

# 法 説 辻

岩手県曹洞宗布教師会三分間法話

## 「ほどほど」の効用

紫波町・高金寺住職

大松博典

現代社会は国際社会だ、情報化社会だ、高齢化社会だ、などといろいろなこと言われます。加えて、この頃は経済が大変で不況だ不況だと大人が言います。子ども達も大変で、テレビだ、塾だ、勉強だと忙しく過ごしています。毎日とりつかれたように忙しく動き回っています。

さて、仏教では、人間を悩ませるものを煩惱とおさえます。たくさん煩惱がある中で、おおもとにあるものを三つの毒、三毒と言います。貧・瞋・痴がそれです。貧とはむさぼり、瞋とはいかり、痴とは愚痴です。一つにまとめると欲望です。この欲望には限りがありません。

食べたい、飲みたい、眠りたいといった本能的な欲望から、お金が欲しい、名誉がほしいといった欲望まで、数え上げればきりがありません。

この欲望をコントロールすることを仏教は説きます。睡眠欲や食欲は人間の本能として備わっているものですから、全く失くしてしまふことは不可能です。失くしてしまつたら生命活動そのものが成り立ちません。よく「煩惱をたち切る」と言いますが、もちろん、生命活動をやめてしまうことではありません。そうではなくて、コントロールすること。「ほどほど」になじむことを言うのです。そろそろ結論にいきましょう

う。人間の煩惱は、それはそれはやっかいなもので、限度がありません。それによつて人は大いに苦しめられます。

何とかする方法は、それは「ほどほど」の効用をよく心得て、「ほどほど」になじむことしかないようです。



曹洞宗岩手県宗務所

### テレホン法話

☎ 0120-62-1602

ほとけに  
出会う

心に残る  
法話を  
お聞き  
下さい