

特別展

法然と極楽浄土

2024年4月16日^火～6月9日^日

NHK ジュニアガイド

ごくらく

極楽 すごろく

に が びやく どう へん

【二河白道編】



東京国立博物館 平成館
TOKYO NATIONAL MUSEUM 〔上野公園〕

ちゅうがくせい いか かんらん むひょう
中学生以下は観覧無料です



いま やく ねん まえ へい あん じ だい まつ き
今から約850年前の平安時代末期。
に ほん まつ ほう よ しゃ が おし
日本には「末法」と呼ばれる、釈迦の教えがすたれて
だれ すく しん だい おどす
誰も救われないと信じられていた時代が訪れていた。

ほう ふう こう すい ひ と び と い え か そ く う し な
暴風や洪水などで人々は家や家族を失い、
の こ も の え き び ょ う き き ん く る
残された者たちも疫病や飢饉に苦しんだ。

さらには源平合戦と呼ばれる内乱によって、
お お ひ と い の ち う し な な ら だい じ て ら や
多くの人が命を失い、奈良の大事な寺が焼けた。

く る かな み すく よ
苦しみや悲しみに満ちたこの世からどうしたら救われるのか。

だ れ び ょ う だ ょ う すく と そ う あ ら わ
そのとき、誰もが平等に救われると説くひとりの僧が現れた。

その名は法然。

あ み た ぶ つ しん と な
「阿弥陀仏」を信じてその名を称えろと

だ れ こ く ら く じ ょ う ど い
誰でも極楽浄土に行けるといふ。

ろ く だ ょ う り ん ね ひ と さ い し ゃ っ ぽ つ
六道の輪廻にありながらやっと人として再出発したキミは

ぶ じ こ く ら く じ ょ う ど
無事に極楽往生できるだろうか…!



こ く ら く
極楽すどろくは、
ろ く だ ょ う り ん ね じん せい しゃ っ ぽ
〈六道輪廻ステージ〉〈人生娑婆ステージ〉
に ぶ こ う せい
の二部構成です。

よう い
用意するもの

はさみ、のり、サイコロ

あそ べ 方 遊び方

- 1 台紙からコマを切り取って組み立てます。
- 2 スタートにコマをおいて、順番にサイコロを振り、出た目の数だけ進みます。
- 3 六道輪廻ステージは、「人道」にびったり止まるまで出られません。
- 4 「人道」に止まったら、次の回から人生娑婆ステージへと進めます。
- 5 人生娑婆ステージでは、止まったマスの指示に従います。
- 6 早くても遅くても、全員往生できるのが目標です。

ほう ねん 法然



プロフィール

【ほかの名前】
勢至丸、源空など

【誕生日】
1133年4月7日

【出身地】
美作国(いまの岡山県)

【お父さんの職業】
武士

【お坊さんになった理由】
仲の悪い武士に襲われて亡くなったお父さんが、敵を恨まないでお坊さんになってほしいと言ったから

【尊敬する人】
善導
(中国・唐時代のお坊さん)

【うれしかったこと】
善導の本を読んで、阿弥陀仏の名前を心をこめて称えれば、誰でも極楽に生まれ変われると気づいたこと

【悲しかったこと】
なんでも知ってるふりをし、悪いことをしても気にしない弟子がいたこと

ぶつ きょう 仏教のことは

釈迦 — 仏教を開いた人。シャカ族の王子として生まれたが、家を出て、苦しみから救われる方法を考えて広めた

阿弥陀仏 — すべての人を苦しみから救い、極楽浄土へ迎えるという誓いを立てた仏

極楽 — 阿弥陀仏がいる浄土の名前。西の角にあるという

浄土 — 仏がいる清らかな世界

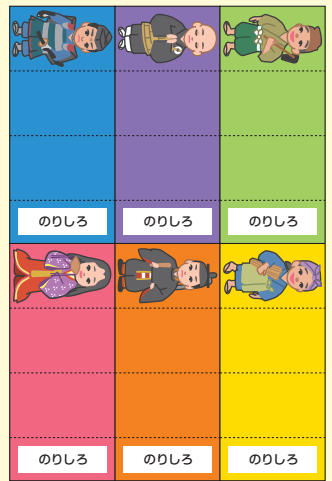
地獄 — 悪い行いをするとおちる、苦しめない世界

念仏 — 阿弥陀仏の名前を「南無阿弥陀仏」と称えること。「南無」は信じて頼りにするという意味

来迎 — 亡くなる人を仏が迎えに来ること

【参考文献】

- ・源信『往生要集』上・下(岩波文庫、1992年)
- ・法然『選択本願念仏集』(岩波文庫、1997年)
- ・『新撰浄土宗大辞典』(浄土宗、2016年)
- ・『法然と極楽浄土』(展覧会図録、2024年)



コマの作り方

- ①線で切り取って、点線で山折りにします。
- ②のりしろにのりをめって、組み立てたら完成です。

厭離穢土欣求浄土
この穢れた世界から、
浄土にたどりつけ!

28 法然の人生をつづる絵巻を作った
友だちを1人助けてこのマスに呼び、自分は1マス進む
※進んだマスの指示には従わない

29 そろそろ命の終わりを感じて苦しい
1回休み

30 いよいよ往生のとき
集中し、指一本で白道を渡れ
※落ちたら(はみ出たら)ここに戻る

二河白道のおはなし

西に向かう長い旅路の途中。目の前に、行く手をはばむような大きな河が現れた。南には燃えさかる火の河(怒り)、北には波が逆巻く水の河(こだわり)。それぞれ底なしで、果てしなく続いている。二つの河のあいだには、幅15cmほどの白い道があって、こちらの岸から向こうの岸までは100歩ほどだが、簡単に渡れそうにない。もう逃げ道はない。白道を歩き始めると、こちらの岸から「私を守るから来なさい」と呼ぶ声がする。渡った先には、阿彌陀仏が迎える極楽浄土があった。背中を押してくれたのは釈迦だった。

27 奈良の當麻寺にとても古くて大きな極楽の図があると知った
目をつぶって極楽を想像してみる

26 それでも人生、なかなか思うようにならない
1回休み

24 法然が亡くなり1年たったので、阿彌陀如来像を造る企画に参加した
友だちを1人助けてこのマスに呼び、自分は3マス進む
※進んだマスの指示には従わない

25 法然がえらい貴族のために書いた秘密の書が焼かれた
大好きな本の名前を発表する

23 法然が亡くなった
阿彌陀仏のジェスチャーをする

21 年をとって身体が思うようにならない
1回休み

22 法然が許されて都に戻った
友だちを1人助けてこのマスに呼び、自分は2マス進む
※進んだマスの指示には従わない

20 宮中で問題が起きて、法然が流罪になった
1回休み

19 法然の教えに反対する人たちがけがをした
1回休み

18 貴族のえらい人が法然の導きでお坊さんになった
六道に居る友だちをすべて助けて13に進ませる

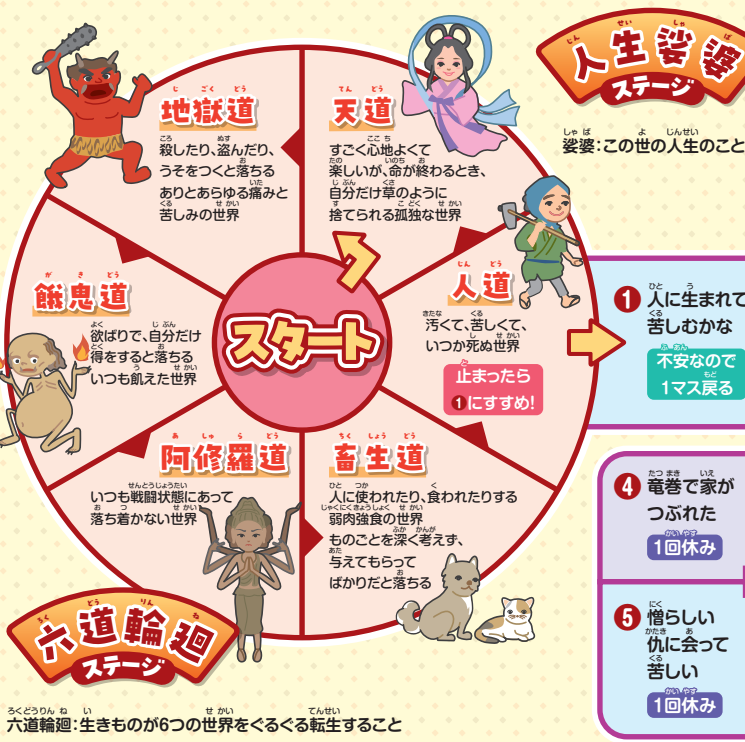
17 念仏は最強だから悪いことをしても平気だ
1に戻る

16 お地藏さんを造る企画に参加した
友だちを1人助けてこのマスに呼び、自分は3マス進む
※進んだマスの指示には従わない

16 鎌倉に新しい政府ができた
「武士の世の中鎌倉幕府!」と叫ぶ

14 「南無〇〇」は「〇〇を信じて頼る」という意味らしい
〇〇に信頼する人の名前を入れて発表する

13 法然に会って最強の念仏を知った
生まれ変わった気分で深呼吸する



1 人に生まれて苦しいかな不安なので1マス戻る

2 都の大火事で家や財産が焼けた
1回休み

3 愛する人と別れて苦しい
1回休み

4 竜巻で家がつぶれた
1回休み

5 憎らしい仇に会って苦しい
1回休み

6 『往生要集』という本を読んで、極楽に行きたくなった
もう1回サイコロを振る
※進んだマスの指示には従わない

11 病気になって苦しい
1回休み

12 たくさんお経を読んだら、世界が変わって見えた
1マス進む

10 穀物が実らずみんな飢えた
前後2マス以内の全員1回休み

9 戦が拡大して奈良の東大寺が焼けた
1回休み

8 仏像を造りたいけどお金がない
1回休み

7 戦でたくさん人が亡くなった
前後1マス以内の全員1に戻る

てん らん かい じょう ほう
展 覧 会 情 報

れい わ ねん じょうど しゅうかいしゅう ねん むか き
令和6年(2024)に浄土宗開宗850年を迎えることを機に、
ほう ねん じょうど しゅうかいしゅう たく かねしやうぐん け き き おお ほう
法然による浄土宗開宗から徳川将軍家の帰依によって大きく発展を遂げるまでを、
ぜん こく じょうど しゅう ぬい ほう かず かず ちやうしん じょうかい
全国の浄土宗ゆかりの名宝の数々をご紹介します。

特別展

法然と 極楽浄土

2024年4月16日(火)～6月9日(日)

TNM 東京国立博物館 平成館
TOKYO NATIONAL MUSEUM (上野公園)

◆◆ 博物館からのお願い ◆◆

- ゆっくり歩いて静かに見よう
- 作品やケースにはさわらずに目で楽しもう
- 館内でメモを取るときは鉛筆を使おう

開館時間：午前9時30分～午後5時 ※入館は閉館の30分前まで

休館日：月曜日、5月7日(火)

※ただし、4月29日(月・祝)、5月6日(月・休)は開館

主催：東京国立博物館、NHK、NHKプロモーション、読売新聞社

特別協賛：キヤノン、大和証券グループ、T&D保険グループ、
明治ホールディングス

協賛：JR東日本、清水建設、竹中工務店、三井住友銀行、
三井不動産、三菱ガス化学、三菱地所、三菱商事

特別協力：浄土宗開宗850年慶讃委員会、文化庁

協力：NISSHA

当日券：一般2,100円 大学生1,300円 高校生900円

※中学生以下、障がい者とその介護者1名は無料。

入館の際に学生証、障がい者手帳等をご提示ください。

お問合せ：050-5541-8600(ハローダイヤル)

展覧会公式ウェブサイト：

<https://tsumugu.yomiuri.co.jp/honen2024-25/>

展覧会公式X(旧Twitter)：@honen2024_25



NHK 関連番組 放送予定

なぞ とき 謎解き! ヒミツの至宝さん

さいしん さいじつ ちゆめい かんしやうたいけん
最新のデジタル技術で夢の鑑賞体験

M C:Perfume(パフューム)

放送予定:5月上旬 **NHK BS8K**

謎解き♪
ヒミツの至宝さん

いち ちち び じゆつ かん
日曜美術館

司 会：坂本美雨(ミュージシャン)
守本奈実(NHKアナウンサー)

放送予定：5月放送予定 **NHK E**

毎週日曜 午前9時

／(再放送)毎週日曜 午後8時～



かん ねん ばん ぐみ じやうほう ぎ せい たい
関連番組情報は決まり次第、NHKのホームページなどでお知らせします。
てん らん かい じょうど じやうしゅう へんしゅう
展覧会の予習・復習にどうぞ!



このジュニアガイドは特別展「法然と極楽浄土」の鑑賞の手引きとして小学校高学年から中学生を対象に作成しました。

制作：東京国立博物館 / NHK / NHKプロモーション デザイン：投秀堂