がたえず法華経を説いておいでになる聖なる鷲の山（霊鷲山）に心安らかに行くことができる、と彼女に保証しました。「死」を厳粛に受けとめることは、我々が悪行に赴く誘惑から我々をくい止めてくれます。この真剣な態度が仏教徒になる最初のステップであります。

(金井 勝海)

3rd Day

## Aspiration for Enlightenment

“MATSUNO DONO GOHENJI”

**There are thousands of fish eggs, but few become fish. Hundreds of mango blossoms bloom, but few become fruit. It is the same with human beings, because most people are turned aside by evil distractions. There is an army of warriors wearing armor, but few are able to fight bravely. Many people search for truth, but few attain Buddhahood,**

(Background: December 9th, 1276, 54 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1269)

三日

## 覚りを熱望する

松野殿御返事

魚の卵が数千あっても、ほんのわずかしかならぬ。数百のマンゴーの花が咲いてもほとんど果実にならない。人もまた同じである。なぜならば、大部分の人は邪悪なものに気をむけてそれて行くからである。鎧をつけた武者たちの軍団であっても、勇敢に戦える者はわずかである。

多くの人々が真理を求める。しかし仏陀の境地に達する人はほとんどいない。

(背景：1276年12月9日、54歳、身延にて。昭和定本1269頁)

**(Explanatory note)**

Before the above quotation, Nichiren Daishonin said to Lord Matsuno that there was no difference between Odaimoku, "Namu Myoho Renge Kyo," chanted by Daishonin himself and by his followers. Therefore, he encouraged us to believe that if one chanted Odaimoku, he or she was surely able to reach the same stage as Daishonin.

People are volatile, quick to warm up and to cool down, but Nichiren Daishonin advised Lord Matsuno to have a constant faith like water, not short, enthusiastic faith like fire. It must be difficult to keep faith constantly. Nichiren is advising us that it is important to realize our own Buddha-nature within ourselves and to endeavor constantly at perfecting ourselves.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

上の文の前で、日蓮大聖人は松野殿にこうおっしゃいました。大聖人ご自身が唱えたお題目「南無妙法蓮華経」と、大聖人の信者たちが唱えたそれとは何ら違いはない、と。ですからもし人がお題目を唱えるならば、その人は確実に大聖人と同じ境地に達することができる、それを信じなさい、と大聖人は我々をはげまされました。

人は心が移りやすいものです。熱くなるのも速く、さめるのも速い。しかし日蓮大聖人は松野殿に火のように短かく熱狂的な信仰ではなく、水のように持続的な信仰を持つように忠告されました。信仰を持続して保つことは困難にちがいません。日蓮大聖人は我々が自分の仏性にめざめて、我々自身を完成させるために常に努力することが大切なのだ、と教え示して下さいました。

(金井 勝海)

4th Day

## Pursuit and Gratitude of Buddhism

“SADO GOKANKI SHO”

**I, Nichiren, vowed to learn and to master Buddhism and to attain Buddhahood so that I would be able to save the people from whom I had received favors. To attain Buddhahood, one must not think selfishly even at the cost of his life.**

(Background: October 10, 1271, 49 years old, at Echi, *Showa Teihon*, p.510)

四 日

## 仏教の修学と報恩

佐渡御勸気鈔

私、日蓮は私が恩恵を受けた人々を私が救うことができるように、仏教を学び、究め、そして仏の境地を得ようと誓った。人は利己的に仏の境地を得ることを考えてはならない。自分の命を犠牲にしてすら〔他を救うために仏の境地を求めるの〕である。

(背景：1271年10月10日、49歳、依知にて。昭和定本510頁)



**(Explanatory note)**

With the protection of guardian deities of the *Lotus Sutra*, Nichiren Daishonin narrowly escaped the execution at Tatsu-no-kuchi on September 12, 1271. But a month later, he was exiled to Sado Island in the Japan Sea. The above quotation was a part of a letter written by Daishonin before leaving for exile.

Most people see Nichiren's vigorous actions which have appeared externally, but they do not try to see his religious point which has come from within his inner self.

For Nichiren Daishonin, "Ho-on" or gratitude was the nucleus of his religion. "Ho-on" means to show appreciation that you are living because of others. Any society is formed with each individual depending on others, so that we must show appreciation of all people. But if the appreciation is referred to only in our daily living, it is not real gratitude, or "Ho-on".

According to Nichiren Daishonin, the real gratitude is to lead all people to the faith in the teachings of the *Lotus Sutra*, which was revealed by the Buddha Sakyamuni.

Nichiren might have received all sorts of earthly kindness from many people. But he never tried to return their kindness with worldly matters. Rather, in order to have real salvation for them, Daishonin preached Buddha's teachings by sacrificing his own life. He cast away all attachments, even his own life. Daishonin's four major persecutions and many other minor persecutions proved his willingness to sacrifice his own life. We, as his followers, should not be afraid of any obstacles to living in

**(解説)**

法華經の教えに生きる神々の守護によって日蓮大聖人は1271年9月12日、竜の口での死刑の執行をからくものがれました。しかし一カ月後、大聖人は日本海の佐渡が島に流されます。上の引用文は大聖人が流刑に出発する前に書いたお手紙の一節です。

たいていの人には外に現われた日蓮大聖人の激しい行動は見ますが、日蓮大聖人の自己の内部から出てくる宗教的な点を見ようとしません。

日蓮大聖人にとって“報恩”あるいは感謝は大聖人の宗教の核心でありました。“報恩”とは、あなたが他の人々のお蔭で生きていることに感謝を示すことです。どんな社会も各個人が他の人々に依存することによって形成されています。だからこそ我々は全ての人々に感謝を示さなければなりません。しかし、もしその感謝が我々の日常生活のみに関わるのであれば、それは真の感謝、あるいは“報恩”ではありません。

日蓮大聖人によれば、真の感謝とは全ての人々を釈迦牟尼仏によって明らかにされた法華經の教えの信仰に導くことです。日蓮大聖人は多くの人々からあらゆる種類の世間的な親切を受けました。しかし大聖人は世間的なことで彼等の恩恵（親切）にお返しをしようと決してなさいませんでした。むしろ彼等を真に救うために大聖人は自分自身の命を犠牲にして仏陀の教えを説きました。大聖人は全ての愛着を、たとえご自分の命に対する〔愛着〕であろうとも捨て去りました。大聖人に対する四大迫害と他の多くの小迫害は大聖人が自分自身の命を犠牲にしたことを証明しています。我々は大聖人の信者として、真実に生きるにあたって、いかなる障害をも恐れ

truth; then, we will be given power to overcome such obstacles.

(Rev. Kanai)

てはなりません。そうすれば我々はこれらの障害に打ち勝つ力を与えられるでしょう。

(金井 勝海)

5th Day

## Learning and Practicing

“SHOHO JISSO SHO”

**Have faith in the Great *Mandala Gohonzon*, the most superlative in the world. Endeavor! Endeavor to strengthen your faith, so that you may be blessed with the protective powers of all Buddhas. Learn and practice to strengthen your faith. Without learning and practicing there is no Buddhism. To learn and to practice are a part of faith. Follow these yourself and influence others to do the same. Even if only a word or a phrase, spread it to others.**

(Background: 1273, 51 years old, at Sado, *Showa Teihon*, p.728)

五 日

## 学びと実践

諸法実相鈔

世界中で最もすぐれた大マンダラ御本尊に信を持て。君の信を強めるように努めに努めよ。全ての仏陀の加護の力によって君が祝福されるように。君の信を強めるために学びそして行え。学びと実践がなければ、仏教はない。学びと実践は信から起きる。君自身、これに従え。また、おなじくするように他の人々に影響を与えよ。ただの一語、あるいは一句であろうとも、それを他の人々に弘めよ。

(背景：1273年、51歳、佐渡にて。昭和定本728頁)

**(Explanatory note)**

It is most important for us who follow the teachings of Nichiren Daishonin to believe obediently in the Great *Mandala Gohonzon*. It is an object of faith and worship. It symbolizes the salvation revealed in the *Lotus Sutra*.

When the Buddha Sakyamuni preached the *Lotus Sutra*, the Buddha Taho proved its truth, and Sakyamuni's *funjin* (manifestations), who had been preaching in all other worlds, praised Him. Furthermore, all deities who had been deeply impressed by listening to the teachings of the *Lotus Sutra* promised to protect the people who would believe in the sutra.

When we wish to receive this protection, we must do two things -- to learn and to practice.

We often distinguish learning from practicing. But we must learn while we devote ourselves putting the teachings of the sutra into practice. Nichiren Daishonin teaches us that it is impossible to be a true and faithful follower without learning and practicing.

(Rev. Ogawa)

**(解説)**

日蓮大聖人の教えに従う私たちにとっては、大マンダラ御本尊をすなおに信ずることが最も重要です。それは信仰と礼拝の対象であり、法華経で明らかにされた救いを象徴しています。釈迦牟尼仏が法華経をお説きになった時、多宝仏はそれが真実であることを証明しました。そして全ての他の世界で〔法を〕説いていた釈迦牟尼仏の分身仏たちは世尊を讃えました。さらには、法華経の説法に深く感銘した諸天善神はこの経を信ずる人々を護ることを約束しました。

我々が加護を受けたいのならば、我々は二つのこと——学びと実践——をしなければなりません。

我々はしばしば学びと実践を別々に考えます。しかし我々は法華経の教えを実践しようと努めながら学ばなければいけないのです。日蓮大聖人は、学びと実践なしに真の、そして信に満ちた信者になることは不可能である、と我々に教えています。

(小川 如洋)

6th Day

## Faith and Odaimoku

“MYOICHI AMA GOZEN GOHENJI”

**Faith is nothing special. A wife loves her husband, the husband devotes his life to her, parents do not give away their children, and children do not desert their mother. Likewise, believe in the *Lotus Sutra*, the Buddha Sakyamuni, the Buddha Taho, all Buddhas, Bodhisattvas, and deities. Then chant “*Namu Myoho Renge Kyo.*” This is faith.**

(Background : May 18, 1280, 58 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1749)

六 日

## 信心とお題目

妙一尼御前御返事

信心とは特別なことではない。妻が夫を愛し、その夫は命を彼女にささげる。両親は彼等の子供を手放さないし、子供は彼等の母から去らない。同様にして、法華経・釈迦牟尼仏・多宝仏・全ての仏陀・菩薩及び神々を信ぜよ。そして「南無妙法蓮華経」を唱えよ。これが信心である。

(背景：1280年、58歳、身延にて。昭和定本1749頁)

**(Explanatory note)**

This letter is impressive. Nichiren Daishonin always explained religious practice in daily life. Myoichi Ama must have imprinted on her subconscious to remember her master's words in these simple daily matters. We do not know about her for certain, but it is said that she lived near Kamakura and lost her husband in her early married life. It is very hard for a wife to accept her husband's death, because she still loves him even after he is gone. Nichiren Daishonin advised her to turn her love to faith in the *Lotus Sutra*.

It is easy to talk about faith but hard to understand it. An ordinary person is able to grasp the real meaning of faith through love.

In order to receive salvation, Buddhists must have a strong aspiration to Buddhas and deities in the *Lotus Sutra* with the same love found among husband, wife, and their children. When one is drowning, he must wish someone's help very strongly. To have faith in the *Lotus Sutra* is just like that: having a strong aspiration.

Buddhas, Bodhisattvas, and deities surely protect those who have faith in the *Lotus Sutra* and who chant "Namu Myoho Renge Kyo." That is Nichiren Daishonin's teaching.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

このお手紙は印象的です。日蓮大聖人は常に日常生活での宗教の実践を説きました。妙一尼はこれらの単なる日常のことがらについて、彼女の師（日蓮大聖人）のお言葉を記憶しようと潜在意識に焼きつけたにちがいません。我々は彼女について確かなことを知りませんが、彼女は鎌倉の近くに住み、結婚後ほどなくして彼女の夫を失ったと言われています。妻が夫の死を受けとめるのは非常につらいことです。なぜならば彼女は夫が去った後ですらなお彼を愛しているからです。日蓮大聖人は彼女がその愛を法華経への信心に転じ移すよう教え示しました。

信心について言うのはやさしいけれども、(それを)理解するのは難しいことです。どうして普通の人々が愛情を通して以外に信心の真の意味を把握することができましょうか。

救いを受けるために仏教徒たちは法華経の諸仏・諸神に対して強い愛情を持たなければなりません。それは夫や妻や子供たちの間に見られるのとおなじ愛です。溺れる者は他の人の助けを強く望むのに違いありません。法華経を信ずることは正にそれとおなじで、〔法華経の救いに対して〕強い熱望を持つことなのです。

諸仏・諸菩薩、そして神々は法華経を信じ「南無妙法蓮華経」を唱える人々を必ず護るでしょう。それが日蓮大聖人の教えです。

(金井 勝海)

7th Day

## Merits of the *Lotus Sutra*

“ZUI-JI-I GOSHO”

The *Lotus Sutra* is the true teaching because the Buddha Sakyamuni preached it from the bottom of his heart exactly as he was enlightened. Other sutras were taught according to listeners' level of understanding. The Buddha teaches righteousness. The chanting of the sutra will lead us to righteousness unconsciously. For example, the creeping mugwort grass among the hemp will grow straight, or the body of a snake will become straight if it goes into a straight pipe, or if one has good friends, his attitudes will become good. Likewise, one who believes in the *Lotus Sutra* will attain Buddhahood.

(Background: 1278, 56 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1611)

七日

## 法華經の功德

隨時意御書

法華經は釈迦牟尼仏が覺りを開いたその通りをそのまま心の底から説いた眞の教えである。他の諸經は聞き手の理解のレベルに応じて説かれたのである。仏陀は正しいことを教える。この經を唱えればそれは我々を知らず知らずのうちに正しいことへ導く。あたかも這うよもぎ草が麻の中ではまっすぐにのびるように、また蛇の身体がまっすぐなパイプの中に入ればまっすぐになるように、また人が良い友を持てば、彼の態度が良くなるように、そのように法華經を信ずる人は仏の境地を得る。

(背景：1278年、56歳、身延にて。昭和定本1611頁)

**(Explanatory note)**

The *Lotus Sutra* reveals the true spirit of the Buddha Sakyamuni and teaches us to follow the sutra. Because the Buddha's spirit is sacred and noble, even those who do not fully understand the meaning of the sutra will have infinite merits by just reading the sutra.

The creeping mugwort grass among the hemp will grow straight. The snake inside a pipe will straighten its coil. A man who associates with a wise person will find his attitude, actions, and words changing for the better. It is the same with the *Lotus Sutra*.

Nichiren Daishonin expounded the simplest way which is to chant Odaimoku, "Namu Myoho Renge Kyo," throughout his life. For if the teachings of the Buddha were taught in a complicated manner, a normal person would never be able to understand them, and they would be in a maze. To chant Odaimoku, is very simple and easy. If we, with faith, follow this simple method revealed by Daishonin, we shall be able to understand the teachings of the Buddha unconsciously and to accept the salvation of the *Lotus Sutra*.

(Rev. Igarashi)

**(解説)**

法華經は釈迦牟尼仏の真精神を表し、我々がその經に従い行くことを教えます。なぜならば仏陀の精神は神聖で気高く、經の意味を完全に理解しない人でさえ、それを讀むだけで無限の功德を受けるからです。

這うよもぎ草は麻の中ではまっすぐにのびますし、パイプの中の蛇はそのとぐろをまっすぐにします。賢い人と交わる人は、彼の態度、行動、そして言葉がより良くなるのに気付くでしょう。法華經の場合も同じです。

日蓮大聖人は生涯にわたってお題目“南無妙法蓮華經”を唱えるという最も単純なやり方を弘めました。というのは、もし仏陀の教えが複雑なやり方で教えられたならば、普通の人はいそれらを決して理解できないでしょうし、迷路に入ってしまうからです。お題目を唱えることはきわめて単純で容易です。もし我々が信仰をもって大聖人によって明らかにされたこの単純なやり方を実践するならば、我々は知らず知らずのうちに仏陀の教えを理解し、法華經の救いを受けることができるでしょう。

(五十嵐 顕城)



8th Day

## Great Compassion of the Buddha

"KANJIN HONZON SHO"

When the sun shines bright in the sky, everything is made clearly visible on the earth. In the same manner, when one knows the teachings of the *Lotus Sutra*, he will understand the meaning of the occurrences in the world. For the sake of those who live in the Latter Age of the Declining Law, who are too infantile to understand the *Lotus of the Perfect Truth*, and who are ignorant of the treasure of the truth of the "Three Thousand Existences in One Thought" the Eternal Buddha will hang the treasure of the five characters (*Myo-Ho-Ren-Ge-Kyo*) around people's necks. The four great Bodhisattvas who are apostles will protect the keepers of the five letters, as T'ai Kung-wang and Duke of Chou supported the young ruler Chen-wang, or as the four elders attended Emperor Hui-ti in China.

(Background: April 25, 1273, 51 years old, at Sado, Showa Teihon, p.720)

八 日

## 仏陀の大慈

観心本尊抄

空に太陽が明るく輝く時、地上の全てのものははっきり見えるようになる。同様にして人が法華經の教えを知る時、彼はこの世界で生起するものごとの意味を理解するであろう。末法の時代に生きる人々のために、完全なる真理という蓮華を理解するにはあまりにも幼稚な人々のために、また“一念三千”という真理の宝について無知な人々のために、久遠の仏陀は大きな慈しみをもって人々の首に（妙法蓮華經）の五字の宝をかけるであろう。また使徒である四大菩薩は、中国において太公と周公が年若き支配者成王を支え、四人の長老が恵帝に仕えたように、五字（お題目）を受持する者たちを護るであろう。

(背景：1273年4月25日、51歳、佐渡にて。昭和定本720頁)

**(Explanatory note)**

The Buddha Sakyamuni directs His great compassion to us who live in the Latter Age of the Declining Law.

T'ien-t'ai of China discovered the truth of the "Three Thousand Existences in One Thought." Thus he clarified the value of the *Lotus Sutra*. But it is difficult for us as novices to understand the principle of the "Three Thousand Existences in One Thought."

Nichiren Daishonin sought the answer for us. It is to keep Odaimoku, "Namu Myoho Renge Kyo," which contains the treasure of the "Three Thousand Existences in One Thought." When we believe in it, we will be enveloped by the protection of all Buddhas, all Bodhisattvas, and all deities. We are warmly bundled with such compassion. We just accept frankly and seriously the unlimited salvation in the *Lotus Sutra*.

Let us appreciate the great compassion of the Buddha Sakyamuni and believe in Odaimoku and chant it for His great salvation. Thus, we become one with the Buddha's Enlightenment, the *Lotus Sutra*.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

釈迦牟尼仏は末法の時代に生きる我々に対して広大な慈しみを向けています。

中国の天台大師は「一念三千」という真理を発見しました。このようにして大師は法華經の価値を明確にしました。しかし我々初心者が「一念三千」という原理を理解することは困難です。

日蓮大聖人は我々のためにその答えをさがし出して下さいました。それがお題目「南無妙法蓮華經」をたもつことであり、その中に「一念三千」の宝があるのです。我々がそれを信ずる時、我々は全ての仏陀、全ての菩薩、そして全ての神々の守護につつまれるでしょう。我々はそのような慈しみに暖かくつまれるのです。我々は法華經の無限の救いをすなおに、まじめに受ければよいのです。

我々は釈迦牟尼仏の大きな慈しみに感謝し、お題目を信じて、仏陀の大きな救いを求めてそれを唱えましょう。このようにして我々は仏陀のさとりとある法華經と一体になるのです。

(金井 勝海)

9th Day

## Keeping Odaimoku

“KANJIN HONZON SHO”

All the good deeds and virtues of the Buddha Sakyamuni are manifested in the title of the *Lotus Sutra*, that is, in the five letters: “*Myo Ho Ren Ge Kyo*.” However sinful we may be, we shall be naturally endowed with all the deeds and virtues of the Buddha if we adhere to these five letters.

(Background: April 25, 1273, 51 years old, at Sado, *Showa Teihon*, p.711)

九日

## お題目の受持

観心本尊抄

釈迦牟尼仏の全てのご修行とさとの功德はこの経のお題目、即ち「妙法蓮華経」の五字の中にはっきりと現わされている。我々がどれほど罪深くて、もし我々がこれらの五字をしっかりと守るならば、我々は仏陀の全てのご修行とさとの功德をおのずから与えられるであろう。

(背景: 1273年4月25日、51歳、佐渡にて。昭和定本711頁)

**(Explanatory note)**

Upon a meritorious accomplishment, we often fail to appreciate other people's helping hands and are apt to think that it was due solely to our own abilities and efforts. We may say, "I accomplished this because I chanted Odaimoku so many times," or "My job is successful because I have chanted Buddhist scriptures with a sincere mind." If these words represent your beliefs, you have yet to attain the stage of awareness.

Let us think on the word "given." Our bodies and minds are given to us. Even our wills to accomplish something are inherited from our ancestors.

Our achievements do not come to us by our own abilities and efforts alone. We must be aware of important environmental influences in our daily lives. This awareness will affect many changes in our lives.

After studying the teaching of the Buddha for many years, Nichiren Daishonin reached the conclusion that salvation in the Latter Age of the Declining Law was only possible through upholding Odaimoku with firm conviction. Because of his methodical and careful study of Buddhism, he realized a profound comprehension and conviction of Buddhism. Nevertheless, he taught us not to be overly concerned with theory alone, but to have faith and to practice the chanting of Odaimoku.

Nichiren revealed that the five characters of Odaimoku, "*Myo Ho Ren Ge Kyo*," embody the following: All virtues of the Buddha Sakyamuni's practices, of His enlightenment, and of His salvation.

**(解説)**

すばらしい事を成し遂げた時、我々はしばしば他の人々の援助の手に感謝することを忘れて、それが我々自身の能力と努力だけによるものだと考えがちです。我々はこう言うでしょう。「私がそれほど沢山お題目を唱えたから私はこれを成し遂げたのだ」、あるいは「私が純真な心で仏教経典を唱えたから私の仕事は成功しているのだ」と。もしこれらの言葉があなたの信念を表しているならば、あなたはまださとの段階を得ていないのです。

「与えられる」という言葉を考えてみましょう。我々の身体と心は我々に与えられたものです。なにかを成し遂げようという我々の意志でさえも我々の祖先から受け継がれたものです。

我々が物事を達成する場合、それは我々自身の能力と努力だけによってもたらされるものではありません。我々は日常生活の中にある重大な環境の影響に気付かなければなりません。これに気付けば、それは我々の生活に多くの変化をもたらすでしょう。

多年にわたって仏陀の教えを学んだ後、日蓮大聖人は末法の時代の救いは確信をもってお題目をたもつことを通してのみ可能であるという結論に達しました。組織的に注意深く仏教を研究したので、大聖人は仏教について深い理解と確信を得ました。にもかかわらず大聖人はいたずらに理論のみに関わってはならないことを我々に教え、それどころか信仰をもってお題目を唱えることを実践するように教えました。

日蓮聖人は「妙法蓮華経」のお題目の五字は次のことを具体的に表すことを明らかにしました。即ちそれは釈迦牟尼仏のご修行の全ての功德、釈尊の覚りの全ての功德、釈尊の救いの全ての功德を表

The Buddha Sakyamuni attained enlightenment in the remote past, but before His Enlightenment, He had practiced the Bodhisattva austerities for countless times in His previous lives. His experiences of these practices are detailed in the *Jataka Tales*.

His practices and enlightenment are all embodied within Odaimoku. However, salvation by Odaimoku is promised in the *Lotus Sutra* which declares that it will be performed by Bodhisattva Jogyo in the Latter Age of the Declining Law. As a matter of fact, Nichiren Daishonin appeared in the Latter Age to prove this promise and taught us the importance of the chanting of Odaimoku.

When we uphold Odaimoku, we will be given all the virtues of the Buddha Sakyamuni and will be embraced in his realm of enlightenment. This is Buddha's salvation.

(Rev. Matsuda)

しているのです。

釈迦牟尼仏ははるかなる過去にさとりを得ましたが、さとりを開く前にご自分の前生で無量の時間にわたって菩薩の修行生活を実践なさいました。これらの修行にもとづくご自身の体験は本生物語に詳しく述べられています。

仏陀のご修行とおさとりは全てお題目の中に含まれています。そしてお題目による救いは法華経の中で約束されていますし、それは末法の時代に上行菩薩によって成し遂げられるとはっきり述べられています。事実、日蓮大聖人は末法の時代に世に現われてこの約束を証明し、我々にお題目を唱えることの重要性を教えてくださいました。

我々がお題目をたもつ時、我々は釈迦牟尼仏の全ての功德を与えられるでしょうし、釈尊のおさとの領域にいだかれるでしょう。これが仏陀の救いなのです。

(松田 竜紹)

10th Day

## Appearance of Buddha-nature

“HOKKE SHOSHIN JOBUTSU SHO”

A singing bird in a cage attracts uncaged birds, and the sight of these uncaged birds will make the caged bird want to be free. Likewise, the chanting of Odaimoku will bring out the Buddha-nature within ourselves.

The Buddha-nature of Bonten and Taishaku will be called by the chanting and will protect the chanter. The Buddha-nature of Buddhas and Bodhisattvas will be pleased to be called. For attaining Buddhahood quickly, one must lay down the banner of arrogance, cast away the club of prejudice, and chant “Namu Myoho Renge Kyo.”

(Background: 1277, 55 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1433)

十日

## 仏性の現われ

法華初心成仏鈔

籠の中でさえずる鳥は、籠の外の鳥たちを引きつける。そしてこれらの籠の外の鳥たちを見ると、籠の中の鳥は自由になりたいと思う。同様に、お題目を唱えることは、我々自身の中にある仏性を引き出すだろう。

梵天と帝釈の仏性は（お題目を）唱えることによって呼ばれて、唱える人を護るであろう。諸仏と諸菩薩の仏性は呼ばれて喜ぶだろう。

仏の境地を素早く得るために、人は傲慢の旗を下ろし、偏見の棒を倒して、「南無妙法蓮華経」と唱えるべきである。

(背景：1277年、55歳、身延にて。昭和定本1433頁)

**(Explanatory note)**

It is not easy for an ordinary person to attain Buddhahood, that is, the perfect enlightenment of the Buddha. Even the Buddha Sakyamuni could not attain this perfect enlightenment easily. It is generally believed that He had practiced various ways and finally attained Buddhahood under the Bodhi-tree. In the 16th chapter of the *Lotus Sutra*, however, the Buddha Sakyamuni says, "I have obtained My eternal life by training Myself for innumerable aeons," revealing His attainment of great enlightenment in the eternal past.

Nichiren Daishonin taught that the Buddha's world has no boundary, and that all living beings are embraced in His world by the Buddha's great compassion. It was Nichiren's purpose to propagate this teaching of the *Lotus Sutra* and to show it to this world with himself as an example.

For that reason, Nichiren Daishonin taught so simply that even the illiterate could understand. It is to chant Odaimoku, "Namu Myoho Renge Kyo." By chanting it, we are able to bring out the Buddha-nature within ourselves and to be protected by deities of the *Lotus Sutra*. Buddhas and Bodhisattvas are pleased by hearing Odaimoku. In other words, we are always connected with Buddhas, Bodhisattvas, and guardian gods through the Buddha-nature.

So we should have faith in the *Lotus Sutra* and should be grateful to the Buddha and to His teachings.

(Rev. Akahoshi)

**(解説)**

普通の人が仏の境地に、即ち仏の完全なさとりに達することは容易ではありません。釈迦牟尼仏でさえも、この完全なさとりを簡単に得ることはできなかったのです。一般的には釈尊はいろいろと修行を試みて、そしてついに菩提樹のもとで仏の境地を得たと思われていますが、法華經の第十六章で釈迦牟尼仏は「私は、無量永劫にわたる修行によって、私の永遠の命を得ている」と述べて、釈尊が久遠の過去にさとりを得たことを明らかにしています。

仏陀の世界は無限であり、しかも仏陀の大慈によって、全ての生き物たちは仏陀の世界にいだかれています、と日蓮大聖人は考えました。この法華經の教えを弘めて、ご自分をよい例としてそれをこの世界に弘め示すことが日蓮大聖人の目的でありました。

そのようなわけで、日蓮大聖人は無知の人でもわかるように簡明に教えました。すなわち、お題目「南無妙法蓮華經」を唱えることです。それを唱えることによって我々は我々自身の内にある仏性を引き出すことができるし、また法華經の神々によって護られることができるのです。諸仏と諸菩薩はお題目を聞いて喜び、別の言葉で言えば、我々は常に仏性を通して諸仏、諸菩薩、そして守護神たちと結ばれているのです。ですから我々は、法華經を信じなければならぬし、仏陀とその教えに感謝しなければなりません。

(赤星 竜憲)

11th Day

## Merits of Chanting Odaimoku

“MYOMITSU SHONIN GO-SHOSOKU”

I, Nichiren, sincerely keep the most profound *Lotus Sutra* among other sutras which have been preached, are being preached, and will be preached. I also chant Odaimoku, gist of the sutra, by myself and teach others to chant it. Mugwort grass grows straight amidst the hemp field. Trees do not grow straight, but by cutting it straight, it becomes useful. If you chant the sutra as it states, your mind will be straightened. Be aware that it is hard for us to chant Odaimoku unless the spirit of the Eternal Buddha enters into our bodies.

(Background : March 5, 1276, 54 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1166)

十一日

## お題目を唱える功德

妙密上人御消息

私、日蓮は法華経以前に説かれた諸経、今説かれている諸経、これから説かれるであろう諸経の中で最も深遠な法華経を誠実に受持する。また私はその経の核心であるお題目をみずから唱え、また他の人々に唱えるよう教える。よもぎ草は麻の畠の中でまっ直ぐにのびる。木々はまっ直ぐにのびないがそれをまっ直ぐに切ることによって、それは使えるものになる。もし、経が述べる通りに経を唱えるならば、あなたの心はまっ直ぐにされるだろう。永遠の仏陀の魂が我々の身体に入るのでなければ我々がお題目唱えることは困難である、と気付けよ。

(背景 : 1276年3月5日、54歳、身延にて。昭和定本1166頁)



**(Explanatory note)**

“To live honestly” is fundamental in Nichiren Daishonin’s life and in his religion. Honest means for him not only to be honest in a moral sense but also to be faithful to the spirit of the Buddha Sakyamuni. In other words, it is to be honest to the essential spirit of the Buddha.

Chapter ten of the *Lotus Sutra* states that the sutra is the most profound among others, so that it is hard to understand and difficult to practice. Accepting this truth, Nichiren Daishonin simplified the difficulty by chanting Odaimoku from the depth of his heart and persuaded others to do the same.

The merits of Odaimoku are like the creeping mugwort grass growing straight in hemp field, or a crooked tree can be cut straight into useful objects. If we earnestly recite Odaimoku, our wavering hearts will unknowingly become right, because we cannot recite it without the spirit of the Eternal Buddha entering our bodies and influencing our life.

When we recite Odaimoku with our whole heart, we are overwhelmed with a mysterious force dwelling within us. It is a refreshing power that only those who have experienced it could understand.

Religion is not necessarily in the realm of reason, but it is in the realm of experience. We can not tell the exact taste of a banana to a person who has never tasted it, even though we may explain its shape, color, and texture. Similarly, Odaimoku is not a theory of life but a way of life.

Happiness and sorrow are like the front and back of a

**(解説)**

「正直に生きる」ということは日蓮大聖人の生涯と宗教の基本です。正直ということは大聖人にとっては道徳的に正直であるというだけでなく、釈迦牟尼仏の精神に忠実であるということです。いいかえれば、それは仏陀の本質的な精神に対して正直である、ということです。

法華經の第十章では、全ての經の中でこの〔法華〕經は最も深遠であるから理解し難く実践し難い、と述べています。日蓮大聖人はこの事実を受け止めて、その困難なことを単純化して、心の根底からお題目を唱え、また他の人々に同じように行なうよう説きすすめました。

お題目の功德は、例えば這って生えるよぎ草が麻の畠ではまっ直ぐにのびるようなものであり、ねじ曲がった樹木でもまっ直ぐに切って有用なものにすることができるようなものです。もし我々が正直にお題目を唱えるならば、我々のゆれ動く心は、知らずしらずのうちに正しくなります。なぜならば我々がそれを唱えれば、必ず仏陀の魂は我々のからだに入り、我々の命に力を与えてくれるからです。

我々が真心をこめてお題目を唱える時、我々の内に宿る不思議な力に圧倒されます。それは元気を新たにする力であり、それを体験した者だけが理解できるのです。

宗教は必ずしも理論の領域にあるのではなく、それは体験の領域にもあるのです。我々はバナナを味わったことがない人にバナナの正確な味を告げることはできません。たとえ我々がその形、色、構造を説明することができたとしてもです。同様に、お題目は生きる

single sheet of paper. Many people in the depth of sorrow have found comfort in the recitation of Odaimoku. Others in the depth of suffering, not knowing where to turn, have found their spirits refreshed with the teaching of the *Lotus Sutra*.

We can never go astray with the sincere recitation of Odaimoku because through this practice we are accepting the teaching of the Buddha with our hearts and bodies.

(Rev. Igarashi)

ことについての理屈ではありません。生きる道（歩まねばならない、体験しなければならぬもの）なのです。

幸せと悲しみとは一枚の紙の表と裏のようなものです。悲しみの底にいた多くの人々は、お題目を唱えることに安楽を見出してきました。苦しみの底にいた他の人々は、どこへ行けばよいのかわからない時、法華経の教えによって彼等の魂が新しい元気を与えられることを見出しました。

我々はお題目を誠実に唱えていれば、決して迷って行かずにはすむのです。なぜならば、この実践を通して我々の心とからだで、我々は仏陀のお教えを受けとめるからです。

(五十嵐 顕城)

12th Day

## Religious Exaltation

“SHOHO JISSO SHO”

Tears roll down when I think of the great hardship which I have to endure today, but I cannot stop tears of joy when I think of obtaining Buddhahood in the future. Birds and insects cry without shedding tears. Nichiren does not cry but tears keep falling. These tears are shed not for worldly matters. They are solely for the sake of the *Lotus Sutra*. Therefore, they could be said to be tears of nectar.

(Background: May 17, 1273, 51 years old, at Sado, *Showa Teihon*, p.728)

十二日

## 宗教的高揚

諸法実相鈔

今日私が耐え忍ばねばならない大きな苦難のことを考えると涙が流れ落ちる。しかし将来に仏の境地を得ることを考えると、私の喜びの涙を止めることができない。鳥や虫は鳴くが涙を流さない。日蓮は泣かないが涙は止まらない。これらの涙は世俗のことがらのために流れるのではない。それらはひとえに法華経のために流れている。であるからそれらは甘露の涙であると言えよう。

(背景：1273年5月17日、51歳、佐渡にて。昭和定本728頁)

**(Explanatory note)**

Nichiren Daishonin is admired as a man who has a very strong mind and who can bear all hardships. The people are moved to more admiration when they know that Nichiren has a warm heart and compassionate tears and that he is always thinking, "I must stretch my hands to those who suffer," and "I must lead them into the salvation in the *Lotus Sutra*."

Why did Nichiren face so many persecutions? He said that it was because he had slandered the teachings of the *Lotus Sutra* in his previous lives, and that these persecutions were meant to erase these sinful karmas which he had created before, so that he could attain Buddhahood in the future. When he realized the persecutions were to attain Buddhahood, he easily accepted them with gratitude.

Thus, Nichiren faced all persecutions positively. He had pity on the people who wished to attain Buddhahood in vain because of unfaithfulness to the teaching of the *Lotus Sutra*.

Nichiren did not cry nor shed tears because of worldly matters. But his eyes were full of tears because the people did not believe in the *Lotus Sutra*. Nichiren, therefore, pushed himself and overcame the numerous persecutions for leading the people into Buddhahood.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

日蓮聖人はきわめて強い心を持ち、あらゆる困難に耐えることができる人である、と人々は驚嘆します。そしてその人々は大聖人が暖かい心とあわれみの涙を持ち、しかも常に「私は苦しんでいる人々に私の手をさしのべなければならぬ」、「私は彼等を法華經の救いに導かねばならぬ」と考えていることを知ると、なお一層驚嘆して心を動かされます。

なぜ日蓮大聖人はそれほど多くの迫害に直面したのでしょうか。それは大聖人が前生において法華經の教えを誹謗したので、これらの迫害は以前に作った罪業を消し去ることを意味するものであり、しかも将来に自分はそれによって仏の境地を得ることができるのだ、と大聖人は述べられました。数多くの迫害は仏の境地を得るためのものだ、と覚った時、大聖人は感謝の念をもってやすやすとそれらを受けとめられたのです。

このようにして、大聖人は全ての迫害に積極的に立ち向かいました。大聖人は仏の境地を得たいと望みながらも法華經の教えに信を置かないために仏の境地を得ることができない人々を憐れに思いました。

日蓮大聖人は世俗の事のために泣き、涙を流したのではありません。そうではなくて、人々が法華經を信じないので、大聖人の眼は涙にあふれたのです。そして人々を仏の境地に導くために邁進し、多くの迫害に打ち勝ったのです。

(金井 勝海)

13th Day

## Three Great Vows

"KAIMOKU SHO"

To desert the teaching of the *Lotus Sutra* denotes falling into hell. I have made a vow: "Even if someone says that he would make me the ruler of Japan if I give up the *Lotus Sutra* and rely upon the *Kammuryoju-kyo* (Sutra of Meditation on the Buddha of Infinite Life) for my salvation in the next life, or even if someone threatens me saying that he will execute my parents if I do not say 'Namu Amida Butsu,' and even if many great difficulties fall upon me, I will not submit to them until a man of wisdom defeats me by reason." Other difficulties are like dust in the wind. I will never break my vow that I shall become a pillar of Japan, I shall become the eyes of Japan, and I shall become the great vessel of Japan.

(Background: February, 1272, 50 years old, at Sado, *Showa Teihon*, p.601)

十三日

## 三つの大きな誓い

開目抄

法華經の教えを捨てることは地獄へ墮ちることを意味する。私は一つの誓いを立てた。「たとえ誰かが次のように言っても、即ち、私が法華經を捨てて、次の世で私が救われるために觀無量壽經に頼るといふ条件で私を日本の支配者にしてやろう、とその人が言っても、また、たとえ誰かが、もし私が『南無阿彌陀仏』と言わないならば私の両親を死刑にする、と言って私をおどかしても、またどんなに大きな困難が私にふりかかろうとも、ある一人の智者が私を道理によって打ち負かすまでは、私は彼等に屈伏しない」と。他の諸の困難は風の中の塵のようなものである。私は決して私の誓いを破らない。即ち、私は日本の柱になろう、私は日本の眼になろう、そして私は日本の大船になろう。

(背景: 1272年2月、50歳、佐渡にて。昭和定本601頁)

**(Explanatory note)**

The three great vows are stated here by Nichiren Daishonin. His salvation for all people is based on these three original oaths. Nichiren transmitted the Lord Buddha's salvation to all people through his strong faith in the *Lotus Sutra*. On April 28th, 1253, at the age of thirty-one, he proclaimed his new faith which contained the fundamental principles of these vows. Because of Nichiren's conviction concerning these oaths, he never gave up his mission even though he met countless religious persecutions. As Nichiren Buddhists seeking salvation through the teachings of the *Lotus Sutra*, we must understand the fundamental principles of these three vows of Nichiren. It is always true that in any religion there is no salvation without fundamental principles and diligent practice. They are the essence of Nichiren's religion.

(Rev. Kodachi)

**(解説)**

この三つの誓いがここで日蓮大聖人によって述べられています。大聖人の全ての人々に対する救済はこれら三つの根本の誓いにもとづいています。日蓮大聖人は法華経への強力な信仰を通して全ての人々に対して仏陀世尊の救いを取り次ぎ伝えました。1253年4月28日、31歳の時、大聖人はこれらの誓いの根本原理を含む新しい信仰を宣言しました。これらの誓いについての日蓮大聖人の確信があればこそ、無数の宗教上の迫害に遭ったにもかかわらず、大聖人は決して自分の使命を捨てなかったのです。日蓮仏教徒が法華経の教えを通して救いを求める時、我々は日蓮大聖人のこの三つの誓いの根本原理を理解しなければなりません。どんな宗教でも根本原理と勤勉な実践なしに救いはあり得ない、ということは常に真実です。それら〔三大誓願〕は日蓮大聖人の宗教の本質であります。

(木立 随学)

14th Day

## One Spirit in Different Bodies

“ITAI DOSHIN JI”

All things are possible if people are united in one spirit. Nothing can be accomplished if they are not united. It is also true in non-Buddhist scriptures. For instance, a king of Yin in old China, King Chieh, who had an army of seven hundred thousand men disunited in spirit, was defeated by King Wu of Chou and his army of eight hundred men, who were united in one spirit. So that if a person has two thoughts, nothing can be accomplished. Even if there are hundreds or thousands of people, if they are united in one, they are surely able to accomplish their aim.

(Background : August 6, 1274, 52 years old, at Minobu, *Skowa Teihon*, p.829)

十四日

## 心をひとつにする(異体同心)

異体同心事

もし人々が一つの心に結ばれれば全てのことが可能である。もし結ばれていないならば何事も成し遂げられない。そのことは仏教以外の経典でも同様に事実である。例えば古代中国の殷の紂王は七十万人の軍勢であったが心が結ばれていなかったのので、一つの心に結ばれていた周の武王と彼の八百人の軍勢に敗れた。このように一人の人が二つの考えを持つならば何事も成し遂げられない。百人千人の人々がいても、もし一つの心に結ばれていれば、彼等はその目的を確かに達成することができるのである。

(背景：1274年8月6日、52歳、身延にて。昭和定本829頁)

**(Explanatory note)**

The history of mankind seems to be changing with the advancement of science and technology. We are led to believe, however, that people's real character has not changed significantly in itself. It may have been partly degenerated over time.

The social structure today is undergoing complicated changes. In the midst of these changes, we often experience that plans are going astray or that the results turn out to be disappointing. On the other hand, we also learn through experience that trust and mutual reliance is what binds the people together. Our expectations based on this trust and reliance have built the long history and culture of mankind.

Reflecting on Nichiren Daishonin's life, we learn that he preached to save the people by the true teaching--the *Lotus Sutra*. With Nichiren, there were many disciples and followers who subjugated themselves to him. There were also a few people who had betrayed Nichiren and left him. However, he repeatedly preached to his disciples and followers that they would never be defeated by anything if they held to the truth and were united in one spirit.

To maintain our true faith, we must have a docile and pious mind and have complete devotion. We who live in the present must give all our attention to Nichiren Daishonin's teaching, and clearly keep it in our hearts.

(Rev. Ogawa)

**(解説)**

人類の歴史は科学と技術の発展とともに変わってくるようです。人々の本性はそれ自体は大きく変わらない、と我々は思いがちですが、しかしそれはむしろ時と共に部分的には退化して来ているでしょう。

今日の社会構造は複雑な変化を経ています。これらの変化の中にあつて、我々はしばしば計画が迷走したり、結果が一転して失望することを経験します。一方我々はまた経験を通じて信頼と相互依存が人々を結びつけることを学びます。この信頼と依存にもとづいた我々の期待が人類の長い歴史と文化を築きあげてきたのです。

日蓮大聖人の生涯をふりかえって見ると、我々は大聖人が真の教え、法華経によって人々を救うために(それを)人々に説いたことがわかります。多くのお弟子と信者とが大聖人につき従いました。またわずかの人は大聖人を裏切って去りました。しかしながら大聖人はお弟子達や信者に、もし彼等が真理を守り一つの心に結ばれているならば彼等は決して何ものにも敗れない、とくり返し説きました。

我々の真の信仰を保つために、我々はすなおで敬虔な心を持ち完全に身を捧げなければなりません。現代に生きる我々は、日蓮大聖人の教えに我々の全ての注意をかたむけて、はっきりとそれを我々の心に保たなければなりません。

(小川 如洋)



15th Day

**"Namu Myoho Renge Kyo"  
Throughout the World**

"NYOSETSU SHUGYO SHO"

When all the people under the heaven and various schools of Buddhism are all converted to the one and true vehicle, and when only the *Lotus Sutra* flourishes and all the people recite "Namu Myoho Renge Kyo" in unison, the howling wind will not blow on the branches, falling rain will not erode the soil, and the world will become as good as during the reigns of the Chinese Emperors Fu-hsi and Shen-nung. You will see that such times will come when the calamities cease to exist, people live long, and men and their faith become eternal, there should be no doubt about the proof of tranquility in life.

(Background : May 1273, 51 years old, at Sado, *Showa Teihon*, p.733)

十五日

**世界中が南無妙法蓮華經**

如説修行鈔

世界中の全ての人々が、また仏教の諸宗派が全て唯一真実の乗物（法華經）に改宗して、法華經だけが栄え、全ての人々が一致して「南無妙法蓮華經」と唱える時、ほえる風は木の枝の上に吹かず、落ちる雨は土を侵食せず、世界は支那の皇帝 Fu - Hsi（伏羲）、Shen - Neng（神農）の治世とおなじくらい良くなるだろう。災害がなくなり、人々が長生きし、人々と彼等の信仰が永遠になる時代が到来するのを君は見るであろう。生命の安らかさ（現世安穩）の保証についての疑いは無い。

（背景：1273年5月、51歳、佐渡にて。昭和定本733頁）

**(Explanatory note)**

Nichiren Daishonin said that people read the *Lotus Sutra* with their eyes and voice, but no one read it with his body except him. People generally do not try to apply the teachings of the *Lotus Sutra* in daily life.

Nichiren clearly mentioned that each individual's faith and real society are closely related. It is a foolish idea if one thinks that religion is only for comfort in his or her life. Once we are born, we are a part of a society whether we like it or not. We try to keep peace and happiness under the set rules in the society.

The aim of our faith in Nichiren Buddhism is to realize the Buddha Land where we live. It is our vow to be Nichiren's followers. The Buddha Land will not be created in a few years nor in ten years but it surely will be realized with our firm faith in the *Lotus Sutra*.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

日蓮大聖人はこう述べました。即ち、人々は法華經を彼等の眼で、また声で読むが、自分を除いて誰も身体で読んでいない、人々は一般に法華經の教えを日常生活に適用しようとし、各人の信仰と現実の社会は密接に関係している、と日蓮大聖人は明らかにおっしゃいました。宗教はその人の生活を快適にするためだけにあると考えるのであれば、それは愚かな考えです。我々は生まれた以上、好むと好まないと関係なく社会の一部なのです。我々は社会の中で定められたルールのもとに平和と幸福を保つように努めなければなりません。

日蓮仏教における我々の信仰の目的は、我々が住む所に仏の国を實現することです。それは日蓮大聖人の信者となる我々の誓いです。仏の国は数年で、あるいは数十年では完成しないでしょう。しかしそれは法華經への我々の固い信仰をもって、必ずや實現されるでしょう。

(金井 勝海)

16th Day

**Eternal Truth**

"RISSHO ANKOKU RON"

**You should promptly convert your wrong faith to the belief in the true and one vehicle faith at once. Then the triple world of the unenlightened will all become the land of the Buddha. Will the land of the Buddha decay? All the lands in ten directions will become the "treasure land." Will the "treasure land" be destroyed? When the land does not decay and is not destroyed, your body is safe and your heart tranquil. Believe these words and revere them.**

(Background: July 1260, 38 years old, at Kamakura, *Showa Teihon*, p.226)

十六日

**永遠の真理**

立正安国論

あなたはただちに真のそして唯一の乗物への信仰にあなたの悪い信仰を改めるべきである。そうすればまださとりにいたらない三つの世界は仏陀の世界になるであろう。仏の世界が衰退することがあろうか。十の方角の全ての国は宝の世界になるだろう。宝の世界が破壊されようか。もしその国が衰退せず破壊されないのであれば、あなたの身は安全で、あなたの心は平穏であろう。この言葉を信じ、その言葉を尊べよ。

(背景：1260年7月、38歳、鎌倉にて。昭和定本226頁)

**(Explanatory note)**

Presented to the ex-Regent of the Kamakura Shogunate, Hojo Tokiyori, the "Rissho Ankoku Ron" consists of questions and answers between a master of a house and his guest. The following is the master's last advice to the guest to have the true faith:

"You must change your faith as soon as possible and convert yourself to the *Lotus Sutra* which is the supreme teaching of the Buddha. Then the Triple World\* will all become the land of the Buddha. How can the land of the Buddha decay? Also the ten directions -- all the lands -- will become the 'treasure land.' How can the 'treasure land' be destroyed?" (\*The Triple World is the world of unenlightened beings. It is divided into three: the world of desire, form, and formlessness.)

"If there is no decay or destruction of the land, the life of the inhabitants will be peaceful and their hearts will be tranquil and happy. This is not my arbitrary opinion, but it is based on Buddhist scriptures. It is as I explained it before, and you should have no objection. You should believe in my words open-mindedly and respect them from your heart. It is the road to the right religion and peace of society."

The most important teaching in the *Lotus Sutra* is "This world is identical with the Buddha Land of Tranquil Light." (The Buddha Land is the place where there is no birth and death, no disturbance by evil passion and delusion, but is shone by the rays of wisdom.) We are surely wandering in this puzzled world, but we are also able to

**(解説)**

鎌倉幕府の前執権・北条時頼に提出された“立正安国論”は家の主人と彼の客との問答の形で書かれています。次の文は家の主人が客に対して真の信仰を持つように最後に忠告したものです。

「あなたはあなたの信仰をできるだけ早く改めて、仏陀の最高の教えである法華經にあなた自身を改宗しなさい。そうすれば三つの世界\*は仏の国になるでしょう。どうして仏の国が衰えましょうか。また十の方角——全ての国——は宝の国になるでしょう。どうして宝の国が破壊されましょうか>(\*三つの世界はまだ覚らない人々の世界である。それは三つに分けられる。即ち、欲望の世界・形の世界・形のない世界である。)

「もし国が衰退せず破壊されないならば、住民の生活は平和になるし、彼等の心は平穏で幸福になるでしょう。これは私の勝手な見解ではなく、それは仏教經典にもとづいているのです。それは私が以前に説明した通りであり、あなたは(それに)反対すべきではありません。あなたは心を開いて私の言葉を信じるべきであり、心からそれらを敬うべきです。それは正しい宗教への道であり、社会平和への道です。」

法華經の中の最も重要な教えは「この世界は静かな光の国(常寂光土)と全くおなじだ」というものです。仏の国は平穏であり、そこには生と死がなく、煩悩と迷妄に邪魔されず、智慧の光に照らされています。我々は確かにこの混乱した世界の中でさまよい歩いていますが、しかし我々はまたおなじところで仏陀となることができます。我々がこの理想の場面向かって我々自身を捧げることが我々の義務なのです。このように日蓮大聖人は我々が法華經の教

become Buddhas. It is our duty to devote ourselves to this ideal stage. Thus, Nichiren insisted that we should believe in the teaching of the *Lotus Sutra* and do our best for peace and salvation of all mankind.

(Rev. Hori)

えを信じるべきであり、さらには全人類の平和と救いのために我々の最善を尽くすべきことを強く主張しました。

(堀 教通)

17th Day

## Self Respect

“SENJI-SHO”

**Since we were born in this kingdom, our bodies must obey the ruler, but our mind and spirit never obey.**

(Background: June 1275, 53 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1053)

十七日

## 自らを尊ぶこと

撰時抄

我々はこの国に生まれたのだから、我々の身体は我々の国を支配する者に従わざるを得ない。しかし我々の心と魂は決して従わない。

(背景：1275年6月、53歳、身延にて。昭和定本1053頁)

**(Explanatory note)**

If you are to live each day without accomplishing anything, there is no need to think anything, and no need to be alert about anything. But if you are to ponder seriously about life, firmly ascertain the teachings of the true guidance, and to spread them to the world, then you must clearly be aware of the ground on which you stand.

“Senji-sho” is a tract in which Nichiren Daishonin showed his followers how to live in accordance with the faith in the *Lotus Sutra*. It was written at a time of crisis when the people of Japan lived in fear created by the imminent attack on Japan by the Mongolian Army which had conquered Turkey in the west and China and Korea in the east.

Nichiren's words presented here tell us how the followers of the *Lotus Sutra* must behave. This world is governed by our original teacher, the Buddha Sakyamuni. But once we are born in a country, we must abide by the law of the land. However, no one can interfere with our faith that we are in the salvation of our original teacher, the Buddha Sakyamuni. Nichiren expresses the freedom of our mind and spirit. Therefore, the above quotation must be understood to be a cry from the heart of Nichiren. We, his followers, must act according to these words when circumstances push us to the very limit of our endurance.

(Rev. Ikuta)

**(解説)**

もしあなたが毎日を何事も成し遂げないで過ごしてよいのであれば、何事を考える必要もなく、何事についても緊張する必要はありません。しかし、もしあなたが人生について真剣に考え、真の導きの教えをあなたがしっかりと確かめたことを覚えて、それらを世界に弘めようとしているのであれば、その時あなたは自分が立っているところについてはっきりと目覚めなければなりません。

『撰時抄』は日蓮大聖人が法華経への信仰のもとづいてどのように生きていよいかを大聖人の信者たちに示した著述です。中国の西ではトルコ、東では朝鮮をすでに征服していた蒙古が、それから日本を攻撃するためにやって来て、その蒙古の軍勢によって日本が急襲され、それによって引き起こされた恐怖のうちに日本の人々が生きていた危機の時代に『撰時抄』は書かれました。

ここに示された大聖人のお言葉は、法華経を信仰する人々がどのようにふるまわなければならないのかを我々に示しています。この世界は我々のもとの教師・釈迦牟尼仏によって統治されています。しかし我々がひとたびある国に生まれれば、その国の法を守らなければなりません。しかし我々が、我々のもとの教師・釈迦牟尼仏に救われるのだという我々の信仰には何人も干渉することはできません。日蓮大聖人は我々の心と魂の自由を高らかに謳っているのです。即ち、上に引用した『撰時抄』の一節は日蓮大聖人の心からの叫びであると理解すべきです。大聖人に従う我々は、環境が我々を我々の忍耐のまさに限界まで圧迫する時、これらの言葉に従って行動すべきであります。

(生田 観周)

18th Day

## Diligent Practice

“TOKIDONO GOSHO”

**Nichiren's followers must strive to attain Buddhahood by shortening sleeping hours and by cutting the time for rest. If not, you will repent forever.**

(Background: August 23, 1277, 55 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1373)

十八日

## 勤勉な実践

富木殿御書

日蓮の教えに従う人々は、眠る時間を短くし、休息の時間もおしんで、仏の境地を得るために努力すべきである。もし、そうしないならば君は永久に悔やむだろう。

(背景：1277年8月23日、55歳、身延にて。昭和定本1373頁)



**(Explanatory note)**

Nichiren himself reached the realization that he is the manifestation of the Bodhisattva Visista Charitra (Jogyo Bosatsu) through his understanding and practice of the *Lotus Sutra* and through the four major and numerous lesser persecutions.

The above quotation is from the last section of his letter to Lord Toki, in which Daishonin shows what is expected of his followers. He says, "Do not sleep too long and do not waste time; concentrate on the attainment of Buddhahood at all times." How strict he was!

Such an intensity is required if we are to live for our faith. As we reflect on our behavior, we notice that some of us gladly torture ourselves to pass examinations, or we don't complain of hardships if they were for the attainment of our business goals. But these are only transient goals. Our true goal has to be the perfection of ourselves as human beings. It is a difficult task indeed to keep the above oath in mind all the time. We must, however, continuously reaffirm the religious goal and never let it escape from our mind.

(Rev. Ikuta)

**(解説)**

日蓮大聖人ご自身は法華經を理解し実践することを通して、また四つの大法難と無数の小法難を通して、ご自身が上行菩薩の生まれ変わり（応現）であることを覚るにいたりました。

上の引用文は大聖人が富木殿にあてたお手紙の末尾からのものです。その中で日蓮大聖人は門下の人々の心がまえを示しています。

「あまり長く眠るな。時間を浪費するな。常に仏の境地を得ることに精神を集中せよ」と。大聖人のなんと厳しいことでしょう。

もし我々が我々の信仰のために生きるのであれば、このような厳しさが要求されます。我々の日常の行動をかえりみると、我々のある者は試験に合格するために喜んで自分自身を苦しめ、あるいは我々の仕事の目的の達成に役立つならば、我々はずらいことに不満を言わないのに気付きます。しかし、これらはただの移り変わる目的にすぎません。我々の真の目的は人間として我々自身を完成させることではなければなりません。この誓いを常に心に保つことは実際には困難な仕事です。我々は、しかしながら、間断なくこの宗教的な目的を確かめて我々の心からそれを逃してはならないのであります。

(生田 観周)

19th Day

## The Buddha Dharma and the Worldly Law

“SHOKYO TO HOKEKYO TONO NAN-I NO KOTO”

**Since the Buddha dharma is not understood correctly and is not believed righteously, the worldly law becomes disorderly. The Buddha dharma is like a body while the worldly law is like its shadow. When the body bends, its shadow also bends.**

(Background : May 26, 1280, 58 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1752)

“DANNOTSU BO GOHENJI”

**To serve your master (in your work) is to practice the teaching of the *Lotus Sutra*. The sutra says that worldly politics and economy are not against its ultimate reality.**

(Background : April 11, 1278, 56 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1493)

十九日

## 仏法と世俗の法

諸経与法華経難易事

仏法が正しく理解されず正しく信じられない時、世俗の法は乱脈になる。仏法は身体のようにあり、一方、世俗の法はその影のようなものである。身体がまがる時、その影もまたまがる。

(背景 : 1280年 5月26日、58歳、身延にて。昭和定本1752頁)

檀越某御返事

(仕事で) あなたの主人に仕えることは法華経の教えを実践することである。世の中の政治と経済はその経の究極の真実に反するものではない、と法華経は説く。

(背景 : 1278年 4月11日、56歳、身延にて。昭和定本1493頁)

**(Explanatory note)**

An old Chinese book says that a wise man predicted destruction of his country because its people did not bother to comb their hair, and his prediction became true.

There is a Japanese saying, "Eyes are the windows of one's mind." The slightest movement of our eyes shows what we are thinking. Our thoughts are expressed in our attitudes, which become social movements.

Such matters are taught in Buddhism. But people generally think that Buddhism concerns individual's inner self only. Nichiren Daishonin clarified this matter. Merely holding hands in *gassho* and reciting the sutra are not the practice of faith in Nichiren Buddhism. But faith must appear in our daily works.

We, Nichiren Buddhists, keep the teaching of "Rissho Ankoku," that is, to establish the righteousness of the Buddha's teaching is to secure the nation. We must understand that the social movement is the reflection of the people's religion. We must remember that Nichiren Daishonin advised Kingo Shijo to stay on his work when Kingo wanted to quit his work for the sake of devotion to his faith. We must keep Nichiren's advice in our minds and practice our faith in our home and work.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

一人の賢い人が、人々が髪型を整えようとさえしないのを見て、「その国は滅びる」と予言し、その予言が現実になった、と中国の古書が述べています。

「眼はその人の心の窓である」という日本の諺があります。我々の眼のちょっとした動きが我々の考えていることを示します。我々の考えは我々の態度に表わされ、それは社会の動きになっていきます。

そのような事が仏教で教えられています。しかし人々は一般に仏教は個人の内部の自己だけに関わるものだ、と考えます。日蓮大聖人はこのことを明らかにしました。ただ合掌して経を読むのが日蓮仏教の信仰の実践ではありません。信仰は我々の日常の仕事の中に現われなければならないのです。

我々日蓮仏教徒は「立正安国」の教えを守ります。即ち、仏陀の教えの正義を確立することは国を安全にすることなのです。我々は社会の動きが人々の宗教の反映であることを理解しなければなりません。四条金吾が自分の信仰への忠誠のために彼の仕事を捨てようとした時、日蓮大聖人はその仕事にとどまるよう彼に忠告したことを我々は思い出さなければなりません。我々は日蓮大聖人の忠告を心に守って、我々の家庭と仕事の中で我々の信仰を実践しなければなりません。

(金井 勝海)

20th Day

## Buddha and Hell

“OMONSU DONO NYOBO GOHENJI”

Suppose we ask where the Buddha is, and where hell is. Some sutras state that hell is below the earth, while others state that the Pure Land of Buddhas is in the west. But the explicit truth is that both hell and Buddha exist within five feet of our bodies. It probably can be said that hell exists in one's mind when he despises his father and neglects his mother. As the seed of the lotus brings forth its root and flower, we have the Buddha in our minds.

(Background : January 5, 1281, 58 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1856)

二十日

## 仏の世界と地獄の世界

重須殿女房御返事

「仏の世界はどこにあるのか」「地獄はどこにあるのか」と尋ねるとしよう。ある経は「地獄は大地の下にある」と説き、一方で他の経は「仏の浄土は西にある」と説く。しかし明白な事実は、地獄も仏の世界も両方とも五尺の我々の身中に存在する、ということである。人が父を軽蔑し母を無視する時、地獄がその人の心の中にある、と言えるであろう。蓮の種子が根と花をもたらすように、我々は心の中に仏の世界〔と地獄〕を持っている。

(背景：1281年1月5日、58歳、身延にて。昭和定本1856頁)

**(Explanatory note)**

We, Buddhists, sometimes wonder where the Buddha is and where hell is. When we look back upon the past, we have experienced the various states of joy and anger, happiness and sadness from one moment to another. These various states are divided into ten realms of living beings in Buddhism. They are: the realms of hell, hungry spirit, animal, *asura (shura)*, man, heavenly being, *sravaka (shomon)*, *pratyekabuddha (engaku)*, *Bodhisattva*, and *Buddha*.

Our minds are sometimes calm, and it appears that we are one step closer to the Pure Land of Buddha, but in the next moment, our minds would change to the realm of asura or hungry spirit. In short, we may think that we live peacefully, but we may be at the gate of the terrible hell.

We will find a light of truth when we overcome our suffering and hardship. Our aspiration to attain Buddhahood and fear of falling into hell will force us to find the true meaning of our life.

In other words, hell does not exist anywhere but in our minds. The mind that is so filled with anger, evil desires, and complaints is the same mind with which we aspire for Buddhahood.

Nichiren Daishonin saw suffering people who were trembling with fear and despair. These people thought there was no hope in this world and wished to escape from that reality. They dreamed of going to the Pure Land of the Amida Buddha, a place which they had never seen before. Looking at this, Nichiren taught them that they

**(解説)**

我々仏教徒は時々「仏の世界はどこにあるのか」「地獄はどこにあるのか」と思い惑います。我々が過去をふりかえる時、我々は一瞬一瞬、喜びと怒り、幸福と悲しみ、といった種々の状態を経験しています。これらの種々の状態は、仏教では生き物たちには十の世界があるということなのです。それは、地獄・飢えた鬼・動物・アスラ（修羅）・人・天国に生きるもの・スラヴァカ（声聞）・プラティエーカ仏陀（縁覚）・菩薩・仏陀〔という十の〕世界です。

我々の心はある時は静かです。それは我々が仏陀の清らかな境地に一步近づいているのでしょう。しかし次の瞬間、我々の心はアスラや飢えた鬼の領域に変わってしょう。簡単に言えば、我々が平穏に生活していると思っていても、実は我々は多分恐ろしい地獄の門のところにいるのです。

我々が、我々の苦しみと困難とに打ち勝つ時、我々は真実の光を見出すでしょう。我々が仏の境地を得ようと願い、地獄に墮ちることを恐れるならば、それは我々の生命の本当の意味を見出すよう我々を促すでしょう。

言葉を換えて言えば、地獄は我々の心の中以外のどこにも存在しません。怒りに満ちた心、邪悪な願望、不平に満ちた心は我々が仏の境地を願望する心とまさにおなじ心なのです。

日蓮大聖人は恐れと絶望にふるえ苦しんでいる人々を見ました。これらの人々は、この世に希望はないと考え、その現実からのがれようと思いました。彼等は、彼等が今までに見たことのない世界・阿弥陀仏の浄土へ行くことを夢見たのです。この状態を見て日蓮大聖人は彼等がまちがった信仰を持ち、彼等が仏陀の覚りの世界をこ

had the wrong faith and that they should seek the Buddha's enlightened world in this real *Saha*-world. This was his compassionate way to lead us to the true teaching of the Buddha Sakyamuni.

We are easily moved by a religion that claims to remove our misfortune or sufferings and to take us to an imaginative heaven. However, Nichiren teaches us that there is no other place if we are not relieved of our sufferings in this real world. How can we receive Buddha's compassion and find true peace and happiness? He says that it is only by polishing our minds.

(Rev. Matsuda)

の現実の娑婆世界に求めるべきであると考えました。これが釈迦牟尼仏の真の教えに我々を導く大聖人の慈しみの道でありました。

我々は、我々の不幸や災難を取り除いて我々を想像の天国へ連れて行ってくれる、と主張する何らかの宗教によって、たやすく動かされます。しかしながら、この現実の世界で我々が我々の苦しみから救われるのでなければ、ほかに（救われる）場所は無い、と日蓮大聖人は我々に教えています。どのようにして我々は仏陀の慈しみを受け、真の平和と幸福を見出すことができるのでしょうか。それは我々の心をみがくことによるのみ（得られる）のだ、と大聖人は説かれたのです。

(松田 竜紹)

21st Day

**Filial Piety**

"BO JIKYO JI"

You (Jonin Toki) brought your mother's ashes to Minobu and placed it at the altar where the Buddha Sakyamuni, our original teacher, is enshrined. Prostrating yourself in front of the altar, holding your hands together in *gassho*, you paid homage to the Buddha. You have overcome your sorrow at your mother's death and firmly believed your mother being saved by the teachings of the *Lotus Sutra*. Thus, you were released from your sorrow.

All of your body -- your head, hands, legs, and mouth -- are all inherited from your parents. This kinship between your parents and you is like the relationship between seed and fruit. Therefore, as your mother is saved, you are also saved by the teachings of the *Lotus Sutra*.

(Background: March 1276, 54 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1151)

二十一日

**子として父母を敬うこと(孝行)**

忘持経事

あなた(富木常忍)は、あなたの母の遺骨を身延にもって来て、我々の根源の教師・釈迦牟尼仏がまつられている祭壇にそれを安置した。あなた自身、祭壇の前にひれ伏して、両手を合わせて合掌し、そして仏陀釈尊を礼拝した。あなたはあなたの母の死によって受けた悲しみを克服し、ついにはあなたの母が法華経の教えによって救われたと信じた。このようにして、あなたはあなたの悲しみから救われた。

あなたの身体の全て、——あなたの頭・手・足・口——は全てあなたの両親から受け継がれている。あなたの両親とあなたのこの血のつながりは、種子と果実の関係のようなものだ。だからあなたの母が救われたようにあなたもまた法華経の教えによって救われるのだ。

(背景：1276年3月、54歳、身延にて。昭和定本1151頁)

**(Explanatory note)**

Bringing with them the ashes of their deceased parents, many followers from all over Japan came to Nichiren Daishonin on Mt. Minobu. It was because they wished their parents' memorial services conducted by Nichiren himself, and have the ashes buried in the sacred grounds of Mt. Minobu, where Nichiren made his residence. Tokuro Moritsuna of Sado, for example, buried the ashes of his father, Abutsubo, after a service by Nichiren there.

Nichiren Daishonin's words presented here were addressed to Jonin Toki. According to this letter, Lord Toki came to Minobu with the ashes of his deceased mother, and held a memorial service, buried the ashes, and went home. He felt so relieved upon completion of the burial that he left his personal belongings including his sutra book behind, prompting Nichiren to make a joke saying, "You are the most forgetful person in Japan."

Nichiren was greatly moved by Jonin Toki's devotion to his mother and explained to him that his mother's attainment of Buddhahood and his own attainment, while still in the flesh, were one and the same.

The late mother of Jonin was a woman of strong faith who had looked up to Nichiren. She often sent him robes which she herself sewed. Nichiren knew well how grieved Jonin was to have lost his mother.

Each of us has to experience the same grief. We realize that our bodies are inherited from our parents. So are our souls. As Nichiren has often pointed out to us, the *Lotus Sutra* is the teaching of a lotus: when the lotus

**(解説)**

亡くなった両親の遺骨を持って、日本全国から多くの信者たちが、身延山の日蓮大聖人のもとにやって来ました。それは、彼等が日蓮聖人ご自身が回向の法要をしてくださるようお願い、日蓮聖人が住む身延山の聖なる土地に遺骨をほうむることを願ったからです。例えば佐渡の藤九郎守綱は、そこで日蓮大聖人の回向を受けてから、彼の父、阿仏房の遺骨を埋葬しました。

ここに示された日蓮大聖人のお言葉は、富木常忍にあてたものです。このお手紙によると、彼は亡くなった母の遺骨を持って身延に来ました。そして法要を行ない、遺骨を埋めて帰って行きました。彼は埋葬をすませて大いに安心したので、個人で所有していた彼のお経本を置き忘れてしまい、「あなたは日本第一の忘れん坊だね」と日蓮大聖人に冗談を言わせたほどです。

しかし大聖人は、母親に対する富木常忍の献身に大いに感動し、彼の母が仏の境地を得ることと、彼が生身のままで〔仏の境地を〕得ることは一つのおなじことだ、と説きました。常忍の亡き母は強い信仰の女性で日蓮大聖人を崇めていました。彼女は自分が縫った法衣をしばしば大聖人に贈っています。日蓮大聖人は、母を失って常忍がどれほど悲しんでいるかをよく知っていました。

我々の各人がこのおなじ悲しみを経験しなければならないのです。しかし我々は両親から我々の身体を受け継いでいることをはっきり知っています。我々の魂もそうです。日蓮大聖人がしばしば我々に指摘するように、法華経は蓮華の教えです。蓮華が咲く時、その蓮台が既に用意されており、種子がすでに花の中にあります。同様にして、親が法華経の世界の中で救いを受けて仏の境地を得た時には、



blooms, its pedestal is already prepared, and a seed is already in the flower. Likewise, when a parent receives salvation in the world of the *Lotus Sutra* and has attained Buddhahood, the child is also assured of his own attainment of Buddhahood while still in the flesh. The relationship between parents and children is like that of a seed and its fruit or a body and its shadow.

This indicates the oneness of parents and children, and symbolically shows that the salvation of the *Lotus Sutra* extends not only to one person but to the world as a whole encompassed by the *Lotus Sutra*, the world of oneness of self and others.

Let us all seek the salvation in the world of the *Lotus Sutra*, where our original teacher, the Buddha Sakyamuni is. It is attainable through our earnest faith and prayer for the attainment of Buddhahood for our parents and ancestors.

(Rev. Ikuta)

その子供もまた、まだ生身のうちに仏の境地を彼自身が得ることを保証されるのです。親と子供の間は種子と果実との、あるいは身体とその影との(関係)のようなものなのです。

これは親と子供が一体であることを示します。そして法華經の救いは一人の人に及ぶだけでなく、法華經につつまれる全体としての世界に、自己と他とが一体となった世界に及ぶということを象徴的に示しています。

我々の根源の教師・釈迦牟尼仏がおいてになる法華經の世界の中で救いを我々全てが求めようではありませんか。我々の両親や先祖たちが仏の境地を得るように、我々が真剣に信仰し祈るならばそれは達成され得るのです。

(生田 観周)

22nd Day

## Husband and Wife

“UENO DONO GOHENJI”

**A wife treasures her husband while he sacrifices his life for her.**

(Background : January 3, 1279, 56 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1621)

“SENNICHI AMA GOZEN GOHENJI”

**A husband is like a pillar of a house and his wife its beam. When the pillar falls, the beam collapses. Man is like legs and woman is like body. A bird's body being the wife and its wings her husband, when the wings fail, the bird cannot fly. Likewise, you must feel that you have lost your own soul after the death of your husband.**

(Background : July 2, 1280, 58 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1762)

二十二日

## 夫と妻

上野殿御返事

妻というものは彼女の夫を宝とし、一方、夫というものは妻のために彼の命を捧げる。

(背景 : 1279年1月3日、56歳、身延にて。昭和定本1621頁)

千日尼御前御返事

夫は家の柱のようなものであり、彼の妻はその桁である。柱が落ちると桁はくずれる。男は足のようなものであり、女は胴体のようなものである。鳥の胴体は妻であり、翼は彼女の夫である。翼を失った時、鳥は飛ぶことができない。同様にしてあなたの夫の死後、あなたはあなた自身の魂を失ったと感じるにちがいない。

(背景 : 1280年7月2日、58歳、身延にて。昭和定本1762頁)

**(Explanatory note)**

Nichiren Daishonin often sent letters to his followers who lost their loved ones. He taught them how to overcome their sadness through faith. These letters were always warm-hearted.

When Sennichi Ama lost her husband, Abutsubo, Nichiren sent her a long letter. The quotation above is a part of the letter which explains the important close relationship between husband and wife.

What is the ideal relationship between husband and wife? What is a good family? These questions have been answered in many ways throughout our history. However, all thinkers agree that the most essential factor is to strengthen the union of husband and wife as well as to fortify their families with respect and trust for each other.

Even though our family system and life style have been changed so much, the fundamental and affectionate relationship within a small circle of intimate associates like a family has not changed. Love and trust between a husband and his wife are the basis for all human relations, because the essence of the family is not only physical closeness but consciousness of joint interaction.

Our lives have become very comfortable through the development of science and technology, and at the same time, we live in an age when we are easily influenced by desire for instant gratification, which could often destroy a wonderful relationship in a family. Therefore, we must have strong will and determination not to fall to temptations around us. But if we do not have thoughts of mutual

**(解説)**

日蓮大聖人は、愛するものを失った信徒たちにしばしば手紙を送りました。そして大聖人は信仰を通して悲しみに打ち勝つ方法を彼等に教えました。これらのお手紙には常に温かい心がこめられています。

千日尼が彼女の夫・阿仏房を失った時、日蓮大聖人は彼女に長い手紙を送りました。上の引用文はそのお手紙の一部であり、それは夫と妻との密接な関係が重要であることを説いているのです。

夫と妻との理想的な関係とは何か、良い家族とは何か、これらの問いは我々の歴史を通じて多くの仕方で答えられています。そして全ての思想家たちの意見は次のように一致しています。即ち、最も必須の要素はお互いに尊敬と信頼をもって家族（のつながり）を強めると同時に、夫と妻のつながりを強めることである、というのです。

我々の家族の秩序と生活様式は非常に変化しましたが、家族のような親密な仲間の小さな範囲の中の基本的で愛情の濃い関係は変わっていません。夫と妻の間の愛と信頼は全ての人間関係の基礎です。なぜならば身体的に近いというだけでなく、結びつきの相互作用を意識することが家族というものの大切な要素であるからです。

我々の生活は科学と技術の進歩を通して非常に快適になりました。そして同時に我々は即席の満足への願望によってたやすく影響を受ける時代に生きています。それはしばしば家族内のすばらしい関係を打ち壊すでしょう。そうであるから我々は、我々をとり巻く誘惑に落ち込まないように強い意志と決意を持たなければなりません。しかしもし我々が我々の家族生活において、お互いの理解と慈しみ

understanding and a spirit of compassion within our family life, it is difficult to have such a strong will and determination.

By affirming love and affection for each other, we cultivate the spirit of a strong will and determination from within.

Nichiren taught us that a harmonious family with the spirit of strong will and determination will be present when we live truthfully everyday by chanting "Namu Myoho Renge Kyo" with faith in the eternal Buddha.

(Rev. Matsuda)

の精神を持たないならば、そのように強い意志と決意を持つことは難しいでしょう。

お互いに愛と愛情を確かめることによって我々はその中から強い意志と決意の精神を養うのです。永遠の仏陀への信仰をもって南無妙法蓮華経を唱えて我々が毎日を真実に生きる時、強い意志と決意の精神をそなえた調和のとれた家庭が実現するであろう、と日蓮大聖人は我々に教えて下さいました。

(松田 竜紹)

23rd Day

## Women's Power

“KYODAI SHO”

**To be a woman is to be obedient, and consequently she will have her way.**

(Background : April 16, 1275, 53 years old, at Minobu, *Showa Teihon* p.932)

“TOKI AMA GOZEN GOSHO”

**An arrow is directed by the power of its bow. The clouds move with the power of wind. The works of man (husband) are seeded by woman (wife).**

(Background : March 27, 1276, 54 years old, at Minobu, *Showa Teihon* p.1147)

二十三日

## 婦人の力

兄弟抄

女性は従順であるべきです。その結果として物事が彼女の思う通りになるのです。

(背景：1275年4月16日、53歳、身延にて。昭和定本932頁)

富木尼御前御書

矢は弓の力によって進む。雲は風の力によって動く。男（夫）の仕事は婦人（妻）によって種まきされる。

(背景：1276年3月27日、54歳、身延にて。昭和定本1147頁)

**(Explanatory note)**

The above two letters are often quoted at wedding ceremonies addressed to the brides. They are not only beneficial for women but also for everyone. The quotation means not to push one's desire or plan disregarding others, rather to see reality and to follow the reality, then one's desire or plan will be materialized.

Nichiren Daishonin is telling us that husband and wife should demonstrate individual ability in their union and that any partnership is the same. It is the wife's skill that helps the husband to be successful in his work and his faith.

(Rev. Kanai)

**(解説)**

上の二通のお手紙は、結婚式で花嫁に贈る言葉としてしばしば引用されています。それは婦人たちに有益だけでなく全ての人に有益です。初めのお手紙は、他人を無視して自分の願いや計画を押し付けるのではない、という意味であり、むしろ現実を見て現実に従えばおのずとその願いや計画は具体化する、という意味です。

日蓮大聖人は、夫と妻は結び合って個々の能力を示すべきであり、しかもいかなる協力関係もおなじであると我々に説いています。夫が仕事と信仰で成功するように助けるのが妻の手腕なのです。

(金井 勝海)

24th Day

## Precious Life

“JI RI KUYO GOSHO”

**Water is essential for fish to live. Soil is essential for plants to grow. Food is essential for man to live. To live is most essential for all.**

(Background: 1276, 54 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1261)

二十四日

## 生命こそ宝

事理供養御書

水は魚が生きるのに必須なものである。土は植物が生長するのに必須のものである。食物は人が生きのびるのに必須のものである。生きることが全てのものにとって最大事だからである。

(背景：1276年、54歳、身延にて。昭和定本1261頁)

**(Explanatory note)**

Nichiren Daishonin emphasized the importance to respect our life as well as to seek eternal life. He said, "To maintain our life is more valuable than gaining a million pieces of gold." However, these words will be in vain if we forget to have a prayer for eternal life.

According to Buddhism, one equals all. In other words, one would contain whole things and the whole things would be attributed to one. After all, one and all are identified without hindrance. Nichiren Daishonin goes a step further and finds the absolute unity between self and others in this reality. In other parts of his teaching, he says, "The true life will be found in matters in our society." Therefore, in our daily lives, it is necessary to make efforts to maintain our physical life as well as to seek eternal life.

The dignity of man's life is expressed as "Not-killing" in Buddhism. Fear of wars and nuclear weapons can not be erased from our minds. We are in danger all the time as Damocles who, looking up, found a sword suspended above his head by a single hair. At this age, we must listen with attention to the important message of the Buddha -- "Do not kill." At the same time, we must always be thankful for the fact that we have life in this world.

It is a common ethic throughout the world to be grateful for living on this earth. Oriental people express their gratitude through veneration, especially of Buddha, Dharma, and Sangha. It is called "*kuyo*" and it is the most essential morality of their religious lives.

Thus, we show our gratitude for the teachings of the

**(解説)**

日蓮大聖人は永遠の生命を求めると同様に我々の生命を尊ぶことの重要さをも強調しています。「我々の命を維持することは、百万の金を得るよりも値打ちがある」と大聖人は述べられました。しかしながら、もし我々が永遠の生命への祈りを忘れるならば、これらの言葉はむなしなものとなりましょう。

仏教によれば、一は全体とおなじです。別の言葉で言えば、一人の人は全てをそなえ、全てのことがらは一にあるとされましょう。結局、一と全とは妨げなく同一になるのです。日蓮大聖人はさらに一歩進めて、この現実の中に自分と他人との絶対の結合を見出しました。大聖人は別のところで「真の生命は、我々の社会の中の事からの中に見出される」と述べておいでになります。ですから、我々の日常生活の中で、我々が永遠の生命を求める努力をするのとおなじく、我々の肉体的生命を維持する努力が必要なのです。

仏教は人の生命の尊さを「不殺生」として表わします。多くの戦争と核兵器の恐怖は我々の心から拭い消されません。間一髪の頭上にぶらさがっている剣を見上げているダモクレスのように、我々はいつも危険にさらされています。この時代に、仏陀の御告げ、即ち「殺すな」ということを注意深く聞かなければなりません。同時に、我々がこの世界に生きているという事実に対して常に感謝しなければなりません。この地上に生きることに感謝することは世界共通の倫理です。東洋の人々は特に仏・法・僧（の三宝）を尊び敬うことを通して彼等の感謝を表わします。それは「供養」と呼ばれ、彼等の宗教生活の最も大事な道徳です。このようにして我々は人類の尊さを否定するいかなる行動をも抑止することによって、仏陀の教え



Buddha and favors of the land, by refraining from any negative act of human dignity.

(Rev. Matsuda)

と国土の恩恵に対する我々の感謝を示さなければならないのです。

(松田 竜紹)

25th Day

## Showing Gratitude

"KAIMOKU SHO"

To be filial(*ko*) means to be high(*ko*); heaven is high but not at all higher than being filial. To be filial (*ko*) also means to be deep(*ko*); the earth is deep but is not any deeper than being filial. Both sages and wise men come from filial families. How much more should students of Buddhism realize the favors they receive and show gratitude for them? Disciples of the Buddha should not fail to feel grateful for the four favors received from parents, people, sovereign (of nation), and Buddhism. Show gratitude to them.

(Background: 1272, 50 years old, at Tsukahara on Sado Island, *Showa Teihon* p. 544)

二十五日

## 感謝を表わす

開目抄

孝行であることの孝は高いことを意味する。天は高い。しかし決して孝行であることより高くない。孝行であることの孝はまた厚いことを意味する。大地は厚い。しかし決して孝行であることより厚くない。聖人と賢人は共に孝行な家庭から生まれる。まして仏教を学ぶ者達は彼等が受ける恩恵を自覚して、それらに対してもっと感謝を示すべきであろう。仏陀の弟子達は両親・人々・王国・仏教から受けた四つの恩恵に対してありがたさを感じて、それらに感謝を示すことを怠ってはならない。

(背景：1272年2月、50歳、佐渡にて。昭和定本544頁)

**(Explanatory note)**

Filial piety is the fundamental moral code. It is of the highest value in society--higher than even the heaven. Its meaning in human life is deeper than anything else--deeper than even unfathomable earth. Those people who are respected as sages and wise men are filial children at home because anyone without filial piety cannot be revered and respected by the people.

Most of us know that we owe our lives not only to our parents but also to many others: all the people in the society in which we live and the ruler of the land to which we were born. So we show our gratitude to them for what we owe by trying to fulfill our duties at home, in the local community, and to our nation.

However, this is not all that is expected of us, followers and disciples of the Buddha. We are all surrounded by the boundless benevolence of the Three Treasures (the Eternal Buddha, His ultimate teaching expounded in the *Lotus Sutra*, and His messenger, Nichiren Shonin). It is, therefore, important for us to realize it always and show our gratitude for what we owe the Three Treasures by carrying out our duties as Nichiren Buddhists.

(Rev. Hori)

**(解説)**

孝行するということは道德の基本的なきまりです。それは社会において最高に価値あるものです。——天よりも高いのです。人間生活においてそれが意味するところは他の何ものよりも厚いのです。——厚さをおし測ることができない大地よりも厚いのです。聖人・賢人として尊ばれている人々は家庭では孝行な子供です。なぜならば孝行でなければ誰も人々から敬われ尊ばれないからです。

我々の多くは我々が我々の生きる命を両親だけでなく、多くの他のものに依存していることを知っています。即ち、我々が生きている社会の全ての人々、及び我々が生まれた国の支配者に依存しているのです。ですから我々は家庭で、地域社会で、あるいは国に対して我々の義務をはたすよう努めることによって、我々が依存しているものに対して感謝を示すのです。

しかしながら、我々仏陀の信者、弟子に期待されるものは（上に述べた）これが全てではありません。我々は全て永遠の仏陀・法華経の中に説かれた仏陀の究極の教え・仏陀の使徒日蓮大聖人という三つの宝の無限の慈しみに囲まれています。ですから、我々が日蓮仏教徒として我々の義務を果たすことによって、我々が三つの宝のお蔭をこうむっていることに対して常にそれを自覚し、我々の感謝を表わすことが大切なのです。

(堀 教通)

26th Day

**Repentance**

"KONICHI BO GOSHO"

**A tiny needle sinks into the water. Rain falls -- it cannot float in the air. These are natural laws. A person who kills a tiny ant falls into hell. Thus, a person who kills a human being falls into hell.**

**However, a huge rock can float on water if it is placed on a ship. A raging fire can be extinguished by the power of water. Without repentance, even a small sin can make a man fall into hell. On the other hand, with sincere repentance, even great sins can be erased.**

(Background: March 1276, 54 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1158)

二十六日

**懺悔**

光日房御書

小さな針は水に沈む。雨は落ちる。それは空中にとどまっていない。これらは自然の法則である。人が小さな蟻を殺せば地獄に墮ちる。おなじく人が人を殺せば地獄に墮ちる。

しかしながら巨大な岩も水に浮いて行く。もしそれが船の上に置かれたならば、である。荒れ狂う火も水の力によって消される。懺悔がなければ、小さな罪さえも人を地獄に墮とす。一方、誠実に懺悔すれば大きな罪さえも消される。

(背景: 1276年3月、54歳、身延にて。昭和定本1158頁)

**(Explanatory note)**

According to Buddhism, a person who kills any living being falls into hell, even for killing a tiny ant. I know you may think that it is heavy punishment for just killing an ant. However, a tiny needle sinks into the water because its density is greater than that of water. The rule is applicable to the concept of falling into hell.

But is it possible that we, common people, do not kill any living being? Nichiren pointed out in "Ken Hobo Sho" that it is almost impossible even for a priest of Ritsu Sect, which adheres strictly to Buddhist precepts, not to kill any living beings throughout his life.

To repent one's wrong conduct, he or she must have faith in the teachings of the Buddha Sakyamuni from the bottom of one's heart. Instead of falling into guilty consciousness because of not keeping the precepts, one should rely on the Buddha's teachings to be saved.

We should understand the parable which Nichiren revealed. It states that even a huge rock which is too heavy for a man to lift can still float on water, if it is carried aboard a ship.

If each one of us in the Latter Age of the Declining Law chants Odaimoku sincerely to repent wrong conduct, we will be able to experience appreciation of living in this great world.

(Rev. Okuno)

**(解説)**

仏教によれば、人はいかなる生き物を殺しても地獄に墮ちるので、たとえ小さな蟻を殺してもです。蟻を殺すにしては重い罰だ、とあなたは考えるでしょう。しかしながら、小さな針は、その比重が水よりも重いので水中に沈みます。この法則は地獄に墮ちるといふ考え方にあてはまるのです。

しかし我々普通の人間がいかなる生き物をも殺さない、ということが可能でしょうか。日蓮大聖人は『顕謗法抄』の中でそれを指摘しています。即ち「仏教徒の禁戒を厳格に守る律宗の僧ですらも生涯にわたって全く殺生をしないことはほとんど不可能である」と。

自分の悪行を悔いるために、人は自分の心の底から釈迦牟尼仏の教えを信仰しなければなりません。禁戒を守らないで有罪の意識に落ちるかわりに、人は救われるために仏陀の教えに頼るべきです。

さあ、我々は日蓮大聖人が明らかにした喩え話を理解しましょう。あまりに重くて人に持ち上げられない巨大な岩でさえも、もし船で運ぶならば、なお水の上に浮かぶのだ、と述べているのです。

もし我々の各々が末法の時代に悪い行為を懺悔するために誠実にお題目を唱えるならば、我々はこの偉大な世界に生きるありがたさを経験することができるであります。

(奥野 恭良)

27th Day

## Practice in Actions, Voices, and Spirit

“TSUCHI-RO GOSHO”

**Tomorrow, I (Nichiren) will be exiled to Sado Island. In this cold evening, I am thinking of you in the cold dungeon.**

**My thought is that you have read and practiced the *Lotus Sutra* with your heart and action, which would save your parents, brothers, sisters, relatives, ancestors, and everyone around you. Other people read the sutra vocally without feeling in their hearts. Even though they might read it with their heart, they do not experience it as the sutra teaches. Compared with them, you are very precious since you are practicing the sutra in your actions, voices, and spirit.**

(Background: October 9, 1271, 49 years old, at Echi, *Showa Teihon*, p.509)

二十七日

## 身体、言葉、心の実践

土籠御書

明日、私（日蓮）は佐渡が島へ追放される。この寒い晩に私は冷たい牢獄の中の君のことを考えている。

君は君の心と行動をもって法華経を読み、そして実践してきたし、それは君の両親・兄・弟・姉妹・親戚・先祖・そして君をとりまく全ての人を救うだろう、と私は考えている。他の人々は心の中の感情をもつことなく、口先でその経を読む。たとえば彼等が心でそれを読んだとしても、彼等はその経が教える通りに体験しない。彼等にくらべて君はきわめて貴い。なぜならば君は身体・口・心をもってその経を実践するのだから。

(背景：1271年10月9日、49歳、依知にて。昭和509頁)

**(Explanatory note)**

Nichiren Daishonin believed himself to be the Buddha Sakyamuni's messenger and conducted his spiritual training in accordance with the teaching of the *Lotus Sutra*. He put it into practice.

Nichiren said, "We must put into practice the teachings of the *Lotus Sutra* in all phases of life." He asserted that it is not true practice if we only understand it with our minds. Instead, he said, we must devote our hearts and souls to the fullest when we read the sutra.

He was a practitioner of the *Lotus Sutra* and requested his disciples and believers to be the same.

The above quotation is the opening paragraph of a letter to his disciple Nichiro and who was arrested with Nichiren at the time of the Tatsu-no-kuchi Persecution and who was put into a dungeon. The night before Nichiren's departure for Sado Island, Nichiren wrote the above letter to him.

Once he is exiled to the island, he might not be able to return to Kamakura. Even in such a circumstance, Nichiren worried about his disciples. We can see his compassion in this letter. He consoled those who were suppressed because of practicing the *Lotus Sutra*. He praised his disciples who practiced the sutra with their spirit and bodies.

Reflecting on people today, many are ill spiritually. How thoroughly do they understand themselves? How seriously are they seeking the true teaching? Most likely, people try to solve their problems superficially without

**(解説)**

日蓮大聖人はご自身を釈迦牟尼仏の使いであると信じ、ご自分の精神の鍛錬を法華經の教えにもとづいて行ないました。大聖人はそれを実践に移したのです。

日蓮大聖人は「我々は法華經の教えをあらゆる生活の場面で実践に移さなければならない」と言っておられます。もし、我々が我々の心で理解するだけであれば、それは真の実践ではありません。そうでなくて、我々がその經を読む時、我々は我々の心と魂を完全に捧げなければならない、と大聖人は主張しました。

大聖人は法華經の実行者であり、お弟子たちと信者たちに自分とおなじにするように要求しました。

上の引用文はお弟子の日朗にあてたお手紙の冒頭の一節です。彼等は竜の口の法難の時に日蓮大聖人と共に拘束され牢屋に入れられました。佐渡が島へ出発する前の夜、大聖人はこのお手紙を彼のために書いたのです。

大聖人が島に流されてしまえばご自身はもう鎌倉へ帰ることができないでしょう。そのような状況にありながらも大聖人はお弟子たちのことを心配しました。

我々はこのお手紙の中に大聖人の慈しみを見ることが出来ます。大聖人は法華經を実践したために迫害された彼等を慰めました。そして法華經を心と身体をもって実践したお弟子たちをほめたたえました。

今日の人々についてふりかえって見ると、多くは精神的に病気で、どれほど完全に彼等は自分を理解しているのでしょうか。どれほど真剣に彼等は真の教えを求めているのでしょうか。これらの人々は

going to the source. This is just a patchwork. In order to cure sickness of mind and body, we must find spiritual support. We must firmly believe in the *Lotus Sutra* and devote ourselves to it.

To practice the *Lotus Sutra* with one's action, voice, and spirit is to hold it "through three karmas." We hope to keep our daily lives in accordance with this phrase.

(Rev. Ogawa)

大てい問題を根源まで掘り下げないで表面的に解決しようとしているようです。ちょうどパッチワークの仕事（あて布をしてその場をつくろうこと）をしているのです。心と身体の病気をいやすためには精神的な支えを見出さなければなりません。我々はこの法華経を固く信じて自分自身をそれに捧げなければなりません。

人が身体、言葉、心をもって法華経を実践することは「三業でもって」それをたもつのです。このことばに従って我々の日常生活を保つことが望ましいのです。

(小川 如洋)



28th Day

## Attainment of Buddhahood

“MYOICHI AMA GOZEN GOSHOSOKU”

Those who believe in the *Lotus Sutra* are like the winter season for many hardships come incessantly. Winter is surely followed by spring. We have never heard nor seen that winter returned to fall. We have never heard that the believers in the *Lotus Sutra* go back to ordinary men. The *Lotus Sutra* says, “All people who listen to this sutra will attain Buddhahood.”

(Background: May, 1275, 53 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1000)

二十八日

## 仏の境地を得る

妙一尼御前御消息

法華經を信ずる人は冬期のようなものである。なぜならば多くの困難が次々にやって来るからである。冬の次は必ず春が来る。私は冬が秋にもどったことを聞きも見もしたことがない。私は法華經の信者が普通の人に逆もどりするのを聞いたことがない。法華經は「この經を聞く全ての人々は仏の境地を得る」と説いている。

(背景：1275年5月、53歳、身延にて。昭和定本1000頁)

**(Explanatory note)**

Nichiren Buddhists believe tomorrow brings improvement. Nichiren Daishonin's life was full of constant persecutions. He had strong belief in the *Lotus Sutra* and believed in the Buddha's protection; therefore, he never gave up his hope of attaining Buddhahood. His life was the practice of his belief and materialization of his faith. So he earnestly preached to us to have the same belief and hope in the sutra.

At his time, there were unseasonable weather, poor harvests, famines, epidemics, and social disorders. Nichiren sought causes of these natural disasters and social disorders in various sutras. As a result, he wrote "Rissho Ankoku Ron" which says at the end, "Ye men of little faith, turn your minds and trust yourselves at once to the unique truth of the righteous way! Then ye shall see that the triple worlds of the unenlightened will become the Buddha-land." The disasters and disorders, he said, were caused by the people's disbelief in the *Lotus Sutra*.

"Strong spirit to overcome any hardship" -- this is Nichiren Daishonin's foundation throughout his life. His strong spirit came out of "hope" which he always kept during many continuous persecutions. The hope was belief in the Eternal Lord Buddha who was watching and protecting him always.

Compared with Kamakura Era, we today are living in an unbelievably comfortable environment. But this comfortable living has many weak points as if we are standing on thin ice. It will easily melt.

**(解説)**

日蓮仏教徒は明日になればきっと良くなる、と信じます。日蓮大聖人の生涯は連続する迫害に満ちていました。大聖人は法華経を強く信じ、仏陀の守護を信じました。ですから大聖人は仏の境地を得る希望を決して捨てなかったのです。大聖人のご生涯はご自身の信念の実践であり、ご自身の信の実体化であります。ですから大聖人は我々がこの経に対して大聖人とおなじ信仰と希望をいただくよう熱心にお説きになりました。

日蓮大聖人の時代には季節はずれの天候、わずかの収穫、飢饉、流行病、社会の乱れがありました。日蓮大聖人は種々の経の中に、これらの自然の災害と社会の乱れの原因をさがし求めました。その結果大聖人は『立正安国論』を書かれ、その末尾でこう述べています。

「君、信仰なき人よ。心を入れかえてただちに正しい道のただ一つの真実を信じなさい。そうすれば君は迷いの中にある三つの世界が仏陀の世界になることがわかるでしょう」と。災害と世の乱れは人々が法華経を信じなかったために引き起こされたのだ、と大聖人は述べられたのです。

「いかなる困難をものり越える強い精神」——これが生涯を通じて日蓮大聖人の基本なのです。この強い精神は大聖人が多くの引き続く迫害の中で常に持ち続けた「希望」から生まれたのです。この希望は常に大聖人を見守ってくれた永遠の教主仏陀への信仰でありました。

鎌倉時代と比べると我々は今日、信じ難いほど快適な環境に住んでいます。しかしこの快適な生活はあたかもうすい氷の上に立っているように多くの弱点を持っています。それは簡単にとけ去るでし

Chapter 12 of the *Lotus Sutra* says that the Buddha Sakyamuni had accumulated merits by practising austerities in His previous lives for innumerable *kalpa*. To practice Buddha's way, we must foresee our long steps to Buddhahood.

We adhere in small matters, and we are joyful or sad only for matters before our eyes. But we must open our eyes wide and keep the "hope" revealed in the *Lotus Sutra* deep in our minds.

(Rev. Kanai)

よう。

釈迦牟尼仏陀は無数の劫にわたって前生で厳しい修行生活を行なって無量の功德をお積みになった、と法華経の第十二章は述べています。仏陀の道を実践するために我々は仏の境地に向かう長い道のりを見通さなければなりません。

我々は小さなことに固執し、我々の目の前にあることに対してだけ喜んだり悲しんだりします。しかし我々は目を大きく開いて法華経の中で明らかにされた「希望」を深く我々の心にたもたなければなりません。

(金井 勝海)

29th Day

**Propagation**

"SENJI-SHO"

The ocean consists of water from many rivers. Mount Sumeru consists of soil and rocks. When I, Nichiren, began to believe in the *Lotus Sutra*, I was like one drop of water in the ocean or a handful of soil of the mountain, compared to all people of Japan. However, if the number of the believers increases from two to three and to hundreds, thousands, millions; then, it becomes the huge Mount Sumeru of Buddhahood or the great ocean of nirvana.

(Background: June 1275, 53 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1054)

二十九日

**広宣流布**

撰時抄

大海は多くの川からの水で成り立っている。土と岩は積もってスメール山（須弥山）になる。日蓮が法華経を信じはじめた時は、日本の全ての人々と比べると私は大海の中の一滴の海水や一握りの山の土のようなものであった。しかしながら、信者の数が二人から三人に、そして、数百人、数千人、数百万人に増えれば、その時それは仏陀の境地の巨大なスメール山、巨大な涅槃の大海となる。

(背景：1275年6月、53歳、身延にて。昭和定本1054頁)

**(Explanatory note)**

The Nichiren Sect has traditionally held such a slogan as "Itten Shikai Kaiki Myoho," or "Convert the entire people under the heaven within four seas to the teachings of the *Lotus Sutra*." Kenji Miyazawa, a poet and follower of the *Lotus Sutra*, stated, "There will be no individual happiness until the whole world becomes happy."

Nichiren Daishonin's earnest desire for the attainment of Buddhahood through the recitation of Odaimoku does not stop at the level of individual salvation. The voice of the recitation should not only penetrate the heart of the individual who recites it but should also achieve the attainment of Buddhahood for the entire people.

He had appealed his religious view to Kamakura Government three times. They were 1.) "Rissho Ankoku Ron" completed and given to the government in 1260, 2.) appeal on the occasion of his persecution at Tatsunokuchi in 1271, and 3.) the appeal to the government in 1274. They were all his frantic efforts to materialize his sincere desire. The four major persecutions and the numerous lesser persecutions all befell him around the time he made these expostulations. They served as tests of his prayer for the happiness and attainment of Buddhahood for the entire world.

He kept his composure throughout these hardships, and stated that the vast ocean consists of drops of water, and Mt. Sumeru is composed of grains of soil. That is, each individual's voice in the prayer of the *Lotus Sutra* which he advocated may not reach afar, yet the voice will gain

**(解説)**

日蓮宗は「一天四海、皆歸妙法」、即ち「一天と四海のもとにいる全ての人々を法華經の教えに改宗させる」というスローガンを伝統的に保持して来ました。詩人であり法華經の信者であった宮沢賢治はこれを「世界全体が幸福にならないうちは個人の幸福はあり得ない」と言い表わしています。

お題目を唱えることによって仏の境地を得ようとする日蓮大聖人の真剣な願いは、個人の救いの水準にとどまらないのです。唱題の声は、唱える個人の心を貫くだけでなく、全ての人々が仏の境地を得ることを成し遂げるのです。

大聖人は鎌倉幕府に対してご自分の宗教的見解を三度諫言しました。それらは①1260年に完成し幕府に提出された立正安国論(の諫言)、②1271年の竜の口での法難の時(の諫言)、そして③1274年の幕府への諫言であります。それらは全て大聖人の誠実な願いを具体化する狂おしい努力でした。四大法難と無数の小法難は全てこれらの諫言を行なった時期をめぐって大聖人の上にふりかかりました。それらは全世界の幸福と仏の境地の成就に対する大聖人の祈りを試すのに役立ちました。

大聖人はこれらの苦難を通して平然としていました。そして巨大な大洋は水滴から成り立っているし、スメール山(須弥山)は土のかけらからできていて、とお述べになりました。即ち、大聖人が唱えはじめた法華經の祈りの声は、個々には遠方までとどかないだろうけれども、その声は時がたつにつれて共感を得て遠く広く広がることでしょう。そして最後には、我々のもとの教師・釈迦牟尼仏の絶対精神の覚りの頂上に達するでしょう、というのであります。

compassion in due course of time and will spread far and wide, eventually reaching the pinnacle of the absolute spiritual awakening of our original teacher, the Buddha Sakyamuni. Nichiren had no doubt that the vast ocean of absolute salvation (i.e., nirvana) would reveal itself to the world. Thus, he confidently predicted the future of propagation and spread of his teaching.

Today, we receive our salvation through the prayer of the *Lotus Sutra* and enjoy its protection. But we must question to what extent we have responded to Nichiren's great compassion.

Nichiren has led us to the world of great salvation of the *Lotus Sutra*. We must in turn do our utmost to spread the salvation of the sutra to the numerous individuals covering the entire land. We must realize that it is the proof of our faith to help to guide the whole world to happiness and attainment of Buddhahood.

(Rev. Ikuta)

日蓮大聖人は絶対の救いの巨大な海（即ち、涅槃）がこの世界に現われるということを疑わなかったのです。このようにして大聖人は確信をもって広宣の将来とご自身の教えの広まりを予言されたのです。

今日、我々は法華經の祈りによって我々の救いを受け、その守護を享受しています。しかし、我々は我々が日蓮大聖人の偉大な慈愛にどれだけ応えて来たかを問題にしなければなりません。日蓮大聖人は法華經の偉大な救いの世界に我々を導きました。我々はそのお返しに、全ての土地に住む無数の人々に法華經の救いを弘める手助けをするように、我々の最善をつくさなければなりません。全世界を幸福と仏の境地の成就に導く手助けをすることが我々の信仰の証明なのだ、ということを我々ははっきりと思い浮かべましょう。

(生田 観周)

30th Day

## Great Compassion

"HO-ON JO"

I, Nichiren, believe my compassion is boundless because I am devoting myself to salvation of all mankind, overcoming many persecutions. Therefore, "Namu Myoho Renge Kyo," the teaching for the people in the Latter Age of the Declining Law, will spread forever beyond the ten-thousand-year period. It has the merit of curing the (religious) blindness of all people and blocks the way to hell. This merit is superior to those of Dengyo of Japan, T'ien-t'ai of China, Nagarjuna of India, and Kasyapa who was the Buddha's disciple. Therefore, the practice for a hundred years in the peaceful Pure Land is not worth the merit of chanting Odaimoku for one day in this defiled world. Propagation of the *Lotus Sutra* in the two-thousand-year period following the death of the Buddha does not give benefit as much as spreading Odaimoku for a while in the Latter Age of the Declining Law. This is not due to my wisdom; it is solely due to the time of the Latter Age in which I live.

(Background: July 21, 1276, 54 years old, at Minobu, *Showa Teihon*, p.1248)

三十日

## 広大な慈しみ

報恩抄

私、日蓮はこう信じる。即ち日蓮の慈しみは無限である。なぜならば私は全人類の救済に自分を捧げており、多くの迫害に打ち勝っているからである。であるから末法の時代の人々のための教えである「南無妙法蓮華経」は一万年を越えて永久に弘まるだろう。それは全ての人々の(宗教的)盲目をなおし、地獄への道を遮ぎる功德を持っている。この功德は日本の伝教大師のそれよりも優れ、中国の天台大師、インドの龍樹菩薩(ナーガルジュナ)、そして仏陀の弟子であった迦葉尊者(カーシュヤパ)よりも優れている。であるから、平穏な浄土での百年にわたる修行はこの汚れた世界で一日お題目を唱える功德ほどの値打もない。仏陀の死後二千年にわたる期間での法華経の布教は末法の時代に少しでもお題目を弘めることほどの値打もない。これは私の智慧によるのではない。それは専ら私が生きる末法の時代によるのである。

(背景: 1276年7月21日、54歳、身延にて。昭和定本1248頁)

**(Explanatory note)**

What is the truth of humankind? This has been a long quest in human history. The development of human society was only possible through this quest, and our ancestors had sought the fundamental truth by physical and spiritual training. In other words, the history of humankind is the history of seeking happiness. Civilization has proved that happiness could be attained not by satisfaction of one's own self but by faith in truth.

However, the quick development of the modern science made us forget this fundamental spirit of humankind, and the civilization that our ancestors have built up is in danger of being corrupted because modern people became more selfish and forgot to work together with others in harmony.

Buddhism also has tried to find true nature of humankind which Buddha taught us. In this modern age, we, Buddhists, should not neglect to find the true spirit of Buddhism and the true mind of the Buddha Sakyamuni.

It is easy to chant "Namu Myoho Renge Kyo." But it is difficult to understand and believe it, unless we find the true teaching and salvation of the *Lotus Sutra* which the Buddha Sakyamuni revealed to us. "Namu Myoho Renge Kyo" was what the Buddha had kept deep in the sutra, and Nichiren Daishonin has revealed it for the first time in the thirteenth century. Nichiren believed that Odaimoku was the most important virtue he could leave behind for us in Buddhist history and proudly announced it to people. He said that it is most important for us to have faith in the

**(解説)**

人類の真理は何か。これは人類の歴史の中で長い間、探究されて来た大問題です。人類社会の進歩はこの探究を通してのみ可能です。そして我々の祖先はこの根元的真理を肉体的精神的鍛錬によってさがし求めました。言い換えれば、人類の歴史は幸福を求める歴史なのです。文明は、幸福がその人自身の我（欲）の満足によってでなく、真理への信仰によって得られることを証明して来ました。

しかしながら、現代科学の急速な進歩は人類のこの根本精神を我々に忘れさせました。そして我々の祖先たちが築き上げた文明は腐敗墮落の危険にさらされているのです。なぜならば、現代人はより利己的になり、調和して他人と共に働くことを忘れたからです。

仏教もまた仏陀が我々に教えた人類の真の本性を見出そうと努めて来ました。この現代において、我々仏教徒は仏教の真の釈迦牟尼仏の真実の心を見出すことを忘れてはなりません。

「南無妙法蓮華經」を唱えることはたやすいことです。しかし、それを理解し信じることは難しいのです。釈迦牟尼仏が明らかにされた「法華經」の真の教えと救いを我々がその中に見出さないならば（それは難しい）のです。「南無妙法蓮華經」は仏陀がその經の中に深くひそめて保持し、日蓮大聖人が十三世紀にはじめてそれを明らかにしたものです。日蓮大聖人は、お題目は仏教徒の歴史の中で大聖人が我々に残すことができる最も重要な功德であると信じて、声高らかにそれを人々に告げました。我々がその教えを信仰して、浄土で実践するよりもむしろ、この現実の世界で実践することが最も重要である、と大聖人はおっしゃいました。

我々はこの『報恩抄』を深く考えることなく、きわめてしばしば



teaching and practice in this real world, rather than to practice it in the Pure Land.

Although we read this "Ho-on Jo" quite often without thinking deeply, we must think of the true meaning of the words which Nichiren showed us.

We receive Odaimoku and preserve it in our bodies. At the same time we attain Buddhahood as a natural result of accepting and maintaining the "Namu Myoho Renge Kyo."

(Rev. Akahoshi)

読むけれども、日蓮大聖人が我々にお示しになった言葉の真の意味を考えなければいけません。

我々はお題目を受けてそれを我々の身体の中に保持します。同時に「南無妙法蓮華經」を受け入れて保持する当然の結果として仏の境地を与えられるのです。

(赤星 竜憲)

31st Day

## Realization of Buddhahood

“KANJIN HONZON SHO”

The *Saha*-world is the world of the Original Buddha and is the eternal Pure Land, which is free from the three calamities and the four *kalpa*. In this eternal world, the Buddha never disappeared in the past, nor is He to appear in the future. In consequence, all living beings under the Buddha in the *Saha*-world are one with Him and eternal. It is because those who believe in the *Lotus Sutra*, live in the land where they have united themselves with the Buddha and attained the truth of “the three thousand existences in one thought.”

(Background: April 25, 1273, 51 years old, at Sado, *Showa Teihon*, p.712)

三十一日

## 仏の境地を実現する(絶対の浄土)

観心本尊抄

娑婆世界は本仏の世界であり、永遠の浄土であり、三災と四劫を超越した浄土である。この永遠の世界では仏陀は過去に決して消滅しなかったし、将来に現われるものでもない。従って娑婆世界で仏陀のもとにいる全ての生き物は仏陀と一体であり永遠である。それは法華経を信じる人々が仏陀と一体となることにより「一念三千」の真理を達成した国に住むことになる。

(背景: 1273年4月25日、51歳、佐渡にて。昭和定本712頁)

**(Explanatory note)**

The world of the Original Buddha Sakyamuni is permanently peaceful and blissful without the traumas of birth and death. Contrarily, in the *Saha*-world of human beings, there are various sufferings and anxieties caused by three calamities of fire, flood, and storms; and the four types of transitions (Four *kalpa*): origination, duration, destruction, and annihilation.

In fact, in the realm of the Original Buddha, all existences are absolutely pure and tranquil. The Buddha himself with all other existences has never disappeared in the past nor will He appear in the future. The Buddha and all His disciples are equally enlightened by the glory of the sacred power of Odaimoku.

All beings have already been saved by the Original Buddha and are identified as one with the Buddha.

Despite the Buddha-land being perfect and beautiful, many people still have perverted views in which everything is still burning by the fire of illusions.

Nichiren Daishonin has found truth in the *Lotus Sutra* which is neither extreme idealism nor extreme realism. According to his teaching, the Buddha-land is not different from the human world. This land is the Buddha-land because it is where the Buddha is expounding the *Lotus Sutra*.

We, human beings, are the real disciples of the Original Buddha Sakyamuni, and had been taught by Him and have accomplished the Supreme Enlightenment.

This is the sacred relationship between the Original

**(解説)**

本仏釈迦牟尼仏陀の世界は生と死の衝撃がなく永遠に平穏で幸福に満ちています。反対に、人間の娑婆世界では、火災・洪水・台風の三つの災難、及び創造・保持・破壊・絶滅という四つの型(四劫)をもった(宇宙の)移り変りによって起される種々の苦難と心配事があります。

事実、本仏の領土では、全ての生存する者たちは絶対に浄らかで平穏です。仏陀自身は他の全ての生存する者たちと共に過去の世界において決して消滅しませんでしたし、将来の世界において決して現われないでしょう。仏陀とそのお弟子たちの全ては「お題目」の聖なる力の輝きによって等しく照らされるのです。

全ての生存する者たちはすでに本仏によって救われ、仏陀と一体化されています。

仏陀の世界は完全で美しいにもかかわらず、多くの人々はなおも曲がった見解をいただき、全てのものがなお煩悩の火によって燃えている、と見ます。

日蓮大聖人は法華経の中に真実を見出しましたが、それは、理想主義と現実主義のどちらの極端にも走らないものです。その教えによれば仏陀の国は人間の世界と別なわけではありません。仏陀がここで法華経をお説きになっているのですから、この土地が仏陀の国なのです。

我々人類は、本仏釈迦牟尼仏陀の真の弟子であります。そして仏陀によって教えられ、最高の覚りを成し遂げて来ました。これが末法の時代における本仏と人間たちの神聖な関係です。我々が法華経を信じてお題目を唱えれば、我々は我々自身の存在を理解できるし、

Buddha and the human beings in the Latter Age of the Declining Law. While we believe in the *Lotus Sutra* and recite Odaimoku, we can recognize our own existence and be able to realize our own divine Buddhahood.

(Rev. Syaku)

我々自身の神聖な仏の境地をさとることができるのです。

(釈 日法)

## POSTSCRIPT

“A PHRASE A DAY” is aimed for the Nichiren Buddhists to understand Nichiren Daishonin’s words and practice them in their daily life. The original phrases of “A PHRASE A DAY” or “Ichinichi Ichikun” was published in Japan in 1981 at the time of the Septicentennial (700th) Memorial Anniversary of the death of Nichiren Daishonin. Later an explanatory book on the “Ichinichi Ichikun” was written by Dr. Hoyo Watanabe, President of Rissho University.

A few years later, the ministers of the Nichiren Order of North America decided to translate the explanatory book. After a long struggle with difficult translation work, we were finally able to publish it in this booklet form. The translation into English was based on Dr. Watanabe’s explanatory book; however, some ministers translated Nichiren’s words more freely for English speaking people to better understand Nichiren.

Please note the “Background” of each day. First, as for the date of the letter written by Nichiren Daishonin, who

## あとがき

「一日一訓」は日蓮仏教徒がお祖師さまのお言葉を理解し、日々の生活の中で実践することを目指すものです。「一日一訓」の原本＝『一日一訓』は、日本で1981年、日蓮大聖人の滅後第700年記念祭の時に出版され、後になって「一日一訓」の解説書が立正大学学長渡辺宝陽博士によって書かれました。

数年後、北米の日蓮宗の開教師たちはこの解説書を翻訳しよう決めました。困難な翻訳の仕事との長い格闘の後、私たちはついにこの小冊子の翻訳をまとめることができました。英語への翻訳は渡辺博士の解説書にもとづいて行ないました。しかし開教師のある者たちは、英語を話す人々が日蓮聖人をよりよく理解するために、日蓮聖人の言葉をもっと自由に翻訳しました。

日ごとの背景書きに注意してください。第一は、日蓮大聖人が書かれたお手紙の日付です。大聖人は時々、月と年だけを書かれました。第二は、日蓮大聖人の年齢です。アメリカ式で数

sometimes wrote only the month and year. Second, Nichiren Daishonin's age is counted in the American way breaking off the traditional Oriental way of counting age. Third, the place where Nichiren Daishonin wrote is very important because his belief in the *Lotus Sutra* became intense after he was exiled to Sado Island. Lastly, the page number is shown on the *Showa Teihon*. The *Showa Teihon* is the most reliable and official source for Nichiren Daishonin's writings.

Finally, I, who have been placed in charge of collating together this booklet, thank Dr. James Ward, a retired eye surgeon. He is not a Buddhist but thinks in Buddhist ways on many occasions. I hope this English translation is understandable even to non-Buddhists. Therefore, I am glad to have accepted suggestions from such an appropriate person.

**Reverend Shokai Kanai**

えて、伝統的な古い東洋式の年齢の数え方はやめました。第三は、日蓮大聖人がお手紙を書いた場所です。それは非常に重要なことなのです。なぜならば、大聖人の法華経に対する信仰は佐渡が島へ流された後に強烈になったからです。最後に昭和定本の頁の数字が示されています。昭和定本は日蓮大聖人の著作に対する最も信頼できる公式の資料だからです。

結びにあたって、私はこの小冊子の校合を受け持ったのですが、ドクター・ジェームス・ワード氏に感謝します。彼は引退した眼科医です。彼は仏教徒ではありませんが多くの場合仏教的な仕方考えます。私はこの英訳が非仏教徒にさえも理解できることを望みます。ですから私は、このようにふさわしい方から示唆を受けたことを嬉しく思います。

金井 勝海

## ORIGINAL WORK "ICHINICHI ICHIKUN"

### Editor, Commentator

Dr. Hoyo Watanabe President of Rissho University  
Rev. Bunko Ono Lecturer of Rissho University

## "A PHRASE A DAY"

### Translator, Commentator in English

Rev. Ryusho Matsuda San Jose Myokakuji Betsuin  
Rev. Shokai Kanai Seattle Nichiren Buddhist Church  
Rev. Nippo Shyaku San Francisco  
Rev. Kanshu Ikuta Gardena Honpoji Betsuin  
Rev. Zuigaku Kodachi Portland Guhoji Betsuin  
Rev. Joyo Ogawa Sacramento Nichiren Buddhist Church  
Rev. Kenjo Igarashi San Francisco Nichiren Buddhist Church  
Rev. Kyoryo Okuno Toronto Nichiren Buddhist Church  
Rev. Ryuken Akahoshi San Jose Myokakuji Betsuin  
Rev. Kyotsu Hori Professor, Tokyo Rissho Junior College for Women

### Japanese-English Edition

Overseas Propagation Promotion Association, English Translation Committee;

Rev. Kyotsu Hori Professor, Tokyo Rissho Junior College for Women  
Rev. Zencho Kitagawa Assistant Professor, Rissho University  
Rev. Taikyo Yajima Kokokuji Temple  
Rev. Keiryu Shima Jikoji Temple  
Rev. Chiko Ichikawa Myoanji Temple  
Rev. Ryoko Mochizuki Daikyoyi Temple  
Rev. Hoyo Maruyama Senpukuji Temple  
Rev. Kenryu Asai Josenin Temple  
Rev. Shinkai Oikawa Joenji Temple

## 底本「一日一訓」

### 編纂注解者

立正大学学長 渡辺宝陽  
立正大学仏教学部講師 小野文珠、他

## 「一日一訓」

### 英訳者

サンノゼ妙覚寺別院	松田竜紹
シアトル教会	金井勝海
サンフランシスコ	釈 日法
ガーデナー本法寺別院	生田観周
ポートランド弘法寺別院	木立随学
サクラメント教会	小川如洋
サンフランシスコ教会	五十嵐顕城
トロント教会	奥野恭良
サンノゼ妙覚寺別院	赤星龍憲
東京立正女子短期大学教授	堀 教通

### 英文・和文の検討・編集

海外布教後援会・英訳委員会；  
東京立正女子短期大学教授 堀 教通  
立正大学助教授 北川前肇

幸国寺	矢島泰教
慈宏寺	島 啓隆
妙安寺	市川智康
題経寺	望月良晃
泉福寺内	丸山邦雄
常泉院	浅井憲龍
常円寺内	及川真介

和英対照 一日一訓

---

発行日 昭和61年10月30日

発行者 日蓮宗海外布教後援會  
〒160 東京都新宿区西新宿7-12-5 常円寺内  
電話 03-371-1797

印刷・製本 共同印刷株式会社

---

©日蓮宗海外布教後援會 1986 Printed in Japan