

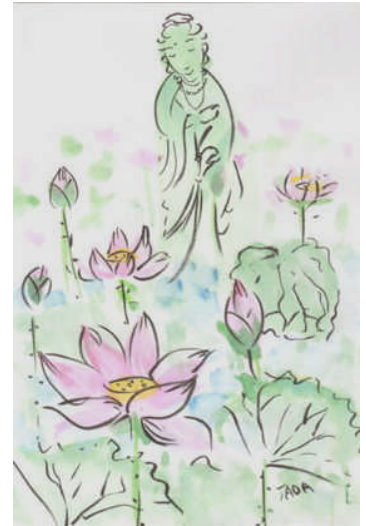
## 信不具足

新井俊一



仏教で言う「苦」と「救い」について考えてみましょう。貧乏が苦である、病気が苦である、死が苦である、という人は多いですが、それらは必ずしも人生の苦の根源的な原因ではありません。貧乏でも満ち足りた生活をしている人もいます。

病気の中で命のありがたさに気付く人もいます。また死に直面して、与えられた命に感謝して最後の日々を暮らす人もいます。



四諦八正道は釈尊の教えの根本だと言われています。それは「人生は苦なり」という事実を出発点としています。苦の中の最も代表的なものは、生・老・病・死・愛別離苦・怨憎会苦・求不得苦・五蘊盛苦です。これらを四苦八苦と呼んでいます。

しかしよく考えてみると、生老病死のうちどれも自然に起こることです。私はマンションに住んでいますが、20年前にマンションの理事会で指導的な役をしていた方が、見る影もなく衰えているのを見るとかなりショックです。私の小中高校の先生方はもうほとんどこの世の人ではありません。私もいずれは、今までに教えた人々から、「新井先生は亡くなった」と言われる時が来るでしょう。ただ変わらないことが一つあります。それは私自身です。「私は例外で、絶対に年を取らないし、死ぬことはない」と思っている自分は少しも変わりません。もっとも毎朝ひげを剃るために洗面所の鏡の前に立つと、自分が思っている自分の姿よりちょっと老けた自分を見出して、ショックを受けている今日このごろです。

私が言おうとしていることは、生老病死が苦の原因なのではないということです。刻一刻変化する自分を受け入れないで、若かった時の自分、健康で強かった時の自分、に執着する心（煩惱）それが苦の原因です。好ましい状態が続くことをいくら願っても、その時にすでに変化しています。また好ましくない状態が去ることを願ってもなかなか去らないことがあります。つまりありのままの状態を受け入れずに、ある状態が変わらないことを願ったり、自分の都合のよいように変わることを願う、その欲望が苦の原因なのです。

### 10月の予定

- 3日 10時 初参り法要  
11時 日本語プログラム
- 10日 10時 家族法要  
11時 日本語法話  
今中先生(高野山寺)
- 17日 10時 家族法要  
11時 竹村先生
- 24日 10時 家族法要  
藤本先生  
(アイダホ・オレゴン寺)  
11時 日本語プログラム  
1時 婦人会追悼法要  
藤本先生
- 31日 10時 家族法要  
11時 日本語プログラム

どうして念仏するのでしょうか？如来の働きの顕現である念仏は私たちの「今ここ」の命に目覚めさせてくれます。「万物は変化する」ということを仏教では「無常」と言いますが、無常の中の「今ここ」の命に目覚めた時、私たちの身の回りに起こっている変化をそのまま受け入れることができるようになります。そして、ともすれば自己中心的に物事を見がちな自分に目覚めると、物事が望み通りにならなくても、以前ほど怒りを覚えなくなります。今まで好き・嫌いで見てきた世界が、すべて自分を包んでくれる温かい世界に変わっていきます。「救われる」とは、私の煩惱を如来が引き受けてくださることです。

新井先生に許可を頂き転載させて頂きました。

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。

### 13 笑顔

沼田智秀著「ささえあって」百八つのおもい より

私たちは自分の普段の顔が案外わかっていないのではないのでしょうか。

毎日鏡を見ない日がないのだから、自分の顔ぐらいわかっていると思っている人が多いようですが、鏡に映る顔は、どちらかというとりすました自分の一番いい顔です。目の小さい人は目を大きく開き、口の大きい人は口を小さくして無意識のうちに一番いい顔を作っています。

写真を撮るときも、チーズとよそ行きの顔をしています。私たちは、鏡に向かうような顔、写真を撮る時のような顔で毎日生きれば、他人と争うこともなく、本当に気持ちのいい生活ができることでしょう。

それが、鏡やカメラの前から離れたとたんに顔が変わり、しかめっ面になったり、なんとも嫌な顔になってしまいがちです。

笑顔が周りの人の気持ちをどれぐらい和らげ、自らをどれほど美しく見せることでしょう。「笑う門には福来る」です。



### 御門徒の皆様

シアトル別院理事会を代表しまして8月付けでカストロ先生が小杭総長より輪番の地位に昇格されました事をご報告いたします。別院の理事会は先生の昇格を心から喜び受け取りました。私と共にカストロ先生の輪番就任をお祝い下さい。新しい位は多くの責任ともなります。皆様のご支援、励ましがカストロ輪番の支えとなります。

合掌、 森ポール 別院理事会会長

### 会員部より

今月も英語部に会費お支払いの方のお名前があります。この方々は2010年の維持会費をお支払いになった方々です。70才以上は\$250（\$500ご夫妻）、70才以下は\$300（\$600ご夫妻）です。これは別院の維持に対しての最低額になります。別院年会費は9月末が締め切りになり10月からは2011年度の会費となります。

### 別院理事会員候補者について

シアトル別院の理事選挙が近づいてきました。まもなく2010年の別院会員の方々に投票用紙が送られます。最終の票読みは12月12日の別院総会です。お寺の運営などを課題とした理事会議は毎月第四木曜日におこなわれます（11、12月は第三木曜日）。理事への候補にお名前を加えることをご希望の方はお名前・電話番号・メールアドレスと共に過去3年間のお寺に関連した自己紹介を添えて10月10日までに事務所まで提出下さい。

### 理事資格について

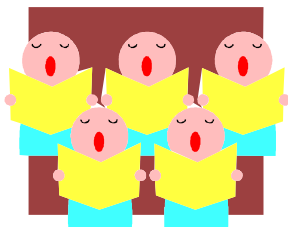
- 1、レギュラー会員であること。別院の決まりでは：維持会費最低額を納めている。
- 2、3年間務められること。
- 3、理事会議に出席できること。理事は全部の理事会議に出席を要望されています。都合で出席不可能の方も最低半分は出席が求められている。

## メディテーション セッション

毎日曜日朝 8 時 45 分—9 時半までと水曜日朝 10 時より前輪番ハウスにて  
メディテーションがおこなわれております。ぜひご参加下さい。



## 別院クワイア



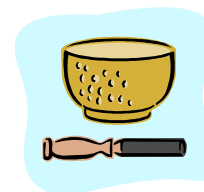
別院のクワイアを楽しく聞いてくださった方々にはお願いです。私たちのグループは年々小さくなっています。ここで新しいメンバーを求めています。私たちはスペシャル法要以外にも敬老ホームや日系マナー、仏教徒大会で歌って楽しんでおります。歌うことが好きな方はぜひ参加ください。日曜日 9 時から練習しています。楽譜を読めなくても大丈夫です。連絡は谷野テリーまで。

## 太鼓ワークショップ

祭り太鼓では大人とユースのワークショップを予定しています。大人 16 歳以上。経験必要なし。  
10 月 23 日 1—3 時ジムにて。ユース 8—15 歳。10 月 31 日 3 時半—5 時半。別院お正月パーティーで演奏します。10 月 31 日、11 月 7、21、28 日、12 月 5、12、19 日。  
頭本ドーナまで連絡のこと。詳細は英語面に。

## お仏壇の作法

いもりラバーンと後藤アイリーンによるお仏壇の作法についてのクラスがあります。10 月 17 日 11—11 時半に前輪番ハウスにて。お荘厳のしかたや礼拝の作法について話し合います。



## 11 月の予定

- 7 日 永代教無縁法要・お稚児行列  
法話・青木先生(バンクーバー)
- 28 日 家族ミュージック法要

## 写真

- 9 月 11 日 日本語セミナー 桑原浄信先生  
(市川サット提供)

## お稚児

11 月 7 日の子供たちのお稚児行列に参加ご希望の方は用紙が玄関にあります。ダーマスクールの父兄にお尋ねください。

# 婦人会便り



## 会長のメッセージ

八幡静江

- 2010年9月10日（金）に7月、8月、9月の当番に依る台所清掃が有り、下記の婦人会会員が台所を洗い、清め、整頓を行いました。浅場マリアン、賀久静江、兼田美代子、川原律子、河本雅子、真野アイリーン、中村ジュデス、志萱メリー、清水ダーリーン、新宅フラン、竹村朴美、為国フラン、山崎美代子。ご婦人方どうも有難うございました。
- 恵信尼公・覚信尼公顕彰法要からのお布施はダーマスクール、カブスカウト、ボーイスカウト、キャンプファイアー、ジュニア YBA, セニョア YBA の諸団体に寄附されました。
- 2010年9月20日（日）別院婦人会の資金調達の為にお饅頭、ばら寿司、焼き菓子等が売られました。このイベントを幹旋して下さった委員会の馬場ジャネット、富田・加藤ナイナ、そして須坂ゲールの皆様にお礼を申し上げます。
- 2010年10月9日の米国連盟婦人会代表者会議には新宅フランと賀久静江が代表者として出席して下さいます。

## 婦人会活動

10月のクラフトクラスは下記の通り：

10月 6日ービーズでブレスレット作成、山口文子指導。

10月20日ーブックマークと暦のカバー、田中リク子指導。

小北タカの指導の下にメッシボックスのクラスが11月に予定されている。

11月10日清水チヨ、SHIBA ボランテア、が近い将来のメデケーアプログラムの変化に関するクラスを持たれるので関心の有る方は出席を奨励されている。別院会員又誰でもが出席可能。詳細は後ほどお知らせします。

上記に関する種々の情報や sign-up 用紙は別院オフィスの向かい側の掲示板に貼って有ります。

## 寄付感謝録

一般寄付は、英文寄付欄をご参照下さい。

- 10月行事予定
- 3日（日）婦人会理事会ミーティング ー午前11時45分
  - 6日（日）ビーズでブレスレット創り
  - 20日（日）ブックマークと暦のカバー創り
  - 24日（日）婦人会追悼法要、午後1時、特招ご講師ー  
藤本浄信 デニス師、アイダホ・オレゴン仏教会

通信書記（日） 新保悦提出

日本語版のイーメール・アドレス [Newsletter-jpn@seattlebetsuin.com](mailto:Newsletter-jpn@seattlebetsuin.com)  
シアトル別院時報日本語面翻訳・編集 和田真知子



