

「最勝道宝鬘」 第四章 断すべき十法 七偈・八偈

2025/7/17 E.Ozeki

七、欲愛、慳で縛られた貪愛を断ぜよ

【語義】 欲愛

* 十二縁起のひとつ 無明・行・識・名色・六処・蝕・受・愛・取・有・生・老死

(愛) 渴愛とも訳され、渴者が水を求めるような激しい欲求を指す。色愛乃至法愛の六愛であり、それはまた、欲愛・有愛・無有愛の三愛ともされる。(引用: 仏教用語の基礎知識 P188)

乃至(ないし) 「～からか～まで」という意味。

* 三愛

欲愛 感官によって得られる刺激・快樂への渴愛

有愛 存在することへの渴愛

無有愛 存在しなくなることへの渴愛 (引用: ウキペディア)

慳(けん) 物惜しみをすること (引用: 仏教用語の基礎知識 P252)

* 煩惱は、「根本煩惱(6)」「随煩惱(20)」に分類される。

随煩惱は「小随煩惱」「中随煩惱」「大随煩惱」に分類され、「慳」は小随煩惱のひとつ

貪愛(とんあい) 対象に執着すること。貪。貪欲。(引用 コトバンク)

ドルズィン・リンポチェゴ法話 2025/03/29 (音声文字起こし)

ここで説かれているのは、「欲愛」執着と「慳」、ケチですね。吝嗇(りんしょく)といいますけれども、「ケチで縛られた貪愛を断ぜよ」ということで、これは何かといいますと、ケチな気持ちがあれば今生でも楽しくないわけです。自分が苦勞して一生懸命努力して財産を作るんですけど、自分が財産を欲しいと思って得るために、何かお金を作って財産を得たりする。ですが、それを得たのにそれを使わない、自分の中にケチな心があるために使えないわけです。同じように食べ物があっても財があっても結局使えないのは、ケチな心があるからです。せっかくお金だったり食べ物があっても、使わないで他の人にあげたり、布施をしたりとか、自分自身で使えずに持っていたりするの、ケチな心なわけです。そのケチな心があると、自分の心も楽しくないわけです。自分が何か持っていたら「人から盗まれるんじゃないかな」とか「嘘ついてなくなるかもしれない」というふうに思うことがあるかと思います。これが、日本でもそうなのかわからないのですが、私たちの国でもこういうのはよくあります。せっかく自分が財産を作ったのに、「誰かに取られるんじゃないか」とか「自分の子どもが無駄に使ってしまうんじゃないか」というふうに考えて、非常に苦しむということが良くあります。これらの苦しみと言うものはすべてケチな心からくるわけです。せっかく努力して作ったものを自分では使わずに置いたままにしておく。で、それを使わずに最後は自分が死んでいて残ってしまう。じゃあ、何が残るのかと言うと、何かを得るために行った自分の悪い行いだけはしっかりと自分と一緒についていくわけです。怒りであったり、嫉妬であったり、害する心であったり、自分が行った不善の行いの結果は、自分についてくる。せっかく努力して作った財産は、残しておくかないわけです。それが残されてどうなるかと

言いますと、子どもたちが財産を取り合って喧嘩をするなんていうことはよくある話です。

で、財産を残すのだったら、たとえばその国のために使ってこれば、みんなが使えるっていうのはあるんですけど、結局子どもが使ってしまったが無駄になるというのがあります。努力して貯めたお金が、子どもによって使われてしまう。結局、自分は財を得るために不善の業を積んでいるわけです。結局、業はしっかり残るわけです。で、ケチな想いによって業を積むんですけれども、それによってどういう結果を得るのかといいますと、三悪趣、地獄・餓鬼・畜生の中でも特に餓鬼の世界に生まれ変わります。それぞれどこに生まれ変わるのかという原因がいろいろあるんですけれども、その中でもケチな心で産まれてくる結果は、餓鬼の境地に生まれるといいます。これを断ぜなければ、ケチなものを断ぜなければいけないんですけど、それは財産を捨てるということを言っているのではありません。そうではなくて、心を少し落ち着いて疑いを持たずに、他の困っている人や苦しんでいる人のために使ったり、今生の中で意味のある使い方をする必要がありますということです。ケチな気持ちを捨てるというのは、布施をしたらよいわけです。布施というのは何かといいますと、財産を施すために慈悲の想いを持って施すわけです。それによって善業を積むことになる。功德を積めますので、それ来世にも非常に益があるわけです。ですので、そういうケチな気持ちを捨てる必要があります。

ミラレパの仰っている言葉の中にも「いくら財産が大きくてもそれは、朝露のようなものである」というのがあります。草に付いている朝露というものは、太陽の陽が昇ると直ぐに消えてしまう。それと同じように財産を蓄えたとしても消えてしまうのだと説かれています。そのようにケチな心があると、人というものは悪い結果を得るわけです。そのように本当の敵というものは、ケチな心である、吝嗇(りんしょく)、慳であるということを理解する必要があります。敵とわかるというのは何かといいますと、このケチな心によって業を積んでその結果が三悪趣の餓鬼に落ちてしまう。そのように他の生き物、他の人を利益しようとせずに、害だけで何も良いことがないということを理解しなさい。ケチな心が敵であるということが分かっているのかというように説かれています。わかっていないならば、まずはこれが敵であるということを理解しなければなりません。ケチな心が敵であるとわかれば、今度は心を入れ替えて、今度は施しをしなければなりません。では、どこに施せばいいのか、布施をすればいいのかといいますと、例えば人でも貧しい人であったり、知っている人であったり、病人であったり何か大変な状況にあっている人たちに施したり、手助けをしたりするために使います。

また、仏教徒であるなら、仏教を学ぼうとしている人たちの手助けとして使ったり、仏教を学ぶ機会をつくる先生たちを招待するために使います。先生たちをお招きしたり、時には説く場所が必要だったりするので、そういうことのために使います。で、その仏教を学ぶことによって、仏教には因果の法というものが説かれていますけれども、布施を行うことによって何か良いことがあればというふうに思わなかったとしても、因果の法として布施という良い行いをするによって自然と自分も功德を得ることが出来るわけです。

心のありよう次第で苦の因となり、その果を作り出してしまふ・・・。(私見)

以降、関連する資料を紹介します。

<参考資料> 引用 「世間八法メモ」丸山氏作成

2. 『八つの詩頌によるロジョン(心の訓練)』(ゲシェー・ソナム・ギャルツェン・ゴンタ著:ポタラ・カレッジ) より

「世間八法」とは、人間の心を煽動する八種類の事柄です。

① 利得と② 損失、③ 賞賛と④ 非難、⑤ 名誉と⑥ 不名誉、⑦ 楽と⑧ 苦を意味し、それぞれ二つずつ対になっています。つまり、良いことと悪いことの両方に左右され、それによって喜んだり悲しんだりする心の状態が世間八法に汚された状態です。

たとえ世間の人々が良いこととして習慣にしていることでも、それが世間八法に基づくものであれば、仏教の修行者はその汚れから離れるべきです。わたしたちは、常に世間八法の垢に汚されないように注意しなくてはなりません。

では、「断ずる」ということは具体的にどういうことなのでしょうか。

<参考資料> 引用:三十七の菩薩行

誰かが欲から私の財宝
すべてを奪い奪わせたとしても
体も財も三世の善業も
廻向するのが仏子菩薩行 (12)

○ダライ・ラマ「生き方の研究」より引用 P209・210

<トクメーサンポの伝説>

トクメーサンポがサキャ地方にいらっしゃったときのこと、彼に高額の寄付金が施されたということを耳にした盗賊が、それを狙ってトクメー・サンポの旅の一行に忍び寄ったというのです。彼ら盗賊の思惑どおりにことが運び、寄付金のすべてを懐にしまい、茂みに姿を消そうとしたところ、「待ってください」と呼び止められたそうです。普通、「待て」と呼ばれて待つ泥棒はいませんが、そのときはどうしたわけか、おそらく咎めだてするような声ではなかったのでしょう。その声に立ち止まったそうです。トクメー・サンポは彼らの傍まで行き、「あなた方が盗ったものを返してくれとはいいません。ですから、どうかお待ちください。私は回向したいのです。そのための時間をくださいませんか？」トクメーサンポはこういって、その盗られたものが彼らに害を及ぼすことのないよう「廻向」したそうです。このように、トクメー・サンポは、この詩のとおりのことを実践したのです。心の中での菩薩の理想像を詩に記しただけではなく、実際に行っていたのです。私たちの常識では、自分のものが盗られたのなら、それを必死になって取り戻そうとしますが、トクメー・サンポは盗賊の役に立つように、祈りと廻向までもおこなったのです。彼は日々の生活の中で、こうした実践をしていたのです。これは驚きに値します。これが、第十二番目の菩薩行の実践です。

菩提を望んで身さえも捨てるなら
外なる諸物は論ずるまでもなし
それゆえいかなる果報も望まずに
布施を与える仏子菩薩行 (25)

○ダライ・ラマ「生き方の研究」より引用 P253

目的はすべての衆生のために悟りを得ることであり、その無情なる菩提を得るために必要とあらば、この身体さえ「布施」するのですから、外的なものを「布施」することは、いうまでもないことです。悟りを得るために生

きようとする人なら、それらに対して執着していることには意味がないのです。

しかし、自分にとっての利益を考えてする「布施」の行為では、菩薩の「布施」とはいえません。自利の心が混ざっているなら、「菩薩の布施」にはならないのです。奇特家の名声が欲しいがゆえの寄付行為、あるいは世間の信用を売るための寄付行為は「菩薩の布施」とはいえません。自分自身を顧みないでおこなう無垢な布施が「菩薩の布施」になります。

ですから、自分にとって有利に動くことを目的としたものではなく、不純物の入らない利他の心だけで、他者に「布施」することが必要なのです。心底から他に役立つように廻向して「布施」することが大切です。「見返りや成果を期待せず布施を行ずる、それが菩薩の実践である」のです。これは「大乘莊嚴經論」の言葉をもとにしているようです。

断ずるためには、利他の心で他に役立つよう廻向して布施をすることが必要。

～リンポチェのご法話の下線部「いくら財産が大きくてもそれは、朝露のようなものである」より～

結局のところ、「自」「他」や、お金やものが“ある”と捉えるから執着する⇒悪業を積むというサイクルに陥るのでは……と考えて、関連する資料を紹介します。

<参考資料>

野田俊作の補正項 全知の幻想(8) 2015年12月15日より引用

(前略)

『三十七の菩薩行』に、次のような一句がある。

般若の智慧なき五つの波羅蜜で 究境菩提は証得するをえず

方便そなえた三輪無分別 智慧を修する仏子菩薩行 (30)

これは智慧波羅蜜(=般若波羅蜜)の説明なのだが、智慧は《三輪無分別》であるという。「三輪」というのは、この場合は、「布施する者」である自分と、「布施される者」である相手と、「布施によって与えられる物」である施物の3つのことで、「無分別」というのはそれらすべては空であって、区別する必要はない、という意味だ。

「空である」というのがどういうことであるかを考えるよりも、「空でない」というのがどういうことかを考える方がわかりやすいので、そちらの話をする。「私が」「あなたに」「これを」与えるわけだが、そもそも「これ」が私の所有物であるのは、世間の約束事であるにすぎない。たとえば、金銭であれ土地であれその他なんでも、本当は「私のもの」でも「誰のもの」でもないのだけれど、世間のみんなが、私自身を含めて、「あれは野田さんのものだ」と思い込んでいるから、「私のもの」と思い込まれているだけのことだ。アドラー心理学用語を使うなら、《妄想》fiction であるにすぎない。

同様に、「私」とか「あなた」とかいうのも妄想だと、仏教は言う。私を構成している分子は、たまたま現在私の体に留まっているだけで、しばらくすれば出ていこう。やがて私が死ぬと、すべてが出ていって、分子の塊としての私は存在しなくなる。また、生まれる前にも分子の塊としての私は存在しなかった。生きている間に私が分子の塊として存在するのは、財布の中にお金があるのと同じことで、いつかやって来たものであり、いつか去っていくものとしてしか分子の塊である私は存在していない。それを「私はこのように確かに存在している」と思い込

んでいるわけだが、これは仮想であるにすぎない。

智慧があるとは、昨日書いたように、「能取と所取の相」を持たない状態のことだ。逆に、「自分」(＝能取)とか「あなた」や「もの」(＝所取)にこだわっている状態を《戲論》と呼ぶ。だから、智慧があるとは、戲論を離れて、三輪無分別の状態にあることだ。そのような智慧があってはじめて、「五つの波羅蜜」、すなわち、布施・持戒・忍辱・精進・禪定は可能になるし、また五つの波羅蜜のない智慧は働きがないから意味がない。上の偈文はそういうことを言っている。

これは、西洋人には想像もつかない世界なのではないか。私はときどきマザー・テレサのことを考えるのだけれど、彼女が「三輪無分別」に布施をしていたのかどうか、疑問に思っている。つまり、彼女自身と、救済される相手とが分別されていたのではないか。もし分別されていたら智慧がない。智慧のない状態で布施などの前五波羅蜜をおこなうのは、結局は自分の利益のためだ。人間が真に利他的になれるためには、三輪無分別の状態を知らなければならない。それも、頭で知るのではなくて、ひとつの体験として知らなければならない。そのために瞑想が必要なのだ。

自分の迷乱みずから調べずば 仏法行者も非法を行ずべし

それゆえ常に自分の迷乱を 調べて断つのが仏子菩薩行 (31)

ここで「迷乱」といわれているのは、「戲論」のことであるとわかる。つまり、自他を分別する心のことだ。瞑想の中で「能取と所取の相」のない自他無分別の境地を体験したとしても、瞑想から出て生活するときには、ちょっと油断するとつい 自他を分別してしまう。それが「迷乱」であって、それをたえず自己チェックしておかないと、「非法を行ずる」ことになる。非法とはなにかというと、たとえば、「私があなたを助ける」と思って人を助けることだ。これは実は、いいことをするつもりで、悪いこと(すくなくとも自分の利益になること)をしてしまっていることになる、仏教徒は考える。

西洋人の具合の悪さは、まさにここにある。彼らは自他を分別し、しかも自分たちは優越で相手は劣等だとも分別し、優越な自分が劣等な相手を助けるという姿勢で非西洋人に向き合う。それは、基本的な構造としては、優越な自分が劣等な相手を搾取するというのと、なにも変わらないのだが、彼らはそのことに気がつかない。

下線部にあるように、「迷乱」している状態になっていることに気が付くことからでしょうか。

後半のお話は、次の偈で説かれていることに繋がっていきます。

八、彼岸を求めぬ原因である不適切の威儀を断ぜよ

【語義】

彼岸 彼岸とは、文字通り、向こう岸のこと。サンスクリット語「パーラミター」の漢訳「到彼岸」を略したもので、私たちの住む迷い多い此岸(しがん)から、煩惱ぼんのうの川を渡り越えて到達する仏の世界をいいます。お釈迦さまは、此岸から彼岸へ到達するための道として、六波羅蜜の教えを説いておられます。

(引用: 暮らしの仏教豆知識)

威儀 礼式にかなった態度。立居ふるまい、動作。規律にかなった起居動作や立派な行為、作法。戒律

(引用:一日一生 仏陀の言葉)

ドルズイン・リンポチェご法話 2025/03/29 (音声文字起こし)

彼岸を信じない原因である不適切な威儀を断ぜよ、とあります。

何か仏教を行っている人が、何かするときに良い動機を持って何かをしていたとする。心の中は非常に良い行いだったとしても、何かをする威儀・行いが悪ければ、悪いように見られるわけです。例えば、ラマが動機は非常に良くておられる。だけど喋るときには、色々めっちゃくちゃなことを喋ると、「ああ、この人仏教のラマだけど、なんかよくないなあ」とみんなに思われてしまうわけです。ですが反対に、行い・歩き方・人と接し方・話し方が丁寧で尊敬を持っていると、他の人たちには良い印象を与えるわけです。心がどうか、というものは外からなかなか見えないわけですが、実際の行いは見た人たちには分かるわけです。それで、自分がどのようなことをしているのか、自分の行いかどうなっているのかということ気付いて(正念)、どういう状態であるのかということを観察する必要があります。例えば、あなたの友達だったり家族であったり、あなたが仏教を勉強しているのを知っている人が、「この人は前と違うなあ。良くなったなあ」「昔よりも喋り方が優しくなったなあ」「考え方も良くなったなあ」と思うと、「仏教って良い教えなんだなあ」と自然に思うわけです。反対に行いを何でもかんでも考えなしに色々行ったら、「仏教って何なのかしら」「変なことするのかしら」と思われます。良いことをしたら、「良い行いをしている人たちだなあ」と思われますし、反対に悪い行いをしていると「変なことをしている人たちだなあ」と思われるのは当然のことです。入中論の教えの中にも、「他の人を不快にすることはすべて止めなさい」と説かれていますけれども、例えば、自分の友人たちに聴いてみて「自分の話し方はどうですか。悪いところはないですか。」と他の人に聴いてみて、もしも「あなた、よくないですよ」というように言われたら、それは素直に治していく必要があります。そのようにして、自分の行いを良くしていきなさい、ということが説かれています。

これは、何かをするときに気を付けなければいけない、というのではないです。「悪いことをしたら悪いように思われるんじゃないかな」と思うのではなくて、良く言われるためにしようというのではなくて、自分の中に正念と不放逸というものがある必要があります。反対にこれがあれば、自然と自分の行いが良くなっていきますので、日々の行いに気を付けなければ、というように恐れなくても良くなります。これは、身口意で、身体で4つ、言葉で3つ、心で3つ、悪い行いをしない、どういうことをやめないといけないということを知って、それに気づく、正念によって、自分はそれをしていないのか、と言うことに気づく、不放逸にそのことに気付いている、それが出来れば自然と悪い行いというものはなくなっていきますので、わざわざ気を付けるという必要なく、自然に良い方に行くわけです。

【語義】

正念 正念とは、正しい意識を持ち、理想目的を常に忘れないことである。日常生活でもうっかり、ぼんやりしないことである。些細な不注意がいかに重大な惨事を引き起こすかは、一般社会に絶えずみられるところである。仏教的な正念とは、無常・苦・無我などを常に念頭においてわすれないことである。

* 八正道のひとつ 正見・正思惟・正語・正業・正命・正精進・**正念**・正定

(引用:仏教用語の基礎知識)

不放逸 (引用:大谷大学 HP 生活の中の仏教用語～精進～)

< 前略 >

「精進はすべての善の根本であって、仏教の覚りは精進し放逸(ほういつ)でないこと(不放逸)から生ずる」と言われるように、不放逸ということと併せて言われることが多い。「放逸」とは欲望のままに流されて本来のなすべきことをなそうとしないことで、精進を妨げる大きな要因と見なされているからである。このことは私たち自身が現実の中で痛感することでもある。私たちは、本当に自分がやらなければならないと思っていることがあっても、日々の忙しさや次々と生ずる欲望の中で後回しにしたり、忘れてしまったりすることが多い。

釈尊は、そのような私たち人間のあり様を見据えて、入滅に際する最後のことばとして弟子たちに次のように遺言する。「さあ、比丘たちよ、今こそおまえたちに告げよう。形あるもの(諸行)は滅びゆく。怠ることなく努めよ(不放逸であれ)」と。

下線部「自分の中に正念と不放逸というものがある必要があります。」について、参考資料を紹介します。

< 参考資料 >

野田俊作の補正項 全知の幻想(8) 2015年12月11日 引用

(前略)

ブッダの別名は「一切智者」だから、ブッダは全知だと信じられてきた。そのわりには、「宇宙に始まりや終りはあるかないか」だの、「宇宙に果てはあるかないか」だの、そういうことを問う弟子がいると、ブッダは、「胸に矢が刺さっているのに、『この矢は誰が射たのか、どういう目的で射たのか、どういう弓で射たのか、そういうことをすべて知るまで、この矢を抜かせない』と言っている人と同じで、あなたは無意味な問いをしている。そんなことを言う前に、まず外科医に矢を抜かせなさい」と言って、答えなかった(『南伝中部:小マールキャ経』)。つまり、そういうことにはブッダは関心がなかったのだ。ではなにに関心があつたかという、苦からの解脱についての理論と方法に関心があつた。ブッダは、それについてはすべてを知っていると自分でも言ったし、弟子たちもそうだと認めていた。だから一切智者なのだ。なんでもかんでも知っているという意味ではなくて、心の救済のために必要なことをすべて知っているということだ。

そういう点では、アドラーも一切智者だといってもいいかもしれない。彼は心の救済に関する理論と方法のすべてを知っていると私は思っている。ただ、ブッダと違って、彼がそれを完全に実践できていたかどうかは、やや疑わしい。私も同様で、アドラー心理学の理論と方法を完全に知っているけれど、完全には実践できていない。しかるに、ブッダの弟子たちは、ゴータマ・ブッダがみずからの理論を完全に実践できていると認めていた。ここが仏教とアドラー心理学のいちばん大きな違いだ。

なぜブッダは完全に実践できて、アドラーはできなかつたのか。その違いはどこから来るのか。理由のうちのひとつは、瞑想をするかしないかだと思っている。上座仏教の修行法の八正道にも、大乘仏教の修行法の六波羅蜜にも、瞑想が含まれている。ただ理性で考えられた理論と方法があるだけでは不十分で、それを体に染みこませるための修業が必要なのだ。

『三十七の菩薩行』の中には、瞑想と関係していると思われる句がすくなくとも5つある。37のうちの5だから、ずいぶん多い。

顕現するもの自分の心なり 心性もとより戲論を離れたり
そを知り能取と所取の相たちを 心に造らぬ仏子菩薩行 (22)

止依をそなえたすぐれた観察で 煩惱すべてを碎破するを知り
四無色定を正しく超越し 禪定修する仏子菩薩行 (29)

自分の迷乱みずから調べずば 仏法行者も非法を行ずべし
それゆえ常に自分の迷乱を 調べて断つのが仏子菩薩行 (31)

煩惱慣れれば対治も阻止できぬ 念知の人は対治の剣持ちて
執着煩惱生まれいでたれば ただちにつぶす仏子菩薩行 (35)

つまるところはいつでもどこにても いまこのときに心はいかなるか
尋ねていつでも念知を身に備え 利他成就する仏子菩薩行 (36)

前の2つは難しいことが書いてあるが、後の3つは、「いつも自分の心を観察して、苦の原因となる煩惱が生じれば、ただちに取り除きなさい」ということを言っている。アドラー心理学風に言いなおすと、「いつも自分の行為の目標を観察して、競合的であるとわかれば、ただちに協力的なものに入れ替えなさい」ということだ。これを毎日の訓練としておこなう。この訓練をしないと、どんなに深くアドラー心理学を学んでも、それを完全に実践することができない。私の生徒さんたちでも、瞑想に関心のない人たちを見ていると、どうも人のことばかり言って自分のことがお留守になっているような気がする。アドラー心理学は、まずさしあたって自己変革のための方法であり、それができてはじめて他者救済の話ができるようになるのだが、自己変革をいい加減にしたままで他者を変えようとする人々が多いので、ちょっと困っている。

(後略)

野田先生は、ずっと瞑想することの大切さを教えてくださっていました。

最後に、7偈・8偈の教えに関連する資料として、ガリチェンリンポチェのご法話を紹介します。

＜ガリチェン・リンポチェ法話集2 清浄の道＞ 7つのターラー菩薩讚 P46より引用

(前略)

いつもミラレーパのお言葉を引用しますが、ミラレーパは「心と虚空の無別を悟れば、法身を成就する」とおっしゃいました。虚空は広大です。自他の二元にとらわれている間は理解し難いです。本当に心を理解すれば、心に境界がないことを知るでしょう。心の中には二がありません。無別の空間です。

はじめに、二元の存在を信じてとらわれます。それ故、自身が法身であると分からなくなります。そして有情は煩惱に支配された心で輪廻をさまよいます。もともと心に基があるのに、その基が分からなくなるのです。そうすると自他二元の存在を捉え、「これは私」「これは彼」、「あれは彼ら」と考えます。凡夫は、現れを真実の存在と信じこみ、そこに仮説した概念を信じます。たとえば「私たちはみな別々だから、何を考えても人に知られることはない。秘密に出来る」などと考えます。誰にも分からないだろうと思って様々なことを企てることができるのは、

本当のありようを知らないからです。「私だけ」「私個人」と考え、それに支配されます。そして何かに惹かれるとそれに愛着し、何かを嫌だと感じるとそれを嫌悪します。このようにして六つの煩悩が生じ、六道輪廻が作られます。

はじめに、あなたは煩悩に支配されます。これにより二元へのとらわれに支配されるようになります。そして二番目に、好きなものへの愛着と嫌なものへの嫌悪に支配されます。愛着と嫌悪の思考や感情は、絶え間なく降り積む雪のようにあなたを支配します。これらの執着は、あなたの心をととても固くして、あなた自身を固い個体のようになってしまう。そして、たとえ肉体が死んでも心は続きますので、あなたは習気を伴っていきます。そしてバルド(中有)で、自分の煩悩に支配されるのです。

あなたをバルドに連れていくカルマの風について話しましょう。この風がどういうものかという、心はこの風に乗る人のようなものです。心はこの生命の風、生命エネルギーと共にあります。輪廻においては最初に「我」があります。そして、煩悩の大きい方に向かってこのエネルギーの風が吹いて、あなたを支配します。たとえば「彼が私にひどいことをした」と考えるとします。このような考えはとても強いカルマの風です。その人を愛していても、ある日何かが起こったら、愛すべてが怒りに転じて煩悩に支配されます。いま煩悩に支配されるなら、バルドでもその煩悩に支配されるでしょう。カルマの風とその煩悩のエネルギーが、あなたを輪廻の六界のどこかに連れていきます。あなたはそこに生まれて現実を体験します。

ですから修行でもっとも大切なことは「煩悩に支配されているか、いないか」です。煩悩は起こります。起こるのを止めることはできません。起こってきますが、大切なのは、「私は煩悩に支配されているか、いないか」です。これが、修行か修行でないかの分かれ目です。よく観察して自分の修行レベルを確かめてください、たとえば、先日のミラレパの教えて、修行の証しは煩悩の不在だとお話しましたね。煩悩の不在というのは、煩悩が本当になくなるということではなく、煩悩に気がついてそれに支配されないということです。それが見解を理解した証です。

心の本当のありようと理解したなら、たとえ煩悩が生じてても支配されません。この見解を理解しなければ、煩悩が生じれば煩悩に支配され、カルマを積みます。これが、輪廻をさまよう因となります。まず心からはじまります。心がさまよい、言葉がさまよい、そして身体が生じてさまよいます。このようにして今後も輪廻をさまよい続けます。六種の煩悩に支配されることがその根本です。これをはっきり理解しなければなりません。今何かの煩悩に支配されているなら、将来も、その煩悩の密かな風があなたを輪廻に連れ戻します。何度も何度も自分の心を点検しなければなりません。「煩悩が起こっていないだろうか。煩悩に支配されていないだろうか」と。

7 偈の「貪愛を断ずる」という部分の話だけではなく、8 偈の正念で不放逸でいること、自分の「心がどのようなのか(煩悩に支配されているか、いないか)」に気が付くことからはじめなければ、断ずることができない。

「心」次第で因果を生み、業のみが残っていく……仏教徒として日々精進していく。