

## 参禅のおすそ分け その6

「さとりの輝き (輝元泰文)」 禅の友 平成25年12月号より転載しておすそ分け

皆さんが毎日続けていることは、いくつありますか。

曹洞宗の修行道場では、坐禅や掃除、朝のお勤め、決められた作法に従った食事などを毎日続けています。なぜ同じことを続けるのでしょうか。それは、続けること自体が大切だからです。

道元禅師は次のようにおっしゃっています。

**行ずれば 證其中にあり** (ぎょうずればしょうそのうちにあり)、(『学道用心集』第3)

この意味は、『修行を続けていれば、さとりはそのままその中にある』となります。

皆さんの「さとり」のイメージとは、どのようなものでしょうか。長い時間をかけて修行してやっと手にすることができると思像される方が多いのではないのでしょうか。しかし道元禅師のおっしゃっている「さとり」はす少し違います。

それはちょうど、自転車のライトのようなものです。自転車のライトはペダルを漕がないと光ません。ペダルを漕ぐのが修行とすれば、それに伴って光り続けているライトが「さとり」です。



修行しているその時、皆さん自身が光り輝いているわけです。

「さとりを得よう」と思わなくても、きちんと修行を続けていれば、ちゃんと「さとり」はそこに現れてくるのです。ですから、余計なことを考えずに、修行を続けるのです。

私たちにとって大切なのは、毎日毎日続けている洗面、食事、掃除といった日常の一つ一つをきちんと続けていくことです。それが皆さんの毎日をきつと輝かせてくれるはずですよ。