



## 食前の言葉

新井俊一師

私は定期的にジャイナ教徒の方からメール・レポートを受け取りますが、今日、以下のようなメールを受け取りました。アメリカの感謝祭（11月の第4木曜日）にちなんだものですが、普通の日の「食前の言葉」とも考えられます。これは特別にジャイナ教でなくても、私たち仏教徒をはじめ、一般の人たちにも通用するので、ご紹介したいと思います。



特に私は第2項がすきです。「深い思いと感謝をこめていただく。この食べ物をいただくにふさわしい人間になるために」。

私は前に駅のプラットフォームで若い女の人が大声で、「能登へ行こうよ。今カニがおいしいのよ。カニを食べに行こう」と言っているのに出くわしました。そして私は、この人はカニを食べるのにふさわしい人かな、と思いました。私たちは資本主義の社会に住んでいますから、何でもお金で買ったものは自分が使ったり食べたりする権利がある、と思っています。そして自分の食べる物は自分が払った金だけの価値しかない、と思っています。しかしカニの立場に立ってみると、カニは私たちの一時の欲望の満足のために生命を犠牲にさせられたのです。カニの方が私たちよりも高貴だと思いませんか。

どちらにせよ私たちは、自分が自分の食べ物にふさわしい人間かどうか考えながらいただくことが大切だと思います。

### 食前の言葉

食事を始める前に、次の「七箇条の瞑想」をしてください。もちろんあなたの宗教の食前の言葉でもかまいません。

1. この食事は、全宇宙からの贈り物である—大地・大空・数多くの生き物・多くの人々による苦勞と愛の労働。

### 3月の予定

- 1日 10時 家族法要  
10時45分 日本語プログラム
- 7日 9-4時 CBEセミナー日本語・英語  
ご講師 内藤知康師
- 8日 10時 家族法要  
10時45分 日本語法要  
ご法話 内藤知康師
- 15日 10時 キャンプファイア-法要  
10時45分 日本語プログラム
- 22日 10時 お彼岸法要  
10時45分 日本語プログラム
- 28日 サーモン・ディナー
- 29日 10時 家族法要・子供法要  
10時45分 日本語プログラム
  
- 5日 1時半 日系マナー法要
- 19日 1時半 日系マナー法要
- 24日 10時半 敬老ホーム法要

2. 深い思いと感謝の心でいただく。この食べ物をいただくにふさわしい人間になるために。
3. 私たちの中の不善—特に貪り—を認め、それを変えて行こう。そして節度を持っていただく。
4. 慈悲の心を保とう。そして、生き物の苦しみを少なくし、地球の保全し、地球温暖化を防止するような食べ方をしよう。
5. 意識的にせよ、無意識にせよ、私たちが害を及ぼした生き物すべてに赦しを請おう。平和と慈悲が私たちの中に育ち、私たちのまわりのものすべてに広がることを願おう。
6. 世界中の人々すべてが、動物や人類に危害を加えないで非暴力と慈悲を実践することを願おう。
7. この食事をいただくのは、私たちの兄弟・姉妹関係を培い、私たちの共同社会を強化し、すべての生き物に奉仕するという理想を育成するためである。

先生の略歴: 相愛大学名誉教授、文学博士(ハワイ大学)、浄土真宗本願寺派教師。



会長の挨拶

別院理事会 会長 森久保ゆきお

西北部仏教徒大会が終わって、私はとても誇りと感謝と感動しました。

誇りに思いますそれは、別院の大会実行委員会、リーダーのリン・グッドリッジとキャレン森久保、それにケミ中林、カストロ先生の宗教的な見識によって計画され、実行されました。大会はクリエイティブで対話型で、楽しくみ教を共有できました。

感謝しますそれは、多大な数の別院メンバー、先生方、友人たちが大変な努力をしました。ハリー・ブリッジ先生は他にないすばらしいキーノート・スピーカーでした。ウォークショップのスピーカーやディスカッション・リーダー、梅津先生を含め、この地区のミニスターの先生方、明快で魅力有るウォークショップでした。また多くのメンバーや友人たちが、時間、タレント、お金を使い、コンセプトを描き、計画し、資金調達し、大会を実現しました。大会に寄与された皆さんはこの大会を身近に感じたことでしょう。心温まる思いで見えていました。

感動しましたそれは、大会で私たちの将来への方角の可能性を少し見た気がしました。一人の方が大会を終えて、皆「アップビートで心を打たれた」と感じて帰りましたとコメントされました。なんとすばらしいことでしょうか？でもそれは「なぜ」と「どうしたら別院の普通の法要もこのように出来るのか」という質問につづきます。

大会におけるような努力を長期維持するのは無理でしょうが、何が大会でうまく行ったかを知りました、そしてその経験を別院でも生かして実行していきましょう。如何にして？私にとっては、「箱の外」に考えが戻ります。伝統やしきたりと将来を考慮した前向きな創造力と双方向性（インターアクティビティ）とファンのバランスをとることです。

シアトル別院は進歩的なサンガとして知られています。2月の大会で何をしたかを目にし、私たちはよく考えて限られた時間やタレントをいかに大きくしていくかにチャレンジしようではありませんか。新しく、興味ある、楽しい御教を分かち合えるように私たちの宗教部は何時も詮索しています。今までにもいろいろと新しいことを紹介して来ました。でもまだまだ未知の分野があります。限りなく必要としています。

皆様のアイデアはいかがですか？別院に来られた時にもっと深いつながりを感じられるにはどうすればいいのでしょうか？あなたはメンバーの方が別院にこられたときにその方の生活に触れたり、気持ちをよくするのになにができますか？  
合掌。

\* 西北部仏教徒大会の写真などたくさんの写真が英語面にあります。日本語面には紙面の数に限りがありますので英語面をご覧ください。

## サーモン・ディナー

3月28日(土) 4時—7時半      チケット\$15.00  
テイクアウトかドライブスルー 2時—7時

### サーモン・ディナー・ファンドレイザーは3月28日です

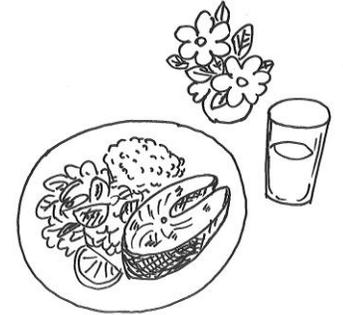
レストラン時間 4時—7時半

テイクアウト 2時—7時

ドライブスルー 2時—7時

(メイン街と16街を南におりてアレーに入ってください)

チケット \$15.00



メニュー：味噌汁、サラダ、漬物、サーモン、野菜とご飯。デザートとしてベーク品を売っています。

サーモンの代わりにポークもすこし用意します。子供用のディナーはありません。

チケットはメンバーに送られました。それらのチケットをご家族、ご友人にお売りください。追加のチケットご希望の方は事務所までお知らせ下さい。チケットをキープされるかたは3月15日までに代金をお送り下さい。チケットの売れ行きでフードを用意します。これは不要なフードを買わない為にもとても大事なことです。当日のチケット用に少し余分に作りますがそれを最小限にしたいと思います。チェックの宛名は Seattle Buddhist Church。皆様のご協力お願いします。

### ABAピンポン

ABAでは18歳以上の大人のピンポンゲームにご案内します。3月22日にジムのステージにて昼ごろから2時くらいまでに集まりましょう。皆さん気楽に来てたのしみましょう。



### 女性のセミナー

第四回を迎える女性のセミナーは今年も10月3日に予定しています。その日をセーブしておいてください。今年にはトードー・インスティテュートよりリンダ・アンダーソン・クレッチさんを招いております。彼女は日本の精神療法である森田療法と内観療法を教えておられます。また、シカゴ仏教会よりパティー・ナカイ師をお招きしています。今からとても楽しみです。詳細はおって案内されます。今年も意義あるセミナーとするためにコミティーは色々なアイデアを出し合っています。コミティーにて協力してくださる方はアイリーン後藤までお知らせください。

### 2015年別院スカラシップ

ハイスクールのシニア用、辻原スカラシップの申し込み用紙が用意されました。

大学生用、下紺まさる・みつますカラシップは3人まで。ナースプラクティショナー、メディカルドクター、レジスターナースの各卒業予定者。締め切りは4月6日2015年2時半に事務所まで。詳細は事務所を通して賀来シズまで。

## 婦人会便り

会長の挨拶

馬場ジャネット



**NW 教区仏教徒大会**； “念仏を毎日のリズムとして “ のテーマで開かれた第68回 NW 教区仏教徒大会が2月13～15日に、ベルビュー、ウエスティンホテルで開催され、オークランド教会の住職でありミュージシャンでもある Harry Bridge 師がこの大会の主旨演説をされ大会は始まりました。オレゴン、アイダホ、ワシントン、加えて、他の州、そしてカナダからのゲストを迎えてこの週末中、ミュージック、法話会、それぞれの分科会、合同会食、ダンスなどで陽気に騒ぎながらの楽しい大会となりました。NW 教区仏教婦人会役員は、この週末を利用して、NW 教区 BWA 代表者会議と NW 教区 BWA メンバーシップ総会を開きました。又 FBWA 交換学生プログラム委員 と 2015～2016 年 FBWA プランニング委員の会議も同時に行われました。

この週末の三日間、ノースウエストの隣人達に囲まれ楽しいひと時をすごしました。

**メモリアルサービス**（海野大徹先生への尊敬と感謝の念を込めて）； 2月7日私達教会メンバーは、昨年12月に亡くなられた海野先生のメモリアルサービスを、ご子息である海野マーク師と奥様である海野アリス様と共にさせていただきました。亡き先生のサービスは、それぞれ4箇所の教会で済ませられ、ノースウエストを第二の故郷とされていた先生の最後のサービスを私達のシアトル別院で出来たことは大変意味のあることと思っています。

たくさんの婦人会のメンバーの方がレセプションの為のリフレッシュメントの品々をお持ちよりくださいました。サービスの中で別院聖歌隊の方達が大徹先生と奥様のアリス様が詠まれた叙情詩、“Gentle Hands” と “Oneness in Amida” を、ご仏前で唱われました。

**接待係の方々に**； 婦人会接待係の方々には、別院に来られるお客様が気持ち良く居心地の良い場所であるようにと、メモリアル ホール ラウンジを提供し、御休憩の時間にはお茶をお出し少しでも休められる様にと気を配られています。時にはラウンジに泊まれることもありいろいろとお世話をねがっています。昨年は、中村ジュデスさんと為国フランシスさんをリーダーに、浅場マリアン、浜中洋子、岡田マーリン、コー頭本テイナ、寺田加代子の皆さん方が係になりゲストへの心のこもったおもてなしをしてくださいました。本当にありがとうございました。

**お腹をすかした若い人たちに**； 別院仏教会では、この夏休み期間中にお腹をすかしている子供達、若者たちの為に、“うどん”を販売し基金を集める計画を立てました。3月8日、ダーマ エクスチエンジのあと販売します。チケット1枚6ドルで3月1日まで販売しています。川原律子チーフとそのスタッフの方達で、“熱い美味しいうどん”をサービスいたします。集まった基金は、アジアンコミュニティ リソースサービス (ACRS) も含めたそれぞれの youth プログラムに寄付することになっています。夏休み期間中はフリーランチの支給がなく、夏の間お腹を空かせた子供や若人達がたくさんいるのです。

**新入会員 募集中です**； 私たち婦人会では維持会メンバーの御家族の中で信仰心の厚い女性の方たちの婦人会会員への入会をお誘いしています。今年も4月26日に新入会員サービスと歓迎昼食会を計画しています。教会、会員へのサービス、また共同施設への奉仕など私たち婦人会の活動に加わってくださることに大歓迎です。

新しい友人に出会いお互い助け合いながら、教会のファンドレイズを手伝い乍ら料理や手芸を学び楽しみましょう。毎年、夏には1日バス旅行が計画されています。それぞれの旅行にあたらしい経験や発見があります。婦人会の詳しい情報や入会希望の方がいましたら、高島清子さん、馬場ジャネット、又は教会事務所の中野ジョーンさんにご連絡ください。 合掌

3月 行事予定

3月 1日 婦人会 理事会

3月 8日 “うどん” ファンドレイズ

3月22日

3月28日

3月29日

春のお彼岸 サービス

サーモン デナー

婦人会 役員会

通信書記 (日) 寺田鈴子

