

ひび 「日々のおつとめ」

平成22年 3月 第2週目 放送

けさ ひび
今朝は「日々のおつとめ」についてお話ししたいと思います。

「つとめ」というと、会社などに就職し任務や義務を与えられて行うものと、任務や義務ではなく、自分自身が努力して行うものがあるように思います。

そうりょ
僧侶が修行することは、自分自身が努力をして行う「つとめ」だと思えます。

しかし、「おつとめ」というと少しイメージが違ふように思えます。習慣のようなものが含まれているように感じるのです。やらなければならないから行動に移すのではなく、自然とやらなければならないことを行ってしまうことのような感じがしませんか？

そうりょ きょう あさ きょう
僧侶は毎日必ずお経を読みます。朝に読むお経を、「朝のおつとめ」とよく言っています。これは決して任務や義務として、ましてや努力して行っていることではありません習慣のようになっていて、自然と行っています。

私たちは多くの人々の助けを受けて生きています。亡くなったご先祖さまの助け、家族は勿論まったく知らない人からも。これらの人たちに感謝を込め、また日々安らかに過ごせるように思いを込めて「おつとめ」をしています。

そうとうしゅう ぶだん しゅしやうぎ おん むく
曹洞宗で普段読むお経に「修証義」というものがあります。その中に私たちが恩に報いる為の生き方を示した「行持報恩」という章があります。

毎日あくせくと忙しく生活をしていると、人に対する感謝ということを忘れがちになりますし、現実にはすべての恩に報いる為の生活や行動はなかなか出来るものではありません。

もっとも簡単に恩に報いる方法は、朝起きた時や寝る前に、また、会社や学校に出かけるときや帰宅した時などに、家のお仏壇に手を合わせることです。もし家にお仏壇が無い場合は、道の途中にあるお寺の門前で手を合わせてみて下さい。

すうびょうかん

数秒間、心を落ち着かせ手を合わせるだけで、今までとは違った生活を送れるかも知れません。

これを、「日々のおつとめ」として行ってみて下さい。きっと穏やかでやさしい気持ちになれると思います。