

information catch

HASEさんの「悟り」入門

【第5回】

人には様々な側面があるものだ。やさしい面もあれば、自分勝手でわがままな面もある。同じ人でも状況によって出てくる面は様々だ。ただ、往々にして人にやさしくするほうが、後で気分がいい。誰かを思いやることで自分も幸せになる。人の心はもともとそういうふうのできているのかもしれない。今回のテーマは「涅槃寂靜」。長谷川俊道住職によれば、悟りの世界の入口は、意外なほど身近にあるそうだ。

お互いを思いやる心が生み出す、幸せの相乗効果。

皆さん、こんにちは。瑞岩寺住職の長谷川俊道（通称HASE）と申します。

これまで仏教の大原則とされる「四法印」をご紹介してきましたが、今回は最後の一つ、「涅槃寂靜」についてお話しさせていただきます。

「涅槃寂靜」の「涅槃」とは、煩惱の炎を吹き消された悟りの世界のことを言います。そして、「寂靜」は文字通りひっそりと静かな様を表します。この二つの言葉を合わせた「涅槃寂靜」は「煩惱が消えた悟りの世界は、静かで安らぎの境地である」といった意味になります。

では、煩惱の消えた悟りの世界とは、どんな世界でしょう。煩惱は、私たちを悩ませる心の動きを言い、わか

りやすく言えば「欲」のことです。大晦日の除夜の鐘では、煩惱の数として108回鐘をつきますが、この108という数字には、大変多いという意味があります。私たちは、そのくらい多くの欲を抱えて生きているということです。そして、自分自身の欲にとらわれすぎると、それゆえに悩んだり、妬んだり、苦しんだりします。こうした欲に執着せず、受け流すのが悟りの境地。涅槃の境地です。仏教は、みんなでこの境地を目指しましょうと教えているわけです。

一人ひとりが執着を捨てて穏やかでいられるなら、社会全体も穏やかになる。「それはただの理想論だ」と受け取られる方もいるかもしれませんが、でも、私は、何気ない日常の、ちょっとした心がけで、誰もが涅槃寂靜に近づくことができると思っています。

これまでご紹介してきた、「四法印」の教え、諸行無常（ものごとは移り変わるものである）、諸法無我（この世のものはすべてつながりあって存在している）を思い出してみてください。今の状況や立場に固執したり、あるいは、自分だけがよければいいという利己的な考え方をしたりするのは、

欲にとらわれた生き方です。そして、それが欲だとわかっていても、なかなか捨てられないからこそ、結果的に、一切皆苦（この世は思い通りにならない）となり、悩み、苦しむこととなります。

ですが、このような人の理を知っていれば、自分の心の状態をつかみ、良い方向に変えていくことはできると思います。自分はこのことに執着しすぎていないだろうか。周囲のことを思いやれているだろうか。そんな問いかけの先に、涅槃はあるのではないのでしょうか。

もちろん、ビジネスの世界でも同じことです。どんなに業績の良い会社でも、その会社だけで成り立っているわけではありません。商品やサービスを発注してくれる得意先があり、それらの提供に協力してくれる会社があり、社員さんもそのご家族も、すべてがつながりあっています。そこで会社の利益だけを追求していても、周囲からの応援はなかなか得にくいものです。

以前のコラムに書かせていただいたように、仏教には「因果応報」という教えがあります。「結果」には必ず「原因」があり、原因には、「縁」が



群馬・瑞岩寺住職 長谷川 俊道
福井県永平寺で修行後、ハワイ・パールハーバーのお寺に赴任。帰国後は瑞岩寺副住職となり、4月に住職に就任。開かれたお寺を目指し、財務公開や、お寺での講演会、ライブ開催など、お寺の常識を覆す挑戦を続けている。現在、「HASEの金曜は聴きこみ寺」というポッドキャスト番組でより良く生きるヒントを発信している。

影響を及ぼしていると考えます。つまり、様々なつながりを大切にすることで良い縁ができ、それがいずれ自分の利となって還ってくるのです。企業経営者に社会貢献活動をする方が少ないのも、成功を収められる人ほど「因果応報」の習いをご存じだということだと思います。

自分の利でなく、まず他者の利を。そんな視点で周囲を見直してみてください。私たちがより良く生きる道は、まだまだ拡げていけるはず。そうした日々の心がけが涅槃寂靜の世界を実現していくのだと思います。



出典：フジサンケイビジネスアイ