

## 無常を越えて

### ——空の思想——

古くからインドでは、哲学と宗教は不即不離の関係にあった。哲学は宗教の実現のための不可欠な手段と考えられていた。インド哲学は、純思弁的に自然の、宇宙の、そして全ての存在の本性を見極めようとした。

インドの宗教は、哲学の影響を受け、特殊性よりも普遍性を重んじ、内省的傾向が強い。インド人は、目の前の確固と見える現実に惑わされず、その背後にある本質を認識した。時空を越えた視点から現世を見つめ、その背後にある法則を抽象しようと試みた。

インド人は遙か昔から「この世はかりそめだ」ということに気が付いていた。

川は枯れて砂漠となり、山も崩れて谷となる。花の命は短く、王侯の盛衰も絶え間なく、若者もあつという間に老年に至ってしまう。あらゆる存在はかりそめである。かりそめであることが、あらゆる存在の本質である。

インドで生まれた仏教は、人間存在も塵芥にすぎないと見定めた。キリスト教のように人間中心主義の幻想を持たなかつた。このように、空の思想は、一面では人間の自尊心を粉々に碎く非情の哲学であった。

しかし、仏教は単に無常を詠嘆するだけではない。諸行無常をみすえれば、涅槃寂靜に至る。心の平安がもたらされる。「色即是空」に「空即是色」が続く。単に「全ての存在がかりそめである」だけではない。一転して「かりそめであることが存在の本質である」といわば開き直る。開き直った上で、現世をよりよく生きようというのである。

全ての存在は、夜空を彩る花火のようなものである。それは夜空を一瞬美しく染め上げるが、すぐさま消え去ってしまう。名誉や財産や地位や愛情なども、花火と異なるところはない。だが、人は実体のないものをあたかも実体と見なして、日々生活を送っている。それは間違いである。存在の本質を知れば、財産や地位に執着することもなく、みずからの栄枯盛衰に一喜一憂することもない。こうして心の平安を達することができる。そう空の思想は教える。

わたしたちは仕事とか、名誉とか、金銭に執着する。生きるということは、つまりは何事かに執着することである。だが、執着は思いこみにすぎない。いくら執着しても、必ず失う。失うものに執着するより、初めから心を軽やかに持ち、執着しないよう心がけるだけでずいぶんと楽になる。

釈迦は「執着を捨てれば悩みも実体がないことがわかる」と教えるが、執着を完全に捨て

することは難しい。だが、このような考え方を知るだけで、物事への執着も軽くなるであろう。そうすれば、バランスのよい物の見方ができるようになるし、世間との関係も円滑になるだろう。

逆説的だが、とことん無常を知れば、かえって苦悩から解放される。空の思想は、よく誤解されるように消極的な教えではなく、心の平安に至るための積極的な教えである。

——ぎやてい　ぎやてい　はらぎやてい……—

だが、人間存在の限界をこうも容赦なく指摘されでは、頭ではわかつても感情がついていかない。

人は本質的に感情の動物である。理性的な認識だけでは、感情レベルの悩みは解決できない。理性的アプローチで悩みを多少軽減できるだろうが、悩みを克服するのは難しい。

空の思想で生きていける強い人はよいが、それだけでは現実に耐えられない人も多いであろう。

そういうときに、マントラ（真言）が役に立つ。マントラとは、呪文である。神秘的な靈的な力を持つ呪文である。サンスクリット語（インドの古典語）のmantraに由来する。もともとは「思念の器」を意味するとも、「思念する者を救済する」意味ともいわれている。後にマントラは「如來の真実の言葉」（真言）を意味するようになった。

マントラを唱えれば、心の闇を除き、災いを防ぎ、病気を治すと古くから考えられていた。

マントラは密教と結びつき、神秘的な効果を有すると信じられてきた。特に般若心経の最後の部分は秘藏真言分といつて尊重された。

羯諦　羯諦。波羅羯諦。波羅僧羯諦。  
菩提薩婆訶。

（原語では、「ガテー　ガテー　パーラガテー　パーラサンガテー　ボーディー　スヴァーハー」という。）

三蔵法師玄奘がインドより仏教を持ち帰り中国語訳したとき、この部分だけはサンスクリット語のままにしておいた。翻訳してしまえば、マントラの持つ神秘的な効果が失われると考えたらしい。呪文は仏の秘密の言葉で、他の人間は知らないのがいいとされていた。

秘藏真言分もいろいろな解釈がなされているが、中村元博士は次のように訳している。

往ける者よ、往ける者よ、彼岸に往ける者よ、彼岸に全く往ける者よ、さとりよ、幸あれ。

金岡秀友名誉教授は、次のように訳している。

往きて、かなたに往きて、仏の岸に往きつけて、悟りあれ。

作家のリービ英雄氏は、以下のように英訳する。

Gone, gone across, you who have gone across, across to the other shore,  
you who have reached the other shore.

Blessed be wisdom!

このほか、人によってその解釈はさまざまである。逆にいえば、このような多様な解釈を許すところに、般若心経が生きのびた理由があるのかもしれない。

釈迦は死期を悟ったとき、弟子のアーナンダに説いた。

汝らはみずからを燈明とし、みずからをよりどころとせよ。他人をよりどころとせず、法をよりどころとせよ。

釈迦は、「自分自身と仏教をよりどころとして生きよ」と教えた（これが「時燈明、法燈明」といわれる遺訓である）。

仏教では神に頼らない、頼りになるのは自分自身である。己を燈明とするために己を磨がけ。それが釈迦の教えであった。

このエピソードからわかるように、釈迦は、修行をし、自己を磨いて現世で悟りの境地に至ることを理想とした。

「彼岸」というと、来世を意味するように思えるが、このような解釈は釈迦の教えには沿わないであろう。釈迦はあくまでも現世における救済を目指したのである。「彼岸」は、従って、この世における悟りを意味するであろう。

般若心経の基になった『般若經』と呼ばれる教典群が成立したのは、釈迦が亡くなつてから5～600年経つことである。般若心経は後世の仏教徒の創作にかかるものだから、一字一句の意味を詮索することは意味がない。だが、あえていうなら、秘藏真言分は、悟りを求める者を鼓舞し、悟りを祝福する意味合いを持つものであろうか。

### ——マントラの効用——

般若心経の効果については、多くのエピソードが残されている。

たとえば、戦国時代の後奈良天皇は、誕生日に長寿を祈願して般若心経を読むことを恒例とした。

鎌倉幕府の2代将軍源頼家は、修善寺に幽閉されていたとき病にかかり、病気の回復を祈って般若心経を写経し三島大社に奉納した。

玄奘も、インドから西域の大旅行をした際、護身用に般若心経を携帯し、危機にあたってはこれを唱えた。

小泉八雲の怪談『耳なし芳一』は、般若心経が怨霊を退散させるために効果があった話である。盲目の琵琶法師芳一を平家の亡霊から守るため阿弥陀寺の和尚が全身に般若心経を書いた。だが、芳一の両耳に書くのを忘れたので、亡霊は芳一の耳をもぎとつて去った。

このように、般若心経の功德は古くから庶民の間で深く信じられていた。

しかし、このような古い時代の素朴な信仰を直ちに信じるわけにはいかない。

わたしも、長い間呪文の効用など頭から信じなかった。呪文を唱えたところで奇跡が起こるわけではなく、悩みが晴れるわけではない。

だが、最近では、多少考えが変わってきた。周囲を見渡せば、受験、リストラ、失恋、離婚、病気、肉親の死など、多くの人は深刻な悩みを抱えている。まさに人生は試練の連続である。

われわれの理性は、人生の試練を簡単に克服するほど強靭ではない。そうであるなら、即効性のある悩みの解消手段が必要である。それには般若心経やマントラを唱えることが意外に有効である。

『群書類従』を著した塙保己一は、毎日、般若心経を1日100回唱えるのを日課とした。『群書類従』は古代から江戸初期までの文献1270種を、正編530巻666冊にまとめ上げた貴重な資料で、現在でも歴史、文学、民族などの分野で利用されている。

保己一は7歳のとき病がもとで失明し、13歳のときに江戸に出て鍼術（ハリ）の修行をしました。しかしこれに飽きたらず、国学の大家賀茂真淵の門下になり、30歳のときに句当（検校うりゆうなかに次ぐ位）に叙せられた（以下は、瓜生中『やさしい般若心経』による）。

34歳のとき、保己一は『群書類従』の完成を祈願し、天満宮に初詣をして、般若心経を100万回読むことを誓った。

そして研究を続け、41歳のときから『群書類従』を刊行し、幕府の援助の下に74歳のときに完成した。実に祈願を立ててから40年目の成就であった。

この間に保己一は般若心経を1日平均130回、合計190万回読誦したという。

盲目の保己一が、膨大な叢書を編纂するには大変なハンディキャップがあったに相違ない。文献を弟子に讀んでもらい、それをまとめたはずである。読み手の声に精神を集中しなければ、理解も記憶も困難だったろう。

研究の間には、検校の公務をこなす傍ら、『群書類従』の編纂に従事した。

短いとはいえ、般若心経を100回唱えるとすると、1日2時間は費やすなければならない。

だが、塙保己一は、心経を唱え続けた。こうして、彼は『群書類従』というかつてない大事業を成し遂げた。塙保己一は、般若心経とともに歩み日本文化史上不滅の業績を残した。

このエピソードを現代風に考えてみる。恐らく繰り返し心経を唱えると、呼吸が整い、精神を集中することができる。

つまり、マントラの力の源泉は、マントラの言葉自体にあるのではなく、集中して唱え続けることにより、よい生理的変化、精神的変化がもたらされるのであろう。唱える内容よりも唱えるという行為がよい効果をもたらす。マントラを唱え、精神を統一すれば、アルファ波がでてリラックスした気持ちになることができる。

マントラの内容は他愛もないものである。だが、他愛ないかどうかは、それを唱える人が決めることである。マントラを信じて一心不乱に唱え、精神を集中し、悩みが解消するなら、それはそれでたいへんな効用がある。

だから、何もマントラに限らない。  
色不異空、空不異色、色即是空、空即是色……の部分を繰り返し唱えてもよいのだし、  
ただ一心不乱に「南無妙法蓮華経」を唱えるのでも同様の効果があるだろう。

マントラを繰り返し唱え続ければ、心の表層レベルの理性的な認識にすぎなかつたマントラを、心の基底層まで落とし込むことができるだろう。そうすれば空の思想を心から納得し、日々の行動の原理とすることができるだろう。

マントラを日々唱え、深刻な問題が起こる前に事前の心構えをしておくことは、有効な方法である。特に、寝入りばな「色即是空、空即是色」と心の内で繰り返し唱えれば、ずいぶんと気分も楽になり、昼間のストレスも軽くなる。

今ではわたしは、般若心経はよくできたお経であると思う。何よりも手軽なのがよい。一握りの高僧しかわからない難解なお経では、庶民を救うことはできない。

前半では繰り返し繰り返し「空の思想」を説き、認識レベルで人間の悩みは根拠がないことを解き明かす。

後半では、一変して呪文を唱えるという簡単な悩みの克服法を提供する。悩みの根元を解き明かすという認識と、それを克服する実践法をバランスよく備えている。

若いときわたしは、般若心経の主知的側面にのみ興味があつたが、加齢につれてマントラの効用も理解できるようになった。般若心経がこれほど長い間庶民に親しまれてきたのも、マントラの持つ不思議な効用のせいであろうか。