

安心

こんにちは、斎藤友蔵と申します。

本日は「安心（あんじん）」について、お話をさせていただきます。

「安心」という言葉があります。読んで字のごとく、心の安らぎのことです。

実は、この言葉はもともとは仏教の用語で、「あんしん」ではなく、仏教では「あんじん」と言います。

人生を前向きに生きていく智慧と力を備えつつ、さまざまな喜怒哀楽のできごとを喜びをもって受け止める生き方を、仏教では「安心の人生」と言っています。

インドから中国に禅を伝えたのは達磨大師です。達磨大師は少林寺というお寺にこもり、壁にむかって9年間も坐禅して悟りを開いたと言われています。

さて、その修行から、達磨大師は何を得たのでしょうか？

それは「安心」です。

仏教の教えによって心の安らぎを得て、動揺がなくなることを指します。将来への不安も失敗への怖れもなにもない、大きな安心感です。

さてある時、弟子の慧可（えか）が、「私は不安でどうしようもありません。どうかこの不安を取り除いて頂けないでしょうか」と、達磨大師に頼みました。すると大師は

『よしよし、それは簡単なことだ。ここに、その不安とやらを出してみなさい。そうすれば安心させてあげよう』と言った。

これを聞いた慧可は、自分自身が不安を作り出しているだけで、不安そのものには実態がないと、即座に気付いたといいます。

不安や怖れは、まだ来ぬ未来や、起きていないトラブルについて考えているときに生まれます。つまり、自分で勝手に想像をふくらませ、怖れたり心配しているだけなのです。今やるべきこと、目の前のことに集中しましょう。そうすれば、不安や心配が心を占領する暇はありません。

もう一つの話を紹介いたします。

江戸時代後期の禅僧に風外本高（ふうがいほんこう／1779-1847）という、禅画でも大変

に有名な僧侶がいました。

風外が大坂の円通寺の住職をしていたときのこと、大坂屈指の金持ちの商人の川藤太兵衛、が、商売上の悩みごとの相談に来ます。

太兵衛は、切羽詰まった商売の現況をとくとくと説明します。

しかし僧侶の風外は、あらぬ方角ばかり眺めていて、太兵衛の話聞き流しにしている様子。

じつは先ほど、一匹のアブが部屋に飛び込んできて、部屋から出ようと障子にぶつかっては落ち、また飛び上がって障子にぶつかっているのです。同じことを繰り返すアブを、風外は飽きもせず眺めています

たまりかねた太兵衛が

「和尚さん、わしの悩みをもっと真剣に聞いてください、助言をください」と叫ぶと、風外は

『いや、太兵衛さん。あのアブを見てごらん。

こんな破れ寺じゃから、どこからでも外に逃げ出すことができるのに、同じ場所から外に出ようとして障子にぶつかってばかりいる。このままじゃあ、あのアブは死んじゃうよ。しかしだね、太兵衛さん、あのアブと同じような人間が案外多いようだね』

風外のその言葉で、太兵衛は救われたと言います。

卑近な話でしたが、自縄自縛の良い例ですね。自分で縄を、すなわち何かにとらわれて、自分を縛ってしまっているということです。

仏教の教えによって、人生のなかでのとらわれを排し、心の安らぎを得て、将来への不安や怖れのない「安心」の人生を送りたいものです。