

私達が普段生活をしていると、身の周りのものが散らかったり、ほこりがたまってきたりと、リビングやトイレなど日頃つかっている場所が汚れてきます。そうすると、私達は快適に過ごすために、掃除をします。

一般の家庭でもそうでしょうが、お寺や禅の修行道場しゆぎようどうじょうでも、お坊さんは毎日掃除けいだいをします。境内の落ち葉を掃き、玄関や廊下をぞうきんで拭いたり、本堂をきれいにします。掃除も大事な修行のひとつとされています。

掃除というのは、一度きれいになったからもうしなくていい、というのではなく、ほこりが溜たまってきたり、ごみが出て汚れば、また掃除をしてきれいにします。

もし掃除をしなかったら、どうなるでしょう？段々と汚れ、ほこりやごみが溜まって、生活をすることでなくなってしまうし、健康にも悪く、また気持ちも良くない事でしょう。

掃除とは、ごみ・汚れを払い除くこと、という意味ですが、掃除をした後は、その場所だけでなく、なんとなく自分の心もきれいになった気がしませんか？

それは、ただ単に、その場所がきれいになったというだけでなく、掃除をするという行為こういによって、自分の心が少し変わったからでしょう。

私たちの心は常に変化をします。気付かないうちにイライラしたり、怒ったり、怠なまけようとしていたりします。掃除は、ただその場所をきれいにするだけでなく、その行為によって自分の心を見つめ直すきっかけにもなるのです。掃除が大切な修行となるのも、心を落ち着けて自分自身を見つめ直し、一心に掃除をすることが、禅の行いに通じるものだからなのです。

掃除をする事で、常に自分たちの身の周りをきれいにし快適に過ごすと同時に、自分自身の心も見つめ直しながら日々を過ごしていきませんか？