

## 怒りの心 ～二河の譬えから～

五辻 元

私はもともと感情の起伏の激しい人間ですが、ことに最近、「怒り」の感情が突然沸き上がり自分がどうにもならなくなることが多く困っています。

一度起こった怒りの感情はなかなか治らず、撒き散らしたのち、ふと我にかえります。夜になって、さあ、寝ようかと床についたとき、今日腹を立った事柄を思い出して、再び込み上げてくる怒りで眠れなくなる、そんなこともあります。

怒りの原因をどうにかしようとしてもどうにもならない。「自分の思い通りにならないことを思い通りにしようとしても無理なのだ。対象を変えるのではなく、自分を変えるのだ。」と言い聞かせいったん心を落ち着かせるのですが、事が起これば元の木阿弥です。

「凡夫というふは、無明、煩惱われらが身にみちみちて、欲もおほく、瞋り腹だちそねみねたむ心多く間（ひま）なくして、臨終の一念に至るまで、とどまらずきえず、たえずと、水火二河の譬（たとえ）にあらわれたり。」

親鸞聖人は、凡夫である限り、怒りや貪りの心は死ぬまでなくなることがないのだと教え、その上でお念仏を勧められます。

水火二河とは貪欲と瞋恚、つまり貪りと怒りの心をそれぞれ水の河と火の河にたとえ、その間の細く狭い白道は此岸から彼岸、穢土から浄土へと向かう道であることを表しています。

浄土とは「ともに生きられる世界」。起こってくる怒りが縁となり、自分は何を願いとして、どういう世界を願って生きているのか、そのことが問われてきます。