

# シアトル別院時報

40巻1月号

2021年度 教化標語

仏法をバーチャルでシェア～  
次元を超えて、おうちで聞法～



## 「田があれば田に悩む！」

輪番 楠 活也



新年あけましておめでとうございます。2021年もうぞよろしく願いいたします。今年もシアトル別院の輪番として、お念仏の繁盛に勤めてまいります。

私たち浄土真宗の門徒にとって一番大切なお経は、仏説無量寿経です。ですので、仏説無量寿経のことを正依の経典と言います。私たちがよくお勤めする讃仏偈や重誓偈も仏説無量寿経の中にあります。仏説無量寿経には、法蔵菩薩様が阿弥陀如来となられる話、法蔵菩薩が立てられた四十八の願い、そして、阿弥陀如来が建立された極楽浄土やその菩薩さま方のことが詳しく述べられています。それを読ませていただくと、優雅で荘厳なお浄土の様子、静寂で深遠なお悟りの境地、さらに、お浄土の菩薩さま方が得られている智慧と慈悲の功德がなんと広大で優れているものであるかを教えていただくことができます。そこには、目指すべきは、極楽浄土であり、菩薩さま方であると、私たちが進むべきゴールをはっきりと示してくださっています。ですので、これまでさぞ多くの方々が、極楽浄土へ行き、菩薩さまになられたのであろうなと思っています。同じ仏説無量寿経の中に「易往而無人」という言葉を見つけました。お浄土は素晴らしくて行きやすいところだけれども、人がいないというのです。その後には、人がお浄土にいない、そこを目指そうとしない理由が事細かに記されています。そこには、お悟りの世界、菩薩さま方の姿とは対照的な、私たち人間のありのままの姿が記されています。その一つの例として、このように記されています。

“田があれば田に悩み、家があれば家に悩む。牛や馬などの家畜類や使用人、また、金銭や衣食、日常の品々に至るまで、

1月の予定 すべてオンラインです。

- 1日 10時 元旦会法要 ライブ配信
- 3日 10時 家族法要・日本語法要 ライブ配信
- 4・6日 10時 ライブ配信 朝の法要
- 4日 11時 月曜日本語法座 ZOOM
- 6日 11時 お経と会話 ZOOM
- 9日 10時 合同メモリアル法要 ライブ配信
- 10日 10時 家族法要・日本語法要 ビデオ配信
- 11・13日 10時 朝の法要 ライブ配信
- 11日 11時 月曜日本語法座 ZOOM
- 13日 11時 お経と会話 ZOOM
- 16日 10時 報恩講・合同メモリアル法要  
ライブ配信
- 17日 10時 報恩講法要 ビデオ配信  
日本語ご法話 馬場大道師 ヒロ別院
- 18日 休日 マーティン・ルーサ・キング・デー
- 20日 10時 朝の法要 ライブ配信
- 20日 11時 お経と会話 ZOOM
- 23日 10時 合同メモリアル法要 ライブ配信
- 24日 10時 西北部開教使合同 報恩講法要  
英語ご法話 平野ジェリー師  
ソルト・レーク仏教会  
日本語ご法話 高田興芳師  
ウエスト LA 仏教会
- 25・27日 10時 朝の法要 ライブ配信
- 25日 11時 月曜日本語法座 ZOOM
- 27日 11時 お経と会話 ZOOM
- 30日 10時 合同メモリアル法要 ライブ配信
- 31日 10時 家族法要・日本語法要

火・金曜日 楠輪番 休み

あればあるで憂え悩む。(中略)田がなければ田が欲しいと悩み、家がなければ家が欲しいと悩む。牛や馬などの家畜類や使用人、また金銭や衣食、日常の品々に至るまで、なければならないでまたそれらが欲しいと悩むのである。”(仏説無量寿経下巻)

この文章からは、今から約二千五百年前、お釈迦様がご在世の時代に暮らしていた人々の生活の様子や悩みが聞こえてくるようです。その当時の人たちにとって、田んぼ、家、家畜そして使用人を持つというのは、社会的な地位を築き、裕福な生活をするには必要なものであったのでしょうか。ただ、それらはあったらあったで、田や家のメンテナンスは必要だし、牛や馬の世話は必要であったことでしょう。使用人同士や雇い主と使用人との人間関係もうまくいかないこともあったことでしょう。また、それらを失いたくないという執着やもっと欲しいという欲も出てくるでしょう。あればあるで、それらが多くの悩みの種になっていたということは想像に難くありません。またそれらを持たない人が、それらが欲しいと妬ましく思い悩む気持ちも容易に想像できます。今の私が簡単に想像できるということは、二千五百年前の人たちと今の私が、人間として本質的に抱えている悩みに大差がないということでしょう。

冬になって、気温がぐうんと寒くなってきました。温かいところでこれまでずっと過ごしてきた私にとっては、寒さがこたえます。みなさんはその寒さどこから感じられますか。足元からという方もおられれば、背中からという方もおられるでしょう。私はどこかという、やはり頭です。あらためてこの、髪の毛が薄いということを実感させられます。髪の毛が薄い、おでこが広いというのは、私にとって子供の頃からの悩みの種でした。他の人の頭を見ては、みんなはたくさん髪の毛があつていいな〜と妬んでいました。ある日、妻がお風呂上りにドライヤーで髪を乾かしていました。その時に、ふと、「あーめんどくさい。髪の毛多すぎる。半分くらいに減ったらいいのに。」私を横になんとも嫌みなことをいうな、と思と同時に、髪の毛が多すぎて悩むということもあるんだなと考えさせられました。

私は、他にも数えきれないくらい多くのことに悩み、妬み、執着しています。家は今の家でいいのか、別のところに引っ越した方がいいのではないかな、もっといい車を買った方がいいのではないかな、貯金は十分あるのか、今後子どもをどのように育てていったらいいのか、リタイア後の生活は大丈夫なのか、など考え出したら切りがありません。なにかをいったんこうだと決めても、また新しい情報が入ってくると、果たして私が出した決断はそれでよかったのかと、また、悩みます。私の心は、あつちにふらふらこつちにふらふらしながら、日々直面する一つ一つの事柄に右往左往しながら生きています。そういう私が抱える悩み、妬み、執着が悟りと悟りへの道、浄土と浄土への道を見えなくしてしまっているのです。

私たち浄土真宗の門徒は、阿弥陀様のお浄土へ行き、お悟りを開かせていただくというのがゴールです。阿弥陀様のお浄土を常に自分のいのちのゴールと見据えて今を生かさせていただきます。お浄土をゴールに据えて、そこを目指して生きていくことで、お浄土へと進む邪魔となっている私の悩み、妬み、執着に気づいていきます。それが普段は気づくことのできない私の真の姿です。ですので、仏教はよく自分を映す鏡である、とも言われます。仏説無量寿経は、悟りと浄土から自分を見る、そういう眼を養っていくということを教えてくれるお経様であると私はいただいております。お念仏を称え、お経を読み、お聴聞をするということは、見えなくなりつつあるわたしのいのちのゴールがお浄土であるということ、その道をしっかり歩んでいくということを常に教えてくれます。悩み、妬み、執着の尽きない私ですが、それに気づき、進むべきゴールをしっかりと定めることで、それらの悩み、妬み、執着に振り回されずに日々歩むことができます。

新しい年が始まりました。今年をどのような年にしてきたいですか。私は頭は寒いですが、心は常に温かくありたいと思っています。今年もみなさんと一緒にお浄土への旅を一日一日歩ませていただけることを楽しみにしています。合掌



## ティー・トーク

リアン・西・ウオング 別院理事長

私は過去のことをいつまでも考えていません、カレンダーとかも残していません。重要な出来事は覚えています。日時まで覚えません。アドベンチャーを全部覚えている方はすごいと思います。

去年は色々な意味で大変な年でした。2020年は簡単には忘れられない年となりました。2月の開教使会議・米国カンセル会議・西北部仏教徒大会のイベントは忘れられない思い出です。今日ではあのサイズの集まりは不可能です。大会のテーマの「ダーナ・フォー・ワールド・ピース」は今年の状況をよく表しています。ダーナまたは布施は3部からなっています：財施(ざいせ)物やお金を惜しみなく分け与える心・無畏施(むいせ)悩み苦しき、不安になっている時に相談にのってあげ、善導してあげる心・法施(ほうせ)仏の教えなどを惜しみなく人々に施す心。

シアトル別院では多くの「ダーナ」をいただきました。お寺のメンバーやダーマ・フレンドからの途切れない支援に深く感謝いたします。時間とタレント、財政上のご支援に感謝します。

2020年はまた恐怖、悲しみ、寂しさと予期しない喪失をもたらしました。愛する人を亡くされた方には心より哀悼の意を表します。パンデミックは今も続いています。ワクチンが出来て接種も始まり前向きな動きもあります。再び別院の本堂での法要ができる日を心待ちにしています。

日曜日の法要では最後に締めくくりの言葉を言います、「阿弥陀さまのご慈悲に包まれて」。阿弥陀仏の英知と慈悲はダーナです。人生の多くの生き方のみ教えとお浄土に行く道はかけ替ええない確認です。皆様もみ教えとお寺のコミュニティーに癒され、心強さを見出されることを願います。

新年が幸多き年でありますように！ 合掌、

## 2021年 新年会

1月10日 11時45分より。インターネット配信 詳細は後でお知らせします。

## 2021年法事予定

故人の面影をしのび、感謝すると共に、故人の命日を縁として家族が仏法に触れる機会です。別院は今閉館していますが毎土曜日10時からライブ中継で合同追悼法要を勤めています。楠輪番が亡くなられた方のお名前をお読みしています。ご家族やご友人で下記の年に亡くなられた方のお名前を別院事務所までご連絡下さい。206-329-0800.

### 亡くなった年

2020年	一周忌	1年目	2005年	十七回忌	16年目
2019年	三周忌	2年目	1997年	二十五回忌	24年目
2015年	七回忌	6年目	1989年	三十三回忌	32年目
2009年	十三回忌	12年目	1972年	五十回忌	49年目

## BCAの”Dial The Dharma”(テレホン法話)というのをご存知でしょうか。

インターネットができない方でも、電話で短い日本語の法話が聞けます。(英語もあります)

英語は毎週原田総長がお話しされます。日本語は、日本語ができる開教使が順番で法話をします。

法話は毎週水曜日に新しいものに更新されます。法話は5分以内のものです。

電話番号 1-800-817-7918 で、その後英語であれば1を日本語であれば2を押せば聞くことができます。

## 別院維持会会費

今年の維持会費は 70 歳以下は 400 ドル、70 歳以上は 350 ドルです。よろしくお願ひいたします。先月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。

## ZOOM で参加しましょう

### 月曜日の日本語法座について

9月14日より ZOOM で月曜日本語法座がはじまりました。毎週月曜日、10時の同時配信法要のあとに先生と会話ができます。ZOOM の申し込み先は oteradeasobou@gmail.com です。お友達などもお誘いください。

### ZOOM でメディテーション

毎週日曜日 9 時から。レオノラまで連絡してください。clarkel@uw.edu

お経と会話が水曜日 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

### Zoom ダーマ・エクステンションについて

Zoom ダーマ・エクステンションが 8 月よりはじまりました。ZOOM のレジスターは newsletter@seattlebetsuin.com までメールしてください。名前、メール・アドレス、付属のお寺名を書いてください。ZOOM のリンクが送られてきます。ジョーとアイリーンが会話のリーダーを務めます。

#### 1 月の Zoom ダーマ・エクステンション予定

3 日・17 日 11 時 サンガ・エクステンション  
10 日・24 日 11 時 ダーマ・スクール父兄・エクステンション

### 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、水曜日、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

### 2 月の予定（すべてオンラインです）

7 日 スカウト・サンデー・法要  
14 日 九条武子夫人・大谷大谷篤子お裏方追悼法要 シアトル別院婦人会・西北部開教使会  
21 日 涅槃会法要・ペット法要  
21 日 別院総会 1 時半

### 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ことはできます。ズームとかフェイ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



## 婦人会便り

大川ジェニー・鹿島加奈子



新年あけましておめでとうございます。今年もご支援よろしく願いいたします。

別院婦人会の活動基本方針(ミッション・ステートメント)には浄土真宗に基づく仏教徒としての認識を高め、会員の親交を促進すること:シアトル別院を支え、支援し、地域社会に貢献するとあります。

シアトル別院婦人会はジュニア・YBA のオライオン・センターへの洗面用品とマスクの寄付を集める活動の支援をします。オライオン・センターはホームレスの青年への福祉施設で別院では月一回夕食を提供してきましたが、この新ウィルスのために休止しています。仏教婦人会の創設者である九条武子夫人と大谷籌子お裏方に敬意を表し、震災後の救済運動などを推進されたその人道的活動は私たちのコーナーストーンとなりました。寄付のためのマスクを作られる方はいくつか作られたか私にメールしてください。感謝します。ジュニア・YBA が別院の裏のパーキングにて寄付を受け付けます。1月15日1-4時、1月16日9-3時。ジムの方からアレーに入ってください。



毎年、年末にはお寺に来れない会員の方々に「いかがですか」という小さなギフトをお届けしています。今年は38-40名の会員に「キモチ・ホリデー・ギフト」を届けました。フラン S、キャレン A、ローレン、トミ Z、ティーナ Z-K、スザン F、キヨ T のメンバーが近辺の、レークショア、日系マナー、メルル・ガーデン、ウイステリア・マナー、川辺ハウスなどのホームや個人の方に、5個のみかん、マスク、BCA カレンダーなどの包みを届けました。

(写真-パット・バブローとキモチ・ギフト)



お寺の法要で一番大切な報恩講法要には婦人会は毎年「にごめ」と「ぜんざい」を作ってきました。今年は、キャレン・ユキオ M、ナイナ T-K、藹子 F、真知子 W、律子 K、絹江 K のおかげでレシピができました。お寺では100人分作りますが家庭用の分量でできるようになりました。ぜひ1月17日の報恩講法要をユーチューブでお参りください。森久保夫妻とナイナが法要でサーブします。

2021-22年の新理事を迎えました。ジャネット B、マーガレット G、マリー K-L、ローザリー M、シェリー M、ジュディス N、ジョーン N、マーリン O、アン O、ダーリン S、フラン S、ノリ S、レスリー S、スージー T、マユミ T、イベット T、ナイナ T-K、ジュリアン T、トミ Z、シャーリー S とアキコ T が名誉理事となりました。先年の理事の方々には多大なる知識と支援を受けました、感謝いたします。

名誉理事でありました2名の会員がなくなりました。ご家族、ご友人には哀悼の意を表します。

大碓泰美 9月13日 97才

谷口ふみえ 11月 100才

1月の予定

3日 理事会

15日・16日 ジュニア・YBA:オライオン・センターへの寄付のドロップ・オフ

17日 報恩講法要・“にごめ”レシピ

