

# 『禅のこころ-曹洞宗-』

## いちふつりようそ 一仏両祖

平成29年9月第4週放送

曹洞宗は、お釈迦さまから数えて五十一代目の弟子にあたる道元禅師が、鎌倉時代に中国より伝えました。そして、道元禅師から数えて四代目の瑩山禅師が現在の教団の基礎を築きました。

「一仏両祖」、つまり、お釈迦さま・道元禅師・瑩山禅師を信仰し、その教えをよりどころとしているのが曹洞宗です。

今からおよそ二千五百年前、インドで仏教を説かれたお釈迦さまは、人間の苦しみの原因をあきらかにされました。そして、苦しみの原因を解決するため、坐禅によって本当の安らぎを得られました。悩める多くの方々に対して、こころを安らかにする教えである仏教を広められたのです。

この、お釈迦さまの坐禅と教えを正しく受け継ぎ、日本に伝えられたのが道元禅師です。

道元禅師の教えは『正法眼蔵』をはじめ、数多くの書物として残っています。また、お釈迦さまの教えを文字として伝えるだけでなく、坐禅はもとより、お釈迦さまが示された正しい行いとしての生き方を今日に伝えています。

その坐禅修行の道場として、大本山永平寺を開き、正しい教えを実践されました。

さらに瑩山禅師は、その深い教えをより身近なものとし、多くの弟子を育てました。道元禅師のように、瑩山禅師も『伝光録』をはじめとした書物で教えを伝えました。また、当時の社会に「曹洞宗」という名称を正式に示して曹洞宗教団をつくり、より多くの方に坐禅や教えを広めるために大本山總持寺を開きました。

お釈迦さまの教えは、まさに人から人へと伝わって、現代まで受け継がれてきたのです。だからこそ、お釈迦さまが行った坐禅を、今ここで私達も行うことができるのです。

坐禅は、姿勢を調べ呼吸を調えることで、心が自ずと調います。日常生活の忙しさから離れて自分自身の体と心を安らかにし、本来の自分を見つめ、自分が一人ではなく多くのつながりによって生きている存在であることを確認するのです。

「一仏両祖」、お釈迦さま・道元禅師・瑩山禅師を信仰の中心とし、その教えに導かれた一人一人が、自らの行いによって自らを調べ心安らかな生活を送ることが、私たち曹洞宗の願いなのです。

— 終 —