

そうとうしゅう 「曹洞宗とは」

平成21年 10月 第2週放送

曹洞宗はインドから中国に伝わり、中国で発展した ぜんしゅう 禅宗 の流れを汲んでいます。坐禅をその こんぽん 根本 と位置づけ、信仰生活に生きることをめざしています。

今から約二千五百年前、インドにおいてお釈迦様 しゃかさま がおさとりを開かれたとき、まさにこの坐禅をなされておられたのです。その禅の教えをインドから中国に伝えたのが だるまだいし 達磨大師 すなわち だるまさま 達磨様 です。曹洞宗の開祖である かいそ 道元 どうげん 禅師は生涯をかけて、お釈迦様、達磨様から受け継がれてきた正しい しょうでん 教えすなわち ぶっぼう 正伝 の ぜんじ 仏法 を日本に伝えたのです。このことから、曹洞宗はお釈迦様から だいだうけつ 代々受け継がれてきた しょうでん 正伝 の ぶっぼう 仏法の でんとう 伝統 を持つものであるといえるのです。現在、日本には約一万五千の そうとうしゅうじいん 曹洞宗寺院 がありますが、その多くの寺院で じいん ご本尊 ほんぞん をお釈迦様と そうとうしゅう 曹洞宗 の ごほんざんえいへいじ 御本山永平寺 を開かれた ひら 道元 どうげんぜんじ 禅師と、もう一つの御本山 ごほんざんそうじじ 総持寺 を開かれた ひら 瑩山 けいざんぜんじ 禅師を りょうそ 両祖 として、おまつりしています。

さて、曹洞宗の坐禅とは ざぜん どういったものでしょうか。ただ すがた 坐る ほとけ ことを すがた 教えています。その すがた 姿 ほとけ が すがた 仏 の すがた 姿 であり、その こころ 心 ほとけ が こころ 仏 の こころ 心 となるのです。何かほかに目的があってその手段のために坐禅をするではありません。坐禅そのものが ほとけ さとりの ほとけ 姿だと教えています。

また、曹洞宗では坐禅とともに、生活のあらゆる活動が せんめん 禅の修行 として行われます。朝起きてからの せんめん 洗面、トイシ、料理、食事、掃除、様々な仕事などを ぶつどうしゅぎょう 仏道修行 として禅に通じる心で行います。坐禅を中心とした生活のすべてを せんめん 仏道修行 とし、作法や形を重んじる曹洞宗の特徴が現れています。形や外見を大切にすると、中身の方が大切ではないか、という意見もあるかと思えます。もちろん中身である心が大切です。しかしながら私達は せんめん 心を ととの 調える ととの ために ととの まず ととの 行いを ととの 整える ととの ことから始めます。例えば、心を ねん 落ち着ける ねん のに、 ねん 落ち着け ねん 落ち着け ねん と ねん 念じて しせい も しせい なかなか しせい できる しせい ものではありません。まず、静かに しせい 姿勢 しせい を しせい 正して しせい 坐ること、 しせい 行いを しせい 整える しせい ことから しせい 心が しせい 落ち着く しせい も しせい なのです。

現代に生きる私たちは、毎日の生活に追われ、大変 いそが 忙しく働いています。このような中、正しい いそが 作法 いそが や いそが 行いは いそが 忘れられ、 いそが 効率ばかりが いそが 求められがちです。曹洞宗の教えは、自分を見つめ直し、正しい いそが 信仰 いそが に いそが 生きる いそが ことを いそが 求めて

います。

生活のあらゆる活動を禅の修行として行うことが大切なのです。

あさゆう ぶつだん まい ほうじ がっしょうらいはい しょうこう ごじゅうしょく
朝夕のお仏壇へのお参りやご法事での合掌礼拝、お焼香などはお寺の御住職に良く聴いて正しい

作法で行いたいものです。それが、曹洞宗の教えを生活に生かすすべであり、自分自身が正しい信仰に生きるものとなるのです。