私たちはそれぞれ違う考え方を持ち、違う価値観を持って生きています。だからこそ、ときには相手とぶつかり合い、「どうしてこの人は自分と合わないのだろう」と思うこともあります。そんなとき、私たちは「自分は間違っていない」「相手が悪い」と考えてしまいます。

もちろん、自分の言動を振り返ることも大切です。しかし、頭ではわかっていても、自分の心を思いどおりに変えることは、なかなかできません。私たちは、自己中心的な心を持っています。ですので、私たちは、自分の力で相手と調和しようと努めます。それでも、思うようにいかないことがあります。

一方、この和讃には「宮商和して自然なり」という言葉があります。私はこの言葉を味わうとき、異なる音が調和するお浄土のありさまを思います。そこは、私たちが自分の力で無理に相手を変えたり、誰かに合わせたりしてつくり上げる世界ではありません。

私たちは、相手と調和することの大切さをわかっていても、自分の思いにとらわれて、相手を責めてしまうことがあります。そして、自分の力ではどうにもならない心に苦しむことがあります。

そのような私たちを見捨てることなく、救いの目当てとしてくださるのが阿弥陀さまです。阿弥陀さまの本願によって、私たちは浄土に往生し、仏とならせていただくのです。

親鸞聖人は、この和讃を「清浄勲を礼すべし」と結ばれています。報恩講をご縁に、親鸞聖人が伝えてくださったみ教えを聞き、私たちを見捨てることなく救おうとはたらいてくださる阿弥陀さまのご本願を、あらためて味わわせていただきたいと思います。

合掌

駐在開教使補 杉浦輝

## 祥月法要のお知らせ

祥月法要とは、祥月命日（故人が往生された月のご命日）をご縁として仏法に遇い、阿弥陀さまの仏徳を讃嘆し、報謝の思いでお勤めする法要です。

日時：十一月　一日（日）
　　十二月　六日（日）
（日本語：午前十時四十五分から）
（英語：午前十一時から）

どうぞ祥月でない皆様もご参拝下さい。



## 永代経法要のお知らせ

今年の永代経法要は、十一月十五日（日）にトロント本願寺にてお勤めいたします。

「永代経」とは「永代読経」という意味で、仏さまの教えを私たちに伝えてくださった多くの方々への感謝をあらわす大切なご法要です。ご先祖の供養というよりも、これからもこのお寺で念仏のみ教えが響き続けていくことを願い、心をこめてお勤めいたします。お寺には「永代経帳」という帳面があり、ご懇志をくださったご家庭や個人のお名前を記録しております。詳しくは英語版をご参照ください。

## 年次バザーのお知らせ

今年もお寺のバザーは十一月の第二土曜日に開催です




年次バザーは、お寺の運営を支える大切なファンドレイジングイベントです。

サイレントオークションやホワイトエレファントへの品物提供、手作りお菓子のご寄付、出店やボランティアなど、さまざまな形でのご協力をお待ちしています。

ボランティアのスケジュール等、バザーについての詳細は十月の英語版のニュースレターの記事を確認していただくようお願いします。

皆様のご参加をお待ちしております。

# 異なる音が響き合うとき



こんにちは。十一月となりました。時間が過ぎるのは本当に早いですね。先月お話しした紅葉はすでに散ってしまいました。先月私は、紅葉を見にアルゴンキン州立公園に行きました。色鮮やかな紅葉は見られたものの、十月の上旬にはすでにピークは過ぎておりました。

仏教では、「諸行無常」と説かれていますが、こんなにも早く変化していくなんて思ってもいませんでした。物事は常に変化していることをわかっていても、すぐ忘れてしまうのが私という存在です。自分の命に限りがあることも、ましてや自分自身のことも忘れていくでしょう。そんな私をいつでも見てくださる。そして「必ず救おう」「仏とならせて浄土にうまれさせよう」と呼びかけてくださる阿弥陀様がいらっしゃいます。そのことを何度お聞かせいただいても、ただただ「本当にありがたいな」と思わせていただくことばかりです。

さて、旧暦の十一月二十八日は、親鸞聖人のご命日であります。報恩講が勤められる時期は地域や寺院によって異なりますが、十一月を中心に各地の寺院で勤められます。西本願寺では、毎年一月九日から十六日まで、御正忌報恩講法要が勤まります。

報恩講は私たちにお念仏のみ教えを伝えてくださった親鸞聖人のご遺徳を偲び、ご恩に報謝する法要です。親鸞聖人は生涯を通して阿弥陀如来のみ教えに向き合い、晩年に至るまで、多くの著作を残されました。私たちは親鸞聖人というと、非常に勉強ができ、勤勉な方というイメージを持つかもしれません。もちろん、それは間違いではありません。しかし、親鸞聖人の歩みは、学問だけではありませんでした。

親鸞聖人は九歳で出家され、二十九歳で比叡山を下りられるまで、約二十年間、比叡山で修行生活を送られました。比叡山には、天台宗の総本山である延暦寺があります。

天台宗には、長い歴史の中で受け継がれてきた「声明」という伝統があります。声明は、仏教のお経や言葉に旋律をつけて唱えるもので、音程や節回し、声の伸ばし方など、師から弟子へと伝えられてきました。

親鸞聖人もまた、比叡山での修行生活の中で、日々の勤行や読経に携わっておられたと考えられます。親鸞聖人は、ただ机に向かって仏教の教えを学んでいたのではなく、実際に仏道を歩み、修行を重ねられたお方だったのです。

その親鸞聖人の『浄土和讃』には、次の一首があります。

**清風宝樹をふくときは**
**いつつの音声いだしつつ**
**宮商和して自然なり**
**清浄勲を礼すべし**

「清風宝樹をふくときは　いつつの音声いだしつつ」とは、阿弥陀様の国、浄土には、清らかな風が美しい樹々を吹き抜けるとき、五つの音が響き渡るということです。

この五つの音とは、声明や雅楽など日本の伝統音楽で使われる音です。そのなかに宮（きゅう）、商（しょう）、角（かく）、徴（ち）、羽（う）という音があります。少し難しく聞こえるかもしれませんが、西洋音楽のドレミのように、音階を構成する音の名前だと考えると、イメージしやすいと思います。

「宮商和して自然なり　清浄勲を礼すべし」

これは例えば、音の関係をイメージしやすくするため、宮を「ド」、商を「レ」にたとえて考えてみます。「ド」と「レ」を同時に鳴らすと、西洋音楽の感覚では、一般に不協和な響きになると考えられます。

これは私自身の経験ですが、私は日本で、読経と雅楽を学ぶために、本願寺の専門機関で一年間勉強しました。その間は声明と雅楽の練習に多くの時間を費やしました。

お経には、決められた音程や節回しがあります。そのため、みんなで唱えるときには、互いの音を合わせなければなりません。一人でも音が違えば、全体の響きが乱れてしまいます。基準となる音を取るための笛で音を合わせたり、チューナーで音程を確認したりしながら、練習していました。

大変だったのは、読経の練習で音が合わなければ、最初から唱え直しになることです。その間も正座のままです。足はしびれて痛く、何度やり直しても音が合わないこともありました。本当に泣きながら練習する日々でした。

私たちは自力で音を合わせてハーモニーを奏でようと努めます。しかし、浄土では、相反する音でさえ互いに綺麗に調和し響き合うというのです。私は、この和讃を味わうとき、「宮」や「商」という異なる音に、私たち一人ひとりの姿を重ねて考えます。

トロントの年末にもお寺で行われる除夜の鐘も煩悩と少し関係しています。日本のお寺で一般的に一〇八回を目安に鐘をたたく理由は、人の煩悩の数が一〇八であり、鐘を一回たたくごとに煩悩を断つということを象徴しているともいわれているようです。

仏教では古くから、このような煩悩こそが私たちの苦しみの原因であり、煩悩を断ち切ることによって、苦しみから解放され、悟りの境地である「涅槃」に至ることができると説かれています。そのため、お釈迦さまの時代から、多くの仏教徒が戒律を守り、瞑想を行い、智慧を磨くなど、さまざまな修行に励んできました。つまり、煩悩を断ち切って悟りを開くということは、仏教の基本的な考え方なのです。

ところが、今回の『正信偈』には「煩悩を断ち切ることなく涅槃を得る」と説かれています。仏教の基本的な考え方からすると、これは少し不思議な言葉ではないでしょうか。煩悩を断ち切ることが悟りへの道であるはずなのに、親鸞聖人は煩悩を断ち切らずに悟りを得ることができるとお示しになっているのです。

もちろん、これは煩悩があっても何をしても構わないという意味ではありません。親鸞聖人が明らかにされたのは、煩悩を断ち切ろうとしても断ち切ることのできない私たちのために、阿弥陀さまが本願をおこしてくださったということです。

親鸞聖人ご自身も、比叡山で二十年間にわたり修行を重ねられました。しかし、どれほど修行を続けても、自分の中にある煩悩を完全に断ち切ることはできませんでした。

そのような苦悩の中で法然上人と出遇い、『仏説無量寿経』というお経に説かれた、煩悩を抱えたままの私をこそ救おうとされる阿弥陀さまの願い、【本願】を拠り所とされたのです。

以前、大学院で学んでいたときに、ある先生が阿弥陀さまの慈悲を説明するために話してくださった譬えが、今でも印象に残っています。

それは、風邪をひいて苦しんでいる赤ん坊と、その母親のお話です。まだ自分で鼻をかむことのできない赤ん坊が、鼻水で息が苦しくなり、泣いていました。その姿を見た母親は、赤ん坊の鼻水を自分の口で吸い取ってあげたというのです。赤ん坊は、自分の力で鼻水を出すことができません。しかし、母親は赤ん坊が自分で鼻をかめるようになるまで待つのではなく、苦しんでいるわが子を放っておくことができず、自ら手を差し伸べたのです。先生は、この母親の姿を通して、阿弥陀さまの慈悲のはたらきを教えてくださいました。

私たちもまた、自分の力では煩悩を断ち切ることのできない存在です。阿弥陀さまは、そのような私たちが煩悩を断ち切り、立派な人間になるのを待っておられるのではありません。煩悩を抱え、迷い苦しむ私たちを放っておくことができないからこそ、本願をおこしてくださったのです。

もちろん、これは煩悩があっても何をしても構わないという意味ではありません。また、阿弥陀さまの本願によって、今この世で私たちの煩悩が消えてなくなるわけでもありません。私たちは仏法を聞く中で、自分自身がいかに煩悩に振り回されているかを知らされていきます。

そのような私たちが、阿弥陀さまの本願によって信心を恵まれた今、浄土に生まれて仏の悟りに至ることが定まり、この命を終えるときに浄土に生まれ、悟りを開かせていただくのです。

冒頭でご紹介した「お陰様で」という言葉は、今の私があるのは決して自分一人の力によるものではないことを思い出させてくれます。そして浄土真宗では、私たちが気づくよりも前から、すでにこの私に願いをかけ、はたらき続けてくださっている阿弥陀さまの本願を聞かせていただきます。

煩悩を断ち切ることのできない私をこそ、決して見捨てることなく、悟りへと導いてくださる。その阿弥陀さまの慈悲を、今月も「お陰様で」という言葉とともに味わわせていただきたいと思います。

二〇二六年も残すところ、あと二か月となりました。今年の冬は雪が多くなるのか、例年よりも寒さが厳しくなるのか、まだわかりませんが、皆さまどうぞお体を大切に、暖かくしてお過ごしください。

寒さが深まる季節だからこそ、周りの方々とのご縁や支え合いの温かさを大切にしたいものです。そして、日々の暮らしの中で阿弥陀さまのご恩を味わいながら、ともにお念仏申し、仏恩報謝の日々を送らせていただきたいと思います。

合掌

駐在開教使　橋本顕正

# 佛心

二〇二六年　十一月号
浄土真宗 本願寺派
トロント本願寺

## 今月の正信偈～お陰様で



能発一念喜愛心　不断煩悩得涅槃

【原文】

信をおこして、阿弥陀仏の救いを喜ぶ人は、
自ら煩悩を断ち切らないまま、浄土でさとり
を得ることができる。

【現代語訳】

十月三日、ブリティッシュコロンビア州ビクトリアで、日系カナダ人の歴史を後世に伝える記念碑の除幕式が行われました。この記念碑には、第二次世界大戦中の一九四二年に強制移動を余儀なくされた約二万二千人の日系カナダ人と、その後に生まれた約三千人の子どもたちの名前が刻まれています。私も当日、モミジで行われたライブ中継を少し拝見しました。

この記念碑には、先人たちが経験した苦難を忘れることなく、その歩みを次の世代へと伝えていこうという願いが込められていて、記念碑の敷地には、「お陰様で（Okage sama de）」という言葉が刻まれた石も設置されています。その言葉には、さまざまな困難の中を生き抜き、今日の日系カナダ人社会の礎を築いてくださった先人たちへの感謝の思いが込められているのだろうと中継を拝見しながら感じました。

この言葉をよく味わってみると、大切な意味が込められていることに気づかされます。自分自身の努力によって、今の生活を築いてきたと思いがちですが、実際には、自分が生まれるよりもずっと前から、多くの人々によって道が切り開かれていたのです。そして、自分が何かをするよりも先に、すでに自分を支えるはたらきがあったということは、浄土真宗の教えを味わううえでも大切な視点となります。この「お陰様で」という言葉を手がかりに、今月も『正信偈』の言葉を味わってみたいと思います。

先月の『正信偈』では、お釈迦様がこの世にお出ましになられた理由、出世本懐について学びましたが、今回の『正信偈』からの十六句は「信心の利益」というものが説かれています。

「喜愛心」とはつまるところ信心のことですが、大切なのは、この信心を、自分自身の努力や意思によってつくり出した心と受け止めないことです。

浄土真宗における信心とは、私が一生懸命に信じようとして発するものではなく、阿弥陀さまの本願のはたらきによって、私の上にひらけおこるものなのです。

この「信心」という言葉は、英語ではかつてはFaithと訳されることが多くありました。しかし、Faithという言葉だけでは、自分の意思で何かを強く信じるという印象を与えることもあります。そのため、近年ではEntrusting Heart（まかせる心）と訳されたり、あえて翻訳せずにShinjinという日本語をそのまま用いたりすることもあります。

それほど、浄土真宗の信心は、単に何かを信じるという言葉だけでは表しきれない深い意味を持っているのです。「お陰様で」という言葉が、私が自分一人の力で生きてきたのではなく、すでに多くの支えをいただいていたことへの気づきから生まれるように浄土真宗の信心は、根底に、私に先立ってはたらき続けてくださる阿弥陀さまの本願があり、そのいわれを聞かせていただく中で、私にひらけおこるものなのです。

皆さんは「煩悩」という言葉を聞いたことがあるでしょうか。煩悩とは、私たちの心を迷わせ、苦しみを生み出すものを指します。仏教では、私たちを苦しみや迷いへと導くさまざまな煩悩の中でも、特に根本的なものを「三毒の煩悩」と呼びます。三毒とは、貪欲（とんよく）・瞋恚（しんに）・愚痴（ぐち）の三つです。これらは私たちの心を毒するようにはたらくため、このように呼ばれています。

例えば、欲しいものを手に入れたとしても、しばらくするとまた別のものが欲しくなる。誰かと自分を比べて羨ましく思ったり、自分の思い通りにならないことに腹を立てたりする。私たちの心は、さまざまな煩悩に振り回されています。

【次頁に続く】