

諸法無我

第10組興久寺 内山徹郎

仏教の旗印の一つに「諸法無我」があります。

諸々の現象はそれ単独では成立する事は無く、関係し合って成り立っているというのです。

絶対的な自我とか、私がいるから関係があるというのではなく、

その時時の物事との関係によって私が成立しているのです。

例えば、喜怒哀楽は自分一人で起こせないでしょう？

必ず何かの出来事や他人と接しているでしょう？

もし今自分の在り方を変えたいとか今の状況を何とかしたいと思ったのならば、関わっているものを一つでもいい、些細な事でもいいので変えるのです。

例えば、最近お腹のお肉が気になって来たとします。どんな食生活でしょうか？

ついついお菓子に手が伸びるとか、お酒のアテが多すぎるとか、そういう心当たりがあるでしょう。

これらの食品との関係の仕方によってお腹のお肉がつくのです。

言われるまでも無いような当たり前の話なのですが、なかなか変え難い事です。

ついつい食に執着してしまいます。

もともと人間は食べたいのですから困難を極めますが、できないことはありません。

また、自我が無いとか無意味といっているのではありません、あくまで関係している物事で定義されるのが私ということです。

現状で関係しているものを見つめて頂きなおすと良いのではないのでしょうか？

今何と関係していて私だと感じているのでしょうか？

あまり実感のない事かもしれませんが。

物事の解釈を変えてみるだけでも自我は確実に変化するでしょう。

そうすると真宗は「自力では無く他力だ」という声が聞こえてきそうです。

これは自分の知恵をたよる事を自力といい、仏陀の智慧をたよる事を他力というのです。

しかも仏陀の方から情報公開してくださっています。

その智慧が諸法無我です。

自分の関係しているものを感じた時、はかりきれない命の流れが私を生き
ると感じられる時となるでしょう。

私というのはその時々で頂いているご縁そのものなのです。

そう思えた瞬間に思わず念仏が出るのではないのでしょうか？