

仙台朝活禅通信

vol.2

発行日：平成25年8月28日

編集・発行：仙台ZENプロジェクト

(曹洞宗東北管区教化センター内)

坐禅指導・今回のポイント

最終回にあたって

全6回の「仙台朝活禅」も今回で終了となります。皆さんは何故「仙台朝活禅」に参加されたのでしょうか？「坐禅に興味があった」「生活を見直してみたい」「朝の時間を有効活用したい」様々な動機があって、ご参加されたことと思います。

『華嚴経』というお経に「初発心時 便成正覚」という言葉があります。「初発心の時、すなわち正覚（正しいさと）りを成す」と読むことができます。さとりとは人間としてのあるべき姿とも理解できましょう。その姿を求めた時、すでに実現しているのだというのです。あるいは、疑問に思った時、すでに答えは出ている、と捉えていただいても結構です。

皆さんが問題意識を持ち、「何かを変えよう」と思った瞬間からその解決のための道を歩み始めているのです。

「初心忘るべからず」と言いますが、最初に抱いた気持ち（発心）を忘れることなく、たゆまず歩いていきたいものです。



今日の禅語

かんしんじざいしん

閑心自在心

「閑心」も「自在心」も、とらわれや執着から解放された心のありさまを云う言葉です。さて、これまで皆さんはいくつかの段階を経て坐禅をしてきました。更にこの「閑心自在心」をこれからの実生活の中でいかに保ちながら生活していくかということになります。それは電車の中、ある時は休憩時間にでも結構です。背筋を伸ばし呼吸を調え、静かに自分と向き合うことで、しなやかでありながら真の通った生き方ができることになるでしょう。

○ 禅 道場図鑑 その六

お寺の本堂の上部に吊り下げられている、細かい細工がなされた金色の飾りを「天蓋」といいます。元々の由来は、インドにおいて、貴族やバラモンなど、人々から尊ばれた貴人に、従者などが差し掛けた「傘」。現在でも、住職の就任式などの行列で、住職の上に番傘が差し掛けられることがあります。本堂で導師をつとめる僧侶の上にある天蓋を「人天蓋」といい、また、柱のように細長いものは、「幢幡」といいます。



禅僧の本棚 第六回

生物と無生物のあいだ
福岡伸一



『生物と無生物のあいだ』

著：福岡伸一

定価：777円（税込）

発行：講談社

「朝早い。もう眠らなければ」。何度も何度も自問しました。が結局明け方、興奮の中で最終ページを捲りました。推理小説以外で徹夜したのは、学生以来です。

「秩序は守られるために絶え間なく壊されなければならない。」（本書中盤）何十億年と時間をかけつられてきた生命システムは、驚くべきことに、諸行無常でした。そこに在るために、流れ続けなければならない。

禅問答かのように説かれる我々生命の深秘とは？是非ご一読下さい。

次回の予定

「仙台朝活禅」の次回の開催については未定です。詳細が決まり次第、電子メール及び仙台ZENプロジェクトホームページ (<http://soto-tohoku.net/sendazen/>) にてご案内いたします。



こちら、朝活禅プロジェクト。

「坐」は、人と人が共にすわっている様を表します。「座」禅となぜ書かないのか？私の勝手な解釈です。座から屋根を取っ払うから「坐」。つまり同じ場所ということにこだわらない。私達はそれぞれどこで坐っても、同じ空の下です。だからお別れの挨拶はいたしません。「お坊さん達今日も坐っているんだらうなあ」。皆様が坐る時、そう思って頂けたら幸甚です。私もそういたします。

スタッフ一同、この縁に感謝を込めて、お疲れ様でございました。