

三 松 禅 寺
平成26年 7月
第 62 号

檀家の皆様
ご寄稿を
お願いします

佛教と学んだ者と

学ばぬ者の差は?

三松寺住職 皆川 大真



お釈迦さまはそのように問題を提起して次のように教えておられます。

「比丘たちよ、まだ私の教えを聞かぬ凡夫は、苦しみを受けると、嘆き悲しみ、声をあげて叫び、胸をうち、心が狂乱するのである、それはあたかも第一の矢を受けて、続けて第二の矢を受けてに似ている。

それゆえ、凡夫は苦を受けると怒り瞋恚を感じる。また欲楽を求める。なぜかといえば、愚かな凡夫は苦受から逃れる方途を知らないからである。その結果、彼の内に眠れる貪欲が彼を支配するようになる。要するに愚かな凡夫は、楽を受ければそれに繋縛され、苦を受ければそれに繋縛され、もし非苦非楽を受ければ、それに繋縛されるのだ。けれども既に私の教えを聞いた弟子たちは苦を受け

ても嘆き悲しまず、声をあげて叫ぶことも無く、胸を打たず、心が狂乱することはない。それはあたかも第一の矢は受けるが、第二の矢は受けることがないのに似ている。

それゆえ私の教えを聞いた弟子たちは、苦を受けても瞋恚を感じない。またそこで欲楽を求めはしない。なぜかといえば私の教えを聞いた弟子は、欲楽に頼らずして苦から逃れる方途を知っているからである。その結果眠れる貪欲が彼を支配することはないのだ。

要するに私の教えを聞いた弟子たちは、楽を受けても苦を受けても、それに繋縛される事はないのだ。」
苦集滅道の(滅)の説明から皆さんおわかりになりましたか。愚かな凡夫も仏弟子も、ともに第一の矢は受けるのです。美しい花を見て(きれいだ)と思ひ、好

物を(美味しい)と思う。それには変わりがありませ

ん。ですが凡夫は続いて第二の矢を受けます。綺麗な桜の枝を折って家に持ち帰ろうとしたり、いつまでも散らずに咲いて欲しいと思う。また花が枯れたら汚いゴミと思ってしまう。私は娘だから先祖の供養はしない、死は迷惑だと考え、悼むこともせず、お骨をゴミのように厄介に思う。馬鹿にされたらカッと腹立ちするだけで終わらず、「やられたら倍返しだ」根にして復讐を誓い、相手を恨み続ける等々。

しかし仏弟子はこのようにな、第二の矢は受けません。坐禅工夫

道に励むとは

道元禅師 「しづかなる 心の中に 栖む月は 波もくだけて 光とぞなる」
永平道元禅師

海面に映る月影は一つであつても、砕ける波頭には、飛沫の一滴に月の光を宿し、映し出している。月光は普く四海を照らしているのである。

(歌意)

坐禅していると、いつの間にか、天真に輝く月の光が、あれこれ思案をめぐらし努める心の中にも、一条の光明をともしてくれる。生老病死の波風の人生の真つ只中で、安らぎをいつでも目指し、今実行している一事に丁寧集中すると、手間暇・精魂をかけた分だけ、生きるよろこびとなる。

(私訳)

あなたの心の平安は、自分とどう付き合っていくのか次第です。幸福や平安は「得られる」ものではなく、今を「受け入れる・明らかに」心によって、いつでもこの瞬間に「気づき・見出す」ことで開かれます。

衆縁和合・感謝と良縁を願って。
「正法眼蔵随聞記」
三・十一
懐装禅師

(意識)

ある日の夜話に師の道元禅師さまは次のように示されました。「仏道は自身身に置き換えて、よくよく諸行無常を考えて欲しい。生きている間の楽しみ悲し

み、親子夫婦間の愛憎問題や仇敵への憎しみ等、正しく見極めれば、是非に大騒ぎする問題でない事が分かる。鬼のような心にならぬよう、布施する対象を選び好みせず、生きていく間に仏道を心にかけて生きとし生けるものの真の楽しみを求め、慈悲の心を育てなければいけない。この後何年生きられるかと考えてみたら、仏道を学ぶことを怠けられるものではないのである。これ程あてにならない世に、死はいつ来るかも知れないのに、いつまでも生き長らえられれると思つて、さまざま生活手段を考え、その上まだ他人に対して悪事をたくらんで無駄に時を過ごすという事は、極めて愚かなことである。無常迅速・生死を明らめることが大事である。この一日、たった今だけ命があると思つて、時を無駄にせず、国境や生まれつきの善し悪し、頭脳の利鈍は全く論ずべき問題ではない。

たとえ欲望のままに過ごしてきたとしても、今生の終わらないうちに「布施」の功德を

めぐらせて、同じ苦しみにしずむ人が、仏に出会うように手立てをあれこれ考え、あるいは他人の喜びを先にして、相手からのお返しを当てにせず、自分の持てる力を分け与えて導く、こうした行いによって良い果報が得ることがあつても尚、無名無心の行を続ける、功德の種まき(供養)が「菩提心(真心・道心)一行三昧の坐禅の功德」である。」と。

お盆の季節になりましたね。忙中に閑ありお香を焚いて・花を生け・深呼吸・一分間坐禅(腹式呼吸)・一句の写経・一巻の読経・墓参り・身と心の掃除で清々しく。合掌





戒(つつしみの生活) 定(落ちついた心) 慧(感謝・安らぎ) 三学のようす。

新入社員研修レポート

「自己を見つめて」

「自己を見つめて」

瀧尻 和徳

私は本日のお墓そうじの研修でお墓にきれいなってもらって嬉しい気持ちになりました。この例を出すのはあまり良くないかもしれませんが、私が中学生の頃犬を飼っており、よくお風呂に入ってきたり、よくお風呂に入りました。その時の気持ちがお墓の草抜きをし、きれいにさせてもらいましたが、私まで嬉しくなりました。来週からはこちらにきてやることは少

なくなると思います。なので後悔がないよう今できるだけの努力をしてお墓にきれいなってもらえようと思いました。次いつ会えるかわからないのですが元気にしておいて下さいね、という気持ちをおもてなしの心を忘れないようにします。

「自己を見つめて」

田中 一輝

私は今まで、これだけ長く自分自身と向き合うことがなかったのですが、今日一日、考えることができてよかったです。

今日、食事の作法を学び、坐禅を組みながらお話を聞いていると、自分もつと感謝しなければならぬと思いました。今まで、何も考えず、ご飯を食べていただけ、私の口に入るまでに、数えきれないほどの人の手によって、目の前の食事があのだと思うと、食事のありがたさを実感できました。

また、私は全てを平等に見れていないなと思いました。比べるのではなく、一つ一つに感謝の心をもてば、もつとちがう物事の見方ができるんじゃないかなと思いました。

そういう事が、今の自分に欠けていると思いましたが。

「自己を見つめて」

児玉 いづみ

今の自分を見つめると、入社したばかりで不安をいっぱい感じながら生活している私がいま不安と共に緊張感も感じています。今の私はこの

不安と緊張で押しつぶされそうな状態になっていくかもしれません。今回の坐禅をするにあたっての講話で、この状態を切りぬけるための糸口を見つけたように思いました。坐禅は人の「信」づくりであり、目標に向かって歩くことであつたり、愛し敬い、行いを始め、実証することだと思いました。また、無心と

は、周りにふり回されず、いきいきと行うことだとお聞きしました。社会人として、会社に入り、目標とされていること、日常生活で目標とされていること。これらに向かってまづ歩き、行いを始めたいです。目標に向かって本気で、つまり、コツコツと努力し、手間ひまかけて心をつくしながら一歩一歩進みたいと思いました。

坐禅ってどんなの？
初めてでも大丈夫…？
写経がもっと手軽にできたら…
忙しい日常に追われ、自分と向き合う時間を忘れがちな日々。お寺にはなかなか行けないけれど、ほんの少し…あるがままの自分と向き合う時間を。

SOTO ZEN
曹洞宗公式アプリ
「心の鏡」
無料

曹洞宗近畿管区教化センター
<http://www.soto-kinki.net>

充実の4コンテンツ！坐禅・写経をはじめ、音になる「遊」や、1日1回その日のあなたへのお言葉が読める「心の鏡」は必見！

傾くとバシツ！
スマホで坐禅指導！
いつでもどこでも気軽に写経体験！
納経もできる！

Androidはこちら iPhoneはこちら

曹洞宗近畿管区教化センター
<http://www.soto-kinki.net>

「ジャータカのえほん」

—おしやかさまが生まれるまえのおはなし—



おしやかさまは、

シヤカ族の王子さまとして、お生まれになるまえに、なんどもなんども、生まれかわって、そのたびにたいへんりっぱな、おこないをされました。

そのけっか、シヤカ族の王子さまに、お生まれになったのだといわれています。

では、おしやかさまは、どんなよいおこないをされたのでしょうか。



「ぞうがきいた

はなし」

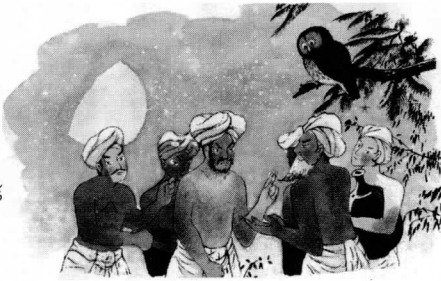
文・豊原 大成
絵・小西 恒光

自照社出版

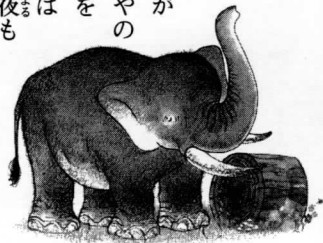
「ジャータカのえほん②」より再掲

ぞうがきいたはなし

むかしむかし、インドのある城に、すなおでやさしく 力もちの ぞうが いました。



ある夜、わるものたちが やつてきて、ぞうの こやのそばでわるい そうだんをしました。わるものたちは つぎの夜も、そのつぎの夜も やつてきて、わるい そうだんをつづけました。



それを きいた ぞうは、わるものたちはなしのとおりにするのが よいのだと おもいこみ、人びとが くと、長い はなで つかまえては なげつけて、つぎつぎと ころして しまいました。

べました。

しかし、ぞうは きが くるっているようでも ありません。

「わるものたちの はなしを きいたからだろう」と だいじんは かんがえました。

そして えらい おぼうさんたちを ぞうのこやに つれてきました。

おぼうさんたちは いつものように

「やさしい こころを もち、みんながよく たすけあい、つらいことがあっても、すぐに はらを たてたり、あきらめたりせずしんぼうし、まじめに はたらかねば ならない」

などと、はなしあいました。

それを きいた ぞうは

「これは わたしに おしえているのだ」と おもい、また、もとの やさしいぞうになりました。

(一二)

道元禅師和歌

おろかなる 心一つの 行く末よ

六つの道とや 人のふむらん

「おろかなる」愚なるの語。無明煩惱は、前世以来の悪業の報として身につくもので、貪・瞋・痴の三毒といわれている。貪は貪りの欲、瞋は瞋りの情、痴は愚かなことをいい、特に愚痴なところが、人を悪業へ導くものになるといわれる。

「行く末」ゆくで、前途。ここでは、どこまで迷い、悪業へ落ちこんでゆくかわからないの意。

「六つの道」六道・六趣の語。地獄・餓鬼・畜生・修羅・人間・天上の六つの世界をいい、いろいろな善悪の行為(業)をした結果(報)それに相応する世界に生まれることになる。その業報は、いつまでも消えずに続くものである。(輪廻転生)「人のふむらん」踏むの語に、推量のらむを接続した語。歩むことであろう。また、のぶらんにつけ、述べ・陳ぶの意から、言うことであろう。

(歌意)

どのようなものでも、身についた愚かな心のために迷い、悪業に堕ちこんで、何時果てるやら見当もつかない世界に、転がり込んでゆくものである。世の人びとは、それを六道輪廻といつては、その世界への道を常に歩んでいる。結局は心一つ、謬った考え方が、そうさせているのである。

俳句

遙かなる恩師を恋ふる修二会かな
八雲立つふるさと出雲涅槃西風
あまによしならま巡るつばくらめ
まほろばの山の辺の道木の芽晴
東風吹かば三松禅寺長き列

平成二十六年三月吉日

高橋慈雲

