

# 『 禅のこころ -曹洞宗- 』

じょうどうえ  
成道会

令和2年12月第1週放送

道が成ると書いて成道と読みます。お釈迦様が悟りを開かれた日を成道会といいますが、その悟りまでの道のりは長く険しいものでした。

お釈迦様はシャカ族の王子として生まれ何不自由なくお育ちになりますが、幼年期から人の生き方を考え、ある時に「生老病死」「人が生まれ、年老いて、病になり、死を迎える」ことの苦しみ、つまり自分自身では思い通りに成らないことの現実を知り、これを受け止め解決する道を探して二十九歳で出家をされます。

まずお釈迦様は二人の指導者に瞑想を学びますが満足せず、それから六年間、様々な苦行を行います、しかし悟りは得られません。

苦行により弱った体力を回復されたお釈迦様は、最後はお一人で菩提樹の下で坐禅を組み禅定に入られます。そして遂にお悟りを開かれ、心の安らぎへの道を得られたのでした。時に十二月の八日の明け方、お釈迦様三十五歳の時です。

あらゆるものが原因と条件によって起こっていることに気付かれ、長く向かい合ってきた苦しみの有り様と、その原因を見つめ苦しみを制御する方法として、八つの道すじをお悟りになったのでした。

その八つの道すじは人間として、共通する生き方の道すじであるということを、お釈迦様は教えとして説く事を決意し、それから四十五年の伝道教化の旅が続いたのでした。

禅宗の寺院では、苦行をやめて山を下りられた時のお釈迦様のお姿を描いた、「出山釈迦図」という水墨画の掛軸を、成道会の法要の際に掛け、そのご修行

## 『 禅のこころ -曹洞宗- 』

---

の労苦を偲ぶこと事もあります。

又、菩提樹の下で坐禅をされてお悟りを開かれた事に因んで、禅宗の修行道場では十二月一日より八日の未明まで、集中して坐禅修行をする臘ろうはつせっしん八接心が行われています。

お寺の本堂の正面にご本尊様として多く祀られているお釈迦様は、足を組んだ坐禅のお姿でおられます。そのお姿は私たちに修行のお手本をお示し下さっているのではないのでしょうか。

お釈迦様に掌を合わせ、南無釈迦牟尼佛なむしゃかむにぶつとお唱えをして、心安らかに過ごしたいものです。

— 終 —