

善なる言葉

広島県 鳳林寺 住職 原田良浩

私たち僧侶が修行する道場では、漢数字の三に黙ると書く「三黙道場」という三つの場所があります。それは、坐禅堂、お手洗、浴室です。この三カ所では、お経を読むこと以外言葉を発することが禁止されています。

普段は坐禅堂で食事をしますので、食事も無言でいただきます。しかし、浴室では、他の修行僧と一緒に入りますので、どうしても話したいことがある時は、言葉を発してしまうことが多いのです。私も同僚と話しをしてみたい、先輩に怒られたことが何度もありました。言いたいことを我慢するのも、なかなか難しいことだと思いました。言葉を慎むことも修行です。言葉を慎むことによって行いを丁寧に行い、自分の心を見つめます。大本山永平寺を開かれた道元禅師さまは、言葉を発することに対して「三度考え直して、後言え」という言葉を大事にされていました。この言葉は「ものを言おうとする時も、事を行おうとする時にも、必ず三度考え直した後に、言ったり、行ったりするべきである」ということを意味します。妻にその教えを話したら、「三回も考え直していたら、何にも喋れなくなるわ」と言いました。確かに難しいことではありますが、私は過去に、自分の思っていることを軽はずみに口に出して、人を傷つけてしまったこと

がありました。また妻からは「一言多い」と言われることもあります。

三度考え直すということは、自分で思う事も、言う事も、自分自身が気づかないところで悪い結果になることもあるのだから、まず仏道にかなっているかどうか、自分のためになるのか、他人のためになるのかをじっくり考えた後、善であるようなら、行いもし、言いもすべきだと思います。

私は常日頃、人と会う時は極力この教えを心に刻み、お話をするように心掛けています。日々心がけて、人を傷つけたり、不愉快な気持ちにさせる言葉を慎むこと。このことを意識することによって、後で「あー、あの事は話さなくてよかったな」と思い返すこともあります。よくよく考えてみると、私たちは普段よく考えもしないで、人を傷つけたり、不愉快な思いをさせるような言葉を使っているのだと反省させられます。

道元禅師さまは、さらに、もし私たちが「三度考え直して、後言え」という心掛けを守るなら、一生涯、み仏のところにそむくことがないであろうと仰っています。言葉一つも善行となります。みなさまと共に仏の道を歩んでいきたいものです。