



## 「お盆～母の愛情～」

輪番 楠 活也

夏になり、お盆の季節になりました。まずは、お盆の由来とされている仏説孟蘭盆経にかかれています。お話を紹介します。

今から約 2500 年前、お釈迦様のお弟子に目連という人がいました。神通力を習得した目連は、その力をつかって、亡くなったお母さんを探しました。「自分を大切にしてくれたお母さんは、どんな世界で何をしているのだろう。」母親の姿があったのは、生前に物惜しみやむさぼる行為をした者、嫉妬深かった者が生まれていく、“餓鬼道”というところでした。餓鬼は常に飢えと渇きに苦しみ、手にした食べ物や飲み物はすぐに火に変わってしまい、口に入れることができません。目連は、その苦しむ母の姿を見て何とか助けようとしませんが、食べ物を与えようとしてもすべて火に変わってしまいます。目の前の悲劇に泣き叫びながら、目連はお釈迦様を訪ねます。すると、お釈迦様は、「あなたのお母さんは罪が深く、あなたひとりの力では救うことはできません。ですが、多くの僧侶の力を借りることでお母さんを救うことができるでしょう。私はあなたのために一切の苦しみから解放される救いの法を説きます。」と仰られました。その内容が、夏の時期に修行をしている僧侶たちへさまざまなご馳走や寝具などを供養（お供え）することでした。目連はそれを実践し、結果、無事に目連の母親は餓鬼道の苦しみから脱することができました。また、母親が救われていく際に目連が躍った歓喜の舞が「盆踊り」の起源ともいわれています。



### 7月の予定

ユーチューブとライブ配信以外はすべてキャンセルになりました。

- 2・3日 10時 ライブ配信 朝の法要
- 4日 独立記念日 ライブ配信なし
- 5日 10時 ビデオ配信  
家族法要・日本語法要
- 6・7・9・10日 10時 ライブ配信 朝の法要
- 11日 10時 ライブ配信・メモリアル法要
- 12日 10時 ユーチューブ配信  
お盆・初盆法要 日本語法要
- 13・14・16・17日 10時 ライブ配信  
朝の法要 16日親鸞聖人 月法要
- 18日 10時 ライブ配信・メモリアル法要  
4時 バーチャル盆踊り
- 19日 10時 ユーチューブ配信  
お盆墓地法要・納骨堂法要
- 20・21・23・24日 10時 ライブ配信  
朝の法要
- 25日 10時 ライブ配信・メモリアル法要
- 26日 10時 ユーチューブ配信  
家族法要・日本語法要
- 27・28・30・31日 10時 ライブ配信  
朝の法要

しかし、なぜ、優しかった母親が餓鬼道へ行くことになったのでしょうか。それは、我が子を思うあまり他の人やものを犠牲にしてしまったからだと言われています。自分の子が楽しく幸せな人生を送ってもらいたい、それは親の正直な気持ちでしょう。その親の子への深い愛情が、時として、周りを見えなくして、他を犠牲にしてでも我が子を守る、という行動を起こさせます。

4月のことです。妻が、お寺の内陣の花を生けてくれていました。外を見ると、きれいな黄色い花が咲いていたので、妻は、その花を切って、花瓶に生けました。その時に、野に元気に咲いている花のいのちを奪ってしまったと心が痛んだそうです。その数日後、妻がアサリを買ってきて夕食に料理して出してくれました。その時も、生きているアサリを調理しその命を奪ってしまった、私は二度とこの料理は作れないと、心を痛めました。『ブツダがせんせい』という子供向けの本に、“生きているものは花も虫もどうぶつも、みんな友だちだ”という仏様の教えがあります。妻もそのことを覚えており、その教えを通して自分を振り返った時に、花も貝も自分同様に大切ないのちを生きている、申し訳ないことをしたと深く反省していました。

その翌日のことだったと思います。ベランダで遊んでいた息子が、足が痛いと言っていました。足の裏を見てみると虫に刺されたような跡があります。ふと周りを見てみると、ハチが数匹飛んでいました。それを見た瞬間、妻は、ハチを退治する仕掛けを作り、ベランダに置きました。ハチはその仕掛けにはかかっていませんでしたが、しばらくするといなくなっていました。その日の夜、妻がボソッと言いました「私は地獄いきだな。昨日、他の生き物のいのちを大切にす。絶対に無駄な殺生はしない。と言っていたのに、もうこれだもんね。」

この話、皆さんはどう思われますか。母親とすれば、我が子に二度と痛い思いをさせたくないというのは、当たり前のことです。ただ、それはハチの立場からすると違ったものになります。ハチも自分たちが生きるために住むところを探し、食べ物を探していたのでしょうか。いのちを奪われる理由はどこにもありません。ハチも自らの身に危険を感じ、自分のいのちを守るために息子の足を刺したのでしょうか。妻は、息子が安心して快適に暮らしてほしいという、我が子への愛情から、ハチを退治するための仕掛けを作りました。ですがそれは、ハチの立場からすれば脅威以外の何物でもなかったことでしょうか。妻もそういうハチの思いをかんじたから「私は地獄行きだ。」とつぶやいたのでしょうか。妻のその言葉を聞いた時、私は、目連尊者の母親のことを思い出しました。二人に共通して言えることは、我が子への深い愛情をもった母親ということなのです。

人間には誰でも愛情があります。他の命を助けたいという気持ちを持っています。自分や家族や友人が快適に生きていけるようにとの願いを持っています。それは人間の本能です。人として持って当然の感情です。ただそれが原因で、別の誰かを傷つけたり、他の命を奪ってしまったたりすることがあることも知っておかなければなりません。私たちが持つ愛情は、個人差があり、限定的なものであると自覚することが大切です。その自覚が無くなってしまうと、愛情は傲慢に変わり、他を傷つけていることに気づかなくなります。他の命を傷つけたり、うばったりしても申し訳ないと思う気持ちがわいてこなくなります。それが愛欲に眼を遮られた人間の愚痴の姿です。

仏教には、慚愧という言葉があります。涅槃経にそのことが説明してあります。

“二つの清らかな法があつて、衆生を救うことができます。その法とは、一つには慚であり、二つには愧であります。慚とは自分が二度と罪をつくらぬことであり、愧とは人に罪をつくらぬことです。また、慚とは心に自らの罪を恥じることであり、愧とは人に自らの罪を告白して恥じることです。また慚とは人に対して恥じることであり、愧とは天に対して恥じることです。これを慚愧といいます。慚愧のないものは人とは呼ばず、畜生と呼びます。”

(注釈版聖典現代語版 P. 277)

私たちは、姿かたちで人か畜生かを判断しようとしません。しかし、この涅槃業の教えによると、人と畜生を判別するのは姿かたちではなく、慚愧の心を持っているかどうかです。私たちは貪欲瞋恚愚痴の煩惱を抱えた凡夫です。私たちの愛情もその煩惱から生まれ出たものです。それは、私たちのいのちが尽きるその瞬間まで消えることはありません。だからこそ、自分は今どんな愛情、煩惱を持っているのだろうか。自分の言動で他のいのちを脅かしていないだろうか。傲慢で、愚痴に支配された畜生の姿になっていないだろうか。常にこの慚愧の教えを通してわが身を振り返ることが大切です。慚愧の振り返りの中から、他の命に対するありがとうという歓喜の心が芽生えます。その先に一つ一つの命が尊重され、それぞれの愛情、煩惱を抱えた者同士が共に安心して暮らしていける道が開けてきます。慚愧と歓喜を常にここに留めて生きていくことが、浄土真宗のお念仏のみ教えに出会わせていただいたものの生き方です。

今年のお盆は、初盆法要も、盆踊りも、お墓参りもすべてオンラインで行われることになりました。私はお寺で生まれ育ちましたので、お盆の時期にお寺が静まり返っているというのは、なにか不思議な感じがします。一日も早く、この状況が改善され、皆さんと一緒に歓喜の舞を踊れることを願っております。

### シアトル別院 法要ビデオの閲覧方法

1. 検索ブラウザに、 [www.youtube.com/seattlebuddhisttemple](http://www.youtube.com/seattlebuddhisttemple)
2. Enter キーを押します。
3. ページが表示されたら、[ビデオ] タブを選びます。閲覧可能なすべてのビデオが表示されます。
4. 見たいビデオ（録画）をクリックしてください。もしライブ中継中でしたら生中継のビデオも見ることができます。
5. ライブ中継： 午前10時： 月曜日、火曜日、木曜日、金曜日（水曜日はありません）朝の法要  
ライブ中継： 午前10時： 土曜日 合同法事／追悼法要  
ビデオ配信： 午前10時： 日曜日 日曜法要  
木曜日（11時）にはズームで先生との会話ができます。

[office@seattlebetsuin.com](mailto:office@seattlebetsuin.com)まで申し込んでください。



ティー・トーク

リアン・西・ウオング 別院理事長

別院の今年の盆踊りは18日、バーチャル・映像配信となります。踊りの練習やウォーク・ショップは1日から配信が始まります。別院のウェブサイトかフェイスブックで詳細をお確かめください。スポンサーシップの申し込みやご寄付も受け付けています。ご質問があればメールでお尋ねください。

[chairperson@seattlebetsuin.com](mailto:chairperson@seattlebetsuin.com).

盆踊りは別院にとって一番大切なファンレイズです。純益はお寺の人員費、維持費やその他の経費に充てられます。お寺のメンバーシップ費は最小に抑えていますので全ての維持費、経費などはカバーできません。皆様のご支援に深く感謝いたします。よろしく願いいたします。

例年では盆踊りの時期になりますと別院メンバーは何日もかけて準備をし、2日間の盆踊り期間中はご友人、ご家族総出で応援していただいている頃です。クック、クリーン、ブースでの販売、その他の部署、など。私たちは例年メンバー間の交流を楽しんでおられるイベントが今年中止になって悲しく、重い心でいます。お盆のプログラムでは1行のプレゼンテーションがります、皆様も参加されるようお願いいたします。

ダーマ・エクスチェンジをズーム (Zoom) で参加できるように計画しています。別院のウェブサイトをチェックされて夏のプログラムのアップデートをご覧ください。Seattlebetsuin.com

いかに相互の絆を深めるかのご提案、ダーマ・エクスチェンジのアイデア、またはコミティーへの参加希望、ウォーク・ショップのリードなどご興味のあるかたはメールでお知らせください。合掌

## 婦人会便り

大川ジェニー・鹿島加奈子

ACRS のウォーク・フォー・ライスของทีม名を間違っていました。Buddhist Women's Association SBBWA です。寄付はウェブサイトで行えますがチェックを送ることも可能です。

Walk for Rice, 3639 Martin Luther King Jr. Way South, Seattle, WA 98144

チーム名を書いてください。皆様のご支援に感謝します。

シアトル別院の婦人会の内規 (バイロー) と常任ルール (スタンディング・ルール) を改訂するコミティーがメールやズームを使って会議を始めています。今月も続けて話し合いが持たれます。

別院のメンバーがお寺に戻れる時のためにマスクを作ってくださった方々に感謝します。パム・ホーンが先生方用と子供用のスペシャル・サイズを作りました。



### BCA の月刊誌「法輪」の申し込み

BCA の法輪がメールで送られてきます。ウェブサイトにて申し込みます。メール・アドレスが必要です。

[Buddhistchurchofamerica.org/wheel-of-dharma/](http://Buddhistchurchofamerica.org/wheel-of-dharma/)

また同じページで「法輪」が見れます。

### お盆の主な予定

1 日～ 盆踊り練習のインターネット配信始まる。

11 日 お盆 墓地での法要キャンセル

12 日 お盆・初盆法要 (ユーチューブ) 10 時  
墓地での法要キャンセル

18 日 盆踊り (ユーチューブ) 4 時

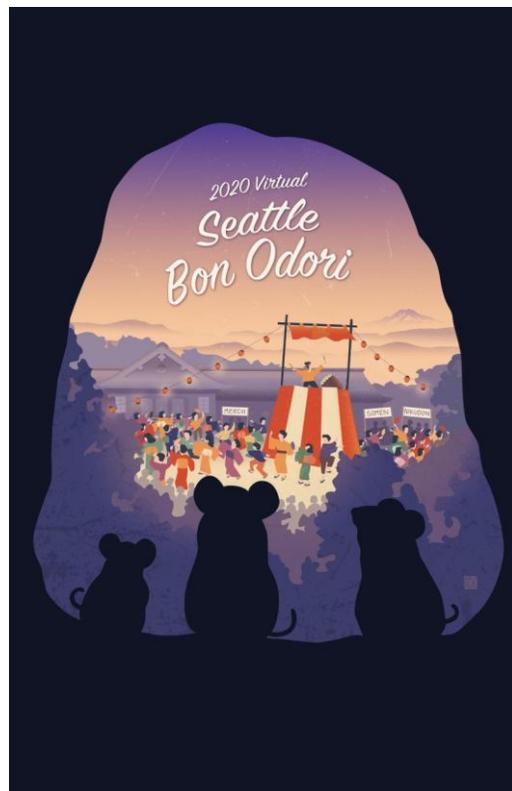
19 日 お盆墓地法要 (ユーチューブ) 10 時  
その後お盆納骨堂法要が続く



### お盆 T-シャツ・エプロン

お盆 T-シャツが別院のウェブサイトでお求めになれます。数に限りがあるので早い目にお申し込みください。

別院のウェブサイトにはバーチャル おぼん (Virtual Obon) をクリックするとマーチャндаイズ (merchandise) をえらべます。



## シアトル盆踊りスポンサーシップ

### スポンサー・レベル

- 1、プレゼンティング・スポンサー \$6,000.00
  - 2、プラチナ・スポンサー \$4,000 - \$5,999
  - 3、ゴールド・スポンサー \$2,500 - \$3,999
  - 4、シルバー・スポンサー \$1,500 - \$2,499
  - 5、踊りスポンサー \$1,000 各ダンス
- ツー・ストーリー・ゾーリ・バンド \$1,000  
ブロンズ・スポンサー \$200 - \$999  
ブースター \$5 - 199  
ランタン・セレモニー( 灯籠セレモニー) \* 詳細は英語面にあります。



### 別院維持会費

今年の維持会費は 70 歳以下は 400 ドル、70 歳以上は 350 ドル。よろしくお願ひいたします。5 月に収められた方々のお名前が英語面にあります。ありがとうございました。

### 別院維持会

コロナ・ウィルスの影響で別院での法要が中止になって4ヶ月近くになります。その間も別院では先生方や職員が働いています。またお寺の維持費もかかります。今年の維持会費を納めておられない方はチェックをお送りください。またオンラインでお支払いの場合は Seattlebetsuin.com そして become a sustaining member をクリックしてください。

### 枕経・お葬式・法事・メモリアルについて

皆様はもうよくご理解されていると思いますが、現在お寺ではお参りもその他のイベントも集まりません。枕経・お葬式・法事・メモリアルなどもお寺ではできません。インターネットを使ってご相談や法事をする事はできます。ズームとかフェースタイムなどがあります。事務所にご連絡ください。office@seattlebetsuin.com

毎土曜日の 10 時よりの法要は追悼法要です。同時配信となっています。別院メンバーと新型コロナ感染で亡くなった方々への追悼にもなっています。ご家族・ご友人など申し込まれますと法要時にお名前を読み上げられます。事務所までご連絡ください。

お経と会話が木曜日 11 時より 11 時半まで開かれています。英語での会話ですが ZOOM で参加できます。事務所まで申し込んでください。office@seattlebetsuin.com

### ウーマンズ・セミナー・アップデート

10 月 3, 4 日 (土、日曜日)

### ビデオ・コンファレンス

ご講師は右のインサートにあります。

初めての試みですが、平野先生を始めご講師の先生方は全員経験豊かな方々です、楽しみにお待ちください。

Changed to video conference!

### Women in Buddhism Conference "Tools for Spiritual Wellness, Part 2"

Saturday, Sunday - October 3, 4, 2020



Nembutsu

**Carmela Javellana Hirano, MD**  
"Radical Humility: Jodo Shin-shu Path to Gratitude and Joy" Psychiatrist in private practice, Salt Lake City, UT; ordained Shin Buddhist minister.



Vipassana

**Bonnie Duran, PhD**  
"Mindfulness and Dharma to undo internalized negative stereotypes" Learned Vipassana in Bodhi Gaya India; professor of Social Work & Public Health, University of Washington.



Yoga

**Sharon A. Suh, PhD**  
"Healing from Trauma through Meditation and Yoga" Professor of Buddhism, Department of Theology and Religious Studies, Seattle University.



Brain Health

**Sheri Mizumori, PhD**  
"Brain Health and Everyday Mental Well-Being" Professor of Psychology and Neuroscience, University of Washington.



Healing with Hands

**Tara Tamaribuchi, BFA**  
"Self-renewal through art" Artist and mother, expresses Buddhists concepts through art making.

Presented via video conference by  
Seattle Betsuin Buddhist Temple  
Seattle Betsuin Buddhist Women's Association  
Center for Buddhist Education

SeattleBetsuin.com/2020WIB

## ミュージック・ノート 中林ケミ

今年のお盆は例年と違い直接の集まりができません。例年のお盆は踊り、音楽、太鼓と共に亡くなられたご家族を偲びました。おかげさまで、3月5日にみさえ、洋・我孫子開教使ご夫妻が私に参加してくださり、サンフランシスコのクレスマン家のスタジオでキーボードとドラムの演奏で、みさえさんのガーサ、「シーズン・オブ・お盆」を収録しました。サンディーとジェフ・クレスマン夫妻はその曲にボーカルをミックスして7月12日の別院のお盆法要までに完成されました。

以下は、みさえさんからその曲についての歴史を送っていただきました。

「シーズン・オブ・お盆」を作詩・作曲した時に私と主人、家族はパロ・アルト仏教会の向かいにある開教使用の家に住んでました。その時にクワイアーで歌う英語のお盆の歌を探していたのを覚えています。見つけたのは2曲で、50年も前から聞き慣れた、「オボン、オボン・イツ・フェスティバル・デー」（北条ユミ）、「フェスティバル」（メリー・チコ・平）。幼少時のお盆の思い出と先生方のご話から「シーズン・オブ・お盆」は生まれました。

90年代、ユースの間で太鼓のパフォーマンスがとてもポピュラーになりました。主人の洋がいくつかの太鼓をダーマ・スクールのために組み立てていましたので、太鼓を間奏曲とし、クワイアーと太鼓のパフォーマンスがとても力強くなりました。

金子・ミュージック・ファンド（マリオン・ダモント夫人基金）に感謝します。新しい浄土真宗ガーサを聞いて「シング・ナモ・アミダ・ブツ」ソングブックに合併できました。これからも感謝の気持ちを伝える音楽を作っていきますように。合掌、 みさえ・我孫子



Misaye Abiko, director of the Buddhist Church of San Francisco choir, at the 2019 Shin Buddhist Choir Festival

Rev. Hiroshi Abiko recording the taiko part at the Cressman home studio

Jeff and Sandy Cressman when they came to Seattle in 2017 to perform at Tula's.

