

正福寺報

平成 27 年秋彼岸号

臨濟宗 円覚寺派
住職 松原 行樹
TEL 045-811-3800
FAX 045-811-6304
shouhukuji@nifty.com

〒245-0053 横浜市戸塚区上矢部町 3 4 0

<http://shouhukuji.com/>

求 不 得 苦

正福寺住職 松原 行樹ぎょうじゆ

「ぐふとくく」と読みます。求めるものが手に入らない苦しみであり、私たちが生活をする上で、思い通りにならない苦しみの一つです。

達摩大師（だるまだいし）のお言葉に次のようなものがあります。

求むることあれば皆な苦なり、求むること無くんば楽なり

（多欲であれば苦しみとなり、少欲であれば苦から解放される）

頭では理解していても、実行することとは難しいのではないのでしょうか。お金や物、名誉や肩書など、求めるものが手に入っても、時間の経過とともに、さらにそれ以上を求めてしまうのが私たち人間です。外の対象に振り回されて、自分を見失ってしまうのです。

しかし自分の外ではなくて、内を見つめてみてください。そこには両親がらいただいた、たった一つの「いのち」があります。ご先祖の喜びや悲しみ、その他諸々の不思議な繋がりが巡って、わたしの「いのち」があるのです。

この「いのち」があるからこそ、私たちは笑うことができ、泣くことができ、食事を頂くことができます。

この大切な「いのち」をいただいているのに、さらに何を求めようというのでしょうか。

人間の欲望には限りがありませんし、誘惑も多いです。しかし外の世界に振り回されずに、一度ご自身の内側に思いを巡らせていただければ、実は今のままで十分満ち足りていることにお気づきいただけると思います。

それに気付くことが「求不得苦」から解放されることなのではないでしょうか。