

目次

はじめに

3

第一章 心を落ち着かせる言葉

みんな誰かにつながっている

12

事業を成すには協力者がいる

14

善行は自然に周囲に伝わる

16

人の数だけある願い

18

人生は思い通りにならないことばかり

20

自分のすべきことを見つめる

22

暗い気持ちでいれば、全部いやなこと

24

明るい気持ちでいれば、全部いいこと

26

様々な感情は心が変化したもの

28

毎朝心を整え直す

30

苦しみから解放される方法

32

人も物も常に変化している

34

悟りは外に求めるものではない

36

いつもあなたの中の心にある

38

物事の真実に目を向ける

40

心に鏡を持つ

42

「ラム空海の人生①若き日の空海

44

第二章 迷いから抜け出す言葉

言葉よりまず動き出す

46

自分の心の変化に気づく

48

しっかり基礎を固める

50

本を読み尽くしても、わからない

52

だから、本場に行つて学ぶ

54

学んだ知識は実践に移す

56

仏様の教えは身近にある

地獄は自分の心の中にある

辛い状況も、いつか好転する

学びを広めることで、道はつながる

星々はいつも空にある

見えなくなるのは、雲があるから

枯木は芽吹くための準備期間

物事の本質を見極める

環境が変わっても、ぶれない心をもつ

「ワラハ空海の人生②唐に渡る

第三章 人間関係をよくする言葉

長く語らなくても分かり合える

人の才能を見つけれられないわけ

力を合わせ、大きな物事を成し遂げる

相手に必要な時機を見極める

時には黙して語る

持てるものを人のためにどう活かすか

誰かを助けたいならまずその人の立場に立つ

出会いによって、人生が変わる

世の中は悪にあふれている

肉体はなくなっても、物に思いは遺される

相手と自分を区別しない

自分が成長することと人のために尽くすことが大切

自分のことを棚に上げない

その人の個性に合った仕事がある

「ワラハ空海の人生③高野山の開山

52

54

56

58

60

62

64

66

68

70

72

74

76

78

80

82

84

86

88

90

92

94

96

98

第四章 自分を律する言葉

私たちの心には壮大な宇宙がある
過去から学んでも真似はしない
手に入れた富や名誉にすがりつく
その姿は、糞を転がす虫に似ている
悪事を隠すことなどできない
一つでも自分にしかできないことを身につける
自分の利益を学びの目的にしてはいけない
行動が変われば結果は変わる
新しいことを学びたければまず今の自分を捨て去ること
「自分は特別」と思うと恥をかく
自分を棚に上げて他人を批判しない
心と環境は影響し合う

100
102
104
106
108
110
112
114
116
118
120

一流の仕事は、道具の手入れから始まる
人の成長は学び方にかかっている
うまくいかないことを他人のせいにしてない
「コラ」空海の人生④空海の入定

122
124
126
128

第五章 強く生きられる言葉

結果が出なくても投げ出さない
厳しさの中にも「赦し」の視点を
心が清らかになれば、迷いは消え失せる
自分の都合ばかりを優先する人は毒龍に吸い込まれる
貴重な機会を逃さない
短い一生で何を積み重ねるか
空海は今も私たちを救ってくださる
人と時代がびったり合った時、道は開ける

130
132
134
136
138
140
142
144

気づくことが悟りだ 迷っても驚くことはない
私たちは生や死について何も知らない
言葉には人を動かす力がある
本当の賢者は何も語らない
宝はすでに自分の心の中にある

146
148
150
152
154

年表

156

地図

158

第一章
心を落ち着かせる
言葉