



# Rinzai Zen Mission

PO Box 791586, Paia, Maui, HI 96779 / (808) 579-9921  
120 Alawai Rd, next to Baldwin Beach Park, Paia



## Cultivating Buddha Mind: Zazen Practice

On Saturday, September 21 from 9 am to noon, Maui Zendo will be hosting an Orientation to Zazen session led by its teacher, Michael Kieran. All are invited to come to the temple and learn a posture for sitting that is comfortable for you and that offers support while learning ways to hold attention to ease mental chatter. A quiet mind helps us realize Buddha mind. If you have an interest in spending a morning learning and practicing zazen, please come!

As many of you know, years ago, Reverend Yamaguchi made space in RZM calendar and in the temple itself to support Maui Zendo's practice of zazen. This invitation created a deep and lasting connection between Rinzai Zen Mission and Maui Zendo. I know both groups benefit endlessly from this relationship and we are grateful for Reverend Yamaguchi's acknowledgment of the importance of zazen.

Reverend Haga, too, understanding the great benefit of zazen, leads zazen practice every morning. People attend in person and online. This is another wonderful way to practice! If you are interested in developing a zazen practice, these opportunities are here for you.

In gassho,  
Susan Pirsch  
President RZM



## Dharma talk: Four infinite vows

Today, I would like to talk about sutras. The sutras recited differ by sect, but one that is commonly shared across Japanese Buddhism is the Heart Sutra. It's the sutra we first chanted today. Following that, sutras that are often recited include the Kannon Sutra and the Great Compassionate Mantra. These are famous sutras that explain the virtues of Kannon Bodhisattva (Bodhisattva Avalokiteshvara). During the Obon, Reverend Hoshi taught me, "In the Zen sect, most of the sutras are related to Kannon Bodhisattva." Indeed, the Heart Sutra begins with "Kanzizai Bosatsu," meaning Kannon Bodhisattva in Japanese.

After learning from him why the Zen sect has so many sutras related to Kannon, I spent some time reflecting on this. Recently, I've come to a conclusion that makes sense to me, which I will share with you later today.

There is another sutra that is essential in the Zen sect: the Four Infinite Vows, or Shigu Seiganmon in Japanese.

This is the sutra that we all chanted together in English at the end today. It is recited at the conclusion of every memorial service. Unlike other sutras that are usually chanted at a relatively fast pace, this sutra is never recited quickly. During my training, an older senior told me, “The Four Infinite Vows is a very important sutra, so it must be recited slowly.”

Today, I would like to share a little about the meaning of the Four Infinite Vows that you have been chanting in English. First, the literal translation of the title of this sutra is “four great aspirations.” Everyone has wishes, I’m sure. During memorial services, we offer incense and make requests to the Buddha or to our ancestors. In sutra tracing, called shakyō, people write their wishes at the end of the text. We cannot live without wishes or desires. Buddhism also has its own wishes. For example, there was a Bodhisattva who vowed, “If I cannot bring those who chant my name 10 times to be reborn in the Pure Land, I will not attain enlightenment.” This Bodhisattva became known as Amida Buddha. Therefore, members of Hongwanji school and Jodo school chant “Namu Amida Butsu.”

So, what are the four specific vows in the Four Infinite Vows?

The first, “All beings without limit I vow to carry over,” is the wish to “save the countless beings in the world.” What I’d like to point out here is that this vow is not about attaining enlightenment or reducing delusions, but about saving those who are suffering and the world. Remember that even when Amida Buddha made his vow to practice, it was not a vow about his own training, but a vow to “lead everyone to the Pure Land.” If the only goal is to attain enlightenment, it can easily become an endless pursuit of personal satisfaction. Seeking personal satisfaction is known as ātman, which is, in fact, the root of delusion. Sometimes we see people proudly declaring, “I meditate this much” or “I’ve studied so much about Buddhism and I know so much.” But without the large aspiration to help others, that sense of personal satisfaction (ātman) never brings peace; it only leads to more suffering.

There is a mindset in training known as ji mi toku do, sen do ta, which means, “Though I have not yet crossed to the other shore, I shall first save others.” It reflects the attitude of placing the salvation of others before one’s own enlightenment. Dogen Zenji, the founder of Soto Zen, also expressed this in his Shōbōgenzō Hotsubodaishin, saying, “To awaken the mind of enlightenment (bodhicitta) is to make a vow and effort to save all living beings before one attains personal enlightenment.” In other words, to awaken the bodhicitta is to vow and strive to save all beings even before reaching enlightenment oneself.

Both Amida Buddha and Dogen Zenji of Soto Zen emphasized the importance of making “great vows.” The second vow, “Kleshas without cease I vow to cut off,” is the wish to “reduce the innumerable delusions.” The word kleshas comes from Sanskrit, meaning mental states that cloud the mind and lead to unhealthy actions. In Buddhism, the root of kleshas is the selfish desire to prioritize our own happiness. We tend to compare ourselves with others and love ourselves more than others. Hakuin Zenji, a well-known Rinzai Zen monk from the Edo period, taught that dedicating your life to someone else is essential in reducing kleshas.

In our daily life, we can start by thinking of others—for instance, if someone looks unhappy, approach them and offer a kind word. These small acts of compassion are key to reducing selfish desires. As we reduce kleshas through compassionate actions, the next step is to broaden our understanding of the world, which brings us to the third vow: “Dharma gates without measure I vow to master,” the wish to “learn the endless teachings of the world.” It basically means to study all things broadly in order to help others. Hakuin Zenji also emphasized the importance of learning not only from Buddhism but from all kinds of teachings. He taught that we should not be confined solely to Buddhist teachings. I hope you've found something meaningful in this talk, and if you're interested, there are several English Buddhist books available here. Practicing zazen meditation, which I or Maui Zendo host, is also one of the ways to practice Zen.

At the same time, this vow reminds us to study broadly. Relying only on one belief system can lead to the attitude of “I am right, and you are wrong,” which creates division. Buddhism never says to be the best; we must always remain humble and open to learning from other religions and philosophies. In order to help those who are troubled, the third vow encourages us to study not only Buddhism but also other teachings and perspectives in the world.

Finally, the last vow, “Buddha Ways without end I vow to fulfill,” expresses the wish to attain enlightenment. The path to enlightenment is said to be endless. Even the Buddhist scriptures are so vast that they cannot be read in a single lifetime. While this may seem impossible, it's not about giving up but about maintaining a heart that continues to strive endlessly. This mindset serves as a guide for how to live life. There is a Zen saying: “Carry snow to bury a well.” This metaphor suggests an effort that may seem meaningless, but the essence of Zen lies in the continuous act of striving for something greater, regardless of immediate results. While making the world happy may also seem impossible, what's important is to keep striving on this endless path, knowing that, in time, you will fulfill it.

By following this path, one can touch the state of enlightenment. Therefore, I interpret enlightenment not as something we experience alone in meditation, but as something that shines brightly within us when we live selflessly for the happiness of others. Enlightenment is not a distant goal, but a lived experience through our everyday acts of compassion.

At the beginning of this talk, I mentioned that there are many sutras related to Kannon Bodhisattva in the Zen sect. Kannon is the Bodhisattva who “observes the sounds” of the world, specifically the voices of those who cry out for help. Kannon Bodhisattva listens to these voices and offers salvation. This reflects our “great aspiration,” which is why we recite these sutras. I've only just realized this myself, and I feel a sense of regret for having been so self-centered until now.

The Zen sect places great emphasis on training. But why do we also pray? If the concept of training were only about “my own training,” we might neglect the act of praying, bowing, or paying respect to the Buddha, and instead focus solely on zazen or work practice (samu). However, if the purpose of our actions is based on the aspiration to “think of the world and save it,” then the act of bowing, reflecting on ancestors, praying for those who suffer in the world, and wishing for the happiness of the world naturally arises from within.

This teaching does not only apply to those who practice Zen, but to everyone. We can reflect on and practice these Four Infinite Vows at our own pace.

Today, I have spoken about sutras. Since the Four Infinite Vows is a short sutra that we chant together, I would be happy if you could continue chanting it regularly and take it to heart.



## let us join following events



Thank you for reading the newsletter. Our next issue will be released in early October and will include information about our upcoming rummage sale on October 26th.

Although Maui Zendo's zazen introduction is on the same day as the Okinawan Festival at Maui Mall, the Okinawa Kenjin Kai would surely welcome your presence at the festival. Thank you for all your continued support!

### Regular calligraphy class

Oct. 1st (Tue) 5 am - 7 pm  
Oct. 5th (Sat) 10 am - 12 pm  
Oct. 10th (Thu) 5 am - 7 pm  
Oct. 13th (Sun) 2 pm - 4 pm

### Tracing Calligraphy

Oct. 13th (Sun) 5:00-7:00 pm



## 9月の法話：四弘誓願文



今日は、お経について話したいと思います。宗派によって読むお経は様々ですが、日本の仏教で共通しているお経といえば般若心経です。本日、最初にお唱えしたお経です。他に臨済宗のお寺でよくお唱えされるお経が、観音経(かんのんぎょう)、大悲呪(だいひしゅ)というお経です。これらは、観音様の功德を説いたお経として有名です。先月のお盆の際にお越しいただきました、善應寺(ぜんのおうじ)様に「禅宗のお経は基本的に観音様に関わるお経が多い」と教えていただきました。確かに、般若心経もお経は「観自在菩薩」と始まります。観自在菩薩というのは、観世音菩薩と同義で、いわゆる観音様のことです。表記の違いはインドから仏教を中国に持ち帰った僧侶の漢字での訳し方の違いです。鳩摩羅什という方の旧訳が「観世音菩薩(かんぜおんぼさつ)」に対し、西遊記で有名な玄奘三蔵(げんじょうさんぞう)の新訳では「観自在菩薩(かんじざいぼさつ)」と訳されています。『般若心経』はブッダの弟子の一人であるシャーリプトラに、観音様が「空の教え」を説くというシチュエーションで全体が構成されています。

私は、なぜ禅宗では観音様に関わるお経が多いのか、善應寺様から教えていただいた後、しばらく考えており、最近自分なりに合点がいくところがありましたので、その見解は後ほどお伝えしたいと思います。そして、もう一つ禅宗では欠かすことのできない、大切なお経があります。それは四弘誓願文というお経です。本日最後に英語で皆さんとお唱えしたお経です。このお経は、法要の最後にお唱えします。他のお経は比較的に速いテンポでお唱えするのに対して、このお経は速くお唱えするということをしません。



修行時代の先輩に「四弘誓願文は、とても大事なお経だからゆっくりお唱えするのだ」と教えてもらいました。今日は、皆さんも英語でお唱えしている、この四弘誓願文の意味についてお話ししたいと思います。

まず四弘誓願文とは「4つの大きな願い、誓い」という意味です。皆さんそれぞれ願い事はあると思います。法要で焼香をして仏様やご先祖様にお願いをしたり、写経でも最後に願い事を書きます。私たちは、「願い」があるから生きることができるのです。仏教にも「願い」があります。たとえば「迷う者が、10回私の名前を唱えても極楽浄土へ生まれ変わることができるのであれば悟りを開かない」という願いを立てて修行をし、悟りを開かれた菩薩がいます。この方を阿弥陀様と言います。ですから本願寺さんや浄土宗では「南無阿弥陀仏」とお唱えするのです。

それでは、四弘誓願文の4つの具体的な「願い」とは何でしょうか。

1つ目が「限りなく多くの世の中を済度(さいど)、救いたい」という願い、

衆生無辺誓願度(しゅじょうむへんせいがんど)

2つ目が「数多ある煩惱を減らしたい」という願い、

煩惱無尽誓願断(ぼんのうむじんせいがんだん)

3つ目が「尽きることの無いほどある世の中の教えを広く学びたい」という願い、

法門無量誓願学(ほうもんむりょうせいがんがく)

そして最後が「無上の悟りに達したい」という願い、

仏道無上誓願成(ぶつどうむじょうせいがんがく)

ここで注目したいのは、一番最初に来ている「願い」が、悟りを開きたいという願いであったり、煩惱を減らしたいという願いではなく、世の中を救いたいという願いだということです。阿弥陀様が修行をする時に誓った願いも、自分の修行のことではなく、「皆を極楽に導きたい」という誓いであったことを思い出してください。悟りだけを目指すのであれば、どこまでも自分の満足を求めることになりがちです。自分の満足を求めることを仏教用語では「我見(がけん)」と言います。そして、その我見こそ煩惱の根本なのです。たまに「自分はこれだけ瞑想している」「これだけ仏教について学んでいるし詳しい」と知識や見識を披歴なさる方がいらっしゃいますが、「周りを助けたい」という大きな願いがなければ、どこまでもその修行の過程で「我見」が残り、却って苦しみが増します。

修行の心得として「自未得度先度他(じみとくどせんどた)」という言葉があります。「自ら未だ得度せざるに先ず他を度す」、つまり自分よりもまず人を救おうという心を表した言葉です。曹洞宗を開かれた道元禅師(どうげんぜんじ)も、『正法眼蔵発菩提心』の中で「菩提心を発すというは、己れ未だ度らざる前に一切衆生を度さんと発願し営むなり」と述べています。菩提心を起こすということは、自分が悟りを開く前に世の中のすべての人を救おうと誓い努力することだという意味です。

このように、阿弥陀様にしても曹洞宗の道元禅師にしても、みなこうした「大きな願い」を大事にしているのです。

その上で、皆を救うためには「煩惱という自分の欲求を満たす思いを減らそう」という2つ目の誓いが生まれるのです。「煩惱無尽誓願断（ぼんのうむじんせいがんだん）」とは「無数の煩惱を断つ」という願いです。煩惱という言葉はサンスクリット語に由来し、心を曇らせて不健全な行動に導く精神状態を意味します。仏教では、煩惱の根源は自分の幸せを優先する自己中心的な欲望です。私たちは他人と自分を比べ、しばしば自分を他人以上に愛します。江戸時代の有名な臨済宗の禅僧である白隠禅師(はくいんぜんじ)は、他者のために生きることが煩惱を減らすために不可欠であると教えました。日常生活の中で、例えば誰かが不機嫌そうにしていたら、声をかけて優しい言葉をかけるなど、小さな慈悲の行動が自己中心的な欲望を減らす鍵となります。

慈悲の行動を通じて煩惱を減らすと、次に世界の理解を広げる段階に進みます。これが三つ目の誓願「法門無量誓願学（ほうもんむりょうせいがんがく）」で、「無数の法門を学ぶ」という願いです。これは、他者を助けるために、あらゆる事物を広く学ぶという意味です。白隠禅師も、仏教だけでなく、あらゆる教えから学ぶことの重要性を強調しました。仏教の教えだけに閉じこもることなく、他の宗教や哲学からも学ぶことが必要です。世界の中で困っている人を助けるためには、仏教だけでなく、他の教えや視点からも学ぶべきだという考え方が、この第三の誓願の背後にあります。

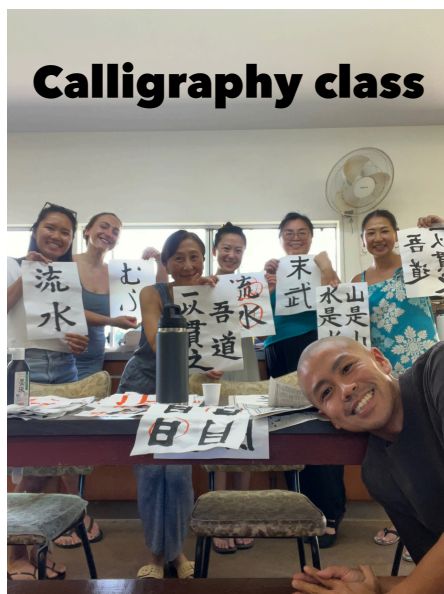
最後の誓願「仏道無上誓願成（ぶつどうむじょうせいがんじょう）」は、「仏道を成し遂げる」という願いです。仏道は終わりのない道であるとされています。仏教の経典も一生の間にすべてを読むことは不可能です。これは一見矛盾しているように思えるかもしれませんが、諦めることなく、常に努力し続ける心を持つことの大切さを説いています。この心が、人生の指針となります。

「雪を担って井(せい)を埋む」という禅の言葉があります。井戸を雪で埋めるという意味で、雪をいくら井戸へもって行って埋めても、雪はとけてしまっていて無駄になってしまいますが、私たちの宗門ではこの言葉を大切にしています。私は修行中にこの言葉を聞き、背筋が伸びる思いをしました。「そこまで心を清めなさい」という禅の本質があるように思ったのです。損得を捨て、何かの見返りを期待せず、大きな目標に向かって不斷の努力し続けることが大切なのです。そして、こうした道を励むことで悟りに至ると説くのです。ですから、悟りとは、坐禅をして自分だけが素晴らしい境地を味わうことではなく、無私の心で、世の中の幸せのために日々を生きている中に輝いているものだとは私は解釈しています。

冒頭で、禅宗では観音様にまつわるお経をたくさん読むとお伝えしました。「観音様は、音を観察する仏」と書きます。音とは世間の声です。救いを求める世の人々の声を観察して、救済するという菩薩が観音様なのです。観音様こそ、私たちが目指す姿なのです。ですから、私たちは観音様に関わるお経をお唱えするのだとようやく気がつきました。それに今まで気がつかなかったというのは、自分のことばかりしか考えていないのだと反省をした次第です。

修行を大事にする禅宗が、なぜ祈るのか。その修行という概念が「自分の修行」であれば「坐禅や作務ばかりをして、仏に手を合わせる、拝む、祈る」ということを疎かにしてしまうかもしれません。しかし、修行をする上での志が「世の中を思う、救いたい」という大きな願いであれば、「ご先祖様を思い手を合わせたり、世の中で苦しむ方の事を思い、手を合わせ、世の中全体の幸福を心の底から祈る」という思いが自然に発露してくるでしょう。

今日はお経の話をしました。皆さんと一緒に唱えしている四弘誓願文、短いお経ですから日頃からお唱えしていただければ嬉しいです。



**rummage**  
**SALE**

**OCT. 26TH (SAT)**  
**WE WILL UPDATE SOON**



Rinzai Zen Mission 臨済宗開教院 Rev. Kodai Haga  
E-mail : k.haga0412@gmail.com / Tell : 808-268-4216  
Instagram : @hi.monksen