

佛心



わげんあいち
和顔愛語

「信心」というのは すなわち 本願力回向の信心なり（願浄土真実教行証文類「信巻」より）

「他力の信」とは、「私が他力を信じる」という立場です。ところが「他力（本願力）回向の信心」とは、私が信じる心も他力のはたらきであるという立場です。この二つの区別が、私たちの人生にとってどれほど大きな意義をもつか、少し考えてみたいと思います。

さて今日、私たちは大変難しい局面をむかえております。テレビをつければニュースでコロナウイルスによって大勢の人のいのちが失われたことや、隣国アメリカでの人種差別により一度は暴徒化までしたデモなどが連日報道されました。悲しみや虚しさだけでなく怒りや憎しみまでもが顕著にあらわれ、多くの人がなんとかしなければと努めています。しかしその一方で、これらの問題は他の問題

二〇二〇年七月八月号

浄土真宗 本願寺派

トロント仏教会

と複雑に関係し合い、解決方法を見つけないものもなかなか一筋縄ではいかないようです。このような中でよく耳にするのが、お互いの違いを理解し、受け止め、尊重し合うことの重要性です。

寺院の子ども会でもよく、「家族や友人だけでなく、知らなくても困っている人や動物・植物にも親切にして互いを敬いましょう」と伝えることが多々あります。しかし、私たち大人は普段からそれらをどのように実行できているのでしょうか？私自身もこの口から綺麗な言葉を並べては子ども達に語りかけていますが、100%有言実行できているかと問われれば、その口をつぐんでしまいます。

「このようなことを日本にいる友人僧侶と話したところ「尊重し合う」という漠然な伝え方ではなく、まずは「挨拶をする」などといった具体的なところから考えることが重要であると言われました。ちなみになぜ「挨拶」が例にあがったかと言えば、挨拶という言葉自体が仏教用語だったからです。

挨拶は「推しはかる」、拶は「切り込む」という意味があります。つまり挨拶には、師匠が仏道を歩む弟子に声をかけて、その返答をもって修行の度合いをはかるといふニュアンスがあつたのです。

例えば、師匠がある修行を終えた弟子に「中庭はきれいに掃除できたか」と尋ねる。すると弟子は、とっさに（中庭＝自分のこころ）、（きれいに掃除できたか＝こころの曇りは拭き取れたか）と解釈す

る。そして師匠への返答として「今は綺麗ですが、明日には新しい葉が落ちるでしょう」と答える。つまりは、掃除に終わりが無いように、自分自身の修行にも終わりが無い、と伝えたのです。

とはいっても私たちの日常の挨拶は、大抵が「おはよう」「こんにちは」「さようなら」など一言です。それでも、その一言の声の大きさやトーンなどで相手に元気があるかないかぐらいは読み取れたりもします。また仕事終わりに「今日もおつかれさん」と声をかけられるだけで、次の日も頑張ろうという気にもなれます。たった一言であつたとしても挨拶を通して人との繋がりを喜びとして感じとれるのであれば、それは「尊重し合いましよ」という理想概念をただ語りかけるよりも大事なこともしれません。

そして相手からの言葉や笑顔、特に挨拶を交わしたときの子どもたちの笑顔というものは、私たちの気持ちを大変嬉しくさせます。なぜならそこには挨拶を渡す側と渡される側といった一方通行がないからです。つまり渡している方も相手から何か渡されているのです。

仏教ではこの渡し渡されることを“布施（ふせ）”と言います。この“布施”はサンスクリット語で「ダーナ (dāna)」と発音し、ちなみに日本語の「旦那」は“布施を渡す者”として音写より、ダーナ、ダン

ナ、旦那になったというわけです。ちなみに、英語の「寄付：Donation」や「臓器提供：Donor」の語源もこの「ダーナ：dāna」と言われています。

少し脱線しましたが、多くの人たちは「お布施」と聞くとお葬儀式や命日法要などで寺院や僧侶に支払われる金銭ことをイメージされるでしょう。しかし、そのお布施には大きく3つの区別があり、そのうちの一つをご紹介します。

その一つとは「無畏施(むいせ)」といいます。これは相手を畏(おそ)れさせて従わせることの無い施しのことです。たとえば私が無表情のまま何の挨拶もなく皆さんを本堂へ招き入れたとする。すると、みなさんはきつと席について「先生に何かあっただろか？」と心配したり「私が何か悪いことをいたかしら？」と不安になったり、「なんだあの態度は！」と怒らせるかもしれません。しかし私が笑顔で皆さん一人ひとりに挨拶をして本堂に招き入れていたら、きつとそのような気分にはならないでしょう。もしかすると嬉しい気持ちになってくれるかもしれません。

この例えで何が言いたいかというと、「笑顔」や「挨拶」もお布施の一つである“無畏施”になるのです。無量寿経にはこのことを「和顔愛語(わげんあいご)」と記されています。和やかな顔と慈愛に満ちた言葉はお布施そのものだったのです。

和顔愛語は決して笑顔で挨拶をすることだけに留まりません。例えば、3年程前に日本からカナダに帰るときのことでした。長時間のフライトも終わりに近づいたところ、ある席で赤ん坊が大声で泣きはじめました。母親は子どもをあやし、なんとか泣き止ませようとはしますが子どもの泣声はさらに大きくなっていきました。その母親は周りの乗客の疲れを察したのでしよう、何とも申し訳なさそうな顔をしていました。すると飛行機が着陸しベルトの着用ランプが消えた瞬間その母親が立ち上がり、「みなさんご迷惑をお掛けしました」と頭を下げたのです。その光景に驚きましたが、次の瞬間、周りの人たちが、「気にしなくていいよ」「自分の子どもが小さかった頃を思い出したよ」「子育て頑張ってるね」と、口々に声を掛けはじめたのでした。その母親はみんなから優しい声をいただいでどれだけ嬉しかったでしょう。彼女の表情はみるみる和らいでいきました。それはまさに「和顔愛語」という色も形もなくこの目には見えないお布施の受け渡し、ハッキリと私の眼前に映し出された場面でありました。

そして忘れてはならないのがこの私たちも、阿彌陀如来より大切なおはたらきを既に渡されていたということ。それは仏さまのお名号と信心です。お名号とは「必ず救う、我に任せよ」の南無阿彌陀仏であり、阿彌陀如来の呼び声であります。そして、「信心」というのはすなわち本願力回向の信心なり、とあるように「信心」と聞

くと「私が阿彌陀如来を信じる心」と思われがちですが、実はこの「信心」も仏さまからいただいたものだったのです。

私たちは、何を信じるか、何を信じないかを選ぶ能力と、それを決定する自由があるのだと思います。しかし、そのような自分の心によってつくりあげた信は、自分の身勝手な都合で変えることで、また様々な場面によって崩れるので、真の依(より)処(どころ)にはなりません。

まった衆生である私たち一人ひとりが自らおこす信心であるならば、その人によつた能力や力量によつて信心の内容に違いも生じます。それによって生まれいく浄土も異なってくるかもしれません。しかし、いづれも阿彌陀如来よりいただいた信心であるからこそ、老若男女問わず、各々の信心に何の変わりもないのです。そして、その受け賜った「信心」により私たちの口から「南無阿彌陀仏」のお名号がこぼれでて、誰一人としてひとりぼっちにはさせない阿彌陀如来の和やかな顔と慈愛に満ちた言葉に、私も私の大事な人も何の区別もなく抱かれていくのです。

合掌 南無阿彌陀仏

大内祐真



掃除と仏道

ようやく規制緩和が始まりました。どこの仏教会でも、お寺を以前のような活動へ戻すにはまだ少し時間が必要だという判断です。

さて、家でのステイホーム中は皆さまいかがお過ごしでしたか？私は大々的に掃除をしました。お陰で身の回りがすっきりしました。掃除は仏道修行の一つでもあります。私が得度（とくど）というお坊さんになる研修期間中の毎朝は掃除で始まりました。

昔のインドに掃除をしながら悟りを開いたお坊さんがいました。それは二千五百年前、お釈迦さまの弟子のシュリハンドクという名前のお坊さんです。この方は、物覚えが悪くて、朝聞いたことも夜になると忘れてしまう。その上、自分の名前も覚えられなくて、背中に自分の名前を書いてもらい、人に名前を聞かれると、自分の背中を見せて自分の名前を教えるほどでした。ですから他の弟子達からいつも馬鹿にされておりました。彼はそういう自分が情けなくなつて、お釈迦さまのところへ行き、「私はもうお坊さんをやめたいのです」と相談をしました。するとお釈迦さまは、「何にも心配はいらないよ」と言つて、彼に一本のホウキを持たせて「きれいにしよう」という言葉だけを教えたのです。シュリハンドクはそれから何年も、その言葉だ

けを繰り返しながら掃除を続けました。

ある日、いつものように庭を掃いていると、お釈迦さんが「ずいぶんきれいになったね。だけど、まだ一カ所汚いところがあるよ」と声をかけたのです。シュリハンドクは不思議に思い「どこが汚いのですか」と尋ねましたが、お釈迦さまは教えてはくれません。「はて、どこだろうなあ？」と思いつながら、それからもずっと「きれいにしよう」と言いながら掃除を続け、数年たったある日、はたと気がついたのです。「そうか、汚れていたのは自分の心だったのか」と悟つたのです。その時、お釈迦さまが彼の後ろに立っていて「やつと全部きれいになって良かったね」と言いました。

「お釈迦さまはなぜ自分に掃除といつたのか。それは結局、『自分の心を掃除』ということだったのだなあ」と悟つたというわけです。つまり外側のお掃除だけでなく、心の掃除が大切ということです。

「心に草は無けれども、迷いの草は生い茂る」という言葉がありますが、心に草が生えないように「きれいにしよう」と心の掃除をしてみましょう。私たち浄土真宗的には「きれいなならない心のままでも救い取ってくれる阿弥陀様の慈悲に感謝」それが報恩感謝の念仏ですね。

合掌

青木龍也



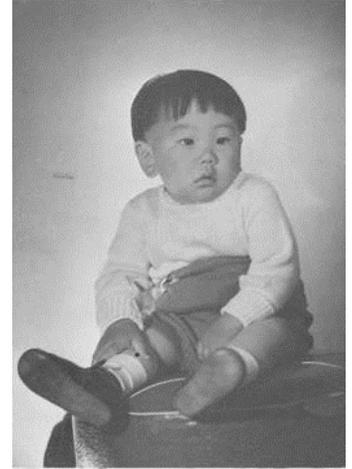
人「毛」学の小断

私たちはCovid-19の都市封鎖下にあります。「自宅軟禁」の意味を直接知ることになりました。何の罪も犯しておりませんが、私たちは外出が制限された自宅軟禁の判決を下されてしまいました。

これらの厳しい状況下で、私たちの多くは鏡を見るのをやめ、一部の人はパジャマから着替えることすらやめました（ちなみに私は今パジャマではありません）。男性と一部の女性はムダ毛を剃るのをやめました。多くの方がシャワーを浴びることをやめました。そして、私たちの髪といたらもう！ついに髪に自我が芽生えたようです。何の管理もされずに、ねじれて、もつれたように成長し、聞くところによると、根っこの色まで変わってしまったらしいのです。これまではこんな感じではなかったのですが。

大昔ではないのですが「古い生活様式」のころ（Covidの前）ですが、少なくない女性となんと数人の男性までもが、私がまだ髪が長かった頃の方が好きだとコメントしてくれました。ただ髪が長くなる前から彼らが私のことを好きでいてくれたことを願っています。とにかく、この心躍る褒め言葉をくれた女性たちがとても若くて魅力的だったのは嬉しいことでした。

それ以来、私はショーウィンドウの商品を見るふりをして、自分の髪をちらりと見ることなく店先の窓を通り過ぎることができませんでした。しかし、そのたびに私は不安に苛まれました。自惚れているのか？私の虚栄心は、大内先生が法話でしばしば語られた「三毒（愚痴・貪欲・嗔恚）」なのだろうか？多分それは何か別のもので同じくらい強い欲、もしくは受け入れられたと感じること（承認欲求）、または誰かに属すること（所属欲求）なのであるだろうか？



髪の問題に戻ります。人「毛」学者は、人類が頭髮に関して何万年の間悩んできたことを記録しています。このすべてを研究するのは面倒なので、この寄稿では男性の髪についての個人的で経験的な観察結果についてのみ話します。女性の髪の毛については、私より知識が豊富で繊細な人のほうが適任だと思いますので、誰かが引き継いでくれることでしょう。

私が社交したいと思ったときから今回の待機を命じられる日まで、髪の毛は私の虚栄心と不安を雄弁に語ってくれていました。最初はどのように見えていたようが関係ありませんでした。私がニューデンバーで悪ガキだったころ、日曜日の昼食後、父親たちはうどんを食べた後のお椀をすすぎ、私たち子どもの小さな頭にひっくり返して散髪をすることは、私たちの「捕虜コミュニティ」では「合法」でした。そこには鏡なんてありませんでした。私たちは幼児期にはスロカン湖のほとりでいつも一緒に戯れていました。ちびっこたちは皆、お椀カットを受けていました。大丈夫、私たちはよりよい散髪方法なんて知りませんでしたから。トロント滞在中ずっと同じお椀で髪を切り続けてきたので、家族と東部へ移り住むことになったときも彼らはその使い古したうどんのお椀を持ってきたに違いありません。

次世代の日系である二世と三世が、「憧れの世界的都市」であるトロントでの生活に追いつくのに、それほど時間はかかりませんでした。50年代半ばには、彼らが理髪店に並んでリーゼントヘアにしているのを目撃されています。しかし、ほとんどの日系カナダ人が知っているように、私たちの太い黒髪は夏のタンポポと同じくらい制御不能なものであり、あらゆる方向に飛び跳ねていました。瓶入りのジェルでは私たちの髪が理想的な（もちろんエルビス・プレスリ

人「毛」学の小断

プレスリーの) 髪形に留まるのに十分ではありませんでした。せいぜいそれは「エドワード・シザーハンズ (ジョニー・デップ演じる、ぼさぼさ髪のはさみ男)」レベルにしかありませんでした。

カレッジカット (ドライで、短く、頭になでつけられるように整えられた髪型) のブームが来たことは、一部の人のにとっては朗報でした。夜、姉妹が10代の夢の中へ眠りに落ちた後、私は彼女らのストッキングをドレッサーから「借りて」、私の頭にしっかりと巻きつけて寝ていました。朝、目覚めたら、きちんとしたアメリカンスタイルのカレッジカットが完成しました。そのクールな外観のためには小さな犠牲もありそれが悩みの種ではありました。毎週ある水泳の授業の後は折角丁寧に手入れされたカレッジカットがダサくなってしまいますのです。60年代後半の間、私の髪型は肩まで伸びたシャギー、ヒッピーヘアでした。1972年の初めに東京でこのような身なりで数ヶ月働きましたが、私は無知でした。丸の内のサラリーマンにかなり殴られてしまいました。

結局、私は労働力に組み込まれて、歯車の一部として準拠する必要がありました。ジェルの塊を使って、髪の毛をガチガチに固めました (そのジェルは今日ではGorilla Glue (強力な接着剤) として販売されていると思います)。しかし、民族や出自のルーツから逃れることができませんでした。かわいそうなシンデレラのお話を思い出してください。時間が来ると魔法が解けてしまうように、私の髪も悲しいことに戻っていったのです (上記のエドワード・シザーハンズを参照)。そのため、私は顧客とのミーティングをできるだけ早い午前中の時間帯にスケジュールするように細心の注意を払う必要がありました。私は遅くとも12時の正午までしか整えられた髪型になれませんでした。

最後に、定年後、私はその大げさにも整えられるべき髪型を手放すことができました。私は頭を完全に剃り、坊主頭という冒険に出ました。涼しい風を感じとても爽やかでした。正直なところ、それは、大人気ドラマ「ラブボート」のキャプテンチュービングの気絶とは何の関係もありませんでした。何かがおかしいことに気づくまで、私は長い間、坊主頭で過ごしました。ここ数年、私はお寺での活動が活発になり、葬式の手伝いをすることもありました。これらの活動の中で度々、人々はお坊さんではなく私にお辞儀をしました。彼らは私にお布施を申し出さえました。私がお坊さんの地位を奪って、彼の苦勞していただくお布施をも奪い取ってしまうようで、たいへん決まりの悪い気持ちになりました。だから、髪の毛を元に戻しました。

そして、ここに今Covid-19があります。孤立しており、さらに悪いことに、政府によって見放されているように感じます (私は現在、昔話の「姥捨て山」を研究しています)。虚栄心の感情と、承認欲求、所属欲求は感情の無駄です。ある意味で、私たちは所属しないように命じられました。孤独でいる中で、私たちは鏡の中や他の人たちに自分がどのように見えるかについてわざわざ気にする必要はありません。毎朝目を覚まして、世界にどのように私を「見せるべきか」の心配をする必要がないのは、良いことではありませんか。さようなら虚栄心。さようなら所属欲。さようなら三毒。確かに、経済的および精神的な健康について深刻な心配があり、それらと他の重要な課題はできるだけ早く解決する必要があります。しかし、他の点では、人生はこれまでよりはるかに単純になり、些細な心配事から自由になっています。大内先生が寺報に「人生は思い通りに動かず、常に移り変わっていくもの」と書きましたが、私たちはその意味するところを体験しているのです。その考えを受け入れることができれば、Covid-19と髪をきれいに巻きとることができます。

合掌

ロイ草野



2020 Vancouver Buddhist Temple Online OBON Service

今年のお盆は残念ながら中止になりました。青木先生と阿久根先生がパソコンのインターネットでお盆法要を配信します。二週の日曜日（7月5日と7月12日）に勤めます。どちらから都合の良い日時でご視聴・ご参拝ください。

**Sunday, July 5 7月5日（日曜日）**

10:30AM BC & **1:30 PM ONTARIO** オンタリオ州
Youtube Live お盆法要 青木先生・阿久根先生

Sunday, July 12 7月12日（日曜日）

10:30AM & **1:30 PM ONTARIO** オンタリオ州
Youtube Live お盆法要 青木先生・阿久根先生

You can use your phone or iPad camera to read this QR code. It leads to the Youtube Live.



※ 右の不思議な四角の形をスマートフォンに付いている電話やアイパッドで読み取るとチャンネルに移動します。お子様やお孫さんに「これ電話でスキャンして」と言えば伝わると思います。

トロント・ハミルトン・モントリオール仏教会の皆様 ぜひ一緒にお参りしましょう。

2020 Jodo Shinshu Buddhist Temples of Canada**Joint Online Obon Service カナダ教団合同お盆法要****Saturday, July 18 7月18日（日）**

10AM British Columbia BC州
11AM Alberta
Noon Manitoba

1PM Ontario and Quebec

泉先生



読経 青木先生 生田 Grant 先生
法話(英語) グベンコ先生 Rev. Robert Gubenco [Calgary]
法話(日本語) 泉先生 Yasuo Izumi [Southern Alberta]
カナダの開教使の先生・メンバーの合同でつとめるお盆法要

- * **Zoom** (ズーム) が入っているパソコンの利用が必要です。
- * テレビ電話のように、カナダ各地のメンバーが出席できます。
- * 出席にはパソコンとインターネット接続が必要になります。
- * 画面の前にお念珠持参ください（お経は画面に出ます）
- * 約40分のお参りです。
- * ご寄付は各所属仏教会へしてください。



You can use your phone or iPad camera to read this QR code. It leads to the ZOOM registration.

**Registration Link 事前登録が必要です。**

* You can use your phone with camera and Ipad to scan the QR
Registration is due by Saturday, July 11th, 2020. 7月11日締め切り

code

※ 右の不思議な四角の形をスマートフォンに付いている電話やアイパッドで読み取るとチャンネルに移動します。お子様やお孫さんに「これ電話でスキャンして」と言えば伝わると思います。

ご質問は rev.aoki@gmail.com か ご所属の仏教会へお問い合わせください。