

# 佛心

二〇一七年三月号

浄土真宗 本願寺派

トロント本願寺

伝灯奉告法要 専如ご門主ご親教

## 念仏者の生き方

仏教は今から約2500年前、釈尊（しゃくそん）がさとりを開いて仏陀（ぶつだ）となられたことに始まります。わが国では、仏教はもともと仏法（ぶつぽう）と呼ばれていました。ここでいう法とは、この世界と私たち人間のありのままの真実ということであり、これは時間と場所を超えた普遍的な真実です。そして、この真実を見抜き、目覚めた人を仏陀といい、私たちに苦悩を超えて生きていく道を教えてくれるのが仏教です。

仏教では、この世界と私たちのありのままの姿を「諸行無常（しよぎようむじょう）」と「縁起（えんぎ）」という言葉で表します。「諸行無常」とは、この世界のすべての物事は一瞬もとどまることなく移り変わっているということであり、「縁起」とは、その一瞬ごとにすべての物事は、原因や条件が互いに関わりあって存在しているという真実です。したがって、そのような世界のあり方の中には、固定した変化しない私というものは存在しません。

しかし、私たちはこのありのままの真実に気づかず、自分というものを固定した実体と考え、欲望の赴くままに自分にとつて損か得か、好きか嫌いかなど、常に自己中心の心で物事を捉えています。その結果、自分の思い通りにならないことで悩み苦しんだり、争いを起こしたりして、苦悩の人生から一歩たりとも自由になれないのです。このように真実に背（そむ）いた自己中心性を仏教では無明煩惱（むみょうぼんのう）といい、この煩惱が私たちを迷いの世界に繋（つな）ぎ止める原因となるのです。なかでも代表的な煩惱は、むさぼり・いかり・おろかさの三つで、これを三毒（さんどく）の煩惱といえます。

親鸞聖人（しんらんしょうにん）も煩惱を克服し、さとりを得るために比叡山（ひえいざん）で20年にわたりご修行に励まれました。しかし、どれほど修行に励もうとも、自らの力では断ち切れない煩惱の深さを自覚され、ついに比叡山を下り、法然（ほうねん）聖人のお導きによって阿彌陀如来（あみだによらい）の救いのはたらきに出遇（あ）われました。阿彌陀如来とは、悩み苦しむすべてのものをそのまま救い、さとりの世界へ導こうと願われ、その願い通りにはたらき続けてくださっている仏さまです。この願いを、本願（ほんがん）といいます。我執（がしゅう）、そこから抜け出せない私を、そのままの姿で救うとはたらき続けていくくださる阿彌陀如来のご本願ほど、有り難いお慈悲（じひ）はありません。しかし、今ここの救いの中にもありながらも、そのお慈悲ひとすじにお任せできない、よろこべない私の愚かさ、煩惱の深さに悲嘆（ひたん）せざるをえません。

私たちは阿彌陀如来のご本願を聞かせていただくことで、自分本位にしか生きられない無明の存在であることに気づかされ、できる限り身を慎（つつし）み、言葉を慎んで、少しづつでも煩惱を克服する生き方へとつくり変えられていくのです。それは例えば、自分自身のあり方としては、欲を少なくして足ることを知る「少欲知足（しょうよくちそく）」であり、他者に対しては、穏やかな顔と優しい言葉で接する「和顔愛語（わげんあいご）」という生き方です。たとえ、それらが仏さまの真似事（まねごと）といわれようと、ありのままの真実に教え導かれて、そのように志して生きる人間に育てられるのです。このことを親鸞聖人は門弟に宛てたお手紙で、「（あなた方

は)今、すべての人びとを救おうという阿弥陀如来の本願のお心をお聞きし、愚かなる無明の酔いも次第にさめ、むさぼり・いかり・おろかさという三つの毒も少しずつ好まぬようになり、阿弥陀仏の薬をつねに好む身となっておられるのです」とお示しになられています。たいへん重いご教示です。

今日、世界にはテロや武力紛争、経済格差、地球温暖化、核物質の拡散、差別を含む人権の抑圧など、世界規模での人類の生存に関わる困難な問題が山積しています。これらの原因の根本は、ありのままの真実に背いて生きる私たちの無明煩惱にあります。もちろん、私たちはこの命を終える瞬間まで、我欲に執(とら)われた煩惱具足(ぼんのうぐそく)の愚かな存在であり、仏さまのような執われない完全に清らかな行いではできません。しかし、それでも仏法を依りどころとして生きていくことで、私たちは他者の喜びを自らの喜びとし、他者の苦しみを自らの苦しみとするなど、少しでも仏さまのお心になう生き方を目指し、精一杯(せいいつぱい)努力させていただく人間になるのです。

国の内外、あらゆる人びとに阿弥陀如来の智慧(ちえ)と慈悲(じひ)を正しく、わかりやすく伝え、そのお心になうよう私たち一人ひとりが行動することにより、自他ともに心豊かに生きていくことのできる社会の実現に努めたいと思います。世界の幸せのため、実践運動の推進を通し、ともに確かな歩みを進めてまいります。

浄土真宗本願寺派門主

大谷光淳

## 第25代専如門主 伝灯奉告法要

修行期日 (全10期80日80座)

修行場 (西本願寺)

©2017 (平成29) 年

第5期 3月7日 (火)～3月14日 (火) まで

第6期 3月28日 (火)～4月4日 (火) まで

第7期 4月11日 (火)～4月18日 (火) まで

第8期 4月25日 (火)～5月2日 (火) まで

第9期 5月9日 (火)～5月16日 (火) まで

第10期 5月24日 (水)～5月31日 (水) まで

法要は1日1座 (午後) とし、本山において修行

ただし、2017年4月18日のみ、大谷本廟において修行



### 伝灯奉告法要とは、

宗祖・親鸞聖人があきらかにされた「浄土真宗のみ教え」(法灯<sup>※1</sup>)が、聖人から数えて第25代となる専如ご門主に伝えられたことを、仏祖の御前に告げられるとともに、お念仏のみ教えが広く伝わることを願い、伝灯<sup>※2</sup>奉告法要が平成28年秋から29年春にかけて1日1座、80日間勤められます。

※1法灯：「念仏の法」と示される、親鸞聖人がひらかれた本願名号の真実の教え、浄土真宗のみ教えのこと。

※2伝灯：宗祖・親鸞聖人が明らかにされた真実の教え「浄土真宗のみ教え」(法灯)を伝承し、受け継ぐこと。

# 伝灯奉告法要の様子



写真：本願寺出版社“大乘11月号”より



昨晚、ある記事を読みました。差別が拡がり先行きがどんどん見えなくなっているアメリカから逃げる為に、何百もの難民

がカナダに不法入国しているというものでした。冬の終わりとはいえ、小さな子供を連れた家族が凍える雪と風の中私たちのところに来ているのです。混沌とした世の中で、青年達はあんな種の安全を得るために、凍傷によって指を無くし逮捕され留置されてしまっているのです。

一方、私たちは皆、中東での戦争と暴力に起因するこの酷い難民の危機を知っています。数百万もの子供、女性、そして男性までもが家と故郷を追われ、世界中に散り散りになって貧困や不自由な状況にはまり込んでしまっています。皮肉にも、彼らこそが暴力、民族主義、宗教原理主義の犠牲者であるにも関わらず、テロリストや安全保障上のリスクとして迫害されています。

混乱から逃れてきているイスラム教徒をめぐり、誇大な妄想は、一部の政治家やマスコミが悪用するよい情報源になっています。それはアメリカの大統領選のトランプ氏の躍進にも直接的

に影響を与え、彼は露骨に人種差別的もしくは宗教差別的な政策を実施しようとしています。このような背景のもと、アメリカで難民の人たちは死の危険を冒してまでカナダに来ようとする程の恐怖を感じ、家族を雪の中に導き突き進んでしまっているのです。

その記事を私はただ何となく読み流すことも出来ましたし、読むのをやめることも出来ました。私には家が有り、家族も健康で、食べ物も豊富にあり、犯罪に巻き込まれることもなく、政府に目を付けられることもありません。カナダでは私が移民であることや宗教的に少数派であったり肌の色や日本語訛りがあることや配偶者のこと、またその他の個人的な面が問題になることはありませんし、とやかく言われることなんてありません。少なくとも、今、命が私を生きています。

しかし、実際のところ私は傍観者として無関心でいることが出来ません。私は仏教徒です。仏陀がその苦しみを無視することをお許しになるとは思えません。

そして、母国が恐ろしい勢力によって乗っ取られている時に起こるのが多いことですが、戦争の災禍によって亡命せざるを得ない人たちに出会うことは特に私

にとっては胸に突き刺してくるものがあります。なぜなら、北米で浄土真宗を信仰する私たちはすべて難民の会に属しているからです。

北米にある他の多くのお寺と同様に、トロント本願寺は文字通り難民たちの手によって設立されました。第二次世界大戦中の人種差別的、妄想的な態度によって家から引き剥がされ、日系カナダ人たちは強制収容所や奴隷労働組合でカナダ政府によって囚人として拘留されました。戦争が終わったとき、ブリティッシュ・コロンビア州政府は再入国を拒否し、人々は、貧困とトラウマを抱えた状態で、家から数千キロ離れたはるか東の地へ国内難民または見ず知らずの人たちという扱いで強制的に移動させられました。この流れの中で、トロント、モン

トリオール、シカゴなどにある多くのお寺が建てられました。痛々しい文字どおりの現実を受け入れるため、ブツダ（仏）、ダルマ（法）、サンガ（僧）と共に過ごせる安息の場所を探す深い衝動がそこにはありました。

この二年半の間、クリステンと私は地元ユニタリアン教会を通じてシリアの難民を支援してきました。実のところ、クリステンは主催者の一人です。助け



ジェフ・ウィルソン

を求めている何百万人もの人々全てを助けてあげられるわけではありませんが、私たちは子供と大人合わせて8人の生活を、カナダを第二の故郷として迎え入れることで、直接的に改善してあげることができました。

親鸞聖人は、み教えの中で、私たち全員に「究極の避難所である阿弥陀仏に帰依しなさい」とご教示されました。私は自身の愚かな心を仏様の手の中に置き、他の人が避難するのを助けるために、彼らが必要とするならどのような形であれ、自分の出来ることを探し実行していきます。私たちの国家、寺院、近隣の地域が本来の役割を果たし、助けを必要としているすべての人々のための避難場所になるようにしていきましょう。合掌

## 「履歴書の書き方」ワークショップ

### “採用担当者の目に留まり、希望する仕事を得よう”

近年、カナダでは就職がますます難しくなっています。正規雇用が減少するなか、若年層の失業が増加し、中高年者も収入を補うため労働市場へ再参入するなか、求職者間の競合は非常に厳しくなっています。

皆さんは多くの求職者の中で、どのように自分を差別化しますか？そしてどのように履歴書に説得力を持たせるつもりですか？

2017年4月30日（日曜日）午後12時30分、トロント仏教会の2階において、実用的かつ実践的なヒントおよびテクニックにより、採用担当者の目に留まり、そして雇用につなげるための履歴書の書き方についてのワークショップを開催します。

どなたの参加も歓迎します。この無料ワークショップの登録はこちらから→ <http://bit.ly/tbcworkshop>

当日はあなたの履歴書をご持参ください。

#### 講師について

グレン・ニシムラ氏はNishimura Consultingの社長およびChief People Strategist。

TD Bank Financial Group人事部で20年間勤務し、

現在は北米とヨーロッパの起業家、

新設会社および中小企業経営者に対し社内文化の構築

および優秀な人材の育成に関するアドバイザーおよびコンサルタントとして活動されています。

同氏は頻繁に講演を行い、Venture for Canadaのアドバイザーボードおよびトロント仏教会取締役に加え、Futurpreneurおよびthe Ontario College of Art & Designを通じ若い起業家に対する指導者でもあります。同氏はまた、PROFITguide & Canadian Business誌のコラムニストとして労務問題および業績管理に関する執筆も行っています。





# ガンジス川で感じた JJU

この度、寺報  
(佛心&Guiding  
Light)の表紙を担当  
させていただきました

た。表紙の写真は、学生のときにインドのガンジス川で撮ったものです。ガンジス川を目の前にしたときに感じたのは、不思議な表現かもしれませんが「ガンジスの大河は全てを飲み込む」といったようなイメージでした。そのガンジスの川で洗濯をする人がいれば、その横で用を足す人もいました。はたまた、その川で沐浴をする人もいれば、その横で人の亡骸を川へ流す人もいました。そして私のように朝日を迎える感動している人がいれば、その横でバタフライで泳ぐ観光客もいました。さらには、その横で静かに太陽の方を向いて瞑想する人もいました。

どの人もそのガンジス川でやっていることや考えていることは異なりますが、その誰にでもガンジスの川は同じ川の流れを見せ、その流れも留まることなく、私たちを拒まない、まるで全てを受け入れるかのように飲み込んでい

く印象を受けました。

ただそれ以上に印象的だったのがガンジス川での日の出でした。その大河から顔を出した朝日は、沐浴や洗濯、水遊び、観光、儀礼、瞑想、それらをする人たちが平等に照らすあたたかな光で、早朝でまだ肌寒さも残るなか、何とも言えない優しい光で体を暖めてくれました。

表紙でもいただきました御和讃

『慈光はるかにかふらしめ ひかりのいたるところには 法喜をうとぞのべた

まふ 大安慰を帰命せよ』  
(註釈版聖典五五八頁)

この御和讃は、阿弥陀如来の光の一つである信心の喜びを与える光『歡喜光』を讃えた偈です。この歡喜光とは、私たちに浄土へ生まれいくことを喜ぶ心がこころのは、私たち自身の力によっておこなうのではなく、阿弥陀如来の歡喜をおこさせる光(歡喜光)によって喜びがおこってくるおはたらきのことです。

阿弥陀如来のおはたらきは、この他にも十一種の光であらわされています。その中には『超日月光』という日や月の光さえも超え優れている光のおはたらきがあります。そのため、ガンジス川で私が目にした日の光と阿弥陀如来の光を比較すること自体が間違いなのかもしれませんが、この小さな頭で精一杯感じたあの暖かさはまるで大きな何かに包み込まれるようで、心まであたたくなるようでした。

さて、阿弥陀如来の歡喜光という光には、瞋恚という「いかり・腹立ち」という煩惱を対治するおはたらきがあります。その瞋恚の煩惱とは、自分の思うようにならないとイライラし、またはクヨクヨしてものを正しく見ることができなくなってしまうことです。

たとえかけがえのない愛しい我が子でも、親である自分の言う通りに動いてくれなければ誰でもイライラしたり

「なぜ分かってくれないのか？」などの怒りにも似た感情がでてきます。しかし、「あなたのために想って言っているのに、なぜ分かってくれないのか？」という考えもまた、もしかすると本当は「あなたのため」ではなく「自分のため」なのかもしれません。でなければ、私の思い通り（自分の都合の良いよう）に動かない相手に対してイライラすることはないでしょう。

知らず知らずのうちに自分中心の考えや行動を取ってしまったとき、ふとわが身勝手な醜い愚かな姿を自覚させるのが、阿弥陀如来の光である歓喜光です。つまりこの光は、私を謙虚に、敬虔に、自分中心の我を立てる姿を反省させる光でもありません。そして忘れてはならないのが、その怒りの炎を燃やしている自分が見苦しいと思えば反省できる心は、如来より賜った心であつたことです。言い換えれば、阿弥陀如来の光が私の中にはた



らいて下さっていたということなのです。

日の光によって照らされている月の姿が見るかのようには、阿弥陀如来の光によって照らされている私の姿がありありと見えてきたとき、手を合わせお念仏を申さずにはいられません。合掌

駐在僧侶 大内祐真

## トロント仏教会クリーンアップ大作戦！！

だんだんと暖かみが増してくる3月。春風もすぐそこまで来ていますね。

春季彼岸法要の前に、お寺の大掃除を一緒にしませんか？

日時：2017年3月18日（土曜日）9時から

場所：トロント仏教会

1011 Sheppard Ave W Toronto



ガンジス川で瞑想や儀礼をする人たち（撮影…大内）

# 日本語法座のご案内(毎週月曜10時より)

『浄土真宗って? 仏教って? そもそも宗教ってなんだろう?』

そういった疑問を駆け出しの坊主と一緒に考えながら  
噛み砕いた言葉でお話しをしています。

親鸞聖人がお書きになった正信偈と一緒に称え、

浄土真宗のみ教えに耳を傾けてみませんか?

毎週月曜日10時より勤行の後、日本語の法話をしています。



## 3月の日程表:

- 6日 正信偈(行譜) 和讃 しよぜんまんぎょう 「諸善万行ことごとく、」
- 13日 正信偈(草譜) 和讃 ぜんちしき 「善知識にあふことも、」
- 20日 正信偈(草譜) 和讃 あじゃせおう しんぬ 「阿闍世王は瞋怒して、」
- 27日 正信偈(草譜) 和讃 「十方微塵世界の、」

問い合わせは、大内祐真(僧侶)まで [rev.ouchi@tbc.on.ca](mailto:rev.ouchi@tbc.on.ca)

# 敬老会

3月19日(日)

午後12時半より

喜寿、米寿、白寿を迎えられる方々に、  
長年にわたりお寺に貢献していただいた事への感謝の気持ちを込めて、表彰状を送らせていただきます。

該当されます方は、3月5日までにお寺へお知らせ下さい。

なお数え年・満年齢の

どちらでも結構です



毎月第1・3日曜はお寺でHAVE A FUN!!

10時半からのキッズサービスに引き続き

楽しいクラスやアクティビティを通して

アミダさまのお心を学びましょう

## ☆クラス予定表☆

3月5日(日)10:30~

3月19日(日)10:30~

4月2日(日)10:30~

お子さんがいらっしゃる方はぜひご参加下さい

# 花祭り

花祭りとは・・・、

お釈迦さまの誕生をお祝いする行事のことです。お釈迦さまは、紀元前7世紀から紀元前5世紀ごろにインド北部のルンビニ園（現ネパール）で誕生しました。そのルンビニ園は、たくさんの花で囲まれていたそうです。そのためお釈迦様の誕生日には、たくさんのお花を供えるようになり「花祭り」と呼ばれるようになりました。

トロント仏教会でも日本寺院と同じように、お釈迦さまの立像に甘茶をかけて合掌をさせていただきます。

Sunday School（子ども会）も10時半からありますので、是非お子さんのいらっしゃる方もお越し下さい。

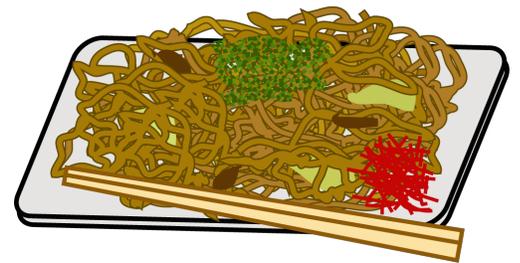


場所：トロント仏教会 1011 Sheppard Ave West M3H 2T7

日時：4月16日（第3日曜日）11時から \*子ども会は10時半からです。

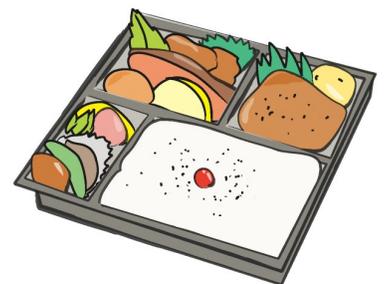
## 新婦人会

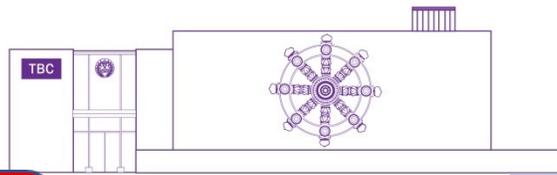
3月5日午後（サンデーサービスのあと）より、トロント仏教会の新婦人会の方々が“焼きそば”を地下ソーシャルホールにて\$7で振舞ってくれます。どなたも是非お越し下さい。



## トロント仏教会 舞踊グループ

4月2日午後（サンデーサービスのあと）より、トロント仏教会舞踊グループの方々が“手作り弁当”を地下ソーシャルホールにて販売しています。日本味の手作り弁当を久しぶりに味わってみませんか？是非どなたもお越し下さい。





会員登録  
新規／更新

会員登録のお願い

オンライン登録  
新規／更新

2016年が過ぎ、また2017年度会員登録のお願いの季節になりました。昨年も会員登録数が増え、300名を超えました。この順調な増加傾向はトロント仏教会の将来に向けた心強い流れになっています。しかしながらなお、いまだに会員登録をされていない方がおられます。

言うまでもなく、トロント仏教会の将来は会員の皆様に依存しており、ここに今年度の会員登録と会費のお支払いをお願いするものです。

トロント仏教会は常に会員特典の向上をめざしておりますが、ここにいくつかの特典を列記します。

1. トロント仏教会の運営に関する投票権の取得、例えば総代表および各会リーダーの選出、予算の決裁その他トロント仏教会の将来に関する重要な事項等。
2. “Jodo Shinshu values of the Temple” の定期購読
3. 現行会員による無料公証業務
4. CAA Premium-level の割引
5. トロント仏教会特別行事への参加費用の免除あるいは一部減免

**一般会員**とは毎年1月1日から12月31日まで有効で、トロント仏教会の会員として活動するにあたり、年初において速やかな会員登録をお願いします。会員登録と会費（2017年の会費は最低\$100から\$125に上がりました）の受理後（あるいは5月31日までに支払うとの確約後）、会員カードを送付します。

**名誉会員**とは77歳以上の方で、2017年度会員登録をされた方、あるいはすでに名誉会員であり毎年名誉会員の継続を表明された方、に会員カードを送付します。名誉会員は年会費が免除されますが、ご志納はありがたく拝受させていただきます。