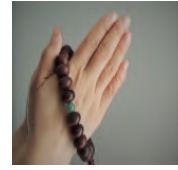


カナダ教団婦人会

ワークショップのお知らせ

トロント仏教会に駐在している大内祐真氏が、浄土真宗本願寺派における勤式（荘厳、読経、儀礼作法など）を3回にわたってレクチャーします。

第一回：合掌と焼香



私たち仏教徒は仏前にたいして掌を合わせる作法（合掌）を当たり前のように行っています。しかし、その合掌とは本来どのような意味合いをもつのか？そして浄土真宗本願寺派における正しい合掌の仕方とはなにか？当たり前のように行っていた作法であるため無意識だった方も多くいらっしやるのではないのでしょうか。また法要時に行われるお焼香にも浄土真宗本願寺派が定めた作法があります。第一回目ではそれらの解説加えた「作法」のワークショップを行います。

第二回：お仏壇とお供えもの



最近ではここカナダでも新たに仏壇を安置される方が増えています。しかし、安置しても仏壇荘厳の正しいやり方が分からない人も多いようです。また、お供え物に対しての質問も多く寄せられます。そのため第二回では、お仏壇における荘厳のやり方とその荘厳のもつ意味、そしてお供えものの説明を加えてワークショップを行います。

第三回：読経と偈頌



仏事儀礼において欠かしてはならないのが、経典を読むこと（読経）や偈文を読むこと（偈頌）です。浄土真宗本願寺派でも法要時には、浄土三部経と多くの偈文を読みます。そしてそれらには博士という音階があり、それぞれの経や偈文がなんとも味わい深い儀礼空間を作り出します。第三回目は、実際にお経や偈文を称えながらワークショップを行います。

※第一回は、3月28日の午後7時からZoom配信にて予定しております。ご参加を希望される方は、[Darlene Rieger : darlene.rieger28@gmail.com](mailto:darlene.rieger@darlene.rieger28@gmail.com) までお問合せ下さい。

キッズサンガからのお知らせ



この度、トロント仏教会ではキッズサンガ(子ども会)をオンラインで再開することとなりました。毎月第4日曜日の午前9:45からzoomにて法要をはじめ、そのあと親子で参加できるワークショップなどを開きます。
※法要ならびにワークショップは英語で行います。
ご参加を希望される方は、
kids.sanghatbc@gmail.com までご一報ください。
キッズサンガグループよりZoomリンクを送らせていただきます。

いざ法要が始まりますと、御遺族の方がみんな自然と手を合わせ「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」と称えていました。

法要が終わり、火葬前の最後の別れの時間がきました。その二十一歳の女性が入っている棺桶にその家族は手を当て、「大変やっただねえ。苦しかったやろうねえ。今まで有り難うねえ。」と途切れ途切れながらも声をかけていました。

儀礼を執り行う身である私は儀礼空間の場で、あまり自身の感情を表に出さないようにしています。なぜなら、その場で一番つらい感情を素直に出せる空間が遺族には必要であると考えているからです。しかし、その時は駄目でした。私自身も涙が止まらず、遺族の方へかける言葉を見失ってしまいました。しかし、そんな苦しみを一倍感じていた遺族であるお父さんから自然と「南無阿弥陀仏」のお念仏が称えられているのを耳しました。

それからは、ただひたすら娘に対しての感謝の言葉とお念仏が交互に止むことなく口からこぼれ出ていたのです。

確かに彼女の人生は、私たちの人生の長さ比べて短い生涯であったかもしれせん。しかしながら、彼女の二十一年間の歩んできた人生を「長さ」ではなく、「幅」と「深さ」で捉えると、誰よりも歓びに溢れたものだったかもしれせん。

最後に、浄土真宗では阿弥陀如来のお慈悲や智慧といったおはたらきを親鸞聖人はじめ七高僧のみ教えから聴かせていただきます。

確かにそのおはたらきというものは、この目ではなかなか見えるものではありません。しかし、それは私の眼が他の誰でもない私の煩惱によって障えられているからだと親鸞聖人は仰せられました。しかし、その眼を障えている煩惱をなんの障りとせずにはたらかかけて下さるのが弥陀の光明でもあります。その光明に照らされている私たちが今日も合掌できている。

または先ほどの遺族の方のように亡き方をご縁としてお念仏を称えている人もいます。機縁はつらくとも念仏に出遇わさせていただいたその歓びをむねに本日もまたお念仏申させていただきます。合掌

大内祐真

日本語法要のご案内

毎月第一と第三の日曜日（午後一時より）日本語での日曜法座をZoom配信にて行っております。ご参拝を希望される方は、トロント仏教会の事務所 tbc@tbc.on.ca まで参加希望の旨をメールしていただければ、アナウンスメントと一緒にZoomのリンクを送らせていただきます。
※Zoomリンクは英語法座と同じものを使用しています。時間帯が異なるだけですので、日英両法座の参拝

春のお彼岸法要

トロント仏教会では今月の第三日曜日(14日)11時よりzoomにてお彼岸のオンライン法要を勤修します。

「彼岸」とは、季節を表す言葉ではなく、「お浄土」を表す仏教用語です。私たちの住む現実の世界「此岸」から、阿弥陀さまの極楽浄土「彼岸」へ到る道を尋ねていくことが本来の意味であります。そのため、春と秋の二度、真西に沈みゆく太陽に手を合わせ礼拝したのが、お彼岸法要の起源といわれています。

どなた様もお彼岸のごにぜひお参り下さい。



しかし、相手の主張するバックグラウンドを考えて、相手の立場を理解しようとする努力は必要です。なぜなら、それによって私たちの視野は新たに広がり、自身が成長する可能性も高まるからです。

すこし余談ですが、昔の日本画の掛け軸には四方に多くの余白の幅がありました。なぜなら、その余白は中心に描かれている人間や花などの主題を引き立たせる大事な効果があったからです。

現代に生きる私たちの人生にも、この余白（幅）を持つことが必要なかもしれません。

役に立つものだけで身を固めるのではなく、日本画の余白のように、一見何も役に立たないと思えることも、私たちの生活に少しの余裕とゆとりを作り、実は私たちのQOLを向上させるものかもしれないからです。それが金子大栄氏のいう「人生の幅」だと思います。

次に人生の「深さ」とは、自分のいのちの尊さを知ることです。例えば自分のいのちは、遠い先祖から受け継いでいるかけがえのないものです。つまり私たちのいのちというものは、目に見えないこの世のものだけで成り立っているのではなく、目に見えないものに支えられているということなのです。その尊さを知ったとき、自分のいのちをどのように受け止めるか考えられるようになります。

例えば祖先のお墓参りをしたときは、人はその墓石の前で合掌と礼拝をします。私も日本に帰ってお墓参りをしたときは、会ったことなければ見たことも無い人(祖先)とのいのちの繋がりを感ずることがあります。それはこれまでのいのちの経緯を知ること、いまある自身のいのちを考えさせてくれるご縁でもあります。いままでのように目に見えるものだけを確かなことと考える生活から少し離れて、目には見えないものの尊さを感じるとき自然と手が合わさるのではないのでしょうか。

また金子大栄は、仏様やお念仏のことを思っているかどうかで人生の幅や深さが変わってくることを述べていました。

例えば、仏教では一切皆苦という言葉があります。その「苦」がさす意味とは、私の思い通りにならないことと言換えることができます。ただ、私たちはその「苦」である嫌なことや辛いことがあったときは、他者や外部のせいにする傾向があるようです。しかし、仏教ではそれらの苦しみは自分のエゴという執着心もしくは煩惱から生じたものであると一度見直させてくれます。するとほとんどが(いや、全部かも)、他者や外部のせいではなく自分のせいであることに気が付かせられます。

そして、なぜ仏様の教えやお念仏のことを考えることで、人生の幅と深さが変わるのかというと、その煩惱からの離脱を目的とするのが仏教だ

からです。

このように宗教的な人生のおける幅と深さこそがQOLには欠かせないものであり、長さでは計り知れないものだと言はせていただきました。

この法話の原稿を書いているときに思い出した法要がありました。それは3年前に、日本からのカナダに帰ってきた直後の法要でした。

当時の門徒総代の方から電話が入り、急遽で悪いが火屋勤行をしてほしいとの依頼が入りました。「はい、もちろん大丈夫ですよ。ところで一体誰がお亡くなりになられたのですか？」と聞きますと、「ワーキングホリデーでカナダに来ていた若い女性が交通事故で亡くなりました」と伝えられました。その亡くなられた女性は、まだ二十一歳という余りにも若い歳であり、カナダへはその年の一ヶ月前に来られたばかりでした。

翌朝その火葬場へ行きご遺族と対面したとき、その亡くなられた女性の母親は、私の顔を見ると真っ赤にした目を隠しながらニコッと微笑んでくれました。我が子を自分よりも先に亡くす痛み、苦しみは計り知れないものです。しかも、その親御さんがここカナダに来たのは、旅行や観光といった楽しみではなく、愛しき我が子の亡骸を引き取りにきたという余りにも悲しくつらい理由でした。

佛心



弥陀の名号となえつつ
信心まことにうるひとは
億念の心つねにして
仏恩報ずるもいあり

これは親鸞聖人がお書きになった和讃のひとつです。「弥陀の名号である南無阿弥陀仏を称えつつ、真実信心を得ている人は、如来の本願を億念する心が常にあり、仏恩報謝の思いから自然に念仏が称えられるのである」と現代語に言い換えることができます。

浄土真宗の御教えとは、親鸞聖人がお説きになったものであり、阿弥陀如来のおはたらきを手を合わせるものです。その阿弥陀如来のおはたらきとは、生きとし生ける私たち衆生をそのまま阿弥陀仏の西方極楽浄土へ往き生まれさせてくれることです。そのおはたらきと出遇えたとき、私たちはこころから歓びお念仏を申させてもらっています。本日はその歓びという視点を少しひろげて、宗教観における人生の幸福度というテーマでお話を書かせていただければと思います。

二〇二一年三月号

浄土真宗 本願寺派

トロント仏教会

私は大学生のときに「宗教観点から考える終末期におけるQOL

(Quality of Life)」といった題目で卒業論文を書か

せてもらいました。終末期とは、寿命や事故、病気などといった原因から余命がわずかとされている期間のことです。そしてQOLとは、人生というものを「長さ」ではなく「質」で計ろうとする考え方です。

人間は昔から長寿を求め、長く生きることこそが喜びであり幸福であると信じてきました。例えば、古代エジプトや中国の王であった者は不老不死の教や薬を求めて自らの力を保持しようとしていました。それらが彼らにとっての幸せになる一つの計り方だったのかもしれないですね。また医療がいまほど発展していない昔は、疫病や飢饉などで多くの幼子がいのちを落としていました。だからこそ、長生きできることがそが幸せである一番計りやすかったのでしょう。

そのような長寿⇨幸せという考え方や計り方というのは、現代でもあまり変わらない気がします。病院や医学では、少しでも長生きするよういろいろな延命治療が開発され施されてきました。たしかに医療技術の進歩と発展は、貴重なものがあります。いまのようにコロナが流行している現在、私たちはその必要性を誰よりも

身に染みて感じています。

ただ私が大学生だったころは、いのちそのものを「長さ」で推し量ろうとする考え方に強い違和感と疑問を抱いていました。そして、そのときに知った言葉がQOL(Quality of Life)でした。

QOLを向上させるものとしては、音楽やモノ作りといった趣味や人と積極的に関わることなど多くあるようです。そして宗教もQOLを向上させる一要因になると勉強していたとき、真宗大谷派の僧侶である金子大栄氏の本で「人生は長さじゃない。深さです。幅です。」という言葉を知りました。ここで述べる「長さ」とは長生きのことです。つまり、「長生き」も大切かもしれないが、人生における「幅」や「深さ」を持って生きる方が尊いと述べていたのです。

その人生における「幅」とは、色々なことを受け入れる柔軟性です。お経の中には「身心柔軟」という言葉があり、身も心も柔らかいという意味です。私の身心が柔軟であれば、自分の考えと異なる意見や変化を受け止めることができます。しかし、もしも私の心がコンクリートの壁のように硬ければ、相手から投げられたボールをはね返すように異見や変化を受け止められず、そのまま返すことになりません。もちろん自分の考えを曲げてまで相手に賛同する必要はありません。