



高野山 真言宗 法真寺だより

第3号

【発行所】高野山 真言宗 法真寺
 大阪府阿倍野区阪南町三十四-一十七
 電話 〇六(七五〇九)三八〇六
 発行人 法真寺 第三代 住職 法源



水外に波なし、

心内すなわち境なり



弘法大師(空海)
774～835年

『呬字義』

弘法大師(空海)は、水というものは風が起きてはじめて波となり、波は水がただ風により波に変化したことなのですと伝えます。

わたしたちも同じように「悲観的」なマイナスとなる感情も自分の心の中で起こっており、波立つ要素は外部から感受したことより衝動的に感情が湧き出します。

相手が悪いということも無論あるのですが、中には動じない人も見受けたことはあるでしょう。それは動じない心を持ち備えているのであり、常に“反応しない心”こそが、心に波を起こさなくします。感受性の高い人は反応する反射的意識が過敏(習慣)になっ

ていることもあります。人間の感情というものも四季(春夏秋冬)と同じように季節は変化します。機嫌の良いときもあれば、腹の虫の居所が悪いときもあります。しかし、自分の機嫌(感情)も外部が機嫌を取ることににより多少は緩和されることもあるのですが、最後は自分自身で喜怒哀楽(煩惱)を制御しなければいけません。

わたしたちは大多数の決定が正しいものであると認識し、自分の意思がどこにあるのかさえも分からず、世間の決定に流されるままそれが正しいことであると間違った見識(邪見)をしていることもあるものです。

現在でも世界では武力紛争による戦争が起きていますが、どちらの国が正しいというものはないのです。どちらも正しいと思っているからこそ争いが起きますのです。

傷を付けられれば、怒りや憎しみが増幅していきます。相手の感情にコントロールされ、

自分の感情を他人に振り回されないようにしなければなりません。大切なのは心を整えることを意識することが肝心となります。

そのために自身のおかれている心境には「なぜ?こんなにイライラしているのか?」

などを考察していくことで自分の心の内に怒りや憎悪など、波立っている原因が明らかになってきます。この追求(原因を集め、因縁を解明)することを仏教では集諦じつたいと称します。

ことわざに「一寸先は闇いっすんさきやみ」とありますが、その闇は目の前や未来にある訳でなく、自身が作り出した心に内在する波立った感情が荒れているのであり、冷静に“自分の心(自心じしん)”を覗いていないのです。

人は外部に答えを求めようと探しても安心やおだやかさの感情は見つからないものなのです。他人になだめられたとしても一時的なものでしかならず、最後は自分の感情が納得するかということです。いわゆる「自分を制

御する解釈力」が求められるということです。

しかし簡単には心に波立った感情は見極めにくいものです。題目で挙げました弘法大師（空海）の「心内すなわち境なり」と著わしたように、見えない心、見えない感情、常々揺れ動いている心（煩悩・情動）には境界線がないからです。水辺に立つ波も止めることはできないように、自然に身を任せ悪足掻きしては却って波立つばかりとなります。人の心（感情）も同じように、怒りに悪足掻きすると更に怒りを助長させるようなものとなります。いわゆる「火に油を注ぐ」ということです。「煙のないところには火は立たない」とあるように、心も自分自身を見つめ、冷静さを見失わないようにしなければなりません。

どの時代においても、この世に完璧な人はひとりも存在したことはなく、少なからず失敗や後悔というものを経験します。その過去に起きた過去の事象・心象を未来に馳せ、現在である今を生活しているのに、過去と未来に

思いを馳せ、不安を自ら構築（妄想）させて

いるのです。そして今の中に過去と未来の思いがあふれることで感情は揺れ動いているのです。現在の抱える波立つ感情の心は時として省みなければなりません。そして次に波が立つことで不安が起きるのは苦悩となることを理解し、過去の失敗や後悔をそのままにしておくのでなく、経験としてとらえることが自身を成長させる良薬となります。大事なものは常に心をフラット（平穩）の状態にしておくことが日々動揺しない安穩の生活を送ることができることを弘法大師（空海）は伝えてくれているのです。

弘法大師（空海）は常々、利他という他人に利益を施すよう思念しておられました。

一般的に「利益」と聞くと金儲けのイメージが強いですが、仏教や宗教では平穩な暮らしを送れることを利益であるとしています。よく良いことがあれば「ご利益があつた」といわれるように、良い話しやヒントになることを見聞し「心の内（智慧）」に修得すれば何よ

りのご利益なのです。

現代社会は悪循環の極みといつてよいほど世界はモノづくりを行い、消費社会を構築し、物資の無駄遣いが多く、地球を温暖化など破壊しようとする時代が到来しています。

今わたしたちは改めて「生きる上には何が必要なのか？」を問いただされている時代に立たされていると思います。

無論、生きていく中にはお金は必要ですが、お金を中心と考え、他人の心を見ずして利己的感情が優先し、損得でモノごとを判断していることが際立ちます。できることならば「正しいか、正しくないか」を基準として、人情ならではの相手の気持ちに立って、また自然と融合して生きている、生かされていることを再認識の思考を改心しなければならぬことを示唆します。

表向きの社交辞令も大切です。しかし、もっと大切なのは内面の心を磨くことこそが、苦悩を萌芽させない人生へと導くのです。