

THE WAY OF PRACTICE

は げ み

# 第一章 さとりへの道

## 第一節 心を清める

一、人には、迷いと苦しみのもとである\*煩惱ほんのうがある。この煩惱のきずなから逃れるには五つの方法がある。

第一には、ものの見方を正しくして、その原因と結果とをよくわきまえる。すべての苦しみのもとは、心の中の煩惱であるから、その煩惱がなくなれば、苦しみのない境地が現われることを正しく知るのである。

見方を誤るから、我がという考えや、原因・結果の法則を無視する考えが起こり、この間違つた考えにとらわれて煩惱を起こし、迷い苦しむようになる。

第二には、欲をおさえしずめることによって煩惱をしずめる。明らかな心によって、眼・

耳・鼻・舌・身・意こころの六つに起こる欲をおさえしずめて、煩惱ぼんのうの起こる根元を断ち切る。

第三には、物を用いるに当たつて、考えを正しくする。着物や食物を用いるのは享樂のためとは考えない。着物は暑さや寒さを防ぎ羞恥しゆうちを包むためであり、食物は道を修めるもとなる身体を養うためにあると考える。この正しい考えのために、煩惱は起こることができなくなる。

第四には、何ごとにも耐え忍ぶことである。暑さ・寒さ・飢え・渴かわきを耐え忍び、ののしりや謗そしりを受けても耐え忍ぶことによつて、自分の身を焼き滅ぼす煩惱の火は燃え立たなくなる。

第五には、危険から遠ざかることである。賢い人が、荒馬や狂犬の危険に近づかないように、行つてはならない所、交わつてはならない友は遠ざける。このようにすれば煩惱の炎は消え去るのである。

二、世には五つの欲がある。眼に見るもの、耳に聞く声、鼻にかぐ香り、舌に味わう味、身に触れる感じ、この五つのもをこちよく好ましく感ずることである。

多くの人は、その肉体の好ましさに心ひかれて、これにおぼれ、その結果として起こ

る災いを見ない。これはちょうど、森の鹿が、しか狩師のわなにかかって捕らえられるように、悪魔のしかけたわなにかかったのである。まことにこの五欲はわなであり、人びとはこれにかかって煩惱ぼんのうを起こし、苦しみを生む。だから、この五欲の災いを見て、そのわなから免れる道を知らなければならない。

三、その方法は一つではない。例えば、蛇へびと鰐わにと鳥と犬と狐きつねと猿と、その習性を別にする六種の生きものを捕らえて強いなわで縛り、そのなわを結び合わせて放つとする。

このとき、この六種の生きものは、それぞれの習性に従って、おのおのその住みかに帰ろうとする。蛇は塚に、鰐は水に、鳥は空に、犬は村に、狐は野に、猿は森に。このためにお互いに争い、力のまさったものの方へ、引きずられていく。

ちょうどこのたとえのように、人びとは眼に見たもの、耳に聞いた声、鼻にかいだ香り、舌に味わった味、身に触れた感じ、及び、意こころに思ったもののために引きずられ、その中の誘惑のもつとも強いものの方に引きずられてその支配を受ける。

またもし、この六種の生きものを、それぞれなわで縛り、それを丈夫な大きな柱に縛りつけておくとする。はじめの間は、生きものたちはそれぞれの住みかに帰ろうとするが、ついには力尽き、その柱のかたわらに疲れて横たわる。

これと同じように、もし、人がその心を修め、その心を鍛練しておけば、他の五欲に引かれることはない。もし心が制御せいぎよされているならば、人びとは、現在においても未来においても幸福を得るであろう。

四、人びとは欲の火の燃えるままに、はなやかな名声を求め、それはちょうど香かうが薫かおりつつ自らを焼いて消えてゆくようなものである。いたずらに名声を求め、名誉むぎよを貪むさぼつて、道を求めることを知らないならば、身はあやうく、心は悔いにさいなまれるであろう。名譽と財と色香いろかとを貪り求めることは、ちようど、子供が刃やいばに塗ぬられた蜜みつをなめるようなものである。甘さを味わっているうちに、舌を切る危険をおかすこととなる。

愛欲を貪り求めて満足を知らない者は、たいまつをかかげて風に逆らいゆくようなも

のである。手を焼き、身を焼くのは当然である。

貪むさぼりと瞋いかりと愚かさという三つの毒に満ちている自分自身の心を信じてはならない。自分の心をほしきままにしてはならない。心をおさえ欲のままに走らないように努めなければならぬ。

五、さとりを得ようと思うものは、欲の火を去らなければならぬ。干し草を背に負う者が野火を見て避けるように、さとりの道を求める者は、必ずこの欲の火から遠ざからなければならぬ。

美しい色を見、それに心を奪われることを恐れて眼をくり抜こうとする者は愚かである。心あるしが主であるから、よこしまな心を断てば、従者である眼の思いは直ただちにやむ。

道を求めて進んでゆくことは苦しい。しかし、道を求める心のないことは、さらに苦しい。この世に生まれ、老い、病んで、死ぬ。その苦しみには限りがない。

道を求めてゆくことは、牛が重荷を負って深い泥どろの中を行くときに、疲れてもわき目

もふらずに進み、泥どろを離れてはじめて一息つくのと同じでなければならぬ。欲の泥はさらに深いが、心を正しくして道を求めてゆけば、泥を離れて苦しみはうせるであろう。

六、道を求めてゆく人は、心の高ぶりを取り去って、教えの光を身に加えなければならない。どんな金銀・財宝の飾りも、徳の飾りには及ばない。

身を健やかにし、一家を榮えさせ、人びとを安らかにするには、まず、心をととのえなければならぬ。心をととのえて道を楽しむ思いがあれば、徳はおのずからその身にそなわる。

宝石は地から生まれ、徳は善から現われ、\*智慧ちえは静かな清い心から生まれる。広野のように広い迷いの人生を進むには、この智慧の光によって、進むべき道を照らし、徳の飾りによって身をいましめて進まなければならない。

貪むさぼりと瞋いかりと愚かさという三つの毒を捨てよ、と説く\*仏ほとけの教えは、よい教えであり、その教えに従う人は、よい生活と幸福を得る人である。

七、人の心は、ともすればその思い求める方へと傾く。貪りを思えば貪りの心が起くる。瞋りを思えば瞋りの心が強くなる。愚かなことを思えば愚かな心が多くなる。

牛を飼う人は、秋のとり入れ時になると、放してある牛を集めて牛小屋に閉じこめる。これは牛が穀物を荒して抗議を受けたり、または殺されたりすることを防ぐのである。

人もそのように、よくないことから起こる災いを見て、心を閉じこめ、悪い思いを破り捨てなければならぬ。貪りと瞋りと損なう心を砕いて、貪らず、瞋らず、損なわぬ心を育てなければならぬ。

牛を飼う人は、春になって野原の草が芽をふき始めると牛を放す。しかし、その牛の群れの行方を見守り、その居所に注意を怠らない。

人もまた、これと同じように、自分の心がどのよう動いているか、その行方を見守り、行方を見失わないようにしなければならない。

八、釈尊がコーサンビーの町に滞在していたとき、釈尊に怨みを抱く者が町の悪者を



買収し、しゃんぞん 釈尊の悪口を言わせた。釈尊の弟子たちは、町に入ってたくはつ 托鉢しても一物も得られず、ただそしりの声を聞くだけであつた。

そのときアーナンダは釈尊にこう言った。「せぞん 世尊よ、このような町に滞在することはありません。他にもっとよい町があると思います。」「アーナンダよ、次の町もこのようであつたらどうするのか。」

「世尊よ、また他の町へ移ります。」

「アーナンダよ、それではどこまで行つてもきりが無い。わたしはそしりを受けたときには、じつとそれに耐え、そしりの終わるのを待つて、他へ移るのがよいと思う。アーナンダよ、ほとけ 仏は、利益・害・中傷・ほまれ・たたえ・そしり・苦しみ・楽しみという、この世の八つのことによつて動かされることがない。こういつたことは、間もなく過ぎ去るであろう。」

## 第二節 善い行い

一、道を求めるものは、常に身と口と意こころの三つの行いを清めることを心がけなければならぬ。身の行いを清めるとは、生きるものを殺さず、盗みをせず、よこしまな愛欲を犯さないことである。口の行いを清めるとは、偽りを言わず、悪口を言わず、二枚舌を使わず、むだ口をたたかないことである。意の行いを清めるとは、貪むさぼらず、瞋いからず、よこしまな見方をしないことである。

心が濁にごれば行いが汚れ、行いが汚れると、苦しみを避けることができぬ。だから、心を清め、行いを慎つつしむことが道のかなめである。

二、昔、ある金持ちの女主人がいた。親切で、しとやかで、謙遜けんそんであったため、まことに評判のよい人であった。その家にひとりの使用人がいて、これも利口でよく働く人であった。

あるとき、その使用人がこう考えた。

「うちの主人は、まことに評判のよい人であるが、腹からそういう人なのか、または、よい環境がそうさせているのか、一つ試ためしてみよう。」

そこで、使用人は、次の日、なかなか起きず、昼ごろにようやく顔を見せた。女主人はきげんを悪くして、「なぜこんなに遅いのか。」とがめた。

「一日や二日遅くても、そうぶりぶり怒るものではありません。」とことばを返すと、女主人は怒った。

使用人はさらに次の日も遅く起きた。女主人は怒り、棒で打った。このことが知れたり、女主人はそれまでのよい評判を失った。

三、だれでもこの女主人と同じである。環境がすべて、心になうと、親切で謙遜けんそんで、静かであることができる。しかし、環境が心に逆らってきたり、なお、そのようにしていられるかどうかの問題なのである。

自分にとって面白くないことばが耳に入ってくるとき、相手が明らかに自分に敵意を

見せて迫ってくるとき、衣食住が容易に得られないとき、このようなときにも、なお静かな心と善い行いを持ち続けることができるであろうか。

だから、環境がすべて心にかなうときだけ、静かな心を持ちよい行いをして、それはまことによい人とはいえない。\*ほとけ 仏の教えを喜び、教えに身も心も練り上げた人こそ、静かにして、謙遜けんそんな、よい人といえるのである。

四、すべてことばには、時になつたことばとかなわないことば、事実になつたことばとかなわないことば、柔らかなことばと粗あらいことば、有益なことばと有害なことば、慈いつくしみあることばと憎しみのあることば、この五対ごたいがある。

この五対のいずれによつて話しかけられても、

「わたしの心は変わらない。粗いことばはわたしの口から漏れない。同情あわと哀れみによつて慈しみの思いを心にたくわえ、怒りや憎しみの心を起こさないように。」と努めなければならぬ。

例えばここに人がおり、鋤すきと鋤くわを持って、この大地の土をなくそうと、土を掘ってはまき散らし、土よくなれと言ったとしても、土をなくすることはできない。このようにすべてのことばをなくしてしまうことはのぞみ得ない。

だから、どんなことばで語られても、心を鍛えて慈いっくしみの心をもって満たし、心の変わらぬようにしておかなければならない。

また、絵の具によって、空に絵を描こうとしても、物の姿を現わすことはできないように、また、枯草のたいまつによって、大きな河の水を乾かそうとしてもできないように、また、よくなめした柔らかな皮を摩擦して、ざらざらした音を立てようとしてもできないように、どんなことばで話しかけられても、決して心の変わらないように、心を養わなければならぬ。

人は、心を大地のように広く、大空のように限りなく、大河のように深く、なめした皮のように柔らかかに養わなければならぬ。

たとえ、かたきに捕らえられて、苦しめられるようなことがあっても、そのために心を暗くするのは、真まことに仏の教えを守った者とはいえない。どんな場合に当たっても、

「わたしの心は動かない。憎しみ怒ることばは、わたしの口を漏れない。同情と哀れみのある慈しみの心をもって、その人を包むように。」と学ばなければならぬ。

五、ある人が、「夜は煙つて、昼は燃える蟻塚。」を見つけた。ある賢者にそのことを語ると、「では、剣をとつて深く掘り進め。」と命ぜられ、言われるままに、その蟻塚を掘ってみた。

はじめにかんぬきが出、次は水泡、次には刺又、それから箱、亀、と殺用の刀、一片の肉が次々と出、最後に龍が出た。

賢者にそのことを語ると、「それらのものをみな捨てよ。ただ龍のみをそのままにしておけ。龍を妨げるな。」と教えた。

これはたとえである。ここに「蟻塚」というのはこの体のことである。「夜は煙つて」というのは、昼間したことを夜になつていろいろ考え、喜んだり、悔やんだりすることをいう。「昼は燃える」というのは、夜考えたことを、昼になつてから体や口で実行することをいう。

「ある人」というのは道を求める人のこと、「賢者」とは仏のことである。「剣」とは

清らかな\*智慧ちえのこと、「深く掘り進む」とは努力のことである。

「かんぬき」とは\*無明むみょうのこと、「水泡」とは怒りと悩み、「刺又さすまた」とはためらいと不安、「箱」とは貪りむさぼ・瞋りいか・怠りおこた・浮わつき・悔いまじ・惑いまじのこと、「龜かめ」とは身と心のこと、「と殺用の刀」とは五欲のこと、「一片の肉」とは楽しみを貪り求める欲のことである。これらは、いずれもこの身の毒となるものであるから、「みな捨てよ」というのである。

最後の「龍りゅう」とは、\*煩惱ぼんのうの尽きた心のことである。わが身の足下を掘り進んでゆけば、ついにはこの龍を見ることになる。

掘り進んでこの龍を見いだすことを、「龍のみをそのままにしておけ。龍を妨げるな。」というのである。

六、\*釈尊しゃくそんの弟子ピンドーラは、さとりを得て後、故郷の恩に報いるために、コーサンビーの町に帰り、努力して仏の種ほとけをまく田地でんちの用意をしようとした。

コーサンビーの郊外に、小公園があり、椰子やしの並木は果てもなく続き、ガンジスの洋

洋たる河波は、涼しい風を絶え間なく送っていた。

夏のある日、昼の暑い日盛りを避けて、ピンドーラは、並木の木陰の涼しいところで坐禅ざぜんしていた。ちょうどこの日、城主のウダヤナ王も、妃たちきたちを連れて公園に入り、管弦の遊びに疲れて、涼しい木陰にしばしの眠りにおちいった。

妃たちは、王の眠っている間、あちらこちらとさまよい歩き、ふと、木陰に端坐たんざするピンドーラを見た。彼女らはその姿に心うたれ、道を求める心を起こし、説法することを求めた。そして、彼の教えに耳を傾けた。

目を覚ました王は、妃たちのいないのに不審をいだし、後を追って、木陰で妃たちにとりまかれているひとりの出家しゅっけを見た。淫楽いんらくに荒んだ王は、前後の見境もなく、心中にむらむらと嫉妬しつとの炎を燃やし、

「わが女たちを近づけて雑談にふけるとはふらちな奴だ。」

と悪口を浴びせた。ピンドーラは眼を閉じ、黙然として、一語も発しない。



怒り狂った王は、劍を抜いて、ピンドーラの頭につきつけたが、彼はひとことも語らず、岩のように動かない。

いよいよ怒った王は、蟻塚ありづかをこわして、無数の赤蟻を彼の体のまわりにまき散らしたが、それでもピンドーラは、端然すわと坐つたままそれに耐えていた。

ここに至つて、王ははじめて自分の狂暴を恥じ、その罪をわびて許しを請うた。これから仏ほとけの教えがこの王家に入り、その国に広まるいとぐちが開けた。

七、その後、幾日か過ぎて、ウダヤナ王はピンドーラをその住む森に訪ね、その不審をただした。

「大徳よ、仏の弟子たちは、若い身でありながら、どうして欲におぼれず、清らかにその身を保つことができるのであろうか。」

「大王よ、仏はわたしたちに向かつて、婦人に対する考えを教えられた。年上の婦人を母と見よ。中ほどの婦人を妹と見よ。若い婦人を娘と見よ。この教えによって、弟

子たちは若い身でありながら、欲におほれず、その身を清らかに保っている。」

「大徳よ、しかし、人は、母ほどの人にも、妹ほどの人にも、娘ほどの人にもみだらな心を起こすものである。仏の弟子たちはどのようにして欲を抑えることができるのであろうか。」

「大王よ、世尊は、人の体がいろいろの汚れ、血・うみ・汗・脂など、さまざまの汚れに満ちていることを観よと教えられた。このように見ることによって、われわれ若い者でも、心を清らかに保つことができるのである。」

「大徳よ、体を鍛え、心を練り、智慧をみがいた仏弟子たちには容易であるかも知れない。しかし、いかに仏の弟子でも、未熟の人には、容易なことではないであろう。汚れたものを見ようとしても、いつしか清らかな姿に心ひかれ、醜さを見ようとしても、いつしか美しい形に魅せられてゆく。仏弟子が美しい行いを保つには、もつと他に理由があるのではあるまいか。」

「大王よ、私は五官の戸口を守れと教えられる。目によって色・形を見、耳によって声を聞き、鼻によって香りをかぎ、舌によって味を味わい、体によって物に触れるとき、そのよい姿に心を奪われず、またよくない姿に心をいらだたせず、よく五官の戸口を守れと教え

られる。この教えによって、若い者でも、心身を清らかに保つことができるのである。」

「大徳よ、ほとけ私の仰せは、まことにすばらしい。わたしの経験によってもそのとおりである。五官の戸締りをしないで、ものに向かえば、すぐに卑いやしい心にとらわれる。五官の戸口を守ることは、わたしどもの行いを清らかにするうえに、まことに大切なことである。」

八、人が心に思うところを動作に表わすとき、常にそこには反作用が起こる。人はのしられると、言い返したり、仕返ししたくなるものである。人はこの反作用に用心しなくてはならない。それは風に向かつて唾つばするようなものである。それは他人を傷つけず、かえって自分を傷つける。それは風に向かつてちりを掃くようなものである。それはちりを除くことにならず、自分を汚すことになる。仕返しの心には常に災いがつきまとうものである。

九、せまい心を捨てて、広く他に施すことは、まことによいことである。それとともに、志を守り、道うやまを敬うことは、さらによいことである。

人は利己的な心を捨てて、他人を助ける努力をすべきである。他人が施すのを見れば、

その人はさらに別の人を幸せにし、幸福はそこから生まれる。

一つのたいまつから何千人の人が火を取っても、そのたいまつはもとのとおりであるように、幸福はいくら分け与えても、減るといふことがない。

道を修める者は、その一步一步を慎つつしまなければならぬ。志がどんなに高くても、それは一步一步到達されなければならない。道は、その日その日の生活の中にあることを忘れてはならない。

十、この世の中に、さとりへの道を始めるに当たって成し難いことが二十ある。

- 一、貧しくて、施すことは難く、
- 二、慢心にして道を学ぶことは難く、
- 三、命を捨てて道を求めることは難く、
- 四、仏ほとけの在世に生を受けることは難く、
- 五、仏の教えを聞くことは難く、

六、色欲を耐え忍び、諸欲を離れることは難く、

七、よいものを見て求めないことは難く、

八、権勢を持ちながら、勢いをもって人に臨まないことは難く、

九、辱め<sup>はずかし</sup>られて怒らないことは難く、

十、事が起きてても無心であることは難く、

十一、広く学び深く究めることは難く、

十二、初心の人を軽んじないことは難く、

十三、慢心を除くことは難く、

十四、よい友を得ることは難く、

十五、道を学んでさとりに入ることは難く、

十六、外界の環境に動かされないことは難く、

十七、相手の能力を知って、教えを説くことは難く、

十八、心をいつも平らかに保つことは難く、

十九、是非をあげつらわれないことは難く、

二十、よい手段を学び知ることは難い。

十一、悪人と善人の特質はそれぞれ違っている。悪人の特質は、罪を知らず、それをやめようとせず、罪を知らされるのをいやがる。善人の特質は、善悪を知り、悪であることを知ればすぐやめ、悪を知らせてくれる人に感謝する。

このように、善人と悪人とは違っている。

愚かな人とは自分に示された他人の親切に感謝できない人である。

一方賢い人とは常に感謝の気持ちを持ち、直接自分に親切にしてくれた人だけではなく、すべての人に対して思いやりを持つことによつて、感謝の気持ちを表わそうとする人である。

### 第三節 仏のたとえ

一、遠い昔、棄<sup>きろうこく</sup>老<sup>ろうこく</sup>国と名づける、老人を棄<sup>す</sup>てる国があつた。その国の人びとは、だれしも老人になると、遠い野山に棄<sup>す</sup>てられるのがおきてであつた。

その国の王に仕える大臣は、いかにおきてとはいへ、年老いた父を棄<sup>す</sup>てることができ

ず、深く大地に穴を掘ってそこに家を作り、そこに隠して孝養を尽くしていた。

ところがここに一大事が起きた。それは神が現われて、王に向かって恐ろしい難問を投げつけたのである。

「ここに二匹の蛇へびがいる。この蛇の雄・雌を見分ければよし、もしできないならば、この国を滅ぼしてしまふ。」と。

王はもとより、宮殿にいるだれひとりとして蛇の雄・雌を見分けられる者はいなかった。王はついに国中に布告して、見分け方を知っている者には、厚く賞を与えるであらうと告げさせた。

かの大臣は家に帰り、ひそかに父に尋ねると、父はこう言った。

「それは易しいことだ。柔らかい敷物の上に、その二匹の蛇を置くがよい。そのとき、騒がしく動くのは雄であり、動かないのが雌である。」

大臣は父の教えのとおり王に語り、それによって蛇の雄・雌を知ることができた。

それから神は、次々にむずかしい問題を出した。王も家臣たちも、答えることができなかつたが、大臣はひそかにその問題を父に尋ね、常に解くことができた。

その問いと答えとは次のようなものであつた。

「眠っているものに対しては覚めているといわれ、覚めているものに対しては眠っているといわれるのはだれであるか。」

「それは、いま道を修行している人のことである。道を知らない、眠っている人に対しては、その人は覚めているといわれる。すでに道をさとした、覚めている人に対しては、その人は眠っているといわれる。」

「大きな象の重さはどうして量はかるか。」

「象を舟に乗せ、舟が水中にどれだけ沈んだか印をしておく。次に象を降ろして、同じ深さになるまで石を載せその石の重さを量ればよい。」

「一すくいの水が大海の水より多いというのは、どんなことか。」



「清らかな心で一すくいの水を汲んで、父母や病人に施せば、その功德は永久に消えない。大海の水は多いといつても、ついに尽きるときがある。これをいうのである。」

次に神は、骨と皮ばかりにやせた、飢えた人を出して、その人にこう言わせた。「世の中に、わたしよりもっと飢えに苦しんでいるものがあるであろうか。」

「ある。世にもし、心がかたくなで貧しく仏法僧の三宝を信ぜず、父母や師匠に供養をしないならば、その人の心は飢えきっているだけでなく、その報いとして、後の世には餓鬼道に落ち、長い間飢えに苦しまなければならぬ。」

「ここに真四角な梅檀の板がある。この板はどちらが根の方であったか。」

「水に浮かべてみると、根の方がいくらか深く沈む。それによって根の方を知ることができる。」

「ここに同じ姿・形の母子の馬がいる。どうしてその母子を見分けるか。」

「草を与えると、母馬は、必ず子馬の方へ草を押しつけ与えるから、直ちに見分ける

ことができる。」

これらの難間に対する答えはことごとく神を喜ばせ、また王をも喜ばせた。そして王は、この智慧<sup>ちえ</sup>が、ひそかに穴蔵にかくまっていた大臣の老いた父から出たものであることを知り、それより、老人を棄<sup>す</sup>てるおきてをやめて、年老いた人に孝養を尽くすようにと命ずるに至った。

二、インドのヴィデーハ国の王妃は、六牙<sup>ろくげ</sup>の白象<sup>びやくせう</sup>の夢を見た。王妃は、その象牙をせひ自分のものになりたいと思い、王にその牙<sup>きは</sup>を手に入れたいと願った。王妃を愛する王は、この無理な願いを退けることができず、このような象を知る者があれば届け出よ、と賞金をつけて国中に触れを出した。

ヒマラーヤ山の奥にこの六牙の象がいた。この象は<sup>ほとけ</sup>仏に成るための修行をしていたのであるが、あるときひとりの獵師を危難から救つてやった。ようやく国へ帰ることのできたこの獵師は、この触れを見、賞金に眼がくらみ、恩を忘れて、六牙の象を殺そうと山へ向かっていった。

獵師はこの象が仏に成るための修行をしていたので、象を安心させるために袈裟<sup>けさ</sup>をかけて<sup>しめつけ</sup>出家の姿になった。そして、山に入って象に近づき、象が心を許しているさまを

見すまして毒矢を放った。

激しい毒矢に射られて死期の近いことを知った象は、獵師の罪をとがめようともせず  
に、かえつてその<sup>＊</sup>煩惱ほんのうの過ちを哀あわれみ、獵師をその四つの足の間にに入れて、報復しよ  
うとする大勢の仲間の象から守り、さらに、獵師がこの危険をおかすに至ったわけを尋  
ねて、彼が六つの牙きばを求めめるためであることを知り、自ら牙を大木に打ちつけて折り、  
彼にこれを与えた。白象は、「この布施行によつて仏道修行を成就じょうじゆした。わたしは仏の  
国に生まれるであろう。やがて仏と成つたら、まず、あなたの心の中にある貪むとほり・瞋いかり・  
愚かさという三つの毒矢を抜き去るであろう。」と誓つた。

三、ヒマラーヤ山のふもとの、ある竹やぶに、多くの鳥や獣と一緒に、一羽のおうむ  
が住んでいた。あるとき、にわかには大風が起こり、竹と竹とが擦すれあつて火が起こつた。  
火は風にあおられて、ついに大火となり、鳥も獣も逃げ場を失つて鳴き叫んだ。

おうむは、一つには、長い間住居を与えてくれた竹やぶの恩に報むくいるために、一つに  
は、大勢の鳥や獣の災難を哀あわれんで、彼らを救うために、近くの池に入つては翼を水に

浸し、空にかけのほつては滴しずくを燃えさかる火の上にそそぎかけ、竹やぶの恩を思う心と、限らない慈愛の心で、たゆまずにこれを続けた。

\*慈悲じひと献身の心は天界の梵天ぼんてんを感動させた。梵天は空から下つて来ておうむに語った。

「おまえの心はけなげであるが、この大なる火を、どうして羽の滴で消すことができよう。」  
おうむは答えて言う。

「恩を思う心と慈悲の心からしていることが、できないはずはない。わたしはどうしてもやる。次の生に及んでもやりとおす。」と。

梵天はおうむの偉大な志にうたれ、力を合わせてこのやぶの火を消し止めた。

四、ヒマラーヤ山くみょうちやうに共命鳥という鳥がいた。体は一つ、頭は二つであった。

あるとき、一つの頭がおいしい果実を食べるのを見て、もう一つの頭がねたみ心を起こし、「それならわたしは毒の果実を食べてやろう。」と毒を食べて、両方ともに死んでしまった。

五、ある蛇へびの頭と尾とが、あるとき、お互いに前に出ようとして争った。尾が言うに

は、「頭よ、おまえはいつも前にあるが、それは正しいことではない。たまにはわたしを前にするがよい。」

頭が言うには、

「わたしがいつも前にあるのはきまったならわしである。おまえを前にすることはできない。」と。

互いに争ったが、やはり頭が前にあるので、尾は怒って木に巻きついて頭が前へ進むことを許さず、頭がひるむすきに、木から離れて前へ進み、ついに火の穴へ落ち、焼けただれて死んだ。

ものにはすべて順序があり、異なる働きがそなわっている。不平を並べてその順序を乱し、そのために、そのおのおのに与えられている働きを失うようになる、そのすべてが滅んでしまうのである。

六、非常に気が早く怒りっぽい男がいた。その男の家の前で、二人の人がうわさをした。

「この人は大変よい人だが、気の早いのと、怒りっぽいのが病である。」と。

その男は、これを聞くとすぐ家を飛び出してきて、二人の人におそいかかり、打つける、なぐるの乱暴をし、とうとう二人を傷つけてしまった。

賢い人は、自分の過ちを忠告されると、反省してあらためるが、愚かな者は、自分の過ちを指摘されると、あらためるところか、かえって過ちを重ねるものである。

七、金持ちではあるが愚かな人がいた。他人の家の三階づくりの高層が高くそびえて、美しいのを見てうらやましく思い、自分も金持ちなのだから、高層の家を造ろうと思った。

大工を呼んで建築を言いつけた。大工は承知して、まず基礎を作り、二階を組み、それから三階に進もうとした。主人はこれを見て、もどかしそうに叫んだ。

「わたしの求めるのは土台ではない、一階でもない、二階でもない、三階の高楼たかどのだけだ。早くそれを作れ。」と。

愚かな者は、努め励むことを知らないで、ただ良い結果だけを求める。しかし、土台の

ない三階はあり得ないように、努め励むことなくして、良い結果を得られるはずがない。

八、ある人が蜜を煮ているところへ親しい友が来たので、蜜をごちそうしようと思い、火にかけてそのまま扇であおぎ冷やそうとした。これと同じく、煩惱の火を消さないで、清涼のさとの蜜を得ようとしても、ついに得られるはずはない。

九、二匹の鬼が、一つの箱と一本の杖と一足の靴とを中にして互いに争い、終日争つてついにきまらず、なおも互いに争い続けた。

これを見たひとりの人が、

「どうしてそのように争うのか。この品々にどのような不思議があつて、そのように奪いあいをするのか。」と尋ねた。

二匹の鬼はこう答えた。

「この箱からは、食物でも、宝でも、何でも欲しいものを自由に取り出すことができる。

また、この杖を手に取るとすぐに敵をうち下すことができる。この靴をはくと、空を自由に飛ぶことができる。」と。

その人はこれを聞いて、

「争うことなんかあるものか。おまえら二人は、しばらくここから離れているがよい。わたしが等分に分けてやろう。」

と言つて、二匹の鬼を遠ざけ、自ら箱を抱え、杖を取り、靴をはいて空へ飛び去つた。

鬼とは異教の人、箱とは布施のことである。彼らは、布施からもろの宝の生ずることを知らない。また、杖とは心の統一のこと。彼らは、心の統一によつて煩惱の悪魔をうち下すことを知らない。また、靴とは清らかな戒のこと。彼らはこの清らかな戒によつて、あらゆる争いを超えられることを知らない。だから、この箱と杖と靴を取りあつて、争つてやまないのである。

十、ひとりの人が旅をして、ある夜、ただひとりでさびしい空き家に宿をとつた。する



と真夜中になつて、一匹の鬼が人の死骸しがいをかついで入つてきて、床の上にそれを降ろした。

間もなく、後からもう一匹の鬼が追つて来て、「これはわたしのものだ。」と言ひ出したので、激しい争いが起こつた。

すると、前の鬼が後の鬼に言うには、

「こうして、おまえと争つていても果てしがない。証人を立てて所有をきめよう。」

後の鬼もこの申し出を承知したので、前の鬼は、先ほどからすみ隠れて小さくなつて震えていた男を引き出して、どちらが先にかついで来たかを言つてくれと頼んだ。

男はもう絶体絶命である。どちらの鬼に味方しても、もう一方の鬼に恨うらまれて殺されることはきまつているから、決心して正直に自分の見ていたとおりを話した。

案しよの定、一方の鬼は大いに怒つてその男の手をもぎ取つた。これを見た前の鬼は、すぐ死骸の手を取つて来て補つた。後の鬼はますます怒つてさらに手を抜き足を取り、胴を取り去り、とうとう頭まで取つてしまった。前の鬼は次々に、死体の手、足、胴、頭を取つて、みなこれを補つてしまった。

こうして二匹の鬼は争いをやめ、あたりに散らばった手足を食べて満腹し、口をぬぐって立ち去った。

男はさびしい小屋で恐ろしい目にあい、親からもらった手も足も胴も頭も、鬼に食べられ、いまや自分の手も足も胴も頭も、見も知らぬ死体のものである。一体、自分は自分なのか自分ではないのか、まったくわからなくなった男は、夜明けに、空き家を立ち去ったが、途中で寺を見つけて喜び勇み、その寺に入つて、昨夜の恐ろしいできごとをすべて話し、教えを請うたのである。人びとは、この話の中に、むが無我の理を感得し、まことに尊い感じを得た。

十一、ある家に、ひとりの美しい女が、着飾つて訪ねてきた。その家の主人が、「どなたでしょうか。」

と尋ねると、その女は、

「わたしは人に富とみを与える福の神である。」

と答えた。主人は喜んで、その女を家に上げ手厚くもてなした。

すると、すぐその後から、粗末なみなりをした醜い女が入ってきた。主人がだれであるかと尋ねると、貧乏神であると答えた。主人は驚いてその女を追い出そうとした。すると女は、「先ほどの福の神はわたしの姉である。わたしたち姉妹はいつも離れたことはないのであるから、わたしを追い出せば姉もいないことになるのだ。」

と主人に告げ、彼女が去ると、やはり美しい福の神の姿も消えうせた。

生があれば死があり幸いがあれば災いがある。善いことがあるれば悪いことがある。人はこのことを知らなければならない。愚かな者は、ただいたずらに、災いをきらつて幸いだけを求めるが、道を求めるものは、この二つをともに超えて、そのいずれにも執着してはならない。

十二、昔、貧しい絵かきがいた。妻を故郷に残して旅に出、三年の間苦勞して多くの金を得た。いよいよ、故郷に帰ろうとしたところ、途中で、多くの僧に供養する儀式の行われているのを見た。彼は大いに喜び、

「わたしはまだ福の種をまいたことがない。いまこの福の種をまく田地に会って、ど

うしてこのまま見過ごすことができよう。」と、惜しげもなく、その多くの金を投げ出して、供養くようし終えて家に帰った。

空手で帰った夫を見た妻は、大いに怒ってなじり問いつめたが、夫は、財物はみな堅固な蔵の中にたくわえておいたと答えた。その蔵とは何かと聞くと、それは尊いきよ教団のことであると答えた。

腹を立てた妻はこのことをその筋に訴え、絵かきはとり調べを受けることになった。彼は次のように答えた。

「わたしは貴い努力によつて得た財物をつまらなく費やしたのではない。わたしはいままで福の種を植えることを知らないで過ごしてきたが、福の種をまく田地でんちというべき供養の機会を見て信仰心が起き、もの惜しみの心を捨てて施したのである。まことの富とみとは財物ではなく、心であることを知ったから。」

役人は絵かきの心をほめたたえ、多くの人びともこれを聞いて心をうたれた。それ以

来、彼の信用は高まり、絵かき夫婦はこれによつて、大きな富を得るようになった。

十三、ある男が墓場の近くに住んでいた。ある夜、墓場の中から、しきりに自分を呼ぶ声があるので、恐れ震え上がっていた。夜が明けてから、彼がそのことを友に話すと、友の中で勇気のある者が、次の夜にも呼ぶ声がしたら、その声をたずねて、そのもとをつきとめてみようかと決心した。

次の夜も、前夜のように、しきりに呼ぶ声がある。呼ばれた男はおびえて震えていたが、勇気のある男は、その声をたよりに墓場に入り、声の出る場所をたずねて、おまえはだれかと聞いた。

すると、地の中から声がして、

「わたしは、地の中に隠されている宝である。わたしは、わたしの呼んだ男にわたしを与えようと思うが、彼は恐れて来ない。おまえは勇気があるからわたしを取るにふさわしい。あすの朝、わたしは七人の従者とともにおまえの家に行くであろう。」と言った。

その男はこのことばを聞いて、

「わたしの家へ来るなら待つてゐるが、どのようにもてなしたらよいのか。」と尋ねる。

声は答えた。「わたしどもは出家の姿で行くから、まず体を清め、部屋を清めて、水を用意し、八つの器うつわにかゆを盛って待つがよい。

食事が終わったら、ひとりひとり導いて、すみに囲った部屋の中に入れて、わたしどもはそのまま黄金のつぼになるだろう。」と。

あくる朝、この男は、体を清め、家を清めて待つてゐると、はたして八人の出家が托鉢たたくにやつて来た。部屋に通して、水とかゆとを供養くようし、終わってからひとりひとりをすみに囲った部屋に導いた。すると、八人が八人とも、黄金のいっばい入ったつぼに変わってしまった。

このことを聞いた欲深い男が、自分も黄金のつぼが欲しいと思い、同じように部屋を清めて托鉢の出家を八人招いて供養し、食事の後、すみの部屋に閉じこめた。しかし八人の出家は黄

金のつぼになるどころではなく、怒って暴れ出し、その男はついに訴えられ、捕らえられた。

はじめに名を呼ばれておびえていた臆病おくびょうな男も、呼んだ声が黄金のつぼであるのと知ると、これも欲を起こし、あの声はもともと自分を呼んだのだから、あのつぼは自分のものだと言いはり、その家へ入ってつぼを取ろうとすると、つぼの中には蛇へびがいつぱいて、首をもたげてその男に向かつていった。

その国の王はこれを聞いて、黄金のつぼはみな、この勇気のある男のものであるとして、「世の中のことは何ごともこのとおりであつて、愚かな者はただその果報だけを望むが、それはそれだけで得られるものではない。ちやうどそれは、うわべだけ戒を保つていても、心の中にまことの信心がなければ決して真の安らぎは得られないのと同じである。」と諭さとした。

## 第二章 実践の道

### 第一節 道を求めて

一、この宇宙の組み立てはどういうものであるか、この宇宙は永遠のものであるか、やがてなくなるものであるか、この宇宙は限りなく広いものであるか、それとも限りがあるものであるか、社会の組み立てはどういうものであるか、この社会のどのような形が理想的なものであるか。これらの問題がはつきりきまらないうちは、道を修めることはできないというならば、だれも道を修め得ないうちに死が来るであろう。

例えば、人が恐ろしい毒矢に射られたとする。親戚しんせきや友人が集まり、急いで医者を呼び毒矢を抜いて、毒の手当てをしようとする。

ところがそのとき、その人が、

「しばらく矢を抜くのを待て。だれがこの矢を射たのか、それを知りたい。男か、女か、



どんな家のものか、また弓は何であったか、大弓か小弓か、木の弓か竹の弓か、弦は何であったか、藤蔓か、筋か、矢は籐か葦か、羽根は何か、それらがすっかりわかるまで矢を抜くのは待て。」

と言ったら、どうであろうか。

いうまでもなく、それらのことがわかってしまわないうちに、毒は全身に回って死んでしまうに違いない。この場合にまずしなければならぬことは、まず矢を抜き、毒が全身に回らないように手当てをすることである。

この宇宙の組み立てがどうであろうと、この社会のどういう形のものが理想的であろうとなかろうと、身に迫ってくる火は避けなくてはならない。

宇宙が永遠であろうとなかろうと、限りがあるうとなかろうと、生と老と病と死、愁い、悲しみ、苦しみ、悩みの火は、現に人の身の上におし迫っている。人はまず、この迫っているものを払いのけるために、道を修めなければならぬ。

仏の教えは、説かなければならぬことを説き、説く必要のないことを説かない。すな

わち、人に、知らなければならぬことを知り、断たなければならぬものを断ち、修めなければならぬものを修め、さとらなければならぬものをさとれと教えるのである。

だから、人はまず問題を選ばなければならない。自分にとって何が第一の問題であるか、何が自分にもっともおし迫っているものであるかを知って、自分の心をととのえることから始めなければならない。

二、また、樹木の芯しんを求めて林に入った者が、枝や葉を得て芯を得たように思うならば、まことに愚かなことである。ややもすると、人は、木の芯を求めるのが目的でありながら、木の外皮や内皮、または木の肉を得て芯を得たように思う。

人の身の上に迫る生と老と病と死と、愁うれい、悲しみ、苦しみ、悩みを離れたいと望んで道を求める。これが芯である。それが、わずかな尊敬と名誉とを得て満足して心がおごり、自分をほめて他をそしめるのは、枝葉を得ただけにすぎないのに芯を得たと思うようなものである。

また、自分のわずかな努力に慢心して、望んだものを得たように思い、満足して心が高

ぶり、自分をほめて他をそしるのは、木の外皮を得て芯しんを得たと思うようなものである。

また、自分の心がいくらか静まり安定を得たとして、それに満足して心が高ぶり、自分をほめて他をそしるのは、木の内皮を得て芯を得たと思うようなものである。

また、いくらかものを明らかに見る力を得て、これに眼がくらんで心が高ぶり、自分をほめて他をそしるのは、木の肉を得て芯を得たと思うようなものである。これらのものはみなすべて、気がゆるおたんで怠り、ふたたび苦しみを招くに至るであろう。

道を求める者にとっては、尊敬と名誉くよと供養くようを受けることがその目的ではない。わずかな努力や、多少の心の安定、またわずかな見る力が目的なのではない。

まず最初に、人はこの世の生と死の根本的な性質を心に留めなければならない。

三、世界はそれ自体の実体を持っていない。心のはからいをなくす道を得なければならない。外の形に迷いがあるのではなく、内の心が迷いを生ずるのである。

心の欲をもととして、この欲の火に焼かれて苦しみ悩み、\*無明をもととして、迷いの闇に包まれて、愁い悲しむ。迷いの家を造るものはこの心の他にないことを知って、道を求める人は、この心と戦って進んでゆかなければならない。

四、「わが心よ、おまえはどうして、無益な境地に進んで少しの落着きもなく、そわそわとして静かでないのか。

どうしてわたしを迷わせて、いたずらに、ものを集めさせるのか。

大地を耕そうとして、鋤がまだ大地に触れないうちにこわれてしまつては耕すことができないように、生死の迷いの海にさまよつていたので、数知れない生命を捨てたのに、心の大地の耕されることはなかった。

心よ、おまえはわたしを王者に生まれさせたこともある。また貧しい者に生まれさせて、あちこちに食を乞い歩かせたこともある。

ときにはわたしを神々の国に生まれさせ、栄華の夢に酔わせたこともあるが、また地

獄の火で焼かせたこともある。

愚かな心よ、おまえはわたしをさまざまな道に導いた。わたしはこれまで、常におまえに従ってそむくことはなかった。しかし、いまやわたしは仏の教えを聞く身となった。もはやわたしを悩ましたり、妨げたりしないでくれ。どうかわたしが、さまざまな苦しみから離れて、速やかにさとりを得られるように努めてくれ。

心よ、おまえが、すべてのものはみな実体がなくうつり変わると知って、執着するごとなく、何ものもわがものと思うことがなく、貪り、瞋り、愚かさを離れさえすれば、安らかなになるのである。

\*智慧の剣をもって愛欲の蔓を断ち、利害と損得と、たたえとそしりとにわずらわされることなくなれば、安らかな日を得ることができるのである。

心よ、おまえは、わたしを導いて道を求めることを思い立たせた。ところがいま、どうしてまたふたたび、この世の利欲と栄華にひかれて、動き回ろうとするのであるか。

形がなくて、どこまでも遠く駆けてゆく心よ。どうか、この超え難い迷いの海を渡らせてくれ。これまでわたしは、おまえの思うとおりに動いてきた。しかし、これからは、おまえはわたしの思うとおりに動かなければならない。我らはともに仏の教えに従おう。

心よ、山も川も海も、すべてはみなうつり変わり、災いに満ちている。この世のどこに樂しみを求めることができようか。教えに従って、速やかにさとの岸に渡ろうではないか。」

五、このように心と戦って、真に道を求める人は、常に強い覚悟をもって進むから、あざけりそしる人に出会ってもそれによって心を動かすことはない。こぶしをもって打ち、石を投げつけ、剣をもって斬りかかる人があっても、そのために瞋りの心を起こすことはない。

両刃の鋸りょうばのこぎりによって頭と胴とが切り放たれるとしても、心乱れてはならない。それによって心が暗くなるならば、仏の教えを守らない者である。

あざけりも来れ、そしりも来れ、こぶしも来れ、杖や剣の乱打も来れ、わが心はそのために乱れることはない。それによって、かえって仏の教えが心に満たされるであろう。

と、かたく覚悟しているのである。

さとりのためには、成しとげ難いことでも成しとげ、忍び難いことでもよく忍び、施し難いものでもよく施す。

日に一粒の米を食べ、燃えさかる火の中に入るならば、必ずさとりを得るだろうという者があれば、そのとおりにすることを少しも辞さない。

しかし、施しても施したという思いを起さず、ことをなしてもなしたという思いを起ささない。ただそれが賢いことであり正しいことだからするのである。それは母親が一枚の着物を愛するわが子に与えても、与えたという心を起さず、病む子を看護しても、看護したという思いを起さないと同じである。

六、遠い昔、ある王があった。王は智慧ちえ明らかで慈悲じひ深く、民を愛し、国は豊かに安らかに治まっていた。また、王は道を求める心があつく、常に財宝を用意して、どんな人でも、尊い教えを示してくれる者には、この財宝を施すであろうと、布告していた。

この、王の道を求めるまごころには、神の世界も震え動いたが、神は王の心を確かめるために、鬼の姿となつて、王の宮殿の門の前に立つた。

「わたしは尊い教えを知っている。王にとりついでもraitたい。」

王はこれを聞いて大いに喜び、うやうやしく奥殿に迎えて、教えを聞きたいと願つた。すると鬼は、刃やいばのように恐ろしい牙きばをむきだして、

「いまわたしは非常に飢えている。このままではとても教えを説くことはできない。」と云う。

「それでは食物をさし上げよう」と云うと、

「わたしの食物は、熱い人間の血と肉でなければならぬ。」

と云う。そのとき、王子は、すすんでわが命を捨てて、鬼の飢えを満たそうと言ひ、王妃もまた進んでその身を餌食えじきにしようとした。ここに鬼は二人の身を食べたが、なお飢えを満たすことができず、さらに王の身を食べたいと云う。

そのとき王は静かに言つた。



「わたしは命を惜しまない。ただ、この身がなくなれば教えを聞くことができないから、おまえが教えを説き終わつたそのときにこの身を与えよう。」

鬼はそのとき、

「愛欲より憂うれいは生じ、愛欲より恐れは生ずる。愛欲を離れし人に憂いなし、またいずこにか恐れあらん。」と説いて、たちまち神の姿にかへつた。それと同時に、死んだはずの王子も、夫人も、もとの姿にたちかへつた。

七、昔、ヒマラーヤ山に真実を求める行者がいた。ただ迷いを離れる教えを求めて、そのほかは何も求めるものがなく、地上に満ちた財宝はもとより、神の世界の栄華さえ望むところではなかった。

神はこの行者の行いに感動し、その心のまことを試ためそうと鬼の姿となつてヒマラーヤ山に現われ、

「ものみなはうつり変わり、現われては滅びる。」と歌った。

行者はこの歌声を聞き、渴かわいたものが水を得たように、また囚とらわれたものが放たれたように喜んで、これこそまことの理ことわりである、まことの教えであると思ひ、彼はあたりを見まわして、だれがこの尊い詩を歌ったのであろうかとながめ、そこに恐ろしい鬼を見いだした。怪しみながらも鬼に近づいて、

「先ほどの詩はおまえの歌ったものか。もしそうなら、続きを聞かせてもらいたい。」と願った。

鬼は答えた。

「そうだ、それはわたしの詩だ。しかし、わたしはいま飢えているから、何か食べなくては歌うことができない。」

行者はさらに願った。

「どうかそう言わずに、続きを聞かせてもらいたい。あの詩には、まことに尊い意味

があり、わたしの求めているものがある。しかし、あれだけではことは終わっていない。どうか詩の残りを教えていただきたい。」

鬼はさらに言う。

「いまわたしは空腹に耐えられない。もし人の温かい肉を食べ、血をすすることができるとすれば、あの詩の続きを説くであろう。」

これを聞いた行者は、続きの詩を聞かせてもらえるならば、聞き終わってから、自分の身を与えるであろうと約束した。

鬼はそこで、残りを歌い、詩は完全なものとなった。それはこうである。

「ものみなはうつり変わり、現われては滅びる。生滅にとらわれることなくなりて、静けさと安らぎは生まれる。」

行者はこの詩を木や石に彫りつけ、やがて木の上ののほり、身をおどらせて鬼の前に投げ与えた。その瞬間、鬼は神の姿にかえり、行者の身は神の手に安らかに受けとめられた。

八、昔、サダープラルデイト(常啼)という求道者があつた。ひたすらにまことのさとりを求め、名誉利欲に誘われず、懸命であつた。ある日、空中に声があり、

「サダープラルデイトよ、ただ東に進め。わきめもふらず、暑さ寒さを忘れ、世の毀譽きよにかかわらず、善悪のはからいとらわれず、ひたすらに東に進め。必ずまことの師を得て、さとりを得るであらう。」と教えた。

彼は大いに喜び、声の教えたとおり、ただまっしぐらに東に進んで道を求めた。野に伏し、山に眠り、また異国の旅の迫害と屈辱くつじやくを忍び、ときには身を売って人に仕え、骨を削る思いをしてその日の糧かてを得つつ、ようやくまことの師のもとにたどりついて教えを請うた。

世に、好事魔多しという。善いことをしようとすれば必ず障りさわがでるものである。サダープラルデイトの求道の旅にも、この障りはいくたびとなく現われた。

師に捧げる香華かうげのもとでを得たいと思い、身を売って人に仕え、賃金を得ようとしても、やとい手がない。悪魔の妨げの手は彼の赴くところ、どこにでも伸びていた。さとりにへの道はまことに血を枯らし骨を削る苦難の旅であつた。

師について教えを受け、尊いことばを記そうと思つても、紙も墨も得ることができない。彼は刀をとつて自分の腕を突き、血を流して師のことばを記した。このようにして、彼は尊いさとりのことばを得たのであつた。

九、昔、スダナ（善財）という童子があつた。この童子もまた、ただひたすらに道を求め、さとりを願う者であつた。海で魚をとる漁師を訪れては、海の不思議から得た教えを聞いた。人の病を診る医師からは、人に対する心は慈悲でなければならぬことを学んだ。また、財産を多く持つ長者に会つては、あらゆるものはみなそれなりの価値をそなえているということを知った。

また坐禅する出家を訪れては、その寂かな心が姿に現われて、人びとの心を清め、不思議な力を与えるのを見た。また気高い心の婦人に会つてはその奉仕の精神にうたれ、身を粉にして骨を砕いて道を求める行者にめぐり会つては、真実に道を求めるためには、刃の山にも登り、火の中でもかき分けてゆかなければならぬことを知った。

このように童子は、心さえあれば、目の見るところ、耳の聞くとところ、みなことごとく教えることを知った。

かよい女にもさとり的心があり、街に遊ぶ子供の群れにもまことの世界のあることを見、すなおな、やさしい人に会っては、ものに従う心の明らかな智慧をさとった。

香をたく道にも仏の教えがあり、華を飾る道にもさとりのことばがあつた。ある日、林の中で休んでいたときに、彼は朽ちた木から一本の若木が生えているのを見て生命の無常を教わった。

昼の太陽の輝き、夜の星のまたたき、これらのものも善財童子のさとりを求める心を教える雨でうるおした。

童子はいたるところで道を問い、いたるところでことばを聞き、いたるところでさとの姿を見つけた。

まことに、さとりを求めるには、心の城を守り、心の城を飾らなければならない。そ

して敬虔けいけんに、この心の城の門を開いて、その奥おくに仏ほとけをまつり、信心しんの華はなを供え、歡喜かんぎの香かを捧たかげなければならぬことを童子どうじは学んだのである。

## 第二節　さまざまな道

一、さとりを求める者が学ばなければならない三つのことがある。それは戒律けいりつと心の統一じゅういつ（定じょう）と智慧ちゐえの三学である。

戒とは何であるか。人として、また道を修める者として守らなければならない戒を保ち、心身を統制し、五つの感覺器官の入口を守って、小さな罪にも恐れを見、善い行いをして励み努めることである。

心の統一とは何であるか。欲を離れ不善を離れて、次第に心の安定に入ることである。

智慧とは何であるか。四つの真理を知ることである。それは、これが苦しみである、これが苦しみの原因である、これが苦しみの消滅である、これが苦しみの消滅に至る道

であると、明らかにさとることである。

この三学を学ぶものが、ほとけ仏の弟子といわれる。

驢馬ろばが、牛の形も声も角もないのに、牛の群れの後からついてきて、わたしも牛であると言つても、だれも信用しないように、この戒と心の統一と智慧ちえの三学を学ばないでいて、わたしは道を求める者である、仏の弟子であると言つても、それは愚かなことである。

農夫が秋に収穫を得るために、まず春のうちに田を耕し、種をまき、水をかけ、草を取つて育てるように、さとりを求める者は、必ずこの三学を学ばなければならない。農夫が、まいた種たねが今日のうちに芽を出し、明日中に穂ほが出て、明後日には刈り入れができるようにと願つてもそれはできないことであるように、さとりを求める者も、今日のうちにほんのう煩惱を離れ、明日中に執着しゅうじやくをなくし、明後日にさとりを得るといふような不思議は得られるものではない。

種はまかれてから、農夫の辛苦と、季節の変化を受けて芽が生じ、ようやく最後に実を結ぶ。さとりを得るのもそのように、戒と心の統一と智慧の三学を修めているうちに次第に煩惱が滅び、執着が離れ、ようやくさとりの時が来るのである。



二、この世の榮華にあこがれ、愛欲に心を乱していながら、さとり道の道に入ろうとするのは難い。世を楽しむことと道を楽しむこととはおのずから別である。

すでに説いたように、何ごとも心がもとである。心が世の中のことを楽しめば、迷いと苦しみが生まれ、心が道を好めば、さとりと楽しみが生まれる。

だから、さとりを求める者は、心を清らかにして教えを守り、戒を保たなければならぬ。戒を保てば心の統一を得、心の統一を得れば智慧ちえが明らかとなり、その智慧こそ人をさとりに導く。

まことに、この三学はさとりへの道である。三学を学ばないために、人びとは久しく迷いを重ねてきた。道に入って、他人と争わず、静かに内に想いおもをこらして心を清め、速やかにさとりを得なければならぬ。

三、この三学は、開けば八正道はっしやうどうとなり、四念住しねんじゆう、四正勤ししやうこん、五力ごりき、六波羅蜜ろっぽらみつとも説かれる。

八正道は、正しいものの見方、正しいものの考え方、正しいことば、正しい行い、正

しい生活、正しい努力、正しい念おもい、正しい心の統一である。

正しいものの見方とは、四つの真理（四諦しだい）を明らかにして、原因・結果の道理を信じ、誤った見方をしないこと。

正しいものの考え方とは、欲にふけらず、貪むさぼらず、瞋いからず、害そごなう心のないこと。

正しいことばとは、偽りと、むだ口と、悪口と、二枚舌を離れること。

正しい行いとは、殺生せつしようと、盗みと、よこしまな愛欲を行わないこと。

正しい生活とは、人として恥はずべき生き方を避けること。

正しい努力とは、正しいことに向かつて怠おこたることなく努力すること。

正しい念いとは、正しく思慮深い心を保つこと。

正しい心の統一とは、誤った目的を持たず、智慧ちえを明らかにするために、心を正しく静めて心の統一をすることである。

四、四念住しねんじゆうとは次の四つである。

わが身は汚れたもので執着しゆうじやくすべきものではないと見る。

どのような感じを受けても、それはすべて苦しみのもとであると見る。

わが心は常にとどまることがなく、絶えずうつり変わるものと見る。

すべてのものはみな原因と条件によって成り立っているから、一つとして永久にとどまるものはないと見る。

五、四正勤ししやうこんとは次の四つである。

これから起ころうとする悪は、起こらない先に防ぐ。

すでに起こった悪は、断ち切る。

これから起ころうとする善は、起こるようにしむける。

すでに起こった善は、いよいよ大きくなるように育てる。

この四つを努めることである。

六、五力ごりきとは、次の五つである。

信ずること。

努めること。

思慮深い心を保つこと。

心を統一すること。

明らかな智慧を持つこと。

この五つがさとりを得るための力である。

七、六波羅蜜とは、布施・持戒・忍辱・精進・禪定・智慧の六つのことで、この六つを修めると、迷いの此の岸から、さとりの彼の岸へと渡ることができるので、六度ともいう。

布施は、惜しみ心を退け、持戒は行いを正しくし、忍辱は怒りやすい心を治め、精進は怠りの心をなくし、禪定は散りやすい心を静め、智慧は愚かな暗い心を明らかにする。

布施と持戒とは、城を作る礎のように、修行の基となり、忍辱と精進とは城壁のように外難を防ぎ、禪定と智慧とは、身を守って生死を逃れる武器であり、それは甲冑に身をかためて敵に臨むようなものである。

乞う者を見て与えるのは施しであるが、最上の施しとはいえない。心を開いて、自ら進んで他人に施すのが最上の施しである。また、ときどき施すのも最上の施しではない。常に施すのが最上の施しである。

施した後で悔いたり、施して誇りがましく思うのは、最上の施しではない。施して喜び、施した自分と、施しを受けた人と、施した物と、この三つをとともに忘れるのが最上の施しである。

正しい施しは、その報いを願わず、清らかな慈悲の心をもつて、他人も自分も、ともにさとりに入るように願うものでなければならぬ。

世に無財の七施とよばれるものがある。財なき者にもなし得る七種の布施行のことである。

一には、身施、肉体による奉仕であり、その最高なるものが次項に述べる捨身行である。

二には心施、他人や他の存在に対する思いやりの心である。

三には眼施、やさしきまなざしであり、そこに居るすべての人の心がなごやかになる。

四には和顔施、柔和な笑顔を絶やさぬことである。

五には言施、思いやりのこもったあたたかい言葉をかけることである。

六には牀座施しょうざせ、自分の席をゆずることである。

七には房舎施ぼうしゃせ、わが家を一夜の宿に貸すことである。

以上の七施ならば、だれにでも出来ることであり、日常生活の中で行えることばかりなのである。

八、昔、薩埵太子さつたという王子がいた。ある日、二人の兄の王子と森に遊んで、七匹の子を産んだ虎が飢えに迫られて、あわやわが子を食べようとするのを見た。

二人の兄の王子は恐れて逃げたが、薩埵太子だけは身を捨てて飢えた虎を救おうと、絶壁よじのぼって、身を投げて虎に与え、その母の虎の飢えを満たし、虎の子の命を救った。薩埵太子の心は、ただ一筋に道を求めることにあった。

「この身は碎くだけやすく変わりやすい。いままで施すことを知らず、ただわが身を愛することにはかりかかわってきた自分は、いまこそこの身を施して、さとりを得るために捧たもげよう。」

この決心によって、王子は飢えた虎にその身を施したのである。

九、またここに、道を求める者の修めなければならぬ慈と悲と喜と捨の四つの大きな心（四無量心）がある。

慈を修めると貪りの心を断ち、悲を修めると瞋りの心を断ち、喜は苦しみを断ち、捨は、恩と恨みのいずれに対しても違いを見ないようになる。

多くの人びとのために、幸福と楽しみとを与えることは、大きな慈である。多くの人びとのために、苦しみと悲しみをなくすことが大きな悲である。多くの人びとに歡喜の心をもって向かうのが大きな喜である。すべてのものに対して平等で、分け隔てをしないのが大きな捨である。

このように、慈と悲と喜と捨の四つの大きな心を育てて、貪りと瞋りと苦しみと愛憎の心を除くのであるが、悪心の去り難い心とは飼犬のようであり、善心の失われやすいことは林を走る鹿のようである。また、悪心は岩に刻んだ文字のように消えにくく、善心は水に画いた文字のように消えやすい。だから道を修めることはまことに困難なものといわなければならない。

十、世尊せそんの弟子シユローナは富豪の家に生まれ、生まれつき体が弱かった。世尊にめぐり会つてその弟子となり、足の裏から血を出すほど痛々しい努力を続け、道を修めたけれども、なおさとりを得ることができなかつた。

世尊はシユローナを哀あわれんで言われた。

「シユローナよ、おまえは家にいたとき、琴を学んだことがあるであろう。糸は張ること急であつても、また緩ゆるくても、よい音は出ない。緩急かんきゅうよろしきを得て、はじめてよい音を出すものである。

さとりを得る道もこれと同じく、怠おそれば道を得られず、またあまり張りつめて努力しても、決して道は得られない。だから、人はその努力についても、よくその程度を考えなければならぬ。」

この教えを受けて、シユローナはよく会得えとくし、やがてさとりを得ることができた。

十一、昔、五武器ごぶき太子とよばれる王子がいた。五種の武器を巧みにあやつることがで



きたので、この名を得たのである。修行を終えて郷里に帰る途中、荒野の中で、脂毛しもうという名の怪物に出会った。

脂毛は、そろそろと歩いて王子に迫ってきた。王子はまず矢を放ったが、矢は脂毛に当たっても毛にねばりつくばかりで傷つけることができない。剣も鉾ほこも棒やりも槍も、すべて毛に吸い取られるだけで役に立たない。

武器をすべてなくした王子は、こぶしを上げて打ち、足を上げて蹴けったが、こぶしも足もみな毛に吸いつけられて、王子の身は脂毛の身にくっついて宙に浮いたままである。頭で脂毛の胸を打っても、頭もまた胸の毛について離れない。

脂毛は、「もうおまえはわしの手の中にある。これからおまえを餌食えじきにする。」と言うと、王子は笑って、

「おまえはわたしの武器がすべて尽きたように思うかも知れないが、まだわたしには金剛こんごうの武器が残っている。おまえがもしわたしをのめば、わたしの武器はおまえの腹の中からおまえを突き破るであろう。」と答えた。

そこで脂毛は王子の勇氣にくじけて尋ねた。

「どうしてそんなことができるのか。」

「真理の力によつて。」と王子は答えた。そこで脂毛は王子を離し、かえつて王子の教えを受けて、悪事から遠ざかるようになった。

十二、おのれに恥じず、他にも恥じないのは、世の中を破り、おのれに恥じ、他にも恥じるのは世の中を守る。慚愧ざんきの心があればこそ、父母・師・目上の人を敬うやまう心も起こり、兄弟姉妹の秩序も保たれる。まことに、自ら省みて、わが身を恥じ、人の有様を見ておのれに恥じるのは、尊いことといわなければならぬ。

懺悔ざんげの心が起これば、もはや罪は罪でなくなるが、懺悔の心がないならば、罪は永久に罪として、その人をとがめる。

正しい教えを聞いて、いくたびもその味わいを思い、これを修め習うことによつて、教えが身につく。思うこと修めることがなければ、耳に聞いても身につけることはできない。

信と慚ざんと愧きと努力と智慧ちえとは、この世の大きな力である。このうち、智慧の力が主であつて、他の四つは、これに結びつく従じゆうの力である。

道を修めるのに、雑事にとらわれ、雑談にふけり、眠りを貪むさぼるのは、退歩する原因である。

十三、同じく道を修めても、先にさとる者もあれば、後にさとる者もある。だから、他人が道を得たのを見て、自分がまだ道を得ていないことを悲しむには及ばない。

弓を学ぶのに、最初に当たることが少なくても、学び続けていればついには当たるようになる。また、流れは流れ流れてついには海に入るように、道を修めてやめることがなければ、必ずさとりは得られる。

前に説いたように、眼を開けば、どこにでも教えはある。同様に、さとりへの機縁も、どこにでも現われている。

香をたいて香氣の流れたときに、その香氣の、あるのでもなく、ないのでもなく、行くのでもなく、来るのでもないさまを知って、さとりに入った人もある。

道を歩いて足に棘を立て、疼きの中から、疼きを覚えるのは、もともと定まった心があるのではなく、縁に触れていろいろの心となるのであって、一つの心も、乱せば醜い煩惱となり、おさめれば美しいさとりとなることを知って、さとりに入った人もある。

欲の盛んな人が、自分の欲の心を考え、欲の薪がいつしか智慧の火となるものであることを知って、ついにはさとりに入った例もある。

「心を平らにせよ。心が平らになれば、世界の大地もみなことごとく平らになる。」という教えを聞いて、この世の差別は心の見方によるものであると考えて、さとりに入った人もある。まことにさとりの縁には限りがない。

### 第三節 信仰の道

一、\*仏と教えと\*教団に帰依する者を、仏教の信者という。また、仏教の信者は、次に説く戒律と信仰と布施と\*智慧とを持つている。

生きものの命を取らず、盗みをなさず、よこしまな愛欲を犯さず、偽りを言わず、酒を飲まない。この五つを守るのが信者の戒である。

仏の智慧ほとけを信ずるのが信者の信であり、貪りむさぼ、もの惜しみする心を離れて常に他人への施しを好むのが信者の布施である。さらに、因と縁の道理を知り、ものみながうつり変わる道理を知るのが、信者の智慧である。

東に傾いている木は、いつ倒れても必ず東に倒れるように、平生へいぜい、仏の教えに耳を傾けている信心の厚いものは、いつ、どのように命を終わっても、仏の国に生まれることに定まっている。

二、いま、仏教の信者とは、仏と教えと教団とを信ずる者をいう。

仏とはさとりを開いて、人びとを恵み救う人をいう。教えとは、その仏の説かれた教えをいう。教団とは、その教えによって正しく修行する和合の団体をいう。

仏と教えと教団の、この三つは、三つでありながら、離れた三つではない。仏は教え

に現われ、教えは教団に実現されるから、三つはそのまま一つである。

だから、教えと教団を信ずることは、そのままほとけ仏を信ずることであり、仏を信ずれば、おのずから教えと教団とを信ずることになる。

したがって、すべての人は、ただ仏を信ずること一つによって救われ、またさとりが得られる。仏はすべての人を、自分のひとり子のように愛するから、人もまた子が母を思うように、仏を信ずれば、現実に仏を見、仏の救いが得られる。

仏を念ずる者は、常に仏の光明におさめられ、また自然に仏の香気に染まる。

三、世に仏を信ずることほど大きな利益りやくをもたらすものはない。もしただ一度だけでも仏の名を聞いて、信じ喜ぶならば、この上ない大きな利益を得たものといわなければならない。だから、この世界に満ちみちている炎の中に入って行つてでも、仏の教えを聞いて信じ喜ばなければならない。

まことに、仏に会うことは難く、その教えを説く人に会うことも難く、その教えを信

ずることはさらに難い。

いま、会い難いこの教えを説く人に会い、聞き難いこの教えを聞くことができたのであるから、この大きな利益りやくを失わないように、仏を信じ喜ばなければならぬ。

四、信こそはまことに人の善き伴侶はんりよであり、この世の旅路の糧かてであり、この上ない富とみである。信は仏の教えを受けて、あらゆる功德くどくを受けとる清らかな手である。

信は火である。人びとの心の汚れを焼き清め、同じ道に入らせ、その上、仏の道に進もうとする人びとを燃えたたせるからである。

信は人の心を豊かにし、貪りむさぼの思いをなくし、おごる心を取り去って、へりくだり敬うやまうことを教える。こうして、智慧ちえは輝き、行いは明らかに、困難に破れず、外界にとらわれず、誘惑に負けない、強い力が与えられる。

信は、道が長く退屈なときに励ましとなり、さとりに導く。

信は、常に仏の前にいるという思いを人に与え、仏に抱かれている思いを与え、身も

心も柔らかにし、人びとによく親しみなじむ徳を与える。

五、この信のあるものは、耳に聞こえるどんな声でも、仏ほとけの教えとして味わい、喜ぶ智慧ちえが得られ、どんなできごとでも、すべてみな因と縁によつて現われたものであることを知つて、すなおにこれを受け入れる智慧が得られる。

かりそめのたわごとにすぎないこの世のできごとの中にも永久に変わらないまことのあることを知つて、栄枯盛衰えいこせいすいの変わりにも、驚かず悲しまない智慧が得られる。

信には、懺悔ざんげと、随喜ずいきと、祈願の三つのすがたが現われてくる。

深くおのれを省みて、自分の罪と汚れを自覚し、懺悔する。他人の善いことを見るとわがことのように喜んでその人のために功德く徳を願う心が起きる。またいつも仏とともにおり、仏とともにいい、仏とともに生活することを願うのである。

この信ずる心は、誠の心であり、深い心であり、仏の力によつて仏の国に導かれることを喜ぶ心である。



だから、すべての所でたたえられる仏ほとけの名を聞いて、信じ喜ぶ一念のあるところにこそ、仏は真心こめて力を与え、その人を仏の国に導き、ふたたび迷いを重ねることのない身の上にするのである。

六、この、仏を信ずる心は、人びとの心の底に横たわっているおつしよ仏性の表われである。なぜかといえば、仏を知るものは仏であり、仏を信ずるものは仏でなければならぬからである。

しかし、たとえ仏性があつても、仏性は、ほんのう煩惱の泥じろの底深く沈んで、成仏の芽を吹き出し、花開くことはできない。むどほ貪り・いか瞋りの煩惱の逆巻く中に、どうして仏に向かう清い心が起こるのであるうか。

エーランダという毒樹の林には、エーランダの芽だけが吹き出して、チャンダナせんたん（梅檀）の香木は生えることはない。エーランダの林にチャンダナが生えたならば、これはまことに不思議である。

いま人びとの胸のうちに、仏に向かい、仏を信ずる心の生じたのも、これと同じく不

思議なことといわなければならぬ。

だから、人びとの仏ほとけを信ずる信の心を無根の信という。無根というのは、人びとの心の中には信の生え出る根はないが、仏の慈悲じひの心の中には、信の根があることをいうのである。

七、信はこのように尊く、まことに道のもとであり功德くどくの母であるが、それにもかかわらず、この信が道を求める人にも円満に得られないのは、次の五つの疑いが妨げているからである。

一つには、仏の智慧ちえを疑うこと。

二つには、教えの道理まじに惑うこと。

三つには、教えを説く人に疑いを持つこと。

四つには、求道の道にしばしば迷いを生ずること。

五つには、同じく道を求める人びとに対して、慢心から相手を疑って、いらだつ思いがあるためである。

まことに世に疑いほど恐ろしいものはない。疑いは隔てる心であり、仲を裂く毒であり、互いの生命を損なう刃であり、互いの心を苦しめる棘である。

だから信を得た者は、その信が、遠い昔に、仏の慈悲によつて、すでにその因縁が植えつけられていたものであることを知らなければならぬ。

人の胸の中にひそむ疑いの闇を破つて、信の光をさし入れ給う仏の手のあることを知らなければならぬ。

信を得て、遠い昔に仏が与えられた深い因縁を喜び、厚い仏の慈悲を喜ぶ者は、この世の生活そのままに、仏の国に生まれることができるのである。

まことに、人の生まれることは難く、教えを聞くことも難く、信を得ることはさらに難い。だから、努め励んで、教えを聞かなければならぬ。

#### 第四節 仏のことば

一、わたしをののしった、わたしを笑った、わたしを打ったと思う者には、うら怨みは鎮しずまることがない。

怨みは怨みによつて鎮まらない。怨みを忘れて、はじめて怨みは鎮まる。

屋根のふき方の悪い家に、雨が漏るように、よく修めていない心に、むさほ貪りのおもいがさしこむ。

おこた怠るのは死の道、努め励むのは生の道である。愚かな人は怠り、ちえ智慧ある人は努め励む。

弓矢を作る人が、矢を削つてまっすぐにするように、賢い人は、その心を正しくする。

心は抑え難く、軽くたち騒いでととのえ難い。この心をととのえてこそ、安らかさが得られる。

怨みを抱く人いだのなすことよりも、かたきのなす悪よりも、この心は、人に悪事をなす。

この心を、貪りむさぼから守り、瞋いかりから守り、あらゆる悪事から守る人に、まことの安らかさが得られる。

二、ことばだけ美しくて、実行の伴わないのは、色あつて香りのない花のようなものである。

花の香りは、風に逆らつては流れない。しかし、善い人の香りは、風に逆らつて世に流れる。

眠られない人に夜は長く、疲れた者に道は遠い。正しい教えを知らない人に、その迷いは長い。

道を行くには、おのれにひとしい人、またはまさった人と行くがよい。愚かな人とならば、ひとり行く方がまさっている。

猛獣は恐れなくとも、悪友は恐れなくてはならない。猛獣はただ身を破るにすぎないが、悪友は心を破るからである。

これはわが子、これはわが財宝と考えて、愚かな者は苦しむ。おのれさえ、おのれのものでないのに、どうして子と財宝とがおのれのものであろうか。

愚かにして愚かさを知るのは、愚かにして賢いと思うよりもまさっている。

愚かな人は賢い人と交わってもちようど匙さしが味を知らないように、賢い人の示す教えを知ることができない。

新しい乳が容易に固まらないように、悪い行いもすぐにはその報むくいを示さないが、灰おほに覆われた火のように、隠れて燃えつつ、その人に従う。

愚かな人は常に名誉と利益とに苦しむ。上席を得たい、権利を得たい、利益を得たいと、常にこの欲のために苦しむ。

過ちを示し、悪を責め、足らないところを責める人には、宝のありかを示す人のように、仰ぎ仕えなければならぬ。

三、教えを喜ぶ人は、心が澄んで、快く眠ることができる。教えによって心が洗われるからである。

大工が木をまつすぐにし、弓師が矢を矯め直し、溝づくりが水を導くように、賢い人は心をととのえ導く。

堅い岩が風に揺るがないように、賢い人はそしられてもほめられても心を動かさない。

おのれに勝つのは、戦場で千万の敵に勝つよりもすぐれた勝利である。

正しい教えを知らないで、百年生きるよりも、正しい教えを聞いて、一日生きる方がはるかにすぐれている。

どんな人でも、もしまことに自分を愛するならば、よく自分を悪から守れ。若いとき、壮年なとき、また老いた後も一度は目覚めよ。

世は常に燃えている。貪りと瞋りと愚かさの火に燃えている。この火の宅から、一刻も早く逃げ出さなければならぬ。

この世はまことにあわのような、くもの糸のような、汚れをもった瓶かめのようなものである。だから、人はそれぞれの尊い心を守らなければならない。

四、どんな悪をもなさず、あらゆる善いことをし、おのおの心を清くする、それが仏ほとけの教えである。

耐え忍ぶことは、なし難い修行の一つである。しかしよく忍ぶ者にだけ最後の勝利の花が飾られる。

怨うらみのさ中であつて怨みなく、愁うれいのさ中であつて愁いがなく、貪むさほりのさ中であつて貪りがなく、一物もわがものと思うことなく、清らかに生きなければならぬ。

病のないのは第一の利、足るを知るのは第一の富とみ、信頼あるのは第一の親しみ、さとりは第一の楽しみである。

悪から遠ざかる味わい、寂しずけさの味わい、教えの喜びの味わい、この味わいを味わう者には恐れがない。



心に好悪こうあくを起おこして執着しゅうじやくしてはならない。好むこと、きらうことから悲しみが起おこり、恐れが起おこり、束縛そくばくが起おこる。

五、鉄の錆さびが鉄からでて鉄をむしばむように、悪は人から出て人をむしばむ。

経きやうがあつても読まなければ経きやうの垢あか、家があつても破れてつくろわれないのは家の垢あか、身があつても怠おこたるのは身の垢あかである。

行いの正しくないのは人の垢あか、もの惜しみは施ほしの垢あか、悪はこの世と後の世の垢あかである。

しかし、これらの垢あかよりも激しい垢あかは無明むみやうの垢あかである。この垢あかを落とさなければ、人は清らかになることはできない。

恥じる心なく、烏からすのようにあつかましく、他人を傷つけて省みるところのない人の生活は、なしやすい。

謙遜けんそんの心があり、敬うやまいを知り、執着しやくじやくを離れ、清らかに行い、智慧ちゑ明らかな人の生活は、

なし難い。

他人の過ちは見やすく、おのれの過ちは見難い。他人の罪は風のように四方に吹き散らす、おのれの罪は、さいころを隠すように隠したがる。

空には鳥や煙や嵐あらしの跡なく、よこしまな教えにはさとりなく、すべてのものには永遠ということがない。そして、さとりの人には動揺がない。

六、内も外も、堅固に城を守るように、この身を守らなければならない。そのためには、ひとときもゆるがせにしてはならない。

おのれこそはおのれの主あるじ、おのれこそはおのれの頼りである。だから、何よりもまずおのれを抑えなければならない。

おのれを抑えることと、多くしゃべらずにじつと考えることは、あらゆる束縛を断ち切るはじめである。

日は昼に輝き、月は夜照らす。武士は武装をして輝き、道を求める人は、静かに考えて輝く。

眼と耳と鼻と舌と身の、五官の戸口を守らず、外界に引かれる人は、道を修める人ではない。五官の戸口をかたく守って、心静かな人が、道を修める人である。

七、執着しゅうしやくがあれば、それに酔わされて、ものの姿をよく見ることができない。執着を離れると、ものの姿をよく知ることができる。だから、執着を離れた心に、ものはかえって生きてくる。

悲しみがあれば喜びがあり、喜びがあれば悲しみがある。悲しみも喜びも超え、善も悪も超え、はじめてとらわれがなくなる。

まだこない未来にあこがれて、とりこし苦勞をしたり、過ぎ去った日の影を追って悔いていけば、刈り取られた葦あしのように瘦やせしほむ。

過ぎ去った日のことは悔いず、まだこない未来にはあこがれず、とりこし苦勞をせず、現在を大切にふみしめてゆけば、身も心も健やかになる。

過去は追ってはならない。未来は待つてはならない。ただ現在の一瞬だけを、強く生

きねばならない。

今日すべきことを明日に延ばさず、確かにしていくことこそ、よい一日を生きる道である。

信は人のよき友、智慧は人のよい導き手である。さとりちえの光を求めて、苦しみの闇やみを免れるようにしなければならぬ。

信は最上の富とみ、誠は最上の味、功德くどくを積むのは、この世の最上の営みである。教えの示すとおりしに身と心とを修めて、安らかさを得よ。

信はこの世の旅の糧かた、功德は人の貴い住みか、智慧はこの世の光、正しい思いは夜の守りである。汚れない人の生活は減びず、欲に打ち勝つてこそ、自由の人といわれる。家のためにわが身を忘れ、村のためにわが家を忘れ、国のために村をも忘れ、さとりのためにはすべてを忘れよ。

ものみなうつり変わり、現われてはまた減びる。生滅しょうめつにわずらわされなくなつて、静けさ安らかさは生まれる。