



曹洞禅ジャーナル

# DHARMA EYE

News of Soto Zen Buddhism: Teachings and Practice

南アメリカ国際布教110周年を迎えて p1  
采川道昭

2022年の北アメリカにおける曹洞宗  
～願望・好機・課題～(2) p2  
ウィリアムズ隆賢ダンカン

ハイチでの禅 p6  
シーバート慈証

坐禅への脚注集(5) p9  
藤田一照

法  
眼

Number

32

2013年8月



## 南アメリカ国際布教 110周年を迎えて

采川道昭

南アメリカ国際布教総監

南アメリカへの曹洞宗の布教は、上野泰庵師が管長辞令を受けて1903年（明治36年）にペルーに渡ったのが始まりである。ペルーへの移民は1899年に始まったので、初期の移民とともに布教を志した宗侶が海を渡ったことになる。

南米において、ペルー以外に日本人の移民を受け入れている国の中では、ブラジルが最大の国であり、日系移民の数も世界最大の国であるが、日本からの移民が始まったのは1908年であり、ペルーよりやや遅い。ブラジルで正式に布教が始まったのは国の宗教政策などの事情もあり約60年前である。南米でもハワイや北米と同じく日本からの移民を追いかけて布教がはじまったのであるが、初期の開教師（現 国際布教師）の生活の困難さ、布教の厳しさは並大抵のものではなかったようである。なぜならば、初期の移民は農業移民として始まったが、その生活自体が困難を極めたものであったからである。実際ペルーに渡った初期移民の中には、与えられた土地へ行ってみたら砂漠であったために飢餓で亡くなった人が年間数十人出たと伝えられている。そして、日本政府から棄てられたという意味で「棄民」という言葉が生れた。つまり生きて行くのが精一杯であったので僧侶にとっても布教どころでなかったのだ。しかし、その困難の中で上野泰庵師は慈恩寺を建立し、葬儀や供養を行うのみならず、説教し坐禅会を開き、小学校の教壇にも立ったのである。同じ船

で渡った他宗派の僧侶も布教を試みたがうまくいかなかった中で、寺院建立までこぎつけた上野師は驚異的な体力と人を引き付ける人格と並々ならぬ篤き信仰心を持っていたに違いない。上野師は14年の布教の後、後任に後事を託して帰国した。その後ペルーに渡った国際布教師は病気で遷化したり、種々の国情もあり慈恩寺の歴代の住職は途切れることとなった。南アメリカ国際布教100周年の頃は曹洞宗僧侶がペルーに駐在していない中での記念法要であったが、私が南アメリカ国際布教総監として赴任した後、日系アルゼンチン人の大城慈仙師に国際布教師としてペルーに駐在して頂き、幸いなことに慈恩寺も無住ではなくなった。



慈恩寺（ペルー共和国）

南米では勿論各国に曹洞宗の信者が居り、法要や坐禅会を行っているのだが、正式な曹洞宗宗侶が存在しているのは、ブラジル、ペルー、アルゼンチン、チリ、コロンビア、パラグアイである。ウルグアイ国はじめその他の南米の国からも早く曹洞宗に登録した正式な宗侶が出現し、その中から国際布教師が出てくることを期待している。一仏両祖の御教えは今や国境を越えて世界中に広まっているのだが、南米でも未

登録で曹洞宗を名乗っている僧侶の数は把握するのが困難なくらいである。また登録はしていても僧堂に安居するのは南米からは極めて困難である。特に最近では他の国際布教総監部と同じく、日系移民のみの為の曹洞宗でなく、現地の人々が仏教、特に禅に興味を抱いて坐禅会に参加し、その中から得度するという人たちが増えてきている状況であるので、日本の僧堂に安居しないと教師資格が取得できないという状況を早く改善して頂きたいものである。安居するための交通費が他の国際布教総監部からの倍以上かかるので交通費の援助をするか、あるいは南米にも専門僧堂を開設するかしないと、未登録で曹洞宗を名乗る僧侶がさらに増加することが懸念される。

最後になりましたが、本年ペルー共和国で8月に記念事業を行うに際し、曹洞宗の名前で「日本秘露友好親善の鐘」を「ペルー日系人協会」へ寄贈することを発案し、皆様方にご寄付を募りました。結果、日本国内からも多数の方々からご援助頂き、有り難く感謝申し上げます。

南米には、毎年特派布教師及び梅花流特派師範を拝請して布教のお手伝いをして頂いておりますが、これら布教の効果として本年はパラグアイに新寺建立されることが決まりました。海外で布教に従事している者の一人として、曹洞宗の一仏両祖の正法が更に各国に浸透してゆくことを願ってやみません。



## 2022年の北アメリカにおける曹洞宗

～ 願望・好機・課題 ～

ウィリアムズ隆賢ダンカン  
南カリフォルニア大学  
日本宗教文化研究所所長

本稿は、北アメリカ国際布教並びに両大本山北米別院禅宗寺創立90周年の記念行事（平成24年9月8日両大本山北米別院禅宗寺）での基調講演を、国際センターにおいて翻訳したものです。

（法眼第31号の続き）

多様な見方や多様な思考方法をいかにしてまとめていくかを考える際の2つ目の主要な課題は、国や人種、民族性に関わっています。これは、私たちが話してはいけないことになっている、触れてはいけない話題です。しかし私は、立ち向かって取り組んでいかなければならないと感じています。禅の教えが日本から伝えられたことは知っていますが、また伝統がひとつの文化的な背景からもう一つの背景に移されるといふ仏教の長い歴史においては、伝統が根を張り、文化に同化していったことも知っています。物事は変化します。そしてダイナミックになり、新しい背景にふさわしいものになっていきます。特に創立してから100年を迎えようとしていることを考えれば、禅宗寺のようなお寺の日本への関係、日系社会への関係（それは日本との関係と同じではありません）、そして多民族からなる更に広い世界との関係について考えることは非常に重要です。これらは、きわめて重要な意味を持つ問題です。私たちが創造的な方法で、またハイブリッドなやり方でそれらを一つにまとめることができるなら、それは将来へのモデルとして成功したものになると思います。しか

し、バランスが取れた方法でそれらを保持することに失敗したならば、特にこの禅宗寺のコミュニティにとって多くの困難な問題を生むことが想像できます。日本は重要です。私たちの祖先の精神的な祖国であり、このお寺において重要であることを私たちは理解しています。1920年代、山下総監がまだ若いころ、リバーサイドの日本語学校を設立するのに尽力しました。言語や文化、食べ物、お盆祭りを伝えること、それらはすべて非常に重要なことです。それはまた、アメリカ国民になることができなかった一世の先駆者によって築かれたこのお寺の日系人たちの経験とは異なるものです。それは、ヨーロッパからの移民は帰化しアメリカ国民になることができた時代でした。しかし、太平洋側のアジアから来た人々は国民になることができませんでした。また、自分たちの土地を所有することもできませんでした。排アジア人的な土地に関する法律もまた、初期の頃、このお寺に多大の影響を与えました。第二次世界大戦では、12万人の日系人が収容されました。こうした重大な出来事は、このお寺だけでなく、ここリトル東京にあるすべてのお寺に影響しています。それは、お寺のアイデンティティにも影響を及ぼしています。こうしたいくつかの出来事はお寺のメンバーの両親や祖父母に起こったことです。これは、私たちが考慮しなければならない点です。日本と日系社会の間にはいつも良好な協力関係がありました。磯部峰仙老師は他の日系移民と同じようにハワイのサトウキビ農園から始めて、その後カリフォルニア・ロサンゼルスにやってきました。このお寺は90年前、6月だと思いますが、在家の人の家の2階で始まりました。それは仮のお寺であったものの、11月にはその地に落ち着きました。一年後、このサウスヒューイト通りの土地を取得

しました。このお寺を建設するために苦勞して生計の一部を提供した人々、移民の人たちの歴史を忘れることはできません。



同時に、たとえこれらのお寺が主に日系アメリカ人のためのお寺のままであったとしても、日系アメリカ人や日系カナダ人のコミュニティがどんどん小さくなっていることは明らかです。中国人やベトナム人、韓国人とは異なり、日本人の移民は連続的な波としてやってこなかったため、日系アメリカ人のコミュニティはますます小さくなってきています。しかし、これについては、もう一つ別の考え方があります。すべてのアジア系アメリカ人の中で、日系アメリカ人は他の人種の人と結婚する割合が最も高いのです。現在、90パーセントの日系カナダ人は混血です。2020年までに、アメリカにおける50パーセント以上の日系アメリカ人は混血になるようです。そこで、私たちが人種的、民族的、そして時に宗教的（家族の1人は仏教徒でないかもしれない）にミックスした家族を歓迎し、そのような人々をお寺に迎え入れない限り、お寺のアイデンティティにおける日系アメリカ的部分は危機に瀕することになります。実際のところ、日系アメリカ人をすべて歓迎したとしても、私たちは多民族コミュニティを迎え入

れるお寺にならなければなりません。まさにそれこそがロサンゼルスだからです。これが、日本、日系アメリカ人、多民族、多人種とのつながりに関連した将来についての私の考えです。私はこれらの問題に深く入り込んでいくことはできませんが、今後私たちが考えていけるように指摘だけはしておきたと思います。

検討すべき最後のものは、私たちはどのように実践をしていくかということです。禅宗寺は毎週土曜日に禅堂において坐禅をしています。これは、多くの禅センターや他のお寺と同様にこのお寺のアイデンティティの重要な部分です。坐禅を通じて、内面を見つめ、自己を理解し、自分のさまざまな部分を理解して癒し、心の静けさ・集中力・慈悲心を増し、自己についての洞察を得るために仏教的な修行を行なうさまざまなやり方があることを知っています。また、このお寺には亡くなった家族の人たちを敬うため、多くの親類がやってきます。それが葬儀であり、法事です。それは、祖父母を追悼するため、そして彼らがいなければ、自分たちが存在しなかったことを思い出し、先祖が今の自分を作ってくれたことを理解するためです。私たちはこのお寺において家族とともに、恩義と感謝という重要な価値観を分かち合い、その価値あるものを次の世代に伝え、個々の実践を通して学んだことをもっとも身近な人たちに関わらせていくのです。そして、このお寺のある部分は共同体的でもあります。個人レベル、家族レベルの他に共同体レベルがあるのです。それは、照り焼きチキンやお盆祭り、バザー、太鼓（教室）、そして自分たちのコミュニティをみんなですべてを指しています。これは将来にとって非常に重要なことでもあります。最も個人的

な修行においてでさえも、サンガにおける他の人との心と心のつながりを持つことは必要です。また、個人、家族、そしてコミュニティ、それぞれのレベルでの実践においてどうバランスをとるかを考える必要があります。これらが、私がここで言いたかったことです。

私は、今のロサンゼルスは非常に創造的な方法で考えるためには、大変興味深い時期であると思います。ぜひ、ホールの外のホワイトボードにあなたの考えを創造的に書いていただきたいと思います。今は、ひとつのアメリカの物語が別の物語によって挑戦されているこの中間的な空間において、革新的、創造的に考えることができる時だと思います。つまり、人々が「かつての東の方」について語り、アメリカの中心が東海岸であり、英国人がニューイングランドへやってきて、文明はヨーロッパからアメリカへ流れてきたとされるそういう物語が一方にあります。そこでは「文明」とは、科学や啓蒙、ヨーロッパの伝統だけではなく、キリスト教をも意味しています。それはマニフェストデスティニー（「明白なる使命」 西方領土拡大を米国の使命とする）や文明、そしてアメリカ化の物語が、東から始まり西へ流れ、そして先駆者や開拓者が西へ移動したというアメリカの物語です。仏教の伝統においては、「仏教東漸（仏陀の教えが東に伝わる）」という言葉があります。日本では、仏教東漸はインドから中国や韓国を通り、そして最後に日本に辿り着くというふうに考えられています。ですが、想像してみてください。仏教はさらにもうひと飛びして東に伝わり、ロサンゼルスにまで伝わってきています。ですからここロサンゼルスでは、これら二つの伝統が約100年にわたって出会ってきているのです。私は、新しく興味深い何かが起こるのは、ここ

ロサンゼルスだと思います。仏教徒がロサンゼルスのような都市において、宗教多元主義の素晴らしい招集者になる実例を示すことができれば、未来の禅の良い例になることができる可能性があります。また、もし仏教徒が、私たちの伝統や相互依存性や他の生き物の仏性についての理解を用いて環境政策の偉大なモデルになるといったことができるなら、もし私が外のボードになにかを書くとするなら、例えば「屋根を全部太陽光発電にしよう！」とか「時代の先を行ってこのお寺の電気を全部太陽でまかなおう！」といった何かすごいことを書きましょう。私たちはロサンゼルスに住んでいます。「道をたくさんの水素電気自動車が走っているであろう2025年までに充電ステーションを作ろう」と言うだけではなくて、時代の先を行ってアメリカ社会に何か貢献しようではないですか。

みなさんのなかに読んだことがある人がいると思いますが、道元禅師の『典座教訓』にある教えを述べて、私の話を終わりにしたいと思います。この本は、食物を正しく調理することなどについて多くの記述がありますが、典座（禅院において衆僧の食をつかさどる）の職にある僧侶が持つべき調理に対する態度やその食事を僧侶に給仕する態度などについても述べられています。その本に書かれていることをひとつの方法として、実際に食物の準備をし、そして僧堂の台所において在庫状況に気を配る必要があります。そのメッセージは、「ものを無駄にするな」と言っているように思えます。禅宗寺の寺子屋の多くの子どもたちは、「もったいない（ものを粗末にするな）」という言葉を使います。これは、手元の食材に気を配ることにより、素晴らしい食事を作ることができるという考えと同じような考え方です。これは平凡な料理人で

も素晴らしい食材を用いれば、おいしい食事を作ることができるかもしれないが、粗末な食材でも、人々のために価値あるおいしい食事を作ることのできる人が本当に最高の料理人だという考え方です。ですからこの部屋にいる私たちにとってのメッセージは、私たち自身の在庫調べをしなさいということだと思います。台所は私たち自身の心、心臓であり身体です。また、私たちの坐禅という鏡は、私たちが何者であるかを理解し、自分自身のためではなく、他の人々のため奉仕する気持ちで調理すれば、不健全な材料からでも、何かを作ることができるということを発見させてくれます。そういうことを私たち全員が一緒におこない、全員が食材となり、また全員が料理人となって、お互いが助け合い、禅と禅宗寺の将来のことを互いに考え、それをボードに書くことができたなら、私たちは今日、何か有益なことをしたことになるでしょう。それが、このお寺の責任者であるルメー総監からのお誘いだと思います。

「誕生日おめでとう」で話を締めくくらせて頂きます。

90周年を迎える禅宗寺、本当におめでとう！  
ありがとうございました。



北アメリカ国際布教90周年記念慶讃法要



## ハイチでの禅

シーバート 慈証  
アメリカ合衆国カリフォルニア州  
好人庵禅堂  
秋葉玄吾師徒弟

悟りの瞬間、ブッダは明けの明星を見上げ、“我とすべての存在が共に目覚めた”と言いました。

どのような信仰あるいは論理が苦しみを和らげるために人を導くとしても、慈悲にあふれた行動をおこすための出発点（我とすべての存在が共に目覚めた）として何かこれ以上に有益な言葉があるのでしょうか？自分自身の自由はお互いの自由と切り離すことはできません。一人の禅僧として表現すると、“私はハイチです。私は自分の指を飢えさせるのでしょうか？（私の指が身体の一部であるようにハイチの一人となっています。その私の指を飢えさせるようにハイチの人々を飢えさせることができるのでしょうか？）—それは理に合わないことです”。こういう見方をしてみると、慈悲は異なったものに見えてきます。そして、自分が支援しようとしている人たちによって助けられることで、自分が上位にいるという考えを捨て去ることができるでしょう。施す人、施される人、そして施される物からなる循環は切り離すことのできない相互依存的なものなのです。

大地震直後の2010年、私はハイチに移り住む前の数週間を禅堂で寝泊まりしていました。その時、私は夢を見ました。その夢の中で私は、崩れかかっている白い岩山の下を歩いていて、またそれと同時に私はその山自身でもありまし

た。私の岩の顔は伸び、殺風景なほこりにまみれた白い眉を細め、石の歯をこすりあわせ、下を歩くととても小さくて弱々しい女性の頭の上に塵が降り注いでいるのを見ていました。これこそが現在も自分の身体の延長（一部）として見るようになったこの土地における刻々の禅修行について、私が抱いているもっとも的確なイメージなのです。自分の身体の延長でないような土地があるでしょうか？さらに、ハイチは非常に厳格な師匠であり、それは独特です。施す人、施される人、施される物がひとつであることを見失った瞬間、たちまちそのすべてが台無しになります。ハイチの人々は分離の臭いをかぎつけます。彼らは、文化として、外国の人々から見下されたり搾取されたりすることに慣れており、また同時に、精神や繋がり、相互関係について非常に高い気づきを持っているからです。

ハイチの文化は、世界の他の国々の人々がそうする数十年も前に国民が奴隷制を廃止させ、その時から常に相互依存のために立ち上がってきました。ハイチに移り住んで、地震直後におこる家庭内暴力や性的暴力を防ぐために働こうと思ってやってきた時、私は多くの人たちが抱く“施したい”という衝動に駆られました。私たち全員、人を助けるためにできることなら何でも施したいと望んでいました。しばしば、近年の危機的状況やその他の出来事—ハリケーンや伝染病—に心を動かされて、施しをしたいという善意で外国の人々がハイチにやってきました。私たちの慈悲は確かに贈り物です。しかし、慈悲は単に施すことだけに関わるものではなく、施されることにも関わっているのです。そして、またすべてに対して価値のある施された物に関することでもあるのです。あなた自身が欲しいとは思っていないものを施すこと、あるいは、

また交換の一部としてその人がまだそれに見合うだけのことをしていないものを施すことは、人を乞食にするようなものです。その行為は、人々に深い侮辱感を与えます。そうではありませんか？

私の友達であるヤロキは、援助にやってきたハイチ以外の人たちがハイチ人の尊厳を最大限尊重するような方法で交流するように援助する専門家です。私のハイチでの最初の1週間、ハイチを支援したいという私の思いに対して彼はこのように言いました。「これまでハイチには地震の後、数十億ドルの援助があったが、そのお金は私たちの喉のところで詰まっている。私たちはあなたたちが送ってきた数十億ドルで窒息しそうだ。でも、そんなことはこれが初めてじゃないんだ。おれたちがやりたいことは、あなたたちに何かをあげたいということなんだ。それをやらせてくれよ！」

私はハイチで施されることを毎日学んでいます。ある日、私を自宅に滞在させてくれていた女性が私を驚かせようと、炎天下の中3時間かけて私の洋服を手洗いしてくれました。そうすれば私が洗濯しなくてすむからです。またある日、彼女が私のために購入してくれたベッドの上に雨漏りがしていました。彼女のいとこがタン屋根でそこを修繕してくれました。その間、彼女は私をベッドに寝かせ、自分は床の上にマットを敷いて寝ていたのです。次の日、私は空腹に加えて、ポケットに一銭もありませんでした。その時、引きちぎれたズボンをはいた陽気な笑顔の男の人が、私のために屋台でピーナッツを買ってくれました。訪問者に最善のことをしてあげることは光栄なことであり、ハイチの人々はそれを実践しています。私も彼らの布施

の心に触発されて、彼らが私の家に来た時には、彼らと同じようなことをしようと初心者のように試みています。

人々は、毎日私にいろいろなものを求めてもきます。しかし、地震が起こってから、数ヶ月もしくは数年経ったあとでもまだ存在しているテントキャンプに、陽気な顔で善意の外国人の団体がやってきます。そして、ハイチの人々は辛抱できないほど待たされた挙げ句、歯ブラシや“古くてチクチクする毛布2枚”などの支給を受けるのですが、私はその時の彼らの表情を見てきました。彼らが海外からの団体に足を運ぶのは、支援物資を必要としているからです。ある人たちにとっては、それは深い謙虚な行為です。禅僧のおこなう托鉢と呼ばれる行乞のように。しかし托鉢でさえそれは交換なのです。一切衆生の幸福のために唱えごとをし、それと交換にお米や野菜、またお金でも、施されるものは何でも受け取ります。支給を待つハイチの人々の多くは素顔の上に仮面を装っています。たとえそれが笑顔であっても。それは自分たちがもらった何かと交換に与えなければならないものを誰も欲しがっていないし、気にも留めていないことを恥じているからなのです。

ハイチの人々は、必ずしも全員が急を要する事態に直面した時に相互依存ということを明確に示すことができるわけではないとしても、そのことを深く理解しています。この場合に行うべきことは、それぞれの交流における相互依存性を再確認することです。私の知らない人々が私に何かを求めてきた時は、私はいろいろ試して、そして彼らの表情を見て、私がやったことがはたして彼らを喜ばせたかどうかを見極めるのです。しばしば失敗をすることもあります。



しかし、上手くいくこともあります。彼らが求めてきた時、私はクレオール語で“私にはあなたたちの子どもの学費はありません”とか“私はあなたのために医療訪問の費用を支払うことはできません”と言います。彼らが心地のいいように彼らの言葉で丁寧に“できない”と私が言うと、不思議なことに、彼らの表情がパッと明るくなることがあります。それから、私は彼らに私の知らないことについて質問します。例えば、どこかへの道順や、意味のわからないハイチのことわざのことなどです。そうすると、彼らは突然豊かな表情になり、私にこやかに答えてくれます。おそらく、これが会話の始まりであり、そして相互に依存している者同士として関係を強めていくことなのです。一旦関係が近くなれば、彼が必要としているもので私が何をもっているかが私にも見えてきます。しかし、そこまで達するには、心配りやコミュニティとの関係ができた、そのずいぶん後のことになり

ます。ハイチの人々はコミュニティという貴重な宝—サンガーを育てていくのがとても巧みです。そのため、共同でなされないことには、ほとんど信用を置きません。

例えば、ハイチの人々は「調理した料理は誰のものでもない」ということわざをしばしば使います。食べ物が日常的に乏しい国においては、食べ物は相互依存ということを日々思い出させてくれます。食べ物はサンガのために用意されますから、相互依存のコミュニティにおいては誰が施し、また誰が施されるかは、その日に誰が食べ物を提供できるかにしただって替わっていきます。あなたがおなかが空いていれば、近所の人のところに行き、彼らがあなたに食事を施してくれます。あなたに余分な料理があるときには、それを近所の人たちに分けてあげるのです。あなたに問題がおこった時、大声で叫ぶと近所のみんなが駆けつけてくれます。彼らは



写真提供：デップ・ベン

あなたにひどいアドバイスをするかもしれませんが、そばに居てくれるのです。そして、次の日もあなたを心配して訪ねてきてくれます。

ハイチの人々はこのようなことも言います。“多くの手があれば、荷物も重くはない”。禅寺においては、働くこと（作務）は修行です。薪を割り、水を運ぶ、一滴の水も無駄にしません。私が自分の仕事をしなければ、他の人も自分の仕事できません。ハイチの田舎では、まさにそのようなやり方でものごとがなされています。山間部の植え付けの時期の朝を想像して下さい。昇り始めた太陽がすでに赤い大地や働く人々の背中を熱く照らしています。植え付けの日取りの決定はみんなでおこない、種を買うためにみんなで苦勞してお金をかき集めます。そして、みんなで鍬をもってあなたの畑に集まり、大地を掘り起こし苗を植えます。一ヶ月前に私たちの誰か一人が種を持っていたとしても、植え付けの作業を自分一人で決めることはできません。自分ひとりで植えたなら、ニワトリや鳥があなたの作物を食べ、それから私の作物を食べるでしょう。しかし、みんなと一緒に植え付けをするなら、損失を分かちあえます。そして、土地の精霊に祈る歌を歌い始めます。この歌に合わせて作業をすることで、畑に鍬をみんなですろって振り下ろせるようになるのです。若い少女たちが一列に連なり、頭の上に水でいっぱいになった重いバケツをのせ、一滴の水もこぼすことなく上手くバランスを取りながら運んできて、大地にそれをおろし、畑で作業をする人たちに飲ませてくれるのです。

私はハイチに禅を持ってきませんでした。しかし、それはここにあります。そして、私たちは共に目覚めるのです。



## 坐禅への脚注集 (5) 釈尊の樹下の打坐—その1—

所長 藤田一照  
曹洞宗国際センター

わたしは、只管打坐の坐禅の系譜を逆にさかのぼっていくと、釈尊が樹下で行じた打坐に行きつく、と考えている。「仏仏祖祖正伝の正法は、唯だ打坐のみなり（『永平廣録』巻四）」（釈尊から代々正しく伝わってきた正しい教え[実践]は、ただ打坐することである）という道元禅師の言葉をそのまま受け入れているからである。そこでの打坐がいったいどういう意義を持つものであったのかについて論じてみたい。その際、釈尊がそもそもどのような経緯を経て樹下の打坐へと到達されたのかというところから考察を進める必要がある。そのための資料としてわたしが参考にするのは『中部經典 第36 大サッチャカ経』である[1]。

この經典によれば、釈尊は「年若く、漆黒の髪をもつ青年であり、すばらしい青春がありながら、人生の初期に、母父が望まず、顔に涙し、泣いているにもかかわらず、髪と髭を剃り、黄衣をまとい、家を捨てて出家し」とあり、その後南に向かい、当時商業都市として栄えていたヴァイシャーリーに赴き、アーラーラ・カーラーマという名の仙人を訪ね、教えを乞う。釈尊はこの師のもとでほどなくその教えを究め「無所有処」という境地を体得する。そして師から共同して弟子たちを統率するように請われるが、「無所有処に再生するかぎり、この法は、厭離のためにはならない。離貪のためにもならない。滅尽のためにもならない。寂止のためにもなら

ない。勝智のためにもならない。正しい覚りのためにもならない。涅槃のためにもならない」と思い、そこを去る。

さらに南下してラージャグリハに到り、今度はウダカ・ラーマプッタという名の仙人のところへ行き教えを乞う。そこでは「非想非非想処」の教えを受け、ここでもまたほどなくその境地を体得し、前回と同じように、師から共同して弟子たちを統率するように請われるが「非想非非想処に再生するかぎり、この法は、厭離のためにはならない。離貪のためにもならない。滅尽のためにもならない。寂止のためにもならない。勝智のためにもならない。正しい覚りのためにもならない。涅槃のためにもならない」と思い、そこを去る。

こうして釈尊は、当時名声を馳せていた2人の瞑想指導者のもとで修行に励み、そこで教えの究極を極めたものの、いずれも「その法に満足せず、その法から厭い離れ、出て行った」のである。それはいったい何故だったのであろうか？もし釈尊がそこで満足していたなら、つまり当時の宗教的伝統(バラモン教)が提供するもので満足していたとしたら、仏教という新しい、革新的な道は切り開かれなかったはずである。だから、私たち釈尊門下の者にとってこの問いは修定型の瞑想と坐禅の違いという重要な問題に関わるものとして深く参究していかなければならない。これは、後に取り上げることになるであろう「坐禅は習禅にあらず」という道元禅師の言葉とも関連している。

さて、そこで釈尊はさらに南に進んで、当時の宗教都市ガヤー郊外にあるウルヴェーラーのセーナ村付近で、今度は瞑想行と並んで当時の

もう一つの代表的な宗教的行法であった苦行に励む。『大サッチャカ経』によればその苦行は実に厳しいものだった。一定の間呼吸を止めて精神の集中をはかる「止息禅」は彼の肉体を責めさいなみ、少量の豆の汁を摂取するのみの苛酷な断食の日々が続けられた。釈尊のからだは老人のようにやせ衰え、背骨は曲り、立ち上がろうとしては前に倒れ、坐ろうとしてはあおむけに倒れるというありさまであった。「過去、現在、未来のいかなる沙門、あるいはバラモンが、急激な烈しい苛酷な苦を感受したとしても、これこそ最高であり、これ以上のものはない」と後に述懐するほど徹底した苦行を行ったのである。しかし、「この苛酷な難行によっても、私は人法を超えた最勝智見を得ることがない」という思いを生じ、あしかけ7年にわたる苦行をついに放棄することになる。

この苦行の放棄に関しても、それはいったい何故だったのか、教科書的な通り一遍の解答で満足するのではなく、自分自身に引きつけて深い参究をしておかなければならない。釈尊がやったような苛酷な苦行には到底およばないとしても、私たちはともすると苦行主義的なメンタリティに陥り「安楽の法門」であるはずの坐禅をいつの間にか苦行にしてしまうことが多いからだ。

こうして釈尊は当時のインドにおける代表的な二大行法である瞑想行と苦行のいずれをも徹底的に試みるのであるが、結局のところ満足な成果を得ることができなかつたのである。つまり既成の方法では目的を達することができなかつた、彼の宗教的探求はこの時点で失敗、不成功、という結果に終わったということになる。この時、挫折し行き詰った釈尊の前には2つの選択肢があった。もうこれ以上の探求をきっぱ

りあきらめるか、あるいはそれまで一生懸命試みてきた修定でもなく苦行でもない前人未踏の独自の道を切り開くか、そのいずれかである。

釈尊は後者を選んだ。「覚りの道が他にあるのではないか」とのかすかな希望とともに、釈尊は幼いころのある出来事を思い出す。「釈迦族の父が儀式を行なっているとき、涼しいジャンプ樹の木陰に坐り、もろもろの欲を確かに離れ、もろもろの不善の法を離れ、大まかな考察のある、細かな考察の、遠離から生じた喜びと楽のある、第一の禪に達して住んだことを憶えている。」この回想が契機となり、「これこそが覚りへの道にちがいない」という確信をもって、村娘スジャーターの捧げる乳粥をとって体力・気力を回復し、ナイランジャンナー河に沐浴して身を清め、河岸近くの本の菩提樹の下に打坐したのである。

さて、われわれはようやく釈尊の「菩提樹の下の打坐」にまでたどりついた。ここで問題とすべきことはこの打坐がどのようなものであったか、ということだ。わたしは、釈尊が菩提樹の下で坐った打坐は、それ以前の瞑想や苦行と比べて根本的に異なる営みであったと考えている。極めてラディカルで革新的な質をもった打坐が人間の歴史の中で初めてそこに出現したのである。そこから、全く新しい、人間がこの世において幸福に生きる道を説く仏教が誕生することになる。釈尊における瞑想・苦行から樹下の打坐への転換、シフト（切り替え）、そこでなにが起きたのか、それをどう理解するか？ 釈尊の樹下の打坐が持つラディカルさ、革新性、それをどうとらえるか？ これはわれわれが只管打坐の坐禅をどう理解し、また実践するかということに直接関わってくる大事な問いかけである。

われわれ坐禅修行者は坐禅をするそのつど、釈尊に起こったこの質的転換を新鮮に再現し、2,500年前の樹下の打坐が備えていたあの革新性をそのままそっくり現在の自分の打坐の上にもたらしべく工夫努力しなければならない。さもなければ、釈尊から伝わってきた打坐が、乗り越えられていなければならないはずの瞑想的あるいは苦行的なものにすり替わって行じられる羽目になるだろう。

「菩提樹の下の打坐」のどこがどう革新的だったのか？ この点に関しては、さまざまな切り口で論じることができるだろう。ここでは、釈尊の菩提樹下の打坐の特徴を「身心の自ずからなる働きを、意識が人為的にコントロールすることなくそのままに、深く細やかに観じている」こととしてとらえ、その観点から論じていくことにしたい。

菩提樹の下に打坐する前、釈尊は二つのあり方、生き方を経験してきている。まず始めに経験したのは王城での世俗的な生き方である。それは、身・口・意の三業をほとんど無意識のうちに行ってしまうようなあり方である。知らない間に身につけた「習慣・習癖」のままに身で行い、口で語り、意で考えて生きている。それを何の疑問も抱かずあたりまえのように思っているが、いつのまにか外からインストールされたプログラムをそれと知らずに繰り返し実行しているロボットのようなものである。「自動操縦状態」と言われる自覚、気づきの欠如したあり方だ。それを仏教では「無明」とよんでいる。

こうした世俗的な生き方を厭い、出家という決断をして釈尊が次に選んだのは修道主義的な生き方であった。それは世俗的な生き方を否定するために（あるいは聖なる生き方をするために）、

身・口・意の三業すべてを意識で外側から一方的に管理し、コントロールしようとするあり方である。このあり方ではある理想の状態があらかじめ想定され（たとえば煩悩の滅尽とか解脱など）、その実現のために効果的な洗練された方法やテクニック（瞑想や苦行の行法など）が用意されている。そしてその方法やテクニックに厳密に従うよう身心が恣意的に操作されることになる。いわば、野蛮な身心をうまく支配して飼いならそうとするようなものである。

この二つのありかたをもう少しわかりやすくするために息を例にとってみよう。われわれは通常、自分が普段どのような息をしているか、ということについてまったく自覚がない。自分ごく普通に息をしていると思っ込んでいる。しかし、その「普通の息」はさまざまな事情によって「本来の自然な息」になっていないことがほとんどなのである。呼吸法の修練によって本来の自然な息を見出した者から見れば、きわめて不完全で浅く不規則な息だと言わざるを得ないような低いレベルの息なのだ。そういう不完全な息だからといってすぐに命に関わるわけではないのだが、長い期間にわたってそういう「不自然な息」を「普通」に続けていることからもたらされるさまざまな「症候群」をわれわれは実際のところ患っている。しかし、そこに自覚がないのでそれが改まる可能性はほとんどない。これが息に関する「無明的」あり方である。

一方、そういう「普通の」息では健康になれないと考え、なんらかの呼吸法を学んで息を改善しようとする人もいる。その人は、これこそが理想的な呼吸の仕方をマスターできる最高の呼吸法だと思える方法をあれこれさがして見つけ出し、それを身につけようと懸命の努力をする。そこでは、どうしてもその方法が優先することになり、その方法に従って息を統制するこ

とになる。その方法が想定している目的通りの息ができるようになれば成功とされるのだが、これでは自然な息ではなく「人工的な息」になってしまうのである。全身にわたる複雑精巧なメカニズムの働きによってなされているのが呼吸の実態であるから、意識で外側からコントロールできるのは実はそのほんの一部でしかない。意識で息を変えられると思うのは実は傲慢な幻想であり、このやり方では本当に深いところから息を変容させることはできないのである。これが息に関する「人為的」あり方である。

[1] 片山一良訳 『中部（マッジーマニカーヤ）根本五十経篇Ⅱ』第36「大サッチャカ経」大蔵出版

（続く）

## 国際ニュース

### ヨーロッパ国際布教総監部協議会

期日：2013年5月17～19日

場所：フランス共和国・禅道尼苑

### 南アメリカ国際布教師会議

期日：2013年7月4日

場所：両大本山南米別院仏心寺

曹洞禅ジャーナル 法眼(年2回発行)

編集兼発行人 藤田一照

発行所 曹洞宗国際センター

Soto Zen Buddhism International Center

1691 Laguna Street, San Francisco, CA 94115 Phone: 415-567-7686 Fax: 415-567-0200