

“愛する”に“語る”と書く「愛語」は、さとりを目指す菩薩の摂るべき四つの行いの一つです。

道元禪師は『正法眼蔵』において、愛語について、「愛語は愛心よりおこる、愛心は慈心を種子とせり」と示されています。愛する心は、慈しみの心を種として生ずるということです。

慈しみは、仏教の言葉でその語源は「友達」です。友達に対して、私たちは、役割や境遇に左右されない付き合いをします。相手が幸せであれば、共に喜び、苦境にあれば、何とか力になりたいと思い、助けの手を差し伸べます。

また時には、苦境にある友達を信頼して、一步下がり、困難を乗り越えていくことを見守ることもあります。そんなときに出る言葉は、優しいねぎらいの言葉になったり、厳しい応援の言葉になったりとさまざまですが、友達を大切に思う気持ちにはかわりがありません。この慈しみのまなざしを、友達に限らず、より多くの人に向けて育むことによって、愛情を持って語る「愛語」となっていくのです。

また、さとりを目指す菩薩の摂るべき行いとして「愛語」を語る時、私たちは、心の中に言葉の種として、慈しみの心を友達に持つとも言えるでしょう。私たちの心の中には、実にさまざまな気持ちが同居しています。イライラしているときには、怒りの感情が起こり苦しくなっていたり、心配事で頭がいっぱいになっていけば、不安の感情が起こったりと、我を忘れて、その感情に振り回されてしまうこともしばしばです。

そんな自分の様子を見守り、自分の心を支えてくれる心の友達が、慈しみの心なのです。友達は、たとえ自分が、どこで何をしようとも、また、時に意見の行き違いがあっても、それを乗り越えて友達であり続けます。慈しみの心は、周囲の友達が自分の苦境を共に支えてくれるように、自分の心の中で出会う困難を共に見つめ、一緒に乗り越えてくれる、決して離れることのない友達です。

たとえ自分の心が、怒りや不安といった困難の中にあっても、慈しみの心という心強い友達がいると思えば、私たちは、自信をもって愛語を実践し、共に成長していくことができるのではないのでしょうか。