

2023~2024  
RIテーマ

## 世界に希望を生み出そう

本年度クラブテーマ

## 和顔愛語(わがんあいご)

世界に希望を生み出そう

創立: 1991年7月13日

会長/辻 匡人

幹事/土田 鐘子

会報広報委員長/白沢 啓

■例会日/毎週金曜日 12時30分

■例会場/ホテルメトロポリタン秋田

■事務局/秋田市中通7丁目2番1号 ホテルメトロポリタン秋田内

第1458回〈今年度第14回〉例会 2023年11月17日(金)

### 【会長の時間】

会長 辻 匡人



米山奨学生ジャンさん

環境問題と安全保障・IT化が進み世界がコロナ禍明けによる意識の変化、人口動態と経済等や地球温暖化の影響か?野生動物の行動パターン迄も、地域・国・そして世界情勢が目まぐるしく変化していく昨今です。

秋田市では、最近熊さんの民家出没件数が異常です。上新城内だけでも既に23頭捕獲しています。太平地区は50頭近くだそうです。山の食べ物が凶作で熊もガリガリに痩せています。胃の中から、刈取り遅かった米が出てくるそうです。人的被害も多数発生しており、社会問題にもなっていますが、野生動物も食べ物が無く、本当にかわいそうです。

自然保護、共存共栄や共助、エスディージェズとは云うものの中々難しい課題です。

私自身の課題は、皆さんに笑われるかもしれないが禅宗坊主や民生委員の仕事を通じて感じるのは人間関係が一番大きな悩み事です。

改めて自身で復習したいと思いますが、皆様もあくびが出るかもしれませんが、暫しお付き合い下さい。

お釈迦様が人は生まれながらに八つの「苦」を背負っていると説かれています。

その「四苦八苦」の四苦とは、生老病死の4つと、続く愛別離苦・怨憎会苦・求不得苦・五陰盛苦の4つを合わせて八苦を指しました。

四苦はその字の通り、生まれること、老いること、病にかかると、死ぬことの苦しみのことです。歳を取ったり病気になるったり死ぬことと同じように、生まれることもその先に待つ苦しみに出会うという意味で苦しみと数えられました。

生まれてきた時点で人は苦を背負っており、老いや病や死という「苦」と付き合いながら生きていくという人生観は、厳しい捉え方といえます。

ここでいう「苦」とは「思い通りにならないこと」を示します。

そのため、生まれること・老いること・病になること・死ぬことが思い通りにならないことは理解できると思います。

思い通りにならないことを思い通りにしようとする摩擦が生じます。そのように思い通りにしようとする自我を捨てよというのが仏教のエッセンスです。

したがって、「人はもともと苦しみ(思い通りにならないこと)を抱いているので、その元となる自我=我欲を捨てて自由になりましょう」というのがお釈迦さまの教えです。

その苦しみから解放される方法は、戒・定・慧という形で示されてきました。

戒・定・慧とは、悪を制する戒律、心の動揺を静め瞑想する定、真実を証する智慧を指します。

行動の規範である「戒」と、宗教的精神統一である「定」と、真理を知る「慧」。仏道修行者の修めるべき三つの要目であります。

心の解放へのより実践的な内容に六波羅蜜がありますが、次回の機会に致します。

先程の話に戻りますが、人との関係性や願望から「苦」が生まれます。

愛別離苦は、失恋、別離、死などによって愛する人と別れる苦しみのことです。どんなに親しい間柄でも死という別れは避けられず、その時に味わうものです。

怨憎会苦は、憎く思っている相手と会わなくてはいけない苦しみ。会いたくなくても顔を合わせなければいけない相手はどの時代にもいるのです。

求不得苦は、欲しいものがあるのにそれを手に入れられない苦しみです。これは物品に限らず、地位や名声、容姿など本人が手に入れたいと思っているものすべてが当てはまります。

五陰盛苦は、人間の「色」「受」「想」「行」「識」の5つに執着するために起きる苦しみを指します。「色」とは健康で活発な肉体であること、「受」は外からの情報を受ける五感です。「想」はイメージすること、「行」は何かをしようとする意思、「識」はそれらを感じる心です。

つまり、五陰盛苦は「人間の認識や行動全てを含めた四苦八苦をまとめた総合的な苦しみ」なのです。活発な肉体や願望などがあることで、かえって自分をコントロールできないことに苦しむのです。

「苦」を知り心の平穏を得る五陰盛苦で示されている「苦」は、生きている限り避けられないものです。誰でも健康体でいたいですし、歳をとっても五感は達者なほうがありがたいもの。

さらに集まった情報で心に「こう行動しよう」と思い描くのは、当然のように行っていることです。

しかし、これらがすべて苦しみの元であるとお釈迦様は説いているのです。

「失って初めてありがたいものだ」と気づいた」とはよく聞く言葉ですが、健康的な肉体と精神があることは、本来は非常に幸運であること。それに気づかずに当たり前のこととして受け止めていると、何かを失ったとき・もっと得たいと思ったときに「不幸だ」という思いにとらわれてしまいがち。

だから「ただふつうに生きている」ことも苦になると伝えたのです。

四苦八苦は、すべてが当たり前のように思っていることばかりですが、それを見直してみると何をすべきかが見えてくるでしょう。

もちろん、すべてを捨てて悟りを開くのは難しいことですが、お釈迦様のことばから自分のなかにある何が「苦」となるのかを知るだけでも、心の平穏を得ることができるようになるはずで。

お付き合い下さりご清聴、ありがとうございました。

これにて、会長の時間を終えます。

## 【幹事報告】

### 通 信

\*ガバナー事務所

・特にございませぬ。

### お知らせ

\*クリスマス家族例会のご案内

日時 12月17日(日) 16:30~

会場 ホテルメトロポリタン秋田 3F:グランドB

\*皆様のご参加をお待ち申し上げます。

## information

### 『12・1・2月の例会プログラム予定』

12月1日	年次総会	1月5日	祝日週の休会
	米山記念奨学委員会の時間	12日	祝日週の休会
	スピーチ:ファンティフォンジャンさん	19日	国際奉仕委員会の時間
8日	S・A・Aの時間	26日	フリートークタイム
	ゲストスピーチ:松橋 健 様		理事会報告 インフォメーション
	(株)プレステージインターナショナル		
	アランマーレ事業部 副部長	2月2日	直前会長の時間
15日	ゲストスピーチ:渡辺 洋子 様	9日	例会変更;冬を食する例会
	特別養護老人ホーム 広洋園 看護師	16日	祝日週の休会
	理事会報告 インフォメーション	23日	祝日(天皇誕生日)
22日	例会変更;17日(日)クリスマス家族例会		
29日	特別休会		

## ニコニコNEWS

### 辻 匡人 会長

- ・11月もバタバタイそがしく、家内の誕生日を忘れてました。ロータリーのおかげでニコニコします。
- ・久々の町内旅行、月岡温泉1泊で新潟に夫婦で参加しますのでニコニコします。(2口)

## 【出席報告】

例会日	会員数	出席数	欠席数	出席率	マークアップ
11月17日	38名	20名	18名	52.63%	5名
11月10日	38名	24名	14名	63.16%	1名
10月20日	38名	28名	10名	73.68%	0名