

輪廻ノ苦ヲマヌガレント思ハバ  
直ニ成佛ノ道ヲ知ベシ。  
成佛ノ道トハ自心ヲ悟ル是ナリ...  
『抜隊法語』

輪廻の苦しみをおのがれようと思うならば、真っ直ぐに、  
自分自身で、仏となる道を知って、わがものとしなさい。  
仏となる道とは、自分の心の本当の姿を悟ること、これ  
以外にはないのです...

向嶽寺開山、抜隊得勝 (1327-1387) 禅師の言葉です。

「輪廻」といえば、「六道輪廻」.....「地獄」「餓鬼」「畜生」「阿修羅」「人  
間」「天上」と、悠久の時間の中で生まれ変わり死に変わりする「輪廻転生」  
のことだと思われがちですが、必ずしもそうではありません。

毎日の生活が嫌で嫌で、生き地獄のような思いをすれば「地獄」。「もともと  
と」と、さいげんなく欲に駆り立てられていれば、「餓鬼道」。経験から学ぶこと  
もなく、人から強いられては、自分では何もできなければ「畜生道」。怒りに  
衝き動かされて自分も他人も傷つけつづけければ、「修羅道」...あるいは、感  
謝の気持ちをもって、天にも昇る気持ちになれば、「天上」...

わたしたちの日常生活そのものが、自分の心一つで「地獄」にも「餓鬼」にも  
「修羅」にもなるのです。

しかし、大体において、良いことは長くは続きません。結局、わたしたちの一生  
は、ほとんどの場合、苦しみのなかを、あてもなくぐるぐると回り続けるほかはあり  
ません。このように見ると、「輪廻ノ苦」とは、一生にわたって、さまざまな形で  
わたしたちを苛む「地獄巡り」の苦しみです。

「地獄」とは、何よりもまず、わたしたち自身の心が作り出すもの...そこを仏教  
の世界では「造地獄」といいます。そして、自分が自分で作り出す「造地獄」  
の苦しみから救われたければ、自分で地獄を作り出すことをやめればよい...

いや、自分で自分を苦しめているわけですから、自分自身できっぱりとやめないかぎり、誰も助けることはできないのです。

それではどうすればよいのか...

怒りに駆られるときには、怒りが湧いてくるその根っこ、欲望を抑えられないときには、欲望が噴き出てくるその根本... そのつどそのつど、自分自身の心の源に立ち返り、その正体を見極める... そこから始めなくてはならないのです。

苦しみの根源が自分自身の心であるように、救いの源も、自分の心以外にはない。だから、外に救いを求めるのではなく、自分の心に立ち返って、自分自身の中にある救いの種子を大切に育てていかななくてはならないのです。

わたしたちの心の中にある、この救いの種子、これを「仏心」「仏性」といいます。仏の心、仏の性質...

そんなもの、信じられるか...

残念ながら、この「仏心」「仏性」というものは、簡単には見つかりません。「仏心」「仏性」などというと、「良心」だの「善意」だの、すぐにそれらしきものを探そうとする人がいますが、そんなことをしても、まず見つかることはないのです。

「仏心」も「仏性」も、自分自身の心、自分自身の性質です。それを見て取るというのは、自分の目玉を自分で見ようとするようなことなのです。

鏡に映しても、見えません。鏡に映るのは、しょせんは「映った」もの、本物の眼のコピー、偽物なのです。眼というのは、「見る」ものであって、「見られる」ものではないのです。わたしたちが見ることができるのは、自分ではなく、他人の眼なのです。そして、ここでは、他人の眼ではなく、自分の眼が大事なのです。

それでは、どうするか...

まずは、「道ヲ知ベシ...」と抜隊禪師は教えています。「道を知る」とは、道を実践すること、行うことです。怒りや憎しみ、欲望の源へ立ち返り、その正体を見極める、と先にいいましたが、自分の心がぐらぐらと揺れ動いたままでは、正体を見極めるどころではありません。まずは、落ち着いて、心静かに、揺れ動かない自分の心、静まりかえった自分自身を取り戻さなくてはいけないのです。

「道を実践する」「道を行う」とは、だから、まず第一に生活を整えること...

怒りや嫉妬といった感情に流されないこと... 流されている自分に気が付いたら、すぐにあらためること...

日常の何気ない気遣いの積み重ね、修業とは、そこから始まるのです。