

冬の朝、池の水面に、うっすらと氷が張っています。

氷は、水が凍ったものであるのは、言うまでもないことでしょう。柔らかい形状をもった水が、零度を下回ることで、固体化するわけです。

凍るの古語「こほる」の意味は「凝縮する・固まる」で、この固体化のさまを、よく表しています。

流れ巡っているものが、凝縮し、固まる……。凝縮の「凝」の字は、肩凝りの「凝る」という字と同じであるように、柔軟な流れが、さまざまな要因によって、滞り、動かなくなるのが、「こおる」ということになります。

これを、心にあてはめて考えてみましょう。

何のものにもとらわれていない心は、水のように柔軟に流れる自由なものであるでしょう。

しかし、何かに執着し、何かに迷い、怒りなどの感情にとらわれた時、その柔軟な流れは滞り、動かなくなります。いわば、自分で自分をがんじがらめに縛り付けているのです。これが、心がこおる、心が氷のようになるということでしょう。こおった心は、どうすればいいのでしょうか。

溶かしましょう。

何によって、溶かせばいいのでしょうか。智慧の光で溶かせばいいのです。

智慧の光のはたらきとは何でしょうか。お釈迦様は、すべてのものは移り変わる、ということをお説きされました。私たちは、様々なものを、氷のように固まって、見てしまいがちです。流れているものを、滞って見てしまうわけです。なぜなら私たちは、言葉によって物事を氷のように固まったものとして固定化してしまうからです。

そのような見方によって、さまざまな悩みや苦しみが生じることを、お釈迦様は説かれています。

心も、そもそも水のように柔軟に流れる自由なものなのです。しかし、様々なも

『 禅のこころ -曹洞宗- 』

のを、変わらないものとして見てしまい、何かにとらわれてしまうと、それを忘れてしまう……。智慧の光によって、こおった心を溶かすというのは、そのことにあらためて気づくこと、といえるでしょう。

そして、私たちの心の氷が、大きければ大きいほど、それが溶けた時、心の水も、より自由で大きな流れになるはずです。

冬の朝、太陽が高く昇るにつれて、池の氷は、やがて溶けていくのです。

— 終 —