

マントラについて

マントラを読誦するときには、どんなときでもかならず観想 (visualiaztion) しておらんといかんというわけでもない。観想に関する経文を使って瞑想を始めるときには、最初は文に書いてあるようにきちんと観想すべきじゃよ。そのうちに、観想しながらマントラを唱えているうちに、心が変化して清らかに静かに (清明寧静 clear and calm) なったなら、かならずしも何かを観想していなければならないということはないのじゃ。ただマントラを唱えているときに清らかで静かな状態を保っておれるならば、それでよいのじゃ。もし邪魔になる考えあるいは感情がまた起こってきたら、そこでまた観想をして、自心が観想の対象の上に留まるように助けるのがよい。心に雑念がないときには、執念を離れ、自他が分かれていない、自性が本来空であるという状態に安住して、ゆったりとすごすのがよいのじゃ。

マントラを唱えるときには、三種の絶え間なさ (uninterrupted-ness) ということがある。諸仏に供養することが絶え間ない、衆生の障碍を浄めることが絶え間ない、成就 (siddhi) を獲得することが絶え間ない、ということじゃな。成就は基本的には慈心と悲心とが増えるということじゃ。慈心と悲心が増えたとき、智慧がこれに従って増えて、行者は証悟 (Enlightenment) を獲得するんじゃ。この慈悲心のおかげで、行者は、悟りを開くまでの間は、上三道七種功德というものを経験するのじゃ。それは、天・人・阿修羅の上三道のさまざまな安楽のことで、それに伴ってその他のさまざまな利益もやってくるんじゃよ。

註：上三道七種功德：よいところに生まれる、容貌が端麗である、長寿である、病気にならない、運がよい、お金に困らない、智慧がある。

(『噯千語録 二』, p.10)