



早いもので師走を迎えた。今月は壬子月である。玄王という名の干支で、子丑天中殺である。子丑天中殺の方は毎年ではあるが年末年始の言動には気を付ける必要がある。戌亥天中殺の方は12月と1月でやり残したことを全てスタートさせて、来る年天中殺に備える時期である。壬子月は人間性を高めないと、小ずく生きるという側面が強く出てしまう傾向がある。従って品良く生きる事を意識すべきだ。そうでないと、運の激しい乱高下に巻き込まれる。逆に品良く生きると、自分の力量で新しい世界を切り開いて行き、新規分野が広がりしていくチャンスの時期もある。とは云っても品良く生きるとはどうしたらいいのか。その答えは陰陽五行論の中にある。仁義礼智信の五徳本能である。品性は精神性を表すので、南北を意識すると良い。南は礼徳、北は知徳である。忘年会や新年会と云った師走の喧騒に惑わされず、礼節を重んじてコツコツと勉強をすることで飛躍する月となる。年末年始を迎えたな年度を迎えるにあたり何かとそわそわしてしまう師走の月。自分の人生が本来あるべき方向に向かっているのか、不安や迷いが起こり易い時期もある。今月は迷いと悟りというテーマで人生の本質を紐解いてみよう。

迷いと悟り、一見すると相反する存在だが、よくよく見ていくとそれは表裏一体の存在であることが分かる。経典の中に、こんな一節がある。「生死の中に仏があれば生死はない。また言う。生死の中に仏がなければ生死に迷わない。ただ生死がそのまま涅槃だと心得て、生死であるからといって忌避（きひ）せず、涅槃であるからと云って願ってはならぬ。そうしたときはじめて生死を離れる手立てができる。」ここで生死とは「しょうじ」と読む。これは煩惱の迷いの世界という意味であり、涅槃は悟りの境地という意味である。この文章を意訳すると、迷いを避けず悟りを願わずにいると迷いを離れる手立てができると解説している。つまり「迷いの中に悟りがある」と教えている。私たちは既に悟りの世界の真っただ中にいて、その悟りの世界の中で迷っているのだ。そのことに気が付いたときに悟るのだ。換言すると迷っていることが悟りであると捉えることが出来る。迷っていていいんだと気が付くことが悟りなのである。迷いをなくさず、むしろ迷うべきであるのだ。これは違うケースでも同じことが云える。失敗と成功、挫折と成長、苦難と快楽等も同じことが云える。失敗が嫌で何もしなければ成功しない。挫折が嫌で何もしなければ成長が無い。苦難が嫌で何もしなければ達成感と云う快楽を得ることが出来ない。失敗や挫折や苦難が土台となって、その先にある成功、成長、快楽を享受できるのである。空腹と満腹も同じ構造だ。満腹な状態でいくら豪華な食事を食べても美味しいくない。空腹の状態があるから満腹を体験できるのだ。より美味しく満腹感を得たければ、より激しい空腹を得ることがポイントである。より大きな成功や成長や快楽を味わいたければ、より激しい失敗、挫折、苦惱の連続を体験することが土台となる。悟りの境地に生きたければ、激しく迷い続ける必要があるのである。

玉蔵院合宿に参加された方は理解できるかもしれないが、正座や修行は、ある側面から観ると、とても辛いし苦しいし痛みを伴う。だから痛くなくなるまで痛みを味わい続けるのだ。すると痛くなくなる。苦しさに苛まれている場合は苦しくなくなるまで苦しみを味わえばいいのだ。だから苦しくなくなるのだ。辛い場合は辛くなくなるまで辛さを味わい続けられ、辛くなくなるのだ。目の前の苦しみや痛みや辛さを避けるから、その刺激に対する耐性が出来上がらずに、ずっと苦しく痛く辛いのだ。その刺激から「逃げず」に味わい続けると耐性、つまりその刺激を乗り越える「力量が身に付く」ので、今まで苦しかったことが苦し

くなくなるだの。今まで辛かったことが辛くなり、痛かったことが痛くなくなるのだ。大切なことは、目の前の嫌だと思う人や出来事から「逃げないこと」である。必要なことが必要なタイミングで人生に訪れてくるのだから、目の前の人や事象に「文句を言わず」に、面と向かって対応し続けていくことだ。するとその嫌だった人や事象に対して適応する力量が身に付くので、嫌でなくなるのだ。要は逃げ癖が付いているだけなのだ。なまけ癖が付いているだけなのだ。学生時代、体育会系のクラブに入っていた方は、昔のことを思い起こして欲しい。強豪チームほど、礼節が厳しかったはずだ。野球やサッカーであればグラウンドに、テニスやバドミントンであればコートに、バスケやバレーであれば体育館に入るときは「よろしくお願いします」と礼をして入ったはずだ。私は小学生の時、剣道をしていたので、道場に入るときは大きな声で一礼して入る指導を受けた。子供時代は純粋で素直なので、指導の通りに行うが、大人になるにつれ、厳しく指導をしてくれる師を置かなくなり、いつの間にか逃げ方を覚えてしまう。結果的に怠惰な生き方に慣れてしまう。気が付かない内に我流に慣れてしまい、基本から外れて、凡人世界で生きざるを得なくなってしまう。トップランナーの振舞はいくつになっても基本から外れようとしないものだ。テニスの松岡修造やバトミントンの現時点での国内女王の奥原希望はコートに入るとき、いまだに一礼をしている。トップランナーとは基礎を止めない。凡人ほど、教わった基礎を手放し、嫌なことから逃げてしまうものだ。

迷いと悟りの関係に関して、その構造を紐解いてみよう。迷いと悟りはまるで「ゆで卵」のような存在である。卵の殻は人生における課題、白身は迷い、黄身は悟りであるとしよう。人生を平々凡々に生きていると、理不尽さや虚しさを避けるので、本質的な課題にぶつかることが少ない。ゆで卵で云う卵の殻にぶつかることが無いのだ。従って大きな迷いが出てこない。今を一所懸命に生きていないので、理不尽な人生の課題を突き付けられることも少ないので。しかし人生を歩んでいく上で一念発起して今を生きようとし出すと、平々凡々に無難な生き方をしてきた時とは比べ物にならないくらいの大きな壁にぶつかってしまう。これがゆで卵の殻にぶつかったと仮定しよう。当然、壁にぶつかったのだから痛みが伴う。それでトライを止めてしまい、楽な方に流れる者が居る。逆に何度もトライをして壁にぶつかり続ける者もいる。何度も壁に向かっていくと、壁を乗り越えて行く瞬間が訪れる。ゆで卵で表現すると卵の殻にひびが入る瞬間である。卵の殻にひびが入ると、次のステップに行くのはスムーズである。一挙に殻が割れて、白身に出会うことになる。せっかく壁を乗り越えたと思ったのに、出会いたい黄身（悟り・成果・成功等）ではなく、白身（迷い・理不尽さ・虚しさ等）であることに愕然とする。しかし迷いの中にこそ悟りがあると理解できていれば、迷っていてもいいんだと迷わなくなる。これが悟りの境地に至るということなのだ。従って、迷いは悟りの前段階、迷わないと悟れないのだ。迷いが先、悟りは後。失敗や挫折や苦難は先、成功や成長や快楽は後である。まるで空腹があるから満腹があるが如くに。換言すると失敗や挫折や苦難の中に、成功や成長や快楽が存在するので、成功・成長・快楽・悟りを得たければ、失敗・挫折・苦難・迷いを避けることは出来ないので。逆説的に表現すると、失敗・挫折・苦難・迷いを味わうことが出来たらしめたもので、大いに喜ぶべきである。その状態を継続し続けていくと、必ず本質的な要素に出会うからである。迷いは悟りへの道しるべなのだ。だ



Copyright © 2021 Kounin Koike All Rights Reserved., Page.2

から人生において迷ったら、思いっきり迷い続けることである。陰転者は迷いを避け、陽転者は迷いの真っただ中に飛び込んでいくのだ。迷いは克服するものではなく、迷い続けていくものなのだ。つまり迷っていていいんだと理解し、迷いながらも今この瞬間を一所懸命に生き続ければいいのだ。

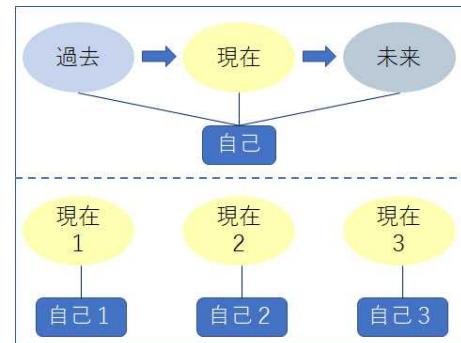
迷いの存在を夏の猛暑や冬の寒さで表現してみよう。真夏の猛暑を多くの人は暑いと嫌がるかもしれないが、海水浴をしたり南国にバカンスに行くときは暑い方が楽しい。真冬の極寒の中で生活するのは苦悩が多いかもしれないが、ウィンタースポーツをするときは寒い方が楽しい。迷いの存在はちょうどそのようなものだ。その迷い（暑さ寒さ）を楽しめばいいのだ。あー、今、私は迷っているなーと海水浴をするが如く、スキーをするが如く楽しむ感覚である。寒い（迷い）があるからスキーが楽しく体験でき、猛暑（迷い）があるから海水浴が楽しいのだ。迷いが無いと悟りを体験できないから、迷いを迷っているなーと楽しむのだ。そして冬の寒さや夏の暑さが嫌でも、必ず季節は廻って来る。これは避けようがない。それと同じく、人生を歩んでいく上で、課題（卵の殻）に出会い、迷い（白身）を味わうことは避けることが出来ないのだ。迷いを解決しようとするから迷うのだ。そもそも解決できないことを解決しようとするから苦しいのだ。夏の暑さも冬の寒さも毎年廻ってくることを解決は出来ない。人生の課題も迷いも突き付けられることを解決できないので、解決しようとせずに、課題に打ちのめされ、迷い続けていればいいのだと気付いた境地が悟りなのだ。つまり迷うならしっかりと迷うことが大切なのだ。

「迷いと悟り」を時系列で考察したい。その時系列を「薪と灰」の関係を例にとって解説している一節がある。「薪は燃えて灰となるが、もう一度元に戻って薪になるわけがない。だがそうではあっても、灰は後、薪は先と見てはいけない。知るべきである、薪は薪としての「在り方」において先があり後がある。前後があると云っても、その前後は断ち切れていて、あるのは現在ばかりである。灰は灰の「在り方」において、後があり先がある。薪が灰となった後、再び薪とならないように、人は死んだあと、再び生にならない。」私たちは灰についてかつて木だった薪が燃えて、やがては灰になるのだという見方をしがちだ。しかし、それは誤りだと説いている。いくら昔は薪だと云っても、灰が再び薪になることはない。目の前にある薪は薪であり、灰は灰でしかないのだ。灰を灰としてしっかりと観る。つまり現実を在るがままに受け取ることが出来れば、それが悟りだと教えているのである。別の表現をすると、あと10歳若かったらなーとか、あと10年歳を取ったらどうなるんだろうと想像して不安に思ったりすることもあるだろう。しかし、それは今考えてもどうしようもないことであり、人生を戻すことも出来ないのである。であれば、現状のベストは何かを常に意識して生きた方が豊かであると云っているのだ。今は今なのだ。老人になれば老人でいいのだ。病気になれば病人として生きればいい。病気と云うのは治るまで治らないのだ。そして治るまでの間は病人なのだ。病気の時は病人としてしっかりと生きるべきなのだ。病気にならないようにと先の事を考えて生きるのではなく、健康な今は健康者としてしっかりと今を生きればいい。病気になったら病人としてしっかりと生きればいい。薪（健康者）のままが好き、灰（病人、死人）になるのは嫌だという時系列で捉えるのではなく、その瞬間瞬間に与えられた体験や役目を淡々と受け入れ、その状態で今出来る最高の自分で在ることを意識すればいいのだ。上手くいったら上手くいったでそれでいい、上手くいかなかったら上手くいかなくてそれでいい。歩けるときは一所懸命に歩き、歩けなくなったら歩けない自分を一所懸命に生きればいい。車椅子に乗る生活を余儀なくされたら、車椅子生活を楽しめばいい

のだ。時系列で考えるのではなく、今この瞬間を懸命に生きるから迷いから抜け出るのだ。昔、師からこんな言葉を頂いた。まずは鳥瞰図で人生を眺めて長期的な人生の目標を立てて、そこに至る前のプロセスにはこだわらずに、流れに身を委ねるのが一番だと。つまり時系列で物事を考えるな、時間と云う概念は基本的になく、空間しか存在していないのだ、従って今この瞬間この瞬間を断ち切り、刹那を今出来得るベストで生きればいいのだ。

最近は育児鬱になるお母さまのご相談をよく受けることがある。育児をしている場合、いつになったらこの生活から抜け出せるのだろうと日々、苦悩されている方もいらっしゃる。お仕事をしている方や経営者の方であれば、いつになったら経営が楽になるのだろうと苦悩されることも多いだろう。それはいつになつたら楽になれるのか、改善できるのだと先をみることなく、今の体験を味わい切れる事が大切なのだ。味わい尽くすとその領域で学ぶことが終わり、迷いから悟りの境地に至るのだ。というよりも迷っている最中に悟りの中にいたという事が初めて分かるのだ。ゆで卵の例で表現すると卵の殻を突き抜けた瞬間に、迷いと悟りの中に存在し、迷っていていいんだと腑に落ちたときに悟りの境地が理解できるのだ。この比喩表現、ご理解頂けるだろうか。

視点を変えてみよう。私たちは時系列を右記上図のように考えがちだ。陰転者はこの観念で生きていることが多いはずだ。陽転者は下図の感覚で生きている。過去も未来もない。今現在が連続して在るだけなのだ。その現在現在にその時々の自己が存在しているだけであり、連續性はないのだ。だから今までがどんな人生であれ、現在この瞬間が全てであり、現在の在り方次第で現在が大きく変化するのだ。この現在の在り方が全てなのだ。現在が連続しているだけなのだ。迷い、悩み、苦悩し、挫折していたとしても、この現在しかないので先はないだ。先は先の現在があるので、今現在をしっかりと生きればいいのだ。これは10月の講義でも解説をした毒矢で射抜かれた男の例で理解できるはずである。生きているときにしっかりと生き、死ぬときにしっかりと死ねばいいのである。しっかりと生きてしっかりと死ぬ。仏陀はこんな言葉を残している。「過去を追うな、未来を求めるな。過去は既に過ぎ去ったのだ。未来はまだやって来ない。あなたは、今為すべきことを、しっかりとせよ。」過去に捉われず、未来を不安に思うことなく、今と現在をしっかりと生きる以外に道はないのだ。迷いと悟りと同じで、今、迷っているのであれば、とことん迷えばいい。今、迷いから悟りの境地に至ったのであれば、悟りの境地でしっかりと生きればいい。人生は今現在が全てなのだ。未来の事を不安に思わず過去に捉われずに、今を大切に生きていく事が迷いから悟りの境地へとシフトする道なのである。



今月の解説は、とてもシンプルなことではあるが実践が難しいかもしれない。心から理解してしまえば、簡単なことの連續を積み重ねるだけだという感覚になるが、その境地に至るまでが難しいようだ。目の前の嫌なことから逃げずに痛みは痛くなくなるまで味わい続け、苦悩は苦悩でなくなるまで苦悩し、理不尽さは理不尽でなくなるまで味わい続けなければいいのだ。課題が先、豊かさは後から必ずやってくるという「人生の本質」を理解すると良いだろう。