



並木中等story

令和4年10月12日号

不動智

今日は市川白弦氏の『沢庵』（講談社）に書かれていることです。仏教用語になりますが“不動智”という言葉があります。知っていますか。不動といってもまったく動かないものではありません。心は前後左右、四方八方に動くのですが、いっさいそれにとらわれないのが“不動智”なのだそうです。私は、このような境地になるよう、時々挑戦



しています。落ち着ける場所で、呼吸を整えながら、少し、ぼーと半眼で前を見ます。いろいろなものが頭をめぐるっていいのです。一つにとらわれている時は、そればかりが思い浮かび、心を不自由にしている根源だと分かるのです。

市川氏は興味深いことをこの本に書いています。「ぐらつかないとは心が物事に止まらぬことです。物が心に止まるといろいろの分別が胸に湧き、胸の中で動くのです。」止まってしまった

心は実は不安な心で、自由自在に動き回る心が安定した心になるのだそうです。

時間があれば、自由自在に動く心に挑戦してみてください。初めは難しいと思いますが、少し違った境地を味わえると思います。

《祝 おくのほそ道草加松原賞受賞！》

第2回おくのほそ道草加松原国際俳句大会において 5年次の鈴木さんの作品“色変へぬ 松や点字の 手紙書く”がおくのほそ道草加松原賞に輝きました。おめでとうございます。