

仏教の未来に挑戦する情報誌

# フリースタイルな 僧侶たちの フリーマガジン

2011/6・7  
**Vol.11**  
Japan  
since 2009.8

## Special

チベットを知る そして日本を知るための

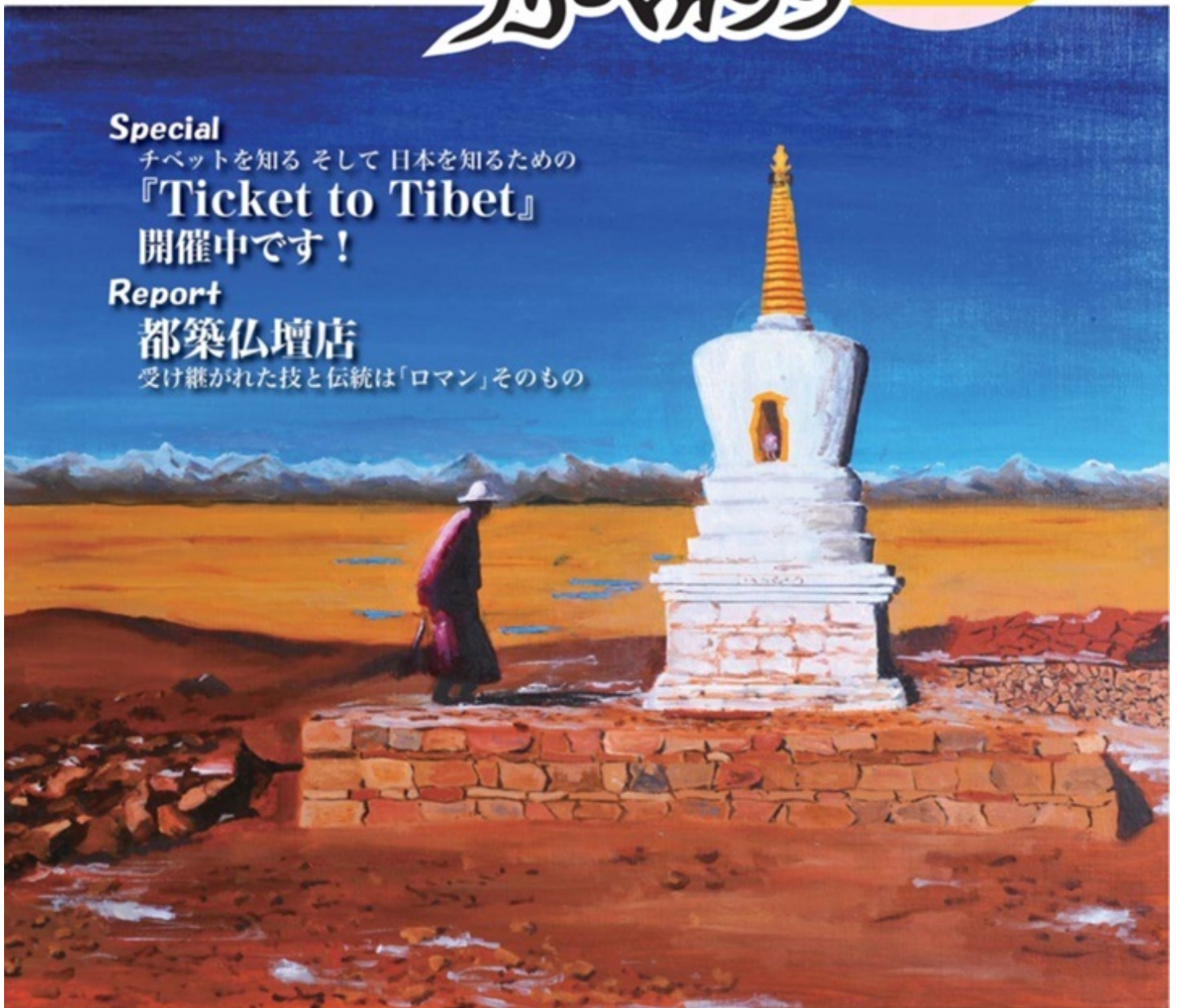
『Ticket to Tibet』

開催中です！

## Report

都築仏壇店

受け継がれた技と伝統は「ロマン」そのもの



フリースタイルな行者の「精進生活」

Ayakaのヘルシー精進レシピ「ソッカと緑レンズ豆のスープ」

イベントインフォ ETC

<http://freemonk.net>



ポタラ宮

# を知る。そして日本を知るための 『Ticket to Tibet』開催中です！

ヒマラヤに囲まれた雄大な自然、敬虔な仏教徒、神秘の国チベット。近年では、2008年のチベット騒乱の印象が強い。

「たしかに、政治的な情報ばかりがクローズアップされがちでチベットですが、医学・音楽・絵画、そして仏教など、文化の面でもいろいろな魅力があるんです。」チベット講座の企画を担当する辻村優英さんは語る。では、辻村氏が初めて手にしたチベットへのチケットは一体何だったのか。

「大学4回生の時、生きる意味を失うほどに悲しい出来事があったんです。相当落ち込んだんですけどね、そこで自暴自棄になるくらいなら、興味があったチベットに行こうと決めました。」

紺碧の空や雄大な山々、ポタラ宮などの観光名所。目に映る光景はどれも辻村さんの心を捉えて離さないものばかりだった。しかし、それ以上の特別な感情は起こらなかった。

旅も中盤に差し掛かったある午後、寺院の中の仄暗い場所をうろついていた時にどこからともなくお坊さんがやってきて、ガイドブックに載っているダライ・ラマの写真を見せてほしいと辻村さんに懇願してきた。一瞬、戸惑ったものの言われるままにガイドブックを差し出すと、お坊さんはそれを両手で恭しく受け取り、そのまま五体投地した。五体投地とは両手・両膝・額を地面に投げ伏す、仏教においてもっとも丁寧な礼拝方法。その光景を見た時に、辻村さんはお坊さんの神々しさに心を打たれるとともに、自分の小ささに打ちのめされた。

「実はチベットにおいてダライ・ラマの姿を見る事は、写真でさえ禁止されているんです。お坊さんが五体投地をしている数十秒間はまさに永遠のようでした。」

それ以来、10年近くチベットについて学ぶなかで辻村さんが強く思うことがあるという。

「私がチベットでお坊さんから得たものを、今度は自分自身の日常に何らかの形で還元し、そうしてまたチベットへ。そういうループを作りたいと思うんです。」

例えばチベット仏教を学ぶことで、日本仏教との違いは何かを新しい視点から見ることができると。つまりチベットを知ること、自分たちの生きる日本に足りないものは何かと、戻ってくるのだ。

表紙絵  
**森田純夫**（もりたすみお）  
 1940年3月16日生まれ。AV機器やPCの技術者として大手電機会社に勤務。定年退職後、絵を描き始める。  
 チベットを題材にした絵で2010年白日会入選。天山水文化交流協会前会長、関西日中文化交流協会会員として、中国少数民族の就学困難な子供たちの教育支援を行う。  
 平成23年3月13日逝去。享年72（満70歳）。



デブン寺



セラ寺問答



チベットおばあちゃん



屋根修理

### 【参加者の声】

『Ticket to Tibet』略して、チケチベ第一便は大盛況のうちに終了しました！  
 参加してくださったみなさまの声です。

Q：参加された動機について教えてください。

A：チベット文化に興味があったから（藤原新也さんが好き）。20代・女性

自身の知らない分野だったため、知ってみたかった。チベット医学がどんなものか、この講座を受けにきた方々の考えや思いを知ることができてよかったです。運営ご苦労様でした。ありがとうございました。20代・女性

Q：今後、チベットのどんな分野について興味がありますか？

A：仏教に興味がありますが、何でも知りたいです。40代・男性

芸術、絵や音楽など。20代・女性

『Ticket to Tibet』では、これからも皆様に少しでもチベットを身近に感じていただけるよう、わかりやすく、面白い講座を開催していきます。是非、ご参加ください！



# チベット

このチベット講座はそんな往復チケット。名付けて「Ticket to Tibet」

## 「Ticket to Tibet 第三便」

日時・7月3日(日)19時〜

テーマ・「世界最古のオペラ、アチエ・ラモ」

講師・山本達也：日本学術振興会特別研究員(PD)、京都大学博士(人間・環境学)、専門：文化人類学、亡命チベット人社会のチベタンPOPバンド「akama」のギターも務める

場所・mocommocafe

京都市中京区間之町通丸太町下ル大津町665(烏丸丸太町を東へ進み1つ目の信号を「間之町通り」沿いに南へ下がって2軒目)

参加費・1000円

定員・20名(当日参加歓迎ですが、定員を超えますとご入場いただけませんのでできるだけお申込みください)

「お申込み・お問い合わせ」

辻村優英(tsunke021@yahoo.co.jp)



# 都築仏壇店

受け継がれた技と伝統は  
ロマンそのもの

## 都築数明

プロダクトデザイナー。1971年生まれ。愛知県三河地方に300年以上伝わる伝統的工芸品「三河仏壇」を製造する職人の一人。2003年に若手仏壇職人を束ねて「ARTMAN JAPAN」を設立し、伝統技法を使ってアート性の高いプロダクトを発表し続ける。2008年にニューヨーク、2009年にデュッセルドルフにて2度の海外個展を実施し、日本独自の仏壇という文化と伝統技法の素晴らしさを国内外に発信。2009年から国のジャパンブランドの認定を受け「SOGON Style Project」を立上げて三河仏壇の伝統の復興を本格的に始動させている。

## 有限会社 都築仏壇店

愛知県額田郡幸田町大草瓶割 15-1  
TEL 0564-62-6111  
FAX 0564-62-4788  
Web <http://www.buddhy.com/m-moon/>  
Mail [m-moon@sk2.aitai.ne.jp](mailto:m-moon@sk2.aitai.ne.jp)

アートマン・ジャパン・オフィシャルサイト  
<http://artman.tv/>

→都築さんを迎えて「仏壇ナイト in 京都」を企画中!!  
お仏壇団んで、ありがたい話や熱いトークを!!  
決まり次第 Web にアップします



世の中が上を向こうと叫んでいるのに、私は下ばかり向いている。  
仰ぎ見る桜もとうに散り、シロツメクサの季節になったからだ。こたかい丘の一面に星のような白い花が咲き、柔らかな葉が乾いた心や頭を冷やし鎮めてくれる。足元からひんやりと冷たい湿気を、透きとおった水を感じる。緑の風が心地よく胸に満ちてくる。

わたしたちは 氷砂糖をほしくらいもたないでも きれいにすぎとおった風をたべ 桃いろのうつくしい朝の日光をのむことができます  
『注文の多い料理店』序

その土地で採れた命や栄養をいただく「身土不二」の概念は何も「食」だけの話ではない。  
人々の本当の栄養になることを祈るようにつがれた物語と同じく、都築さんはじめ職人さんたちも、私たちに必要な「ころ」を紡いでいる。  
百年、二百年、三百年…人から人へと受け継がれてきた私たちの根の部分を敬う心といっている。本を正さず、未だ走り過ぎた多くの日本人が置いてきたものだ。

僕らは仏壇を作るために生まれ、仏壇だけを作つて死ぬはずだった。  
それを許してくれない時代が到来してしまっただけだ。仏壇がニューヨークへ行かなくてはいけない時代なのだ。

都築さんがブログで書かれていたこの言葉は、ぐつと考えさせられる。仏壇のお洗濯という仕事が好きだと語り、次世代に引き継いでもらうことに遣り甲斐がある、と腕をふるう気概ある職人さんの言葉だ。  
「買つ」ことが暮らしをよくする鍵であり、「消費」することが全て、な時代は終わったのだ。貴重な心を受け継いだ職人さんたちから、本来の土に根付いた暮らしの形を模索するべき時代がきたんだらう。

## フリースタイルな行者の「精進生活」



大乘仏教では出家者の肉食を禁止している。ちなみに私も菜食主義者だ。では肉食に対して、お釈迦様はどう言われたか。実は、『不浄肉』以外は食べても良いと仰っている。

《不浄肉》とは

- 私のために殺されるのを見たもの
- 私のために殺されたと聞いたもの
- 私のために殺されたという疑いのあるものである。

これは托鉢をして得た食事を指して仰ったのであり、店頭に並ぶ肉には当てはまらない。しかし、肉を食べたい人は戒律に囚われず、好きなように食べれば良いと思っている。私は、菜食主義を押し付けるつもりはない。ただ、私を変わり者扱いする人たちには反論したい。

菜食主義の生活は楽しい。環境を考えたり、動物や植物の命を考えたりするきっかけにもなる。お坊さんらしくまじめだと言われるうまみもある。

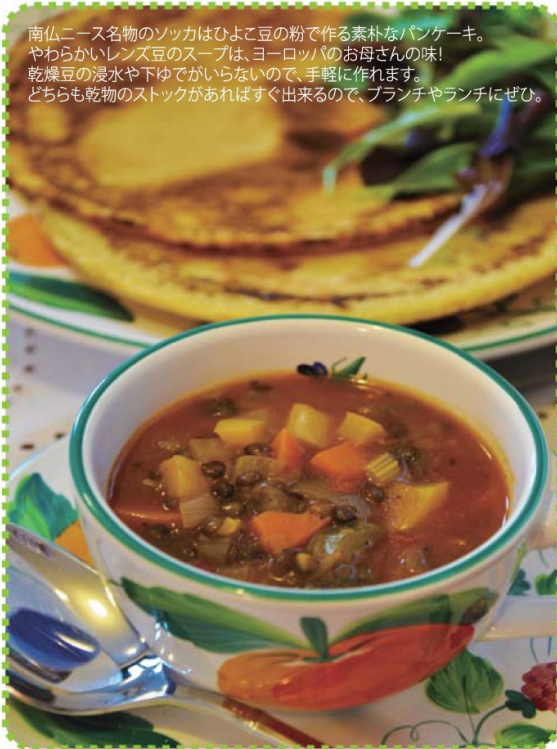
何より大切なのは、肉食でも菜食でも感謝しておいしく食べることだろう。そうすることで、身となり骨となり薬となり、心となるのだ。ナムナム。

小野剛賢（真言宗薬師院副住職）



## ソッカと緑レンズ豆のスープ

南仏ニース名物のソッカはひよこ豆の粉で作る素朴なパンケーキ。やわらかいレンズ豆のスープは、ヨーロッパのお母さんの味！乾燥豆の浸水や下ゆでがいらないので、手軽に作れます。どちらも乾物のストックがあればすぐ出来るので、ランチやランチにぜひ。



## Ayakaのヘルシー精進レシピ

材料（4人分）

<ソッカ>  
ひよこ豆の粉（ペサン粉） 250g  
（インド食材店などで入手可）  
水 500g  
オリーブオイル 大2  
塩、胡椒 少々  
<緑レンズ豆のスープ>  
緑レンズ豆 200g  
にんじん 1/2本  
セロリ 1/2本（葉の部分も使用）

パプリカ 1個  
ズッキーニ 1/2本  
じゃがいも 1個  
トマト水煮缶 1缶  
水 700cc程度  
オリーブオイル 大2  
ローリエ 1枚  
オレガノ、バジル 少々  
塩、胡椒



ソッカ

- 1 全ての材料をボウルに入れて混ぜる。
- 2 フライパンに薄くオイル（分量外）をひき、1の生地を3mm程度に流す。火が通ってきたら、生地を返して両面を焼く。
- 3 好みに塩、胡椒をしていただく。グリーンサラダなどをトッピングしてもよい。

緑レンズ豆のスープ

- 1 緑レンズ豆をかるく水洗いし、ざるにあげておく。
- 2 じゃがいも以外の野菜を約7mm角に切る。じゃがいもはすり下ろす。
- 3 鍋にオリーブオイルを熱し、弱火でにんじん、セロリの軸をじっくりと炒める。しんなりしてきたら、セロリの葉、パプリカ、ズッキーニと緑レンズ豆を加えて、さらに炒める。
- 4 3の鍋にトマト水煮缶、すり下ろしたじゃがいもと水を適量加え、かるく塩胡椒する。ローリエ、オレガノ、バジルも加えて、灰汁をとりながら30～40分煮込む。
- 5 全ての野菜と豆がとろとろになったら、塩胡椒で味をととのえる。

ソッカは塩味を強めると、ワインやビールのおつまみ向きの味に！

本場ニースではしっかり塩味のスナックとして、屋台や市場などで売られているのですが、最近ではサラダやチーズなどをトッピングして、おしゃれなひと皿としてメニューにのせるお店もあるとか。レンズ豆のスープに使う野菜はなんでも構いません。冷蔵庫のお掃除にもぴったります。じゃがいもの程よいとろみがあるので、豆乳や牛乳を加えてポタージュや、カレー粉を加えてあっさりカレーにもリメイクできます。たっぷり作っても便利なスープです。

6/16  
木曜日

屋久杉玉磨き  
+ クリスタルボールの奉納演奏  
+ 瞑想会

屋久杉玉磨きでは、屋久杉の流木を荒削りした様々な形やピースボールと呼んでいる玉を磨きます。完成した玉は、穴をあけて糸をとおり、アクセサリーにすることもできます。

クリスタルボールの奉納演奏では、99.99%水晶からできたクリスタルボールを使用した演奏が行われます。

平成 23 年 6 月 16 日(木)  
14 時～17 時 1 部 屋久杉玉磨き  
17 時～18 時 ベジカレータイム (予約制 500 円)  
18 時～19 時過ぎ 2 部 クリスタルボールの奉納演奏と  
密教瞑想

会場 : 真言宗薬師院  
〒596-0054 大阪府岸和田市宮本町 28-22  
(南海本線「岸和田」駅より徒歩 10 分)

講師 : なーや <http://kaihoya.blog53.fc2.com/>  
(瞑想のみ薬師院副住職 小野剛賢が担当)

参加費 : 3,500 円(第 1～2 部通し)  
定員 : 40 名(事前にお申し込みください)

■お申し込み・お問い合わせ(Web・メールのみ)

真言宗薬師院 小野剛賢  
yakushi@nike.eonet.ne.jp  
<http://www.eonet.ne.jp/~yakushi/>

このイベントの収入の一部は東日本大震災への義援金として使わせていただきます。

6/23  
木曜日

浄土宗西山禅林寺派光明院  
公開法話会

今回は東日本大震災に目をむけ、突然命を落とした方やその家族に仏教はどう向き合っていけば良いのか、また、放射線の健康被害につき、医学の面から詳しくお話しします。

平成 23 年 6 月 23 日(木)  
14 時 勤行 本堂  
14 時 10 分 法話 書院  
引き続き茶話会

法話 : 光明院住職・田中医院院長 僧医 田中善紹  
「東日本大震災について思うこと」

会場 : 光明院  
〒604-8336 京都市中京区六角通大宮西入る  
参加費 : 1,000 円

■お申し込み・お問い合わせ  
zensyou@mbox.kyoto-inet.or.jp  
<http://web.kyoto-inet.or.jp/people/tanakazk/>



6/22  
水曜日

お寺でタオ書画  
無になろう、自然体で生きよう

タオ書画というのをご存じでしょうか?タオとは、今から 2500 年も昔、中国古代の戦乱の世を生きた老子・荘子・列子によって語られた教えで、自然のありのまま、自然体で生きる“無為自然”の道をいいます。それは仏教や儒教と共存しながら中国大陆のみならず、日本にも広まり、今もなおアジアの人々の精神生活を奥深いところで支え続けています。そんなタオの世界を書画で体現する独自の境地を切り開いたのがタオ書画です。日本で、いや世界で唯一のタオ書画を体験してみませんか?

平成 23 年 6 月 22 日(水) 20 時～21 時 30 分

会場 : 圓融寺 客殿  
参加費 : 3,000 円 ※道具はこちらでご用意いたします  
講師 : 博士(中国古代思想)・タオ書画家 西林真紀子

【講師プロフィール】

5 歳より書道を初め、書道正師範免許取得。中国で日本文化を指導し、帰国後、博士号取得(中国古代思想)。中国古代思想・哲学の研究をしながら、タオ書画(タオ=道)という独自の世界を創造する。現在は首都圏の読売・日本文化テレビ、NHK 系列や、大学等で、筆遊び(絵と字のハーモニー=筆アート)の指導及び、セミナー、講演等の講師にあたる。国際書画大賞展審査員。(http://taomaki.com/)

【副住職からもおススメします】

タオ書画は仏教の坐禅や写経に通じるものがあります。無心にとりくみ、自分の心と向き合っ、ありのままの自分を感じてみましょう。きっと人生をより楽しく生きるための「気づき」があると思います。今回はお仕事でお疲れの方にもリフレッシュしていただけるよう、週末のおそめの時間に設定しましたが、お子さまからお年寄りまで、また筆を持ったことのない方も、どなたでも楽しめます。男性の方も是非お越しください。なにしろ先生がとっても美人ですから!

6/26  
日曜日

禅 × YOGA  
× アーユルヴェーダ

座禅もヨガもアーユルヴェーダも源をたどればひとつです。このセミナーは、原点に立ち戻って全部まとめてやっちゃおう!という欲張りな企画です。

毎月 1 回、どなたでも参加できます。心とからだの調和によって、生命の真理を体感しましょう。

平成 23 年 6 月 26 日(日) 15 時～18 時

会場 : 圓融寺 本堂  
参加費 : 3,000 円

■お申込み・お問い合わせ(予約制)

※定員になり次第、締め切らせていただきます

住所 : 圓融寺 〒152-0003 東京都目黒区碑文谷 1-22-22  
TEL : 03-3712-2098 FAX : 03-3712-7756  
Email : info@enyuu-ji.com

アクセス◇JR 目黒駅(西口)3 番→大岡山小学校行(01 系統)乗車 15 分「碑文谷二丁目」下車

◇東京メトロ「洗足駅」(改札口裏)→東急バス 渋谷駅行(71 系統)乗車 5 分「円融寺前」下車→徒歩 3 分

◇東京メトロ「西小山駅」下車→徒歩 15 分(タクシー乗り場もございます)

◇東急目黒線「西小山駅」下車→徒歩 20 分

※お車でお越しの際は、目黒通り、または環状七号線をご利用になると便利です

# 東日本大震災からの復興のためにわたしたちになにができるか。

まず決断したのは、フリーマガジンの休刊だった。4月1日号の校了まであと数日というところだったが、被災地の支援を最優先すべきと判断した。同時に、托鉢を開始。平素からお世話になっている方々には義援金のお願い状を送った。

これまでにお寄せいただいた義援金は、百三十八万六千八百十五円。NPO法人「アーユス仏教国際協力ネットワーク」を通じて、緊急医療支援、子どもたちの心理ケア、さらには被災地各所での救援物資の供給や炊き出しなどに用いさせていただいた。ここに謹んで御礼申し上げます。ところで、震災が起きて以降、お寺の責務に注目が集まった。僧侶は震災にどう関わったのか。震災直後から、被災者の受け入れや火葬時の読経などに携わってこられた東海林良昌さん（浄土宗雲上寺副住職・宮城県塩竈市）に、話をうかがった。

その時、仏教に何が求められたのか。私は緊急時に役立つスキルを持ち合わせていませんでしたし、お寺の設備も被災者を受け入れるのに充分整ってはいませんでした。でも、地域の方々は「お寺に避難させて欲しい」「大切な方の旅立ちにお経をあげて欲しい」と、頼ってくれました。私は何一つ充分なことではできませんでした。でも、精一杯のことをし、地域の人々と拝み合ったその瞬間に、「何かができたね」と確認し合えたような気がします。厳しい時期をともに乗り切ることで、心の絆は深まると思います。

また、今後は「心のサポート」が大切だという。

震災への関心が低下することを懸念しています。どうぞ皆様、想いを被災地に向け続けてください。現地に足を運ぶことができなくても、想いをかけていけば、それぞれの生活が被災地の復興につながっていきます。心のサポートをお願い申し上げます。どうか皆様と復興した地でお会いできることを夢見ています。その日はいつか必ずやってきます。

本誌読者の皆様に、「その日」が一日も早くやってくるようご協力をお願い申し上げます。「フリースタイルな僧侶たち」スタッフ一同も、継続的に助力していく決意です。

※東海林さんの活動報告は、「東北ブロック浄土宗青年会」ホームページの「活動日誌」をご覧ください。  
<http://tohoku-josei.petticel/>



## 読者のみなさまからの おたよりを募集しています!

- ・最近、お寺に行ってきました。
- ・お坊さんに聞いてみたいことがあります。
- ・フリスタでこんな題材を取り扱ってほしい!
- ・私と仏教との不思議な関係 などなど

誌面に関するご意見、ご感想もおまちしております。お気軽にお便りください。  
応募は郵送、FAX、電子メール、またWebサイトでも受け付けます。

あて先：フリースタイルな僧侶たち 編集部  
〒661-0982 尼崎市食満 6-11-15  
FAX : 06-6480-9821  
Email : info@freemonk.net  
Web : http://freemonk.net

## ・編集後記・

「フリースタイルな僧侶たち」の魅力は海外旅行に似ている、と最近思う。

見知らぬ国に旅すると、街のいたるところで新しい発見に出逢う。ご飯もやっぱり本場の味がするし（かえって口に合わないときもある）、電車やタクシーに乗るのも流儀が違って戸惑う。「すげーな」って感心する瞬間もたくさんあるけれど、同時に、「住み慣れた日本も悪くないな」って恋しくなる。

仏教だってそうだ。お釈迦様の時代の仏教と、「葬式仏教」とも揶揄されるような日本仏教の姿はまるで違う。それでは、日本仏教は間違っているのだろうか。本誌で紹介した都築教明さんが、海外で「日本の家には先祖をまつるための立派な仏壇がある」と言ったら、「なんて心深い人なんだ」と驚かれたという。

自分自身の姿はよく見えない。だから、他の宗派のこと、他の宗教のことは、知ったほうがいい。宗派を越えて仏教好きが集まるこのプロジェクトチームに、私自身が助けられて生きている。

(池口)

# 広告募集!

フリースタイルな僧侶たちとクリエイターがコラボレーションして作る、フリーペーパー『フリースタイルな僧侶たち』に広告を出しませんか? 企業・団体だけでなく個人の方からのご依頼も大歓迎です。

『フリースタイルな僧侶たち』は関西の寺院や仏具店をはじめ、カフェやスペイン料理店まで、様々な場所に設置しています。設置箇所は現在も拡大中 (HP で確認できます)!

広告物や刊行物の編集・デザインもご相談を承ります。興味をもたれた方は一度、お問い合わせください。

《媒体情報》  
仕様: A4 サイズ・8 頁・カラー  
発行部数: 10,000 部 (2011 年 6 月現在)

## フリスタ・クラブ会員募集中!!

私たちの活動に共感し、  
応援していただける方を大募集中!!

### ■フリスタ・サポーターズ・クラブ

対象者 フリスタを応援していただける方  
協賛年会費 5千円(個人) / 3万円(法人)  
※フリスタ・サポーターズの皆様には、年間6回発行予定の本誌をお届けします。ただし30部以上ご希望の方は別途相談させていただきます。また、フリスタ主催の各種イベントにおいて、優待いたします。  
※法人会員の方々は、誌面にお名前を掲載させていただきます。

### ■フリスタ・リーダーズ・クラブ

対象者 仏教に関しての資格や知識を持ち、フリスタの指導者として活動していただける方  
協賛年会費 1万円  
※フリスタ・サポーターズ(個人)同様のサービスも含まれています。  
会費振込先: 三井住友銀行 園田支店(422) 普通 5092943  
フリースタイルな僧侶たち 代表 池口 龍法  
※お申し込み、お問い合わせは、フリースタイルな僧侶たち編集部(電話番号などは下記)まで。ホームページからお申し込みいただけます。  
※お振込みいただく際には、あらかじめご連絡ください。

## 協賛のご報告

本誌発行にあたり、ご支援いただいた皆様に厚く御礼を申し上げます。以下に法人サポーターの方々のお名前のみ掲載させていただきます。

安心院 (京都府八幡市・浄土宗)  
安楽寺 (京都府南丹市・浄土宗)  
石尾山弘法寺 (大阪府和泉市・真言宗)  
延命寺 (大阪府堺市・浄土宗)  
巴融寺 (京都府目黒区・天台宗)  
教伝寺 (京都府船井郡・浄土宗)  
窪之坊 (山梨県南巨摩郡)  
九品寺 (京都府京都市南区・浄土宗)  
光照院 (東京都台東区・浄土宗)  
光徳寺 (福岡県みやま市・浄土真宗本願寺派)  
光明院・田中医院 (京都府京都市中京区・浄土宗西山禅林寺派)  
光明寺 (滋賀県草津市・真宗興正派)  
西明寺 (兵庫県尼崎市・浄土宗)  
浄栄寺 (滋賀県近江市・浄土宗)  
浄観寺 (滋賀県甲賀市・浄土宗)  
浄元寺 (兵庫県尼崎市・浄土真宗本願寺派)  
正善寺 (兵庫県伊丹市・浄土宗)  
勝樂寺 (東京都町田市・浄土宗)  
信覚寺 (福岡県朝倉郡・浄土真宗本願寺派)  
心光院 (東京都港区・浄土宗)  
瑞聖寺 (東京都港区)  
崇福寺 (滋賀県甲賀市・浄土宗)  
大圓寺 (東京都目黒区・天台宗)  
臺鏡寺 (大阪府枚方市・浄土宗)  
檀王法林寺 (京都府京都市左京区・浄土宗)  
潮音寺 (東京都大島町・浄土宗)  
長壽院 (東京都台東区・浄土宗)  
梅窓院 (東京都港区・浄土宗)  
宝泉寺 (愛知県津島市・浄土宗西山禅林寺派)  
法善寺 (大阪府大阪市・浄土宗)  
法然院 (京都府京都市左京区)  
法華寺 (京都府亀岡市・日蓮宗)  
万行寺 (東京都東村山市・浄土真宗本願寺派)  
無量光寺 (鳥取県鳥取市・浄土宗)  
薬師院 (大阪府岸和田市・真言宗)  
龍光寺 (和歌山県海草郡・日蓮宗)  
和田寺(タオサン)ガ道場 (京都府京都市東山区・浄土宗)  
株式会社 薫寿堂 (兵庫県神戸市)  
株式会社 (兵庫県姫路市)  
※ 五十音順に表示しています。  
※ 協賛は随時受け付けています。

## フリースタイルな僧侶たちのフリーマガジン

平成 23 年 6 月 1 日発行 第 11 号  
発行元 フリースタイルな僧侶たち 編集部  
〒661-0982 尼崎市食満 6-11-15  
TEL 090-5896-6478  
info@freemonk.net  
http://freemonk.net

※ 本誌のコンテンツを無断で転載することを固く禁じます。

題字  
表紙  
写真  
イラスト  
DTP&デザイン  
総指揮

しらたきなべお  
森田純夫  
掛川雅也  
悟東あすか  
bdt  
池口龍法