

「今日は穏やかな良い日だなあ。」

空を眺め、そんなふうに思う日が、皆さんには年に何度あるでしょう。年に十日、いやもっと少ないかもしれません。そのような日は、あなた自身、特別に心が清々しくとても穏やかなのではないのでしょうか。

天気の良い穏やかな日は、四季を通じて何十日とあるというのに、なぜ私たちは一年で数日しかこの良き日を、感じる事ができないのでしょうか。日々の忙しさ、心配ごとや悩みごとなど、いつも心を覆う雲があるからなのかもしれません。

お釈迦さまは、そんな私たちの心を、

「心は、捉え難く、軽々とざわめき、欲するがままにおもむく。」と説かれています。

自分の心さえも、捉え難く自分の思うようにはならないのです。

この言葉には続きがあります。

「その心をおさめることは善いことである。心をおさめたならば、安楽をもたらす。」  
安楽とは、心を覆う雲がなくなった状態です。安楽を得るためには、「心をおさめ、調えなさい」とお釈迦さまは諭されています。

今月八日は、お釈迦さまがさとりをひらかれた日、すなわち「成道会」です。お釈迦さまのさとりとは、心をおさめ調べて、安楽を求めるものでした。

そして、さとりをひらかれたあとも、お釈迦さまは心をおさめ調えることを続けられるのです。続けることによって、安楽がおとずれるのです。

「心をおさめ、調えること」により、一日でも多く「良い日」を迎えられ、心穏やかに暮らせることが、私たちの幸せなのだとお釈迦さまはおっしゃっているのです。

お釈迦さまがさとりをひらかれた、この良き日。お釈迦さまへの信仰を新たにしてみてはいかがでしょうか。