

『今日は、昨日東円寺で、第7回座禅体験があったんじゃが、座禅についての話をしようと思っておるぞ。座禅と言っても宗派によって多少やり方が違うようじゃ。』

『確かに、壁に向かって座禅をしている姿を、テレビで見たことがあるでまっすん。』

『そうじゃ。壁に向かって座禅をするのは、禅宗じゃ。座禅の説明なども、多少違うかもしれんが、基本的な考え方は一緒なんじゃ。東円寺は天台宗だからのう。今日は、天台宗の座禅の考え方を紹介するぞ。人の心は、理科の実験で使うビーカーのようなものと想像するんじゃ。その中に、水がいっぱい入っていてな、その水は人によって様々じゃが、濁っておるんじゃ。』

『心の水は濁っているでまっすん？なぜ、濁っているでまっすん？』

『五感という言葉聞いたことがあるじゃろ。視覚・聴覚・臭覚・触覚・味覚は、その働きによって、人は幸せを感じることができるが、その逆に不幸な気持ちにもなる。美味しいものを食べると幸せになるじゃろ。けれど、食べたいのに食べられなかったら悲しくなるじゃろ。人の心は、いつも一喜一憂しているんじゃよ。その状況は心が濁っている状態なんじゃよ。』

『確かにそうでまっすん。でも、座禅と、心の濁りとどのような関係があるでまっすん？』

『はっはっは・良い質問じゃ。第一には、心が濁っていない人などいないんじゃよ。自然界も同じじゃぞ。水と土が必ずあるじゃろ。ビーカーの水には、土が入っている、それをかき混ぜるとどうなる？濁った状態になる。なぜ、濁るのか？五感が働くからなんじゃ。』

『なるほどでまっすん。けれど、心が濁っているというのは良い状況ではないでまっすん。』

『そうじゃな。だから、天台宗では座禅止観（ざぜんしかん）と言うんじゃよ。止観というのは、心の動きを止めることを言うんじゃ。絶えず心は揺れている。ビーカーの水がいつもかき混ぜられているということじゃな。そのかき混ぜる作業を止めるということなんじゃよ。止めるとどうなるか・ビーカーの水は、澄んでくるんじゃ。澄んだ心で物事を見つめると、真理が見えてくる。これが、悟るということなんじゃよ。悟ることも、人それぞれじゃがな。』

『分かるような気はするけれど、とても難しいことのような気がするでまっすん。』

『簡単なことではないな。しかし、心を静める意識をすることは、普段の生活では無いと思

うんじゃ。座禅をするということは、心を意識することになるからのう。その行いだけで見方は変わるんじゃ。視点が変わると人生は面白くなるんじゃぞ。』

『まずは、体験してみると言うことでまっすん。自然に耳を傾ける機会も大切でまっすん。』

『次回は、写経について話をしようと思っておるぞ。夏休みで、問い合わせも多いからのう・・・』



クニマッスン

出生地 忍野村

山梨県水産技術センター

口癖 でまっすん..

ふじのだいがこうざ えもん
富士大我講左衛門 年齢不詳

職業 大我講の先達

(先達とは案内責任者)

