

トロント本願寺を代表して、皆さんの継続的なサポートに心から感謝いたします。二〇二五年に、あなたとあなたの愛する人たちが平和、幸福、そして智慧の光に恵まれますように。

合掌

マイケル・タマキ

共同会長



## キャンプ・ルンビニ法話

今年の私たちの仏教のテーマは「心を開くこと」でした。この一週間にマイとニーナが行った法話の一つを紹介したいと思います。

### 「初心」

「初心」とは、オープンで熱心、先入観がない態度を指します。人はしばしば習慣を身につけたり、特定の方法で物事を行うことに慣れてしまい、新しいアイデアやアプローチを検討したり認めたりしなくなります。

まず、原子について話しましょう。昨日遊んだ原子ゲームを覚えていますか？今日では、すべてのものが原子でできていることは常識です。

しかし、これは常にそうだったわけではありません。昔、人々は原子を信じていませんでした。実際、すべてのものがこれらの小さな粒子でできていると最初に示唆した人は嘲笑されました。彼の画期的なアイデアは彼の死後まで証明されなかったため、彼は自分の発見が現代物

理学をどのように変えたのかを見ることはありませんでした。

もう一つの例は、太陽系外の惑星です。私たちは地球上にいて太陽の周りを回っており、他にも太陽の周りを回っている惑星がたくさんあることは誰もが知っています。しかし、数年前、このアイデアは狂気の沙汰と思われ、太陽系をもっと探そうとしていた一人の科学者は、多くの惑星を探そうとしたときに脅迫を受けました。それにもかかわらず、彼らは研究を続け、今では太陽系の外に何千もの惑星があることがわかっています。

これらの例は非常に重要な教訓を示しています。他の人のアイデアをすぐに判断したり却下したりしないでください。歴史は、多くの革命的な発見が最初は懐疑的、さらには敵意に遭遇したことを示しています。「初心」を維持することで、私たちは新しいアイデアや可能性に対してオープンなままであることができます。結局のところ、他の人のアイデアをすぐに判断したり却下したりしないでください。

なぜなら、誰にもわからないからです。彼らが次のインシュタインになるかもしれないかもしれません。好奇心とオープンな考え方を受け入れましょう。今日の突飛なアイデアが明日の画期的な発見になる可能性は十分にあります。

マイ、ニーナ

素晴らしい法話をしてくださったマイとニーナに感謝します。来月はキャンプ・ルンビニ

らの別の法話を投稿します。

アバゲイル・カタオカ（日本語訳 橋本）

## 駐在僧侶着任のお知らせ

十月の祥月法要のゲストスピーカーとして

トロントに来てくれた杉

浦輝（すぎうらひかる）

先生が今年の四月より、

私と一緒にトロント本願寺の駐在僧侶として働いてくれることが決まりました。



## 年次総会延期のお知らせ

二〇二五年一月二十六日に予定していましたがトロント本願寺の年次総会は延期となりました。現在日程を調整中です。

トロント本願寺 理事会

## 寺院会費について

年度が変わりましたため、寺院会員の登録をお願いしています。詳細は英語のニュースレターをお読みいただければと思います。

あらゆる経費が増加する中で今年度の会費とニュースレターの購読料の値上げを見送ることはできないと考えています。皆様にはご理解いただき、み教えを広め続けることができるよう引き続きの寺院活動への支援とご協力をお願い申し上げます

## お詫び

餅つきボランティアの募集について不快な思いをされた会員の皆様にお詫び申し上げます。当寺院のあらゆるイベントには、どなたでもご参加いただけます。餅つきは体力を要するイベントであり、長時間立ちっぱなしになることが多く、人によってはそれができないこともあります。

七十歳以上の方には歓迎されない、またはお手伝いだけではないという意味ではありません。当寺院の会員の皆様のご知識と経験は、当寺院にとって貴重なものです。重ねてお詫び申し上げます。今後はより表現に一層注意してまいります。

## 共同会長からの新年の挨拶

この数年間は、世界全体にとって困難な時期でした。トロント本願寺は、元開教使の大内先生やボランティア、ドン・アンザイ、レス・タナカが率いる理事会の献身的な働きのおかげで、コロナ禍での閉鎖を乗り切ることができました。

しかし、社会は変化し、強制的な孤立と恐怖によって劇的に変化しました。多くの人にとって、生活費の高騰と精神的ストレスの影響は圧倒的です。来年は、トロント本願寺が私たち自身のコミュニケーションだけでなく、より広いコミュニティに広がっていくことを願っています。

プロジェクト・ダーナ、プライド、モミジ、JSS、この協力体制は始まりであり、若者や

キッズサンガを含む他の分野にも拡大していくことを願っています。

昨年四月には橋本顕正先生をお迎えしました。彼の英語が流暢なだけでなく、彼の熱意と献身はすべての会員に高く評価されています。

まだ開教使の資格を得ていない彼は、葬儀、結婚式、追悼式、ハミルトンとモントリオールでの礼拝など、多忙なスケジュールを既に経験しました。十月には、海外僧侶（開教使）の資格を取得するため、二か月の研修コースに派遣されました。

ジェフ・ウィルソン先生とデニス・マドコロの寛大なご支援がなければ、トロント本願寺とハミルトン仏教会の両方で礼拝を行うことはできなかつたでしょう。

今年四月に杉浦輝先生が着任することで、仏教と浄土真宗の両方の講座を開催できるようになることを望んでいます。最後に、ミニスターの確保にご協力いただいた青木開教総長と、橋本先生の不在中にご支援いただいたカナダ教団のミニスターの方々に、感謝の気持ちをお伝えします。合掌

スーザン・エビスザキ

共同会長



## 親愛なるサンガメンバーと友人の皆様、

二〇二五年を迎えるにあたり、皆様一人ひとりに心からのご挨拶と最良の願いを申し上げます。暦をめくる瞬間は、反省の瞬間です。立ち止まり、総括し、より大きな認識、思いやり、知恵を持って前進する方法を考える時です。

今年は、初心、つまり初心という仏教の実践について考えてみましょう。どれだけ長く道を歩んできたとしても、学ぶべきことは常にあり、毎日が心と精神を開く新たな機会です。新年は、仏さまの教えへの理解を深め、自分自身と他者への慈悲の心を育むという決意を新たにするのに最適な時期です。

世界は、知られている方法と知られていない方法で変化し続けていますが、変わらないことが一つあります。それは、仏法の知恵は常に私たちに利用可能であるということです。

二〇二五年の課題と機会に直面している今、私たちは仏さまの教えを携え、マインドフルネス、慈悲、思いやりの価値を体現しましょう。コミュニケーションの光の源となり、困っている人へ手を差し伸べ、仏法に根ざした心から生まれる平和を共有しましょう。

私たちの大切なサンガのメンバーである皆さん一人ひとりの献身に深く感謝しています。この新しい年が皆さんに健康と平和、そして豊富な知恵をもたらしますように。仏さまの教えによる変革力を信じて、一緒にこの旅を歩んでいきましょう。(四ページ目に続く)



浄土真宗の教え、阿弥陀さまの教えはそのようなものを求める教えではなく我々に違った視点を与えてくれます。

阿弥陀さまのお救いは私たちの生活の状況そのものを変えるのではなく、私たち自身のもので見方を変えるのです。この見方の変化により、私たちは深い感謝の気持ち、謙虚さ、そして他者とのつながりを持つことの大切さを感じながら生きていくことができます。

アメリカ本土の浄土真宗組織である米国仏教団の開教総長であるマービン原田先生は以下のようにおっしゃっています。

「真宗では、人生のすべてが贈り物であることを教えてもらえます。私たちが様々なものを受け取る側の視点から物事を見ると、私たちが知っていること、所有していること、達成したことなどはすべて贈り物であることを知らされず。

なぜなら、一人では何も達成できないからです。この認識により、私たちは感謝の気持ちで人生を送ることができます。そして感謝すればするほど、謙虚な人間になります。謙虚になればなるほど、人生に必要なものは少なくなりません。そして、人生に必要なものが少なければ少ないほど、本当に持っているものが多いことに気付かされる豊かな人生を過ごせると言えるでしょう。(橋本訳)」

たとえば、苦手な人について考えてみましょう。浄土真宗の教えに生きる前は、その人に対して怒りや不満しか感じないのが自然でしょう。

しかしながら教えを通して、「なぜ私はこんな風に感じるのだろう」と自問自答してみるとそのような感情は、自分に与える影響に基づいて他人を判断するという自己中心的な私が見え隠れしていることに気づかされます。

そういった自己中心的なこの私を必ず仏にしようというのが阿弥陀さまなのです。

阿弥陀さまのはたらきは「南無阿弥陀仏」という声の仏となり、本願にまかせるよう呼びかけとして私たちに届きます。そういったお念仏の生活を送ることで苦手な人ですら、この教えにであう機会を与えてくれる人だと思えるようになります。

二〇二五年もお寺にいる時だけでなく、日々の生活の中で阿弥陀さまの大悲心を聞かせていただき、一瞬一瞬を報恩の気持ちで過ごしたいものです。お念仏の道を共に歩み、互いに支え合える一年となりますように。

南無阿弥陀仏

トロント本願寺 駐在僧侶 橋本顕正

## 報恩講法要のお知らせ

報恩講は、浄土真宗の宗祖である親鸞聖人のご命日、(新暦で一月十六日)をご縁に執り行われる法要として、私たち念仏者にとっ て、み教えをお示しくくださった親鸞聖人に感謝し、阿弥陀さまのお救いをあらためて心に深く味わわせていただく法要です。

日時：一月十九日(日)

(午前十一時から)

※日英両言語での法要となります

## 報恩講イブ

報恩講法要の前日には報恩講イブとして、五時からベジタリアンポットラックが、そして引き続き六時半からは本堂でお勤めを行います。どうぞ皆さんで楽しい時間を過ごしましょう。お待ちしております。

日時：一月十八日(土) (午後五時から)

## 枕経について

ご家族の枕経を検討されている場合は、事前に当寺院の事務所へご連絡いただくようお願いしております。

ご希望の時間を調整し、亡くなられる前であれば、一緒に臨終の仏徳讃嘆のお勤めを、亡くなられた後であれば、故人を偲びながら、ご家族の皆さんと仏徳讃嘆のお勤めをさせていただきます。

当寺院に事前にご連絡いただくことによつて、ご家族の質問への対応や必要な情報を提供する事が可能となります。

枕経についての連絡、質問については、(416) 534-4302

あるいは、<the@the.on.ca> または「」連絡いただくようお願いいたします。

留守の場合はメッセージを残していただき、担当者が折り返し対応させていただきます。

トロント本願寺 理事会

# 佛心

二〇二五年一月号

浄土真宗 本願寺派

トロント本願寺

ます。

浄土真宗のみ教えをいただく私たちは、阿弥陀さまのおはたらきによつて、自分自身の真実の姿を知らされます。それは、自身の思いや欲望にとらわれ、お釈迦様が明らかにされた諸行無常や諸法無我といったこの世界の真実を、そのままに受け入れることができずに悩み苦しむ凡夫の姿です。

しかし、そのような私を救いの目当てとして阿弥陀様ははたらき続けて下さっています。私たちは等しく阿弥陀様から願われた者同士、互いに敬い合い助け合つて、困難な社会の課題にも果敢に取り組んでいくことができます。本年も、阿弥陀さまのおはたらきを聞き、仏教徒として一日一日を大切に歩んでまいりましょう。

二〇二五年一月一日

浄土真宗本願寺派

門主 大谷光淳



## 年始のあいさつ

新年を迎えるにあたり、昨年を振り返ってみると、私にとつては大きな変化の年でした。

三月に龍谷大学にて修士号を取得し、四月にトロントにやってきました。インターンとしてこちらのお寺で働き始めたことは、ワクワクすると同時に圧倒されるような気持ちでした。

正直に言うと、カナダ最大の浄土真宗のお寺で、新人が一人で働くなんて、最初は不可能だと思いました。しかし、多くの方々のご指導とご支援のおかげで、なんとか乗り越えることができました。ありがとうございます。

これからも、阿弥陀さまの教えを共に聞かせていただき、その徳を讃嘆させていただくために、皆で集まることができ環境を作ることに尽力します。

ところで昨年、私が最もよく聞かれた質問は、「浄土真宗は私の日常生活にどのような良い影響を与えることができますか？」というものでした。

おそらく、皆さんもこの質問を頭に浮かべたことがあるでしょう。

私たちの日常生活では、社会では、良い学校に通うこと、高給の仕事に就くこと、そして自分自身の健康を維持することなどが幸せであると言われます。確かにこれらの事は社会を生きていく上で重要なことではありますが、一時的な幸せであり、永続的な心の安らぎというものを保証するものではありません。

(二ページ目に続く)

## 年頭の辞

新しい年のはじめにあたり、ご挨拶申し上げます。

昨年世界各地で地震や洪水、山火事など様々な災害が起こり、多くの方が被災されました。災害によつてお亡くなりになられたすべての方々に謹んで哀悼の意を表しますとともに、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。皆さまが一日も早く、日常の生活を取り戻されますことを願っております。

また、二〇二二年二月に始まったロシア連邦によるウクライナ侵攻はいまだに続いており、二〇二三年十月以来の中東における武力衝突でも多くの犠牲者が出ています。私たちは仏教徒として、「すべての者は暴力におびえ、すべての者は死をおそれる。己が身にひきくらべて、殺してはならぬ。殺さしめてはならぬ。」(『ダンマパダ』第29偈) というお釈迦様の言葉を大切にいたしましょう。

この世に生を受けた私たちは、いかなる理由があろうとも等しく人権が保障され、命が脅かされるようなことがあってはなりません。しかし、現実には世界各地で紛争やテロが勃発し、また貧困や政治的・宗教的な対立により、生存の権利が脅かされている人々が数多くおられます。平和主義を掲げる仏教徒であり念仏者であ