

世界は開かれる——禅寺での一日

南フランス別院 ル・ス・・淨信

コン、コン、コン 夜明けの静寂の中に響く四角い木の板を木槌で打つ音。朝四時、すでにじつとりと蒸し暑い。二階では床から起きだし布団をたたむ人々の音がする。一番早く起きた人々は、すでに外に出て金だらいで顔を洗っている。長い袖の墨染の衣を身につけ裸足で今日の第一回目の坐禪の為に禅堂へと急ぐ。庫裏では典座（注・1）が粥を暖めている……瑞岳院での一日が始まる。

朝一番のさえずりが応える。朝陽が昇る、そして雲の浮かぶ空に向かって樹木は葉を振るわす。手を合わせ、足早に、人は皆本堂に向かう。ある者はまだ眠りからすつかり覚めていないようだ。一回の週末だけを、あるいはもう少々の日々を過ごしに来た、招待客達であり時には些か戸惑いを見せている。

僧侶は線香に火をつけ、蠟燭を灯し師を迎える為に部屋を整える。僧侶達の低い読経の声が最後の鐘の音の終わりに重なる。



朝食がおわるやいなや、活動は密にしかも計画的になる。その前に、雲の形をした青銅でできた雲板の合図で人々はそれぞれ茶碗を差し出してご飯と沢庵を頂く。これが一日の始まりの食事である。それは茶の湯の作法にもにている。正確なる動作、集中度、静寂な雰囲気。その後にお寺の掃除のときがくる。ほうき、塵取り、バケツ、そして雑巾が土間に一列にならんている。一言のおしゃべりも無い。しかし注意は他の人に向けられて調和がある。

この調和こそが一日の本質そのものを築いているのである。強制されるから、あるいは、団体生活をする上の義務だから皆が同じ時間に同じ事をするというのではなく、各人が他の人に注意をむけてその人達の実践に合わせようと努めているからであり、少なくとも他の人達の邪魔にならないように努めているからである。

「私、私はこうしたい、私はこうする習慣があ

る”といつたすっかり自分の中に根を降ろしてしまっている。“己”中心の考え方をすることは時として難しいことである。ここでは、禅の修行を通して、自分を学ぶことができる所以ある。

それに、寺に着いたらまず始めに心に留め置かなければならぬのは数々の音である：木製や金属製の太鼓や鐘などが一日の各時間を示す。坐禪と坐禪の間の作業時間（作務）、食事時間そして笑い声とおしゃべりに包まれた、一時のくつろぎである戸外でのお茶の時間（大歓迎される）、そして一日の始まりと終わりを告げる音。春には鳥の鳴き声、夏には耳をつんざく蝉の声、又彼方に流れる川のざわめき。

この寺の事を語るときこれ程身近にある自然を思い起こさずにはいられない。瑞岳院は町から歩いて一時間、松や針葉樹の森の中に隠れ、街道の最後の曲がり道でやつと目に入るとところ

にある。隣人といえば栗鼠、鹿、狐、そして時にはさまよう熊だけである。

四季は直接的で荒々しい：夏は暑く、冬は寒い。安樂な生活に慣れきった我々にはこんなごく自然な事実も驚異に思える。電話も無く、電気も無し、殆ど暖を取らず、冬にはしばしば水も無い……。これは“良き時代”神話への懐古ではないが、日常注意も払わずにいる当たり前の出来事を直に体験する機会なのだ。水を汲むとき、水の本当の味を味わえ、薪を準備しては暖かいとはどんなことかを識る。数日間物を使わずに体ごと日常生活にぶつかっていくのである。

おしまいに、日本的生活の特典である“お風呂”がある。夕方五時半、一般に一杯の“うどん”か“そば”的軽い食事が済むと、熱い風呂の時間である。そこで今日の疲れを癒すのである。木を切り倒したり幹をはこんだりあるいは

庭仕事をやらなければならなかつた哀れな都會人たちよ！その上、數時間も坐禪を組んだための痛みもある。風呂の後には、小休止がある。たばこをのんだり、一言二言言葉を交わす。幾人かはもはや一日で一番長い一日の締めくくりになる二時間近くの本日最後の坐禪に思いを馳せる。

また鐘の音。朝よりもゆづくりと重々しく。朝と同じ人影、同じ素足がピカピカに磨き抜かれた廊下を急ぐ。夜の坐禪、自然がみな静寂に戻り、闇に包まれる時間。音もなく、それぞれ自分の場所にすべり入り、お辞儀をして座蒲団を敷いて壁に向かう。導師が登場する。僧侶が線香を渡す。祈りを捧げる為に平伏する……衣ずれの音……すべては蠟燭の灯の下で黄金色である。一時、禪堂は乾いた警策（注・2）の肩を打つ音に打ち震える……再び静寂は戻る。より一層深く、生き生きと。

最後の人影。典座がすべてがととのつてゐるか明日のお米はとがれてゐるか、夜中鼠がひいていくようなものは何もでていなかを確かめる。もう一人の僧侶が部屋の近くに置かれた石油ランプの炎を調節し皆が部屋に引き取つたかを確認すると仏壇に最後の一礼をする。

コン、コン、コンまた新しい一日が始まる。昨日と同じ、私が滞在した数年間に流れた日々と同じように……沈黙、作業そして坐禪の一日が……。コン、コン、コン普段と変わりないこの日、昨日よりは一層暑くなるかもしれない……。だがそのうちに流しには氷が張り、素足に床の寒さが突き刺さるようになるだろう。軽い夏布団を厚く重い冬布団に変えねばならない。そして毎日の作業を行う共同の部屋にただ一つのストーブを掃除することも必要になる。コン、コン、コン撞木を持つ僧の手に雪片が舞い落ち夜の闇はより一層濃く真の暗闇となり禪

堂にもランプを持つていかねばならない。水道の導管は凍てつき水を汲みに二人の人間を典座は川へやる。

坐禅を組み、労働をし他の人とともに食事を頂き、食事を作り、近隣の村へと托鉢にてかける。一日、また一日。単純な日々である。一つのことをなしおえたら次の事にかかり、共同体の調和を保ち、他の人と共に、他の人の為に安らかな気持ちで働く。『水を汲み、木を切る』これが先人によつて与えられた禪の生活の定義である。日常生活の中で、少しの空間で、しかし想念は広く外にむけられて……。ただ一人、しかししながらいつも他の人とともに本質のみが残された空間を作り上げる。禪とはこんなにもシンプルなのに我々は何と複雑なのだろう！物があるがままの姿でとらえられる様になるには幾多の年月が必要だろう。暑かれ寒かれ、騒がしかろうと静寂だろうと、坐禅の時だろうと作

業の時だろうと、たゞ一つ常に同じ——人生はあるがまだ！

一片の塵の中に、宇宙のすべてがある。

花が開くとき世界は開かれる

(禪林句集、十五世紀)

注 (1) 台所と食事を担当する人。寺の五人の指導者の一人。典座の仕事は一般にかなり禪の実践の経験を積んだ人に委ねられる。料理がうまいかということは實際たいした問題ではない。委ねられた仕事をうまく成し遂げようとする努力、それに向けられる細心の注意が大切なのだ。食事を供するというのは寺の住人が支障のない生活を可能にすることである。多すぎもせず少なすぎもしない食事を整えること、皆に行き渡る食事を準備することだが無駄をだしてはいけないのだ。何故なら

寺は喜捨で生計をたててているのである。した

がつてしつかりした選択眼を持ち、広い視野で判断できなければならない（大まかにいうと、私はこれが好きだからたくさん作るというのとは正反対である）。食事を準備するということは、貴方の実践が見られ、感じ取られ、食べられ、皆に導かれているということなの

だ。

(2) 時に導師は長い木の棒で坐禅を組んでいる人の肩をたたく。それは罰を与える意味ではない（禪堂は小学校ではない）が禪の実践が出来ない人を助ける為である。たたく前後に師と弟子はたがいに尊敬の念を持つているという意味をこめて礼をかわす。

