

仏教法話

—心のひかり・人生のしるべ—

心
き
よ
ら
か
に



お釈迦さまのみ教え

お釈迦さまのみ教えとは何でしょうか。

それは簡単で

悪いことはしない

善いことをする

心を浄める

この三つなのです。

この三つを守り実践すれば人は幸せになります。

そんなこと三つの子でも知っているぞ、という人がいます。でも、知っているのと実行するのは大違いで、知っていても実行は難しいのですね。

なぜ難しいかという点、これは心にかかわっているからです。

一番目の「悪いことをしない」が重要です。

毎日のニュースや新聞に悪いことをした人の記事がたくさん報道されています。悲しいことです。人はもともと悪いことをしようとし生まれてはきません。赤ちゃんのときから悪いことをする人はいません。さまざま小さな因縁が積み重なって、大きな悪いことになってしまうのです。その小さな悪いことのうちに「いけない」と叱る心がなければなりません。でも、「このくらい大丈夫だろう」とか「みんなやっている」とか「だれもみていないから」とかで、心が誘惑に負けてしまうのです。

あるいは、「朱に交われば赤くなる」の言葉にあるように、悪い仲間、悪い友達、悪い人々に出逢って、さまざまな因縁から心が共鳴して、引き込まれて、悪いことをしてしまうのです。いったん悪い仲間に入ってしまうと、心が弱いので、仕返しが怖くて抜けられ

ないのです。悪い仲間と共に悪いことをして
享樂にふけり、人を不幸に落としたり、傷つ
けたりしてしまうのです。

昔のフランスのお話です。

大泥棒がいました。街中を引き回されてギ
ロチンにかけられることになりました。引き
回されているとき、老婆が駆け寄りました。
大泥棒のお母さんでした。「おお、お前、こ
んなことになってしまつて！」と駆け寄り抱
きしめました。するとその大泥棒は母親の耳
を食いちぎったのです。「小さい時に、隣か
らリンゴを盗んだ時、お母さんはそのくらい
いいよと赦したでしょう。それが積もり積
もつてこうなつたのです。」と。

小さな悪の芽を摘むことが如何に重要かを
示す、怖ろしいお話です。

心 きよらかに

小さな悪の芽を摘むには、どうしたら良い
でしょう。

それには、心を淨めることを常に心がけ実
践しましょう。

心を淨めるにはどうしたら良いでしょう。

一つは、お釈迦さまへの信仰です。これを
三帰と言います。

南無歸依佛（なむきえぶつ） お釈迦さまを
敬い信じます

南無歸依法（なむきえほう） お釈迦さまの
み教えを敬い信じます

南無歸依僧（なむきえそう） お釈迦さまの
み教えを伝えてくださった宗祖を敬い信じま
す。

南無歸依佛、南無歸依法、南無歸依僧のお

言葉を、毎朝、毎夕お仏壇におまいりする時に何度かお唱えしましょう。

道元禪師さまは、三帰の功德其れ最尊最上甚深不可思議なりと説かれています。

お家にお仏壇がないお宅は、どうやって心を淨めたらいいでしょう。

それには、周囲をきれいにしましょう。道路にゴミが落ちていたら拾いましょう。毎朝、家の内外をお掃除しましょう。

こうして身の回りをきれいにすることが心をきよくすることにつながるのです。

是非、実践されてみたらいかがでしょうか。

よいたねをまこう

よいたねをまけば

よいはながさき

よいみがみのる



よいたねをたくさんまこう
ちきゅうが

はなにつつまれ

みんなのしあわせが

たくさんたくさんみのるように

よいたねを

もつともつとまこう

いのちのあるうちに

たくさんたくさんまいておこう

ものごとは心にもとづき、心を主とし、心によってつくり出される。もしも清らかな心で話したり行ったりするならば、福楽はその人につき従う。――影がそのからだから離れないように。(真理の言葉 ダンマパダ)