

A trip to Goto, where Kukai's prayers are interwoven with a Geopark

空海の祈りと ジオパークを紡ぐ 五島へのしま旅



編著：法橋 尚宏
著：渡邊 幹生，小出 淳貴，横山 奈美
平野 延子，王 志霞

はじめに

合掌 皆様のご多幸とご健康をお祈り申し上げます。

長崎県五島市（福江島を含む10の有人島と53の無人島で構成）は、真言宗の開祖であり、弘法大師（お大師さま）として親しまれている空海（774年誕生、835年入定）と遣唐使のゆかりの地として著名であり、日本仏教史上において特別な意味をもつ“しま”です。804年、第16次遣唐使（第18次遣唐使とする説もあり）として唐（中国）へ渡った空海の日本最後の寄港地、そして、806年、帰朝（帰国）時に立ち寄った寺院など、五島市においては空海が繰り広げた祈りの軌跡、空海が眺めたはずの自然が織りなすジオパークの絶景を巡ることができます。

空海は、806年、五島市玉之浦町の大宝に寄港し、五島市の中で最も古い寺院である大寶寺（大寶寺ではなく大寶寺）において日本で最初となる真言宗の講釈を行いました。したがって、大寶寺は、“西の高野山”の異名で知られています。また、明星院は、ここに籠もった空海が、真言を100万回唱え終えた日の未明、明けの明星（金星）から凄まじい光が差すのを見て、明星庵と名づけたのが由来と伝えられています。

ジオパークは、“地球科学的意義のあるサイトや景観が保護、教育、持続可能な開発のすべてを含んだ総合的な考え方によって管理された、1つにまとまったエリア”のことです。五島列島（下五島エリア）ジオパークは、2022年1月に認定された日本ジオパークであり、五島市にあります。これは、日本最西端のジオパークであり、日本列島と中国との間に位置しており、四方を荒波に囲まれた厳しい海の上にある“しま”です。

804年当時、唐に行くのは命がけの大冒険であり、空海も生きて帰ることができるかどうかかわからない危険にさらされる中、命からがら唐へ渡り、そして無事に戻ってこられたのです。実際、第16次遣唐使船は4隻編成の帆船で出港しましたが、空海の乗った第1船と最澄（天台宗の開祖）の乗った第2船のみが唐に到達し、第3船と第4船は遭難しました。当時、唐の都である長安（現在の西安市）は世界一の大都市であり、遣唐使によって先進的技術、薬、仏教、律令制度（法律にもとづいた統治制度）、文化、芸術などが日本に伝えられました。

現在、歴史ロマンと文化の薫りに満ちた五島市への“しま”の旅は、空海の教えと修行の道をたどりながら、五島列島（下五島エリア）ジオパークの壮大な景観を楽しむ冒険ともいえます。五島八十八カ所札所を巡りながら、御朱印集めに挑戦するのも素敵な体験になるかも知れません。五島市は、世界文化遺産“長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産”に含まれる教会だけではなく、名高い寺院や神社が多い“しま”です。本書は、五島市内の各地に残されている日本仏教のスーパースターである空海に関する史跡や伝説、そして五島における空海にまつわるウンチク話をコンパクトに紹介します。再拝

神戸大学教授

高野山真言宗僧侶（醫龍山法橋寺）

法橋尚宏（僧名：拓説）

1. 空海の日本初布教の地である五島市

遣唐使は、630年から894年の間に、朝廷（日本）が唐（中国）に派遣した公式の使節^{しせつ}です。遣唐使船には、大使、副使、判官、録事などのほかに、通訳、医師、画師、留学生、学問僧、船長や漕ぎ手などが同行していました。遣唐使は、当初は朝鮮半島沿いの北路で渡っていましたが、新羅^{しらぎ}（朝鮮半島南東部にあった国家）との関係が悪化すると、南路に変更されました。南路は、福江島の北西端にある三井楽^{みいらく}から東シナ海を横断し、揚子江河口の蘇州^{めいしゅう}や明州に入るもので、航海期間は最も短いのですが、最も危険な航路でした。当時の船は平底で、波を受けるとあっけなく海に沈んでしまい、遭難船の話におのき遣唐大使に任命されても拒否するひともいたといわれています。

遣唐使船の航路は、難波津^{なにわつ}（大阪市）から瀬戸内海を西下し、筑紫の大津浦^{つくし おおつのうら}（博多市）に入り、最後に五島市に来て風（季節風）待ちをし、遣唐使船の修復作業をし、薪・水・塩などを積み込み、順風を利用して一気に東シナ海を横断しました。遣唐使船は、五島市を日本で最後の寄港地としていたのです（写真1）。

その後、空海は長安^{ちやうあん}の都に入り、青龍寺^{せいりゅうじ}の恵果和尚^{けいかわじょう}に師事し、真言密教を学びました。そして、才能を認められ、最高の儀式である伝法灌頂^{でんぽうかんじょう}を受けました。空海は、仏教書だけではなく、医学書、文学書、土木書など、当時の唐の文化を日本に持ち帰りました。

空海は、806年、唐から帰朝の際に嵐に遭い、五島市玉之浦町の大寶寺（701年創建）の付近に漂着しました（写真2）。大寶寺に滞在していた間に護摩法要^{ごまほうよう}を挙行し、日本国内初となる真言密教の講釈を行いました。そして、大寶寺を三論宗^{さんろんしゅう}から真言宗に改宗させました。このことから、真言宗総本山の高野山に対して、この大寶寺を“西の高野山”とよぶようになりました。



写真1 ● 白良ヶ浜万葉公園にある遣唐使船を模した展望台



写真2 ● 大寶寺（西の高野山）

2. 空海の伝説・伝承と歴史ロマンが息づく五島市

五島列島は、約 1,800 から 1,600 万年前に、日本列島がユーラシア大陸から分かれはじめるときにできた低地に土砂がたまってできた地層と、その後の火山活動の影響を受けてできた“しま”です。ユーラシア大陸起源の地層からなる大瀬崎、鬼岳と火ノ岳から流れてきた溶岩からなる^{あぶんぜ}銚瀨溶岩海岸は有名です。

福江島と空海（写真3）の関係は、仏教の伝播と地域社会の発展に大きく寄与しました。また、福江島は、空海が唐からの帰国の際、大寶寺や明星院などに立ち寄ったことや、遣唐使船の寄泊地である^{みいらく}三井楽や^{きしく}岐宿も有名です。そして、三井楽や岐宿を最後に、揚子江を目指したという史実もあります。空海も遣唐使船で立ち寄った場所といわれており、ここで空海は日本を離れる最後の準備をしながら、風を待っていたとされています。



写真3 ● 三井楽の白石観音堂内にある空海の尊像

当時、唐へ渡るとは命がけであり、空海は“仏道を極める”という大きな目的がありましたが、唐へ^{おもむ}赴くことに不安は少なからずあったでしょう。しかし、自身の命よりも国を救うという使命感が勝っていたのではないかと推測します。後に空海は、『^{へんじょうほっししょうりょうしゅう}遍照發揮性靈集』にて、“死を冒して海に入る…^{ほんが}本涯を辞す…五島を離れて途中で暴風雨にあい^{かじ}舵は折れる。波^は濤の上で船は上下し潮に流される。水は尽き人は疲れ、ただ天を仰ぐのみ。生死の間にさまよった三十四日…”と記しており、この内容から想像するに、唐へ渡り、そして無事に帰国されたことそのものが奇跡であることがわかります。もし、空海が唐から帰っていなかったとしたら、仏教も現在とは違った形で日本に伝わっていたでしょうし、私たちの生活に根づいている仏教文化も現代のものとは違ったものとなっていたでしょう。

ここで、空海にまつわる伝説を一つ紹介します。空海は渡唐の途中、^{だいにちざん}大日山に登り、^{だいにちによらい}大日如来を刻んだとされています。そこには、一間四方（約 1 坪）大の^{ほこら}祠があり、その中に祠と同等大の自然石があり、この石は大日如来を刻んだ石の破片のようだと伝えられています。しかし、その石には像の片鱗は見当たらず、真実是不明です。もし、大日如来を刻んだ石の破片だったら、どのくらいの大きさの大日如来であったのか、またお一人で刻まれたのならばどれくらいの時間を要したのだろうかなど、さまざまな想像をせずにはいられません。空海の伝説・伝承は、五島だけでなく、全国各地伝えられています。なかでも水にまつわるが多く、弘法の井戸の話は有名なエピソードの一つです。一説によると、唐で学んだ地質学の知識が活かされていたのではないかとともいわれていますが、現在も残る水源を言い当てたことは、後々のひとびとに計り知れない貢献をしたことは間違いありません。

空海は、唐からの帰路時に暴風雨に遭い玉之浦大宝に漂着し、そこで真言密教を開宗したといわれています。玉之浦大宝に漂着した時、空海は何を思われたのでしょうか？ 空海が生きた時代とはまったく違う現代ですが、偉大な先人が見たであろう五島市の数々の名所を巡り、時空を超えた思いを馳せたものです。

3. 空海も眺めたはずの祈りのジオパークの絶景 4 選

日本遺産第 1 号として、2015 年に“国境の島 壱岐・対馬・五島～古代からの架け橋～”が認定されました。五島市は、日本と中国を結ぶ海の道の要衝であり、遣唐使が残した功績は今もなお語り継がれています。船の設計や航海術が限られていた当時、中国との往復を安全に達成することは非常に厳しく、遣唐使は日本で最後の寄港地であった五島市で航海安全を祈り、決死の覚悟で旅立ちました。空海は、幸運にも五島市から唐へと渡り、五島市に戻ってくることができました。そこで、五島市には、空海に関する伝説が多数残っています。空海は、五島市での滞在中、そして船の上から何を想ってジオパークを眺めていたのでしょうか？

ここでは、空海も眺めたはずの祈りのジオパークの絶景を 4 箇所紹介しますので、その自然や文化に触れ、その雄大さや歴史を体感してみてください。

1) 千畳敷海岸（嵯峨島）

嵯峨島（五島市三井楽町）は、福江島の貝津港の北西約 4 km の東シナ海上に位置し、周囲約 9.5 km からなる火山島（五島市の二次離島）です。1989 年に“日本の秘境 100 選”に指定されました。嵯峨島は 2 つの火山で構成されており、険しい男岳となだらかな女岳との接合部分に千畳敷海岸があります（写真 4）。畳が何枚も敷かれているように見えるため、千畳敷海岸という名がつけられています。火山の噴火で降り積もった火山灰などが幾層にも重なり、北西風による荒波により侵食を受けてできた平らな広い岩場です。嵯峨島では、そのほかに、断崖の奇岩、海食洞（波の浸食でできた洞窟）なども見ることができます。



写真 4 ● 嵯峨島の千畳敷海岸

2) 大瀬崎

福江島の最西端に位置する大瀬崎（五島市玉之浦町）は、荒波で削られて形成された海食崖で、遣唐使船はこの沖を経て遥か唐の地を目指しました（写真 5）。遣唐使船の目標になるように、昼は烽火が空に立ち上り、夜はかがり火が闇を照らしていました。大瀬崎からは、コバルトブルーの東シナ海を一望でき、九州本土で最も遅い時間に夕陽が沈む場所であり、夕陽が沈む瞬間の美しさは、言葉で表すのが難しいほどです。現在は、五島市の西海国立公園を代表する観光地であり、断崖絶壁の上に建つ白亜の灯台はこころ洗われる絶景であり、多くの映画（“悪人”など）やドラマ（“ばらかもん”，NHK 連続テレビ小説の“舞いあがれ！”など）のロケ地になっています。



写真 5 ● 大瀬崎（大晦日の最後の夕陽鑑賞会）

3) 鬼岳

福江島の東部に位置する鬼岳（五島市上大津町）は、標高 315 m の丸みを帯びたやわらかな臼状ですが（写真 6）、約 5 万年前に噴火した活火山です。鬼岳には鬼が住んでいたといわれており、山の麓に鬼穴洞窟があり、そこから鬼岳とよばれるようになったといわれています。お椀型の山全体が芝に覆われた芝山で、芝生の上ではピクニックを楽しめます。春には緑色、秋には黄金色、そして、冬には雪化粧へと季節ごとに表情を変えるのが特徴であり、西海国立公園に指定されています。鬼岳は、五島市のシンボルの存在で、山頂からは 360 度に広がる大パノラマが楽しめ、周囲の海や山、市街地まで見渡せます。鬼岳の中腹には、空気が澄みきった五島市の立地条件を活かし五島市鬼岳天文台があり、美しい宇宙を探ることができます。



写真 6 ● 鬼岳（冬の雪化粧）

4) 火ノ岳

ジオパークは、地質学的・歴史的な意義はもちろんですが、現在を生きるひとびとの健康に役立てることも重要であると考えます。火ノ岳（五島市上崎山町）は、鬼岳火山群のひとつであり、鬼岳の隣にあります（標高 314 m）。

五島市における健康科学に関連する研究の結果から、島民の運動不足、喫煙、過度の飲酒、食習慣（とくに食塩の過剰摂取）などが発症・進行に関連する生活習慣病の存在が明らかになっています。とくに車社会による運動不足が原因のひとつと考えられ、能動的に身体を動かす、歩く（五島列島方言では“さるく”という）機会の提供、意識改革が急務です（図 1）。

ウォーキング（有酸素運動）は、健康寿命を延ばすことや健康維持につながるということが研究で実証されています。火ノ岳の登山口から中腹までの一部はコンクリート舗装が施されています。四季折々の草木との触れ合いとその香り、鳥のさえずり、風の音、木もれ日などで、心身が癒やされながらウォーキングができ、雄大なジオパークを感じることができるパワースポットでもあります。山頂近くには火ノ嶽神社があり、山の神と火の神をまつた祠（神社の簡略形で、神をまつておく小規模

“五島ジオ・クアオルトウォーキング”で健康寿命を延ばそう

火ノ岳をさるく

火ノ岳は、地質学的・歴史的な意義があるのもちろんですが、現在を生きる人の健康に役立てることもできます。ウォーキング（有酸素運動）と森林浴は、健康寿命を延ばすことや健康維持につながるということが研究で実証されています。ジオパークは、最も大切な健康と命を守るために、島民と旅行者の身近な資源として活用できます。

ジオパークがもつ特徴のある地形と自然を活用したクアオルトウォーキングとして、“ジオ・クアオルトウォーキング”という新しい用語を提唱します。鬼岳火山群の中で、火ノ岳（標高 314m）は、アクセスの良さ、山道の傾斜や変化、歩数、脂肪燃焼を効率よく行うための運動強度、樹木の状況（冬でも緑などの常緑樹があります）などから、運動療法と森林療法として医学的エビデンスのあるセラピーロードであり、雄大なジオパークを感じるパワースポットでもあります。

登山口の Google マップ上の位置は、<https://maps.app.goo.gl/42AY8H4KUpvJ0K8> (QRコードは右) で、横江港ターミナルから車で約 16 分です。

登山口（五島市上崎山町）から中腹までの一部はコンクリート舗装です。四季折々の草木との触れ合いとその香り、鳥のさえずり、風の音、木もれ日などでも心が癒やされます。

山頂近くの火ノ嶽神社には、山の神と火の神をまつた祠があります。参拝すれば、参拝するとよいでしょう。

山頂は草原が広がっており、360 度大自然のパノラマを楽しめます。ここからの五島全体の眺望は、まさに絶景です。頂上には三角点標石がありますので、探してみてください。

●五島列島方言の“さるく”とは、歩くという意味です。
●健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間です。
●クアオルト (Kurort) とは、ドイツ語で健康保養地を意味し、自然を活用して健康づくりをする場所です。
●火ノ岳周辺は、携帯電話（衛星携帯電話を除く）は圏外の場所が多いので、注意が必要です。
●地図は、国土地理院が提供している地理院地図を編集・加工して使用しました。
●このウェブサイトは、2023年度五島列島（下五島エリア）ジオパーク活動支援助成金（五島列島ジオパーク推進協議会）の支援を受け、制作しました。

制作：法橋 尚宏（神戸大学医学部）
関連ウェブサイト：<https://holisticnursing.jp/>

活動量情報	
歩行距離：約 4.2km ¹⁾	累積標高（登り）：約 133m ¹⁾
往復所要時間：平均 75 分 ²⁾	歩数：平均 7,026 歩 ²⁾
活動カロリー：平均 202.0kcal ²⁾	燃費燃費量：平均 13.2g ²⁾

1) 国土地理院が提供している地理院地図から算出した。
2) 20歳から 59歳までの実測データです（個人差があります）。

図 1 ● 火ノ岳をさるく（リーフレット）

な建物)があります。山頂は草原が広がっており、360度大自然のパノラマを楽しめます。とくに、ここからの鬼岳全体の眺望は、まさしく絶景です。

本書の編著者である法橋は、健康科学の視座から、ジオパークのもつ特徴がある地形と自然を活用した最適なクアオルトウォーキングとして、“ジオ・クアオルトウォーキング”という新しい用語を提唱しました。クアオルト (Kurort) は、ドイツ語の治療・療養を意味するクア (Kur) と場所・地域を意味するオルト (Ort) を組み合わせた言葉であり、自然を活用して健康づくりをする健康保養地です。火ノ岳は、“ジオ・クアオルトウォーキング”に最適の場所ですので、ゆっくり散策することをお薦めします。これは、2023年度五島列島（下五島エリア）ジオパーク活動支援助成金（五島列島ジオパーク推進協議会）の支援を受けて実施した事業です（https://holisticnursing.jp/ja/motion_therapy/を参照）。

4. 空海が説く真言密教の真髄と修行

唐に渡った空海は、青龍寺東塔院の恵果和尚に会いに行きました。当時の長安には密教の碩学が数多いましたが、恵果和尚は正統の密教を継がれた第七祖であり、右に出るものがない高僧でした。恵果和尚は、空海に会うやいなや「我、さきより汝のくるのを知り、待つこと久し。」と述べ、大層喜ばれました。空海は、恵果和尚のもとで密教を学び、805年に遍照金剛の法号を授けられ、密教の第八祖となりました。恵果和尚は同年12月に「密教の教法はすべて授けた。早く日本に帰って密教を広めよ。」「我と汝とは、昔から深い縁がある。今度、我が日本に生まれたなら、汝の弟子となり密教を広めていくだろう。」と空海に告げ、ほどなくして恵果和尚は入滅されました。空海は、本来は20年間の滞在予定であった留学生でしたが、恵果和尚のお言葉もあり、また、自身も密教を一刻も早く日本に伝えなければいけないという使命を感じ、翌806年に帰国しました。

真言密教は、空海が唐より日本に帰った後、説かれた教えです。真言密教の“真言”とは、仏の真実のことばを意味しています。このことばは、人間の言語活動では表現できない、この世界やさまざまな事象の深い意味であり、すなわち隠された秘密の意味を表しています。密教は、お釈迦様が言葉だけでは伝えられなかった真理を、実践によって示す教えと表現されています。すなわち、言葉ではなく実践、いわゆる行為や姿勢などによって示すということです。その真髄は、仏教でいうところの宇宙の真理そのものである身口意を大日如来と一体化する修行を積むことであり、生きながらにして仏になること、すなわち即身成仏となることです。さて、どのような方法で大日如来と一体化するのでしょうか？それは、真言密教の修法である三密加持を行うことです。三密加持とは、精神を一点に集中させる瞑想のことです。ひとは、“身体”“言葉”“こころ”の3つの働きで成り立っており、これを“三業”といい、仏は“身密”“口密”“意密”で成り立っており、“三密”といいます。この三業と三密を一体化するために、真言を唱え、印を結び、こころが大日如来の境地に達する修行のことです。三密加持が完璧に行えるようになれば、大日如来と自己が一体化する、このあり方を空海は、仏が我に入り我が仏に入るという意味で“入我我入”とよんでいます。また、空海は、「真言を唱え、手に印を結び、心が静寂安穩の状態になれば、仏の三密と凡夫の三業がすなわち一体化する。それこそが、即身成仏である」と述べています。

唐からの帰国の際、何度も嵐に遭遇し、今にも船が沈もうとしたとき、右手に不動明王の剣印、左手に索印（手に印）を結び、口に真言を唱えて波を沈めたといわれており、このように大日如来と一体となれたことで、玉之浦大宝に漂着したといわれています。その後、空海は玉之浦町の大寶寺（写真7）で日本初の真言密教の講釈を行ったとされており、大寶寺は西の高野山とよばれるようになったことは有名です。五島市内に点在する五島八十八ヵ所札所では、空海に縁のあるところも多々あり、この地を巡ることで空海の実言密教への思いに触れることができるかもしれません。



写真7 ● 大寶寺の山門

5. 五島市に残る空海ゆかりのパワースポット

1) 大寶寺（西の高野山）

弥勒山^{みろくざん}大寶寺^{たまたのうらまち}は玉之浦町大宝にあり、五島市の中で歴史がある寺院で、“西の高野山”とも称される重要な仏教の聖地です。大寶寺は、空海との縁が深く、空海の教えや思想が息づく寺院として知られています（写真8）。大寶寺の開創は701年の奈良時代にさかのぼり、第41代持統天皇^{じとう}の発願^{はつがん}により、国家鎮護^{ちんご}・皇室繁栄などを祈願して創建された祈願寺です。五島市の中でも古い寺院で、五島八十八カ所札所の八十八番札所でもあります。



写真8 ● 大寶寺にある空海像

806年に空海が遣唐使として、帰国した際に大寶寺近くに漂着し、大寶寺を訪れたと伝えられています。開創以来、三論宗^{さんろんしゅう}という大乘仏教宗派でしたが、空海は真言密教の講釈を大寶寺で行い、真言宗へと改宗しました。空海は、真言密教の教えを広めるために多くの寺院を建立しましたが、大寶寺はその最初の寺院として、信仰の拠点となりました。空海の教えは、深い瞑想や修行をとおして自己をみつめ直し、真理に到達することを目指すものであり、大寶寺でもその精神が今も受け継がれています。毎年、空海のご縁日には、真言密教の護摩法要^{ごまほうよう}で無病息災を願う祭りが行われています。

寺院内には空海を称える碑や、空海に由来する多くの像など数々の文化財や彫刻が残され、訪れるひとびとは空海の偉業を感じることができます。大寶寺は、自然に囲まれた静寂な環境の中でここを落ち着かせ、空海の教えに触れることができる貴重な空間であり、多くの信者にとってこころの拠り所となっています。

五島市民にとっては、大寶寺は地域の精神的・スピリチュアル的な支柱であり、日常生活の中で深い信仰心を抱く場所です。市民は、年中行事や祭り（大宝の砂打ち^{せんにちたいさい}“千日大祭”など）をとおして大寶寺と関わりをもち、地域の結束を深めています。大寶寺は、宗教的な意義だけではなく、地域文化や観光にも寄与する存在として愛され続けています。

2) 明星院

宝珠山吉祥寺明星院^{ほうしゅざんきやうじ}は吉田町^{よしだちょう}にあり、高野山真言宗の仏教寺院で、五島八十八カ所札所の第一番札所、第二番札所、第四番札所にあたります（写真9）。五島市の中でも、大寶寺と並んで重要な寺院とされています。明星院の創建年は不詳ですが、806年当時は迎賓館のような施設であり、最も古い仏像は655年のものがあります。

山門をくぐるとすぐに池があり、その中央にある泮池石橋^{ばんち}を渡って明星院に入ります。この橋は、



写真9 ● 明星院

此岸と彼岸を分ける橋であり、この橋を渡ればそこは仏の世界となります。なお、此岸は、“こちらの岸”という意味で、今生きている現世や日常生活をさし、修行を始める前、または迷いや苦しみの状態の象徴です。一方、彼岸は、“向こうの岸”という意味で、悟りや解脱の境地、あるいは涅槃の状態をさし、苦しみを超越した悟りの世界象徴です。

本尊は虚空蔵菩薩で、本堂と木造阿弥陀仏如来立像は長崎県の指定有形文化財に、銅造如来立像は国指定重要文化財に指定されています。江戸時代は五島藩主家代々の祈願寺として崇敬を集めました。火災で消失し、1778年（1779年という説もあり）に再建された本堂の天井は格子状になっており、狩野派の大坪玄能の121枚の花鳥画が極彩色で描かれています。

空海が806年に五島市に寄港した際に明星院へ立ち寄り、虚空蔵求聞持法という真言を100万回唱える修行を行い、真言を唱え終えたときの明けの明星を見て感銘を受けたことに由来して、明星院と名付けられたといわれています。

3) 辞本涯

三井楽半島は、福江島の北西端から東シナ海に突き出ており、その最北端にある柏崎公園内に辞本涯の碑（写真10）があります。柏崎とゆかりの深い空海の像とともに、その偉徳を伝えるために地元有志によって建立されました。半島の沖には姫島（現在は無人島）が存在し、その姫島を背に“辞本涯”と刻まれています。その文字は、高野山清涼院の静慈彰住職によって書かれたそうです。辞本涯とは、『性霊集』（空海の漢詩文集）に記されており、“本涯を辞す（本国（日本のこと）の最果ての地を去る）”という意味です。その言葉から、空海ら遣唐使の命懸けの旅への覚悟が垣間みられます。



写真10 ● 辞本涯

辞本涯のすぐ横には、万葉集にある詠が刻まれた詠碑、白亜の灯台（五島柏崎灯台）もあります。五島つばき空港・福江港より車で約45分要し、柏崎公園近くなると遊歩道程度の狭い道になっていますが、その先には雄大な大海原（東シナ海）が広がっており、ここを眺めていると空海の想いに触れることができます。

辞本涯のすぐ横には、万葉集にある詠が刻まれた詠碑、白亜の灯台（五島柏崎灯台）もあります。五島つばき空港・福江港より車で約45分要し、柏崎公園近くなると遊歩道程度の狭い道になっていますが、その先には雄大な大海原（東シナ海）が広がっており、ここを眺めていると空海の想いに触れることができます。

4) 三井楽（みみらくのしま）

航空自衛隊福江島分屯基地（五島市三井楽町）がある京ノ岳（標高183m）は、約30万年前に一度のみ噴火した火山です。そのときに噴出した溶岩流が放射状に広がってできた溶岩台地が三井楽町で、ほぼ円形の緩やかな斜面からなっています。ここは、古来の大陸への“海の通り道”であり、唐を目指す遣唐使船にとって、東シナ海を横断する際の最終寄港地であり、空海もここから旅立たと伝えられています。その様子は、奈良時代初期に編纂された『肥前国風土記』に“美弥良久の埼”として記されています。

『万葉集』には“肥前国松浦県美彌良久の埼”，『続日本後紀』には“美弥久”，『蜻蛉日記』には“みみらくの島”として古典文学にもたびたび登場し、平安時代から異国との境界にある“しま”，亡き死者に逢える

西方浄土の地の歌枕^{うたまくら}とされ、有名だったようです。

遣唐使船に積み込む飲料用水を供給したと伝えられている井戸“ふぜん河^{がわ}”（写真11）、遣唐使守護の任において順風を待っている間に病死した鎖鎌名人^{くさりがま}を祀^{まつ}ったとされる“岩嶽神社^{いわたけ}”，道の駅遣唐使ふるさと館などの施設，辞本涯をはじめとするモニュメントなどが数多く点在し，遣唐使や空海と深い関わりを体感できます。

高浜海水浴場^{たかはま}や白良ヶ浜海水浴場^{しららがはま}は，日本一美しい砂浜といわれ，さらには高崎鼻^{たかさきばな}から柏崎，長崎鼻までの海岸域と海域は国の名勝に指定，日本遺産にも認定されており，美しい自然にあふれた“しま”です。

5) 遣唐使船寄泊地の碑（魚津ヶ崎公園）

魚津ヶ崎公園^{ぎょうがさきこうえん}は岐宿町^{きしゅくちょう}に位置し，園内には遣唐使船寄泊地を示す碑が建てられています（写真12）。『肥前風土記^{ひぜんのくにふどき}』には，遣唐使が“川原の浦”に立ち寄り，風待ちをしていたとの記述があります。この“川原の浦”は，魚津ヶ崎公園近くの白石湾^{しらいしわん}であるとする説が有力であり，ここが遣唐使船の日本最後の寄港地とされています。空海も，この地に足を踏み入れたと伝えられています。

白石湾は，遣唐使が出発した難波津（大阪）から，目的地である揚州（江蘇省^{こうそしょう}）までの航路のほぼ中間地点にあたり，航海の上でも非常に適した場所でした。さらに，湾が入り組んだ地形であるため波が穏やかで，寄港地として理想的な条件を備えていました。このように，白石湾は遣唐使の航海において重要な役割を果たした場所であり，歴史的にも大変意義深い地です。

6) 白石のともづな石

白石^{しらいし}のともづな石（写真13）は，三井楽半島の東部，岐宿町川原^{きしゅくまち}にあり，日本遺産に認定されています。現在は埋立地となっており道路沿いに存在しますが，昔は海岸だった場所です。遣唐使が船の修理や食料補給，風待ちをするために波の穏やかな港に入った際に，船が流されないように船からのとも綱^{つな}を結わえた石といわれています。遣唐使の命をかけて成し遂げた偉業に敬意を表し，地元のひとびとが小さな祠（白石観音堂）を



写真11 ● ふぜん河



写真12 ● 遣唐使船寄泊地の碑



写真13 ● 白石のともづな石

建て、大切に守られています。石の高さは 60 cm 程度ですが、実際はさらに 5 m 程度地中に埋まっているともいわれています。祠の中には、馬頭観世音菩薩と空海が祀られており、豊漁や海上安全を祈願し、線香やお花が手向けられています。祠の前には、ともづな石の説明が刻まれている大きな石碑があります。祠の近くに行くと、まずはその石碑が目に入るため、それをともづな石と勘違いするひとが多いようです。

7) 延命院（黄島）

弁竜山延命院（五島市黄島町）は、五島市の二次離島である黄島にあり、黄島港の南約 3 分の歩行距離にある寺院です（写真 14）。空海が修行の一環として訪れた場所であり、五島八十八カ所札所の第十五番札所です。黄島は、福江島の南東約 18 km の東シナ海上に位置し、武岩質溶岩でできた平らな火山島です。黄島は福江港より水路で約 30 分、赤島港より約 10 分要し、定期船は 1 日 2 便のみです（2024 年 12 月現在）。



写真 14 ● 黄島にある延命院

延命院は、自然に囲まれた場所にあり、空海は自然の中で山岳信仰や自然との一体感を重視した瞑想や修行を行っていたとされます。命の延長や無病息災などを祈願するために、延命院は 1689 年に創建され、現在も空海の修行地としての歴史とともに、真言宗の信仰の拠点として地域のひとびとの信仰心と生活の中で大切な役割を果たしています。なお、延命院は明星院の末寺であり、延命院に保管されている弁財天は空海が作ったとされています。

6. 空海の足跡をたどる五島八十八カ所札所巡り

五島八十八カ所札所^{ふだしょ}は、五島市内に点在する八十八カ所の霊場^{れいじょう}をさします。この霊場巡りは、四国八十八カ所巡礼になぞらえて構成しており、五島市の豊かな自然や歴史、文化、そして信仰に触れることができる巡礼路です。五島八十八カ所札所は、30の寺院、58の地蔵堂・観音堂で構成され、そのうち12寺院が真言宗です。第一番は明星院、第八十八番は大寶寺（写真15）です。

これらの霊場は、島人^{しまびと}の手によって維持管理されており、地域文化との結びつきが深いのが特徴です。巡礼者は、札所を巡ることで精神的な修行を行い、自分自身を見つめ直す機会を得ることができます。また、霊場巡りを通じて、五島市のジオパークの自然美や歴史、地元のひとびととの交流を体験することもできます。

最近人気になっている御朱印集め^{ごしゅいん}は、寺社を訪れた際に受け取ることができる御朱印を集める趣味や活動です（写真16）。御朱印は、その寺社を訪れた証として記念にいただくもので、参拝者の信仰心や旅の記録としても重要視されています。寺社の住職や宮司が書く筆文字や印章のデザインには芸術的な美しさがあります。

“同行二人^{どうぎょうににん}”は、お遍路で使われる用語で、“空海とともに旅をしている”という意味をもちます（写真17）。お遍路では、巡礼者は物理的にはひとりであっても、常に空海と一緒に旅をしていると信じられているのです。これは、空海の庇護^{ひご}や加護を感じながら巡礼を進めることで、お遍路をするひとにとって心の支えとなる概念です。そこで、巡礼者の装備には“同行二人”の文字が記されていることが多いのです。たとえば、菅笠^{すががさ}や白衣^ひ、納経帳^{のうきょうちょう}（朱印帳）などにこの言葉が刻まれています。巡礼者が困難に直面したとき、自分はひとりではない、空海が共にいてくれるという思いが心の支えになります。



写真 15 ● 結願所（大寶寺）



写真 16 ● 明星院（第一番）の御朱印



写真 17 ● 同行二人（福江港ターミナルの売店）

7. 多様な宗教・宗派が共存する五島市の歴史と文化

五島市は、ジオパークとしての環境の豊かさだけでなく、多様な宗教・宗派が共存する独自の歴史と文化をもっています。古くから中国との交流が盛んであり、宗教や文化などを日本の中でも早くから取り入れられる環境にありました。五島市では、仏教、神道、そしてキリスト教が共存しており、日本でも珍しい多様な宗教文化をもつ“しま”です。とくに大寶寺は真言宗信者の霊場であり、巡礼の場としても知られています。一方、隠れキリシタン・潜伏キリシタンの歴史が色濃く残り、教会や信仰の跡が各地に点在しています。

戦国時代（1549年）にキリスト教が日本に伝えられ、その後、五島市にも西洋医療と共に広まったといわれています。^{さんきょうれい}禁教令（1612年および翌1613年に江戸幕府が発令）下においても、隠れキリシタンとよばれるひとびとが信仰を守り抜き、聖母マリアと観音菩薩を同一視することなど、信仰の力強さと生き抜く術を物語る興味深い独自の文化や信仰形態を確立しました。1873年に禁教令が解かれてから、本格的に教会が建てられ、キリスト教信徒が増加しました（写真18）。



写真18 ● 福江教会（クリスマスシーズン）

祖先崇拝や精霊信仰など、日本の伝統的な信仰とキリスト教が融合した独特の信仰形態は、たとえば、教会は単なる信仰の場だけでなく、地域住民の交流の場としても機能しています。教会には、日本の伝統的な建築様式と西洋の建築様式が融合した独特の建築デザインのものもあります。

仏教は、キリスト教よりも古くから五島市に根づいています。とくに、大寶寺は平安時代（806年）に空海が日本で最初に真言密教の講釈したことから、高野山真言宗において重要な寺院です。古代から仏教が伝来し、地域住民の信仰の対象となってきました。遣唐使として空海がこの地を訪れ、真言密教を広めたと伝えられており、大寶寺を中心に多くの寺院が建立され、仏教文化が発展しました。真言密教の教えが深く根づいており、地域の年中行事にもその影響がみられます。真言宗だけではなく、天台宗、浄土宗、浄土真宗、曹洞宗、日蓮正宗、法華宗、創価学会、立正佼成会などもあります。仏教の教えは、ひとびとの生活に深く結びついており、死生観や倫理観の形成に寄与したと考えられます。寺院は、地域の文化的なシンボルとしてひとびとに親しまれており、仏教の教えにもとづいた伝統的な行事や祭りも数多く行われています。



写真19 ● 五島市で最古の神社である五社神社

神道もまた、五島列島の文化に深く根づいています（写真19）。神道は日本古来の宗教であり、自然崇拝や祖先崇拝を基盤とした多神教です。神道の信仰は、地域住民の生活に根づいており、家族や地域の絆を強める役割を果たしてきました。

五島市内にも多くの神社が点在し、地域の守り神として崇め^{あが}られています。“ヘトマト”として知られる奇祭や、“チャンココ”などの念仏踊^{ねんぶつおど}りといった地域の行事は、古くからの伝統にしたがって行われています。

五島市では、仏教、神道、キリスト教が長きにわたって共存し、独自の宗教文化を形成してきたという点で非常に興味深いものです。多様な宗教・宗派が、地域住民の生活に深く根づいており、互いに影響をあたえ合いながら、多様な文化を育んできました。五島市は、多様な宗教と文化が交錯する場所として、訪れるひとびとに深い感動と学びを提供してくれるでしょう。

8. 法橋が提唱した仏教家族看護理論とジオパークの学術的考察

1) 仏教看護学・仏教家族看護学

本書の編著者である法橋は、高野山真言宗の僧侶であり、法名“拓説^{たくえつ}”を授かっています。空海の教えを伝授された、まさに空海の弟子です。現在は、醫龍山法橋寺 (<https://buddhistnursing.org/ja/>を参照) において、説法療法（こころといのちの相談室）、瞑想療法、サウンド療法、その他のさまざまな方便を用いた仏教看護・仏教家族看護を提供しています。

とくに近年、日本では、自然災害（令和6年能登半島地震など）や新興感染症（COVID-19の世界的大流行など）などが発生しており、これらに対して拓説和尚^{わじょう}は国民のウェルビーイングを守るために現場で活動しています。仏教用語である共生^{ともいき}は、今あるすべての過去から未来へのつながりを大切にする生き方です。拓説和尚は、不安やストレスなど、こころの問題が顕在化している現代社会で、こころを支えるよりどころとなる仏教看護・仏教家族看護を実践しています。

法橋は、仏教家族看護学とは“仏教の智慧を家族看護学という方便によって実践する科学”と定義しています。仏教では、煩悩に苦しむ他者を救済することができて、はじめて自らが煩悩から解放されます。家族看護学における仏教看護学は、仏教的治療で家族の問題・課題・困難・苦悩を消失することが目的です。

2) 仏教家族看護理論

仏教家族看護理論は、“家族看護学研究者・実践者の法橋（2022年）が提唱者であり、家族の存在は、外なる無限への探求（超越的な存在の探求）と内なる無限への探求（究極的な自己の探求）という二極をもち、この二極と家族との関係において家族の全体性を統合し、今ここにある家族現象に意味づけをする家族看護中範囲理論”です。内なる無限への探求と外なる無限への探求を支援し、その統合を支援することが仏教看護です。すなわち、仏教看護学は、超越論的および存在論的視点からみた家族の存在意義の維持・回復を図ることが可能です。

外なる無限への探求は、神、仏、超越者、宇宙、自然など、人間の能力を超えた存在への畏怖^{いふ}や祈りであり、宗教ともいえます。一方、内なる無限への探求は、家族の存在意義の希求であり、家族スピリチュアリティともいえます。

歴史的にみれば、医療と宗教は密接なかかわりがあります。日本への仏教公伝は538年であり、医師は僧医、看護師は看病僧とよばれ、仏教思想（とくに慈悲の思想）を基盤として仏教看護の実践が開始しました。しかし、医療と宗教とが乖離した現代だからこそ、仏教僧侶は日頃から檀信徒^{だんしんと}と交流をもち、家族の相談相手になるようにこころがける必要があります。すなわち、地域における家族資源（リソース）として、仏教僧侶との連携は重要であると考えます。とくに、法話によるグリーフケア、スピリチュアリティ支援など、仏教僧侶が本領を発揮できる領域もあります。

参考文献：法橋尚宏。（2024）．用語から理解する家族看護学：家族トランセンデンス理論（バージョン2.1）と仏教家族看護理論（バージョン1.2）．川崎：エディテクス．

3) 究極のパワースポットである五島市のジオパーク

拓説和尚は、2006年4月30日に船を利用し、福江島を初めて訪島しました。港に降り立ったとき、超自然的なエネルギーが満ち溢れていると体感し、これまでに170回を超える訪島を重ね、五島市と深

く関わってきました（五島市は第二の故郷です）。醫龍山法橋寺の寺標は、福江島に設置しています。拓説和尚は、福江島、とくにジオパークはパワースポットであると考えています。

空海と縁がある寺院という神聖な場所（写真20）、歴史や文化の遺跡など、五島市にあるジオパークを巡ることで、運氣の上昇や癒し、心身の浄化などの効果が期待できると考えます。また、そのような神聖な場所であるジオパークで過ごす時間は、日常生活のストレスを解放し、リフレッシュしてくれる効果ももたらします。このようなジオパークに浸り、自己を見つめ直す機会が得られ、静かに過ごすことにより、こころの安定やポジティブなエネルギーを取り入れることができるでしょう。五島市のジオパークには自然のエネルギーや空海の信仰が宿っており、五島市は“仏教の祈りのしま”なのです。



写真 20 ● 明星院本堂格子の天井絵（花鳥画）

編著者

法橋 尚宏（ほうはし なおひろ）

1993 年東京大学大学院医学系研究科博士課程中退（博士号取得）。東京大学大学院医学系研究科講師などを経て、2006 年より神戸大学医学部（小児・家族看護学）教授。2008 年に部局化により、神戸大学大学院保健学研究科（家族看護学分野）教授。東京大学医学部附属病院分院、東邦大学医学部附属大橋病院、Johns Hopkins Children's Center, MassGeneral Hospital for Children などにおいて臨床研修。専門は、家族看護学と小児看護学。著名な理論家であり、2005 年に家族同心球環境理論、2013 年に家族ケア／ケアリング理論、2018 年に家族ピラードシステム理論などを公表し、世界中で翻訳されて利用されている。2016 年には、世界の看護界における最高名誉となる“Fellow of the American Academy of Nursing (FAAN)”の称号を授与。2021 年、高野山真言宗の僧侶となり、法名“拓説”を授かる。五島市では、2006 年よりさまざまな研究に着手し、170 回以上訪島している。五島列島（下五島エリア）ジオパーク活動支援助成金により、ジオパークを健康作りに役立てる研究も開始している。2023 年より、五島列島（下五島エリア）ジオパーク PR 大使を拝命。個人ポータルサイトは <https://nursingresearch.jp/> である。

著者

渡邊幹生（神戸大学大学院保健学研究科家族看護学分野）
小出淳貴（神戸大学大学院保健学研究科家族看護学分野）
横山奈美（神戸大学大学院保健学研究科家族看護学分野）
平野延子（神戸大学大学院保健学研究科家族看護学分野）
王 志霞（神戸大学大学院保健学研究科家族看護学分野）

謝辞

本書は、2024 年度五島列島（下五島エリア）ジオパーク活動支援助成金（五島列島ジオパーク推進協議会）の支援を受け、制作しました。この場をお借りして、満腔の感謝を捧げます。

空海の祈りとジオパークを紡ぐ五島へのしま旅

2024 年 12 月 16 日 初版第 1 刷発行

著 者：法橋 尚宏

発行人：中川 清

発行所：有限会社 EDITEX (<http://editex.jp/>)

〒216-0033 神奈川県川崎市宮前区南平台 20-37-401

© Naohiro Hohashi
Printed in Japan
ISBN 978-4-903320-78-6

Not to be reproduced without permission. Any reference to the contents herein must cite the source.



法橋 研究室
Hohashi Lab.



五島列島ジオパーク
(下五島エリア)
Goto Islands Geopark
(Shimo-goto Area)