

# おおよそ仏祖の屋裏には 茶飯これ家常なり

正法眼蔵家常

皆さんは、朝起床してから夜就寝するまで何をされていますか？

果たして何をしているだろうと、考え込んでしまう人もいられることでしょう。また、慌ただしい毎日に追われて、とても一言では言い尽くせない充実感を持たれている方もおられることでしょう。

どう答えるべきか難しいところですが、つきつめて考えてみると、私たちの生活習慣は、毎日それほど変わるものではないので、意外と単純なことに気がつきます。それは、朝・昼・晩の食事と、自身の為すべき仕事あるいは家事・・・、この繰り返しなのです。

しかし、道元禪師は、この三度の食事を戴き、決められた仕事・家事をこなすという、この毎日の当たり前の行いというものが大事なことであると語られています。

食事を摂ることにしても、好きな物だけ食べていては体にも良くありません。また、仕事もせずに遊んでばかりいては生活することもできません。心の中に貪る気持ちが起これば、いくらでも怠けることができます。日常生活において、食事・仕事・家事、どれも当たり前のことですが、それぞれの事を我々自身がいかに自立し、自分の問題として真剣に捉えて行動できるかということが大事なのです。

ですから、茶飯（日常生活）こそが、家常（仏道修行の場）なりと説かれた道元禪師の真意を今一度皆様方によくよく考えていただきたいのです。

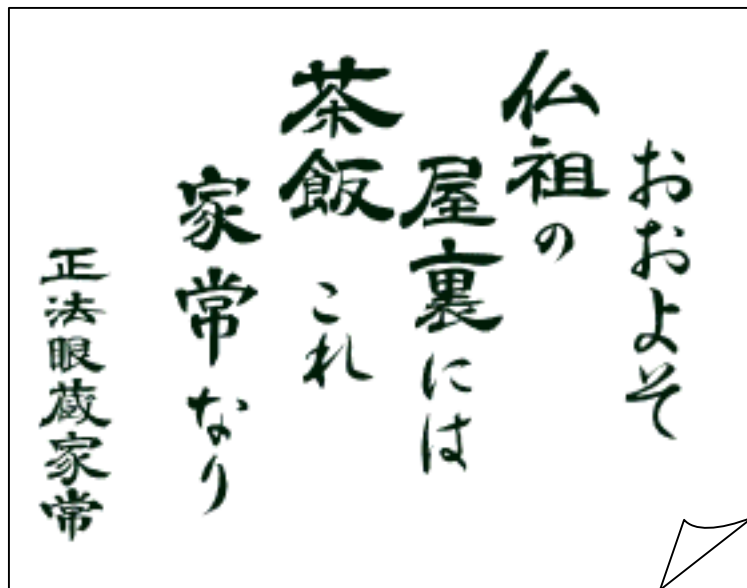
そして、自分自身に与えられた仕事（食事・家事や仕事）に対して全力でぶつかり、真剣に行うことが出来たならば、それは正に道元禪師の教えに適うこととなるのです。

道元禅師はその生涯の中で多くの書物を著しました。そして主著としては『正法眼蔵』九十五巻が知られています。ここに引用した「家常」の巻もその中の一巻です。

さて「家常」とは、日常のもの・日頃の行為という意味です。道元はこの巻の中で、仏道（仏の教えの実践）とは、ことさら特別のものではなく、日常の生活を仏の行いとして徹することが重要なのだ、と説いておられるのです。

「喫茶喫飯」という禅語があります。これは茶に逢ったら茶を飲み、飯に逢ったら飯を喫するだけで特別な仏の真理があるのではない、という譬えです。しかし、自分の好きなものだけ飲み食いして、それが仏道だと思っているのではないことは、このリーフレットをお読みになればお分かり頂けると思います。

日常生活を如何に充実したものとし、それぞれの仕事を究め、さらには仏道の境涯にまで高めて行けるかは、我々一人ひとりに課せられた大きな課題であるといえるのです。



## 曹 洞 宗

神奈川県第二宗務所  
 第五教区 布教部・出版部