

お釈迦さまの教え

四諦(4つの真実)

- 1 苦諦**
人生の真相は苦であるという真実
- 2 集諦**
苦の原因は自己の欲望・煩惱であるという真実
- 3 滅諦**
一切の欲望・煩惱を断じ滅して、それから解放されれば、悟りの境地に達することができるという真実
- 4 道諦**
悟りの境地に達する実践法が八正道であるという真実

八正道(教えの実践)

正見

正しい物の見方を
しましょう

正思惟

正しく考えましょう

正語

正しい言葉遣いを
しましょう

正業

正しい行いをしましょう

正命

正しく健全な生活を
送りましょう

正精進

正しい努力をしましょう

正念

真理を求める心を忘れない
ようにしましょう

正定

安定した迷いのない境地に
入れるよう心がけましょう

〈中道〉の教え

お釈迦さまは六年間の苦行を止め、スジャータより乳粥を供養された後、瞑想(坐禅止観)に入られて悟りを開き仏陀となりました。お釈迦さまの説く教えでは、人間は二つの極端に陥っていると考えられます。ある人は苦行によって肉体を消耗させ、またある人は欲望を追い求めている。どちらの方法でも悟りに至ることはできず、苦と楽の両極端を離れて〈中道〉を生きる、つまり、何事にもとらわれず、正しい判断と行動を続ければ悟りを開くことができるとされました。〈中道〉とは〈諸法実相〉であり、あらゆる存在・現象がそのまま真実の姿であるということを意味します。あらゆるものの背後にある真実のすがたを把握するようにとめなさいと、お釈迦さまは教えてくださっています。



天台宗 「シリーズ年中行事」⑦

成道会のしおり



成道会 ―さとりの日―

成道会は、お釈迦さまがお悟りを開いた日、十二月八日に行われる法会です。お釈迦さまに関する法会として、ご生誕を祝う四月八日の降誕会（灌仏会・花まつり）、ご入滅の二月十五日に行う涅槃会とあわせて三仏会の一つに数えられます。

地方の王子としてお生まれになつたお釈迦さまは、その地位や妻子を捨て、二十九歳で城を出ます。

難行苦行を重ねましたが、この世の中の生・老・病・死の苦しみから抜け出すことは出来ず、六年間の苦行を止めて尼連禪河で身体を洗い

清め、村の娘スジャータの乳粥の供養を受け、菩提樹の下に座って瞑想に入ります。

そして修行を妨げる悪魔を追い払い、十二月八日の日の出前、明けの明星を眺めて、ついにお悟りを開いて仏陀とられました。

お釈迦さまは、はじめ、悟りの教えを説くことをためらいましたが、梵天さま（仏法の守護神）の勧めによって、まずかつて一緒に修行をしていた五人の仲間に説法します。これを初転法輪といえます。

この時に説かれた教えは、かたよらない心《中道》、苦・集・滅・道の四つの真理《四諦》とその実践法《八正道》とされます。お釈迦さまの説法の旅がここからはじまりました。

なお『法華経』には、この世に現れたお釈迦さまは、我々をご自身と同じ悟りへと導くための仮の姿であり、真実のお釈迦さまは、はるか昔に成仏して以来、計り知れない時間にわたって人々を教化しつづけておられることが説かれています。天台宗では、この『法華経』に説かれた真実のお姿《久遠実成》を、お釈迦さまの生涯の行跡とともに大切にしています。

本格的な冬がはじまり、師走の慌ただしさを目前にするこの日は、お寺やお仏壇の本尊さまに手を合わせ、お釈迦さまのお悟りに感謝して、そのお悟りとともに自分自身について静かにゆったりと心を運びたいものです。

