



## 禅語に学ぶ

# 諸行無常

しよぎようむじよう

「諸行無常」の「諸」は宇宙の万物を表す言葉で、「行」は変転し流動していること、「無常」は全て無に等しいことを表しています。つまり、「世の全てのものは移り変わり、絶対というものは存在しない」という意味になります。

身近な例を挙げると、喜怒哀楽など感情の変化、若さや老いといった心身の変化、進学や仕事といったキャリアの変化、現金からキャッシュレスに変わったりと等々あります。また、楽しいことや苦しいことも同じように過ぎ去っていき、いつしか忘れていきます。このことから、私たちは「常に同じ状態は無く、変化し続けながら生きている」ということがわかります。

この「諸行無常」が伝えたいことは、

単に万物が変化し続けていることだけではなく、「執着(苦しみ)」からの解放です。いつまでも若さを保ちたい、いつまでも同じ地位にいたい、楽しく暮らしたいといった、良い状態をいつまでも保ちたいと思っただけは人間誰しもあると存じます。また、人間関係や肉体など、今の状態がいつまでも続くと思いつまんでしま

うこともあるでしょう。このように、不変なものや永遠のものを求め続けることは「執着」となり、自分を苦しめる要因となってしまう。つまり、「諸行無常」は、不変や永遠を求め「執着」を手放し、変化することが自然の一部であると「受け入れる」ことの大切さを伝えているのです。

また、私たちの命には限りがあり、いつのようか死が来るかなんて誰も想像することが出来ません。「無常」を受け入れることにより、今あるこの瞬間を大事にしようと思えてくることでしょう。自分自身に限らず、家族や親しい友人も

同じことです。今側にいてくれるかけがえのない存在に、改めて感謝をしてみましよう。

このように、「諸行無常」という言葉は、私たちに様々なことを教えてくれます。皆さまはこの言葉からどのようなことを感じたでしょうか。

お釈迦様は、この世の全ては絶え間なく変化しているという、ありのままを述べました。言わばこの世の真理です。時に私たちは、この当たり前前のことを忘れてしまうことがあります。

新年を迎えた今だからこそ、「諸行無常」を心の片隅において頂き、変化の激しい現代を恐れることなく、ともに歩んでいきましょう。

(禅福 尚玄)

