

儀式について ON CEREMONY

前角博雄 老師

私は前々から、あなた方のユダヤ・キリスト文化における“ceremony”（セレモニー）「儀式」という言葉の語源の意味あいを知りたいと思っていました。この言葉の起源を知ること、私たちがどのように生きるかや、私たちが修行の中で見落としている点を発見するのに役立つと考えたからです。ラテン語において「セレモニー」という言葉は“caerimonia”という語になります。それはラテン語の“cure”という語につながっていて、“cure”（治癒）つまり癒

す動作(heal)、または癒される(to be healed)という意味あいなのです。したがって、「セレモニー」という言葉の意味には、何かを治癒したり、また何かによって癒されるといった意味が含まれているのです。そこで私たちは、「セレモニー」・「儀式」を行じるにあたり、一体何が癒されるのか、また何によって癒されるのかを問いたださなくてはいけないのです。

そこで“heal”「癒す」という言葉が出てきましたが、その意味は“to be healthy”（健康にな

る」という言葉につながっています。そうすると健康的な生活を送るということは、儀式的に振る舞うということになるのです。ある決められた「かた」や「作法」にしたがって行動するとき、それは儀式になります。健康的な毎日を送るためには、自分の文化や民族的価値にしたがい毎日を儀式的に振る舞わなくてはいけません。朝目が覚めてから寝るまで、私たちは儀式を通して生きています。朝起きて顔を洗い、歯を磨き、食事をするといったごく単純な日常の作業もある「かた」にしたがって行っているのです。例えば、食事をとるときには、フォーク、ナイフを用い、また日本では箸を用いるといった「かた」にしたがうことも儀式的の範疇です。あります。また仕事場において、私たちはある決まったやり方で同僚と挨拶を交わすことも、儀式的な行為であります。このようにある決まった「かた」や「作法」の中で、ほとんど基本的

な日常の作業が遂行されていることは、興味深いことでもあります。実はこの「かた」や「作法」についての問題は、私たちの大多数にとつての問題でもあります。何故なら私たちの多くは、インフォーマル(略式的)であることや、カジュアルでいる(くだけた、形式張らない)ことを好みます。しかし、注意してみるとフォーマル、インフォーマルの如何にかかわらず、そこには必ず「かた」や「作法」が存在するのです。

セレモニーの一つの定義として「Law」(規則)という言葉が挙げられます。生活の「規則」ということです。またフォーマリティー(儀式的・正式)の反対としてインフォーマリティー(非儀式的)があります。朝起きてから夜寝るまで、私たちは規則や慣習に支えられた儀式的の連続の中に生きています。あなたたちの目には、形式張らないインフォーマルな生活のほうが簡単でひよっとしたらより快適に映るかもしれませんが。

それではインフォーマルやカジュアルでありながら、私たちは健康な生活を築く礎となる規則や慣習を順守することができるでしょうか。例え習慣的に行っているごく単純な行いでも略式的になおざりにすることは、何かを見落としてしまったり、無視する結果となってしまうのです。それでは私たちは一体どのように自己を癒し、健康になるための規則に準じて生活すればよいのでしょうか。またどのようにこの瞬間、瞬間に自分を律して行けばよいのでしょうか。

例えば朝起きる時間になれば、私たちは単にベッドから体を起こし起きあがります。簡単な動作ですが、あなたはそれをどのように行っていますか。「作法」通りに行うことで、あなた自身の生活を律することができます。もしインフォーマルに気ままに、手当たり次第にやっているとしたら、そこに何かを見落としていることになり

気楽にやることは快適で簡単なように見えるかもしれませんが、そのようにインフォーマルであることは本当により快適でしょうか。この問題をもう少し考えてみましょう。今日この禅堂に集っている人の中で、ある人達はフォーマルな服装をしています。またある人達は比較的インフォーマルないでたちであります。ある程度のインフォーマルな服装は差し支えありません。ある一定の状況のもとでそれが許される限りは、そのような服装でもかまいません。わたしは禅堂では坐禅用の着物や袴でなくても長袖、長ズボンを着用していれば気にしません。しかし夏の暑い時など、半ズボンで坐れば、快適だと思いかもしれません。逆のことも言えます。もし着飾りすぎて礼服などで坐禅を組めばこれもおかしいでしょう。ある一定の「かた」や「作法」に従うことは、私たちがカジュアルになりすぎる傾向を治してくれるのです。また自分勝

手に何でも省略してしまうことは集団の調和を乱してしまいます。坐禅堂においては、一人一人が調和を重んじなくてはいけません。それゆえその場その場の「作法」があらかじめ決められているのです。各々の状況は、ある一定のやり方で規制されています。そのようなやり方にしたがうことがセレモニーの意味であり、ひいては健康になるための最善の方法なのです。

私はここまで特に個人の行動の重要性を強調してきました。しかし個人的な行動も、集団的な行動もまた同じだと思っています。何故なら社会、国家、世界といった集団もまた私たち一人一人が基礎となっているからです。このような認識の上に一人一人が儀式的にその場をわきまえて物事を行うことによって、自己中心的な考えを避け一つに調和を保つことができるのです。

ところで冒頭でお話した癒しについて興味深



い点があります。例えば、病は不調の症状であります。それは心や感情であったり、身体的なものであったりするわけです。いずれにせよ、私たちは儀式的に調和のとれた生活をするにいたるまでは病んでいるのです。もちろん儀式的な生活を営んでいても病気になることはあります。それでは私たちはどのように自分自身を整えて行けばよいのでしょうか。心と体、そして自分と周囲の調和に注意を払い、「かた」や「作法」に則って儀式的に物事を行う努力が必要なのです。このように正しい方法で生活を営むことによつて病は避けることができるのです。もしそれを実行しなければ様々な問題を招く結果になってしまうのです。

私たちは「仏道」、文字通り仏の教えを修行しています。道元禪師は「仏道をならふ」というのは、自己をならふなり。自己をならふといふは、自己をわするるなり。」とお示しになられています。

それでは自分自身を忘れてしまったら一体どうなるのでしょうか。仏道があなた自身の生活を明らかにしてくれるのです。それが儀式の目的なのです。道元禪師はさらに続けて「自己をわするるといふは、万法に證せらるるなり。」とおっしゃっておられます。万法とは朝起きてから夜床につくまでの立ち居振る舞いにおける「かた」、「作法」であります。つまりその「かた」、「作法」にしたがって精進することが万法に證せられることであり、それが悟りそのものなのです。

それでは一体誰が気ままに不規則な生活を創り出すのでしょうか。私という我がそうさせるのです。「セレモニー」、儀式は問題の元となる自己中心主義を避けるための「かた」、「作法」に他ならないのです。自己中心な生活は、他人との間に問題を生じさせるだけでなく、自身にとつても問題となるのです。普通私たちはこの意味で「儀式」という言葉を理解してい

ません。しかしこの定義はあなたたちのユダヤ・キリスト文化の伝統に則っているのです。あなたたちの伝統文化から生まれた智慧において、生活を律する方法を「儀式」として受け継いでいるのです。

私が話を始める前、私たちは三度お拝をしました。お拝は仏教の伝統では重要な行為です。インドでは九種類の異なった礼拝らいはいの作法があります。その中で最も丁寧で、うやうやしいお拝を私たちは行っています。両肘、両膝そしてひたいをも地面に着けます。インドやチベットでは、ある人たちはお拝をするとき体を投げ出し地面にうつ伏せになります。これは完全な我や自己の不在を意味します。完全に生の法則に従順になるのです。このお拝の仕方が最も丁寧な作法であります。どのようにしてあなたはあなた自身と、また同様に全てのものと同体になることができるのでしょうか。まさにこのお拝が、

自己を忘れ悟りにいたるお拝なのです。

同じことが顔を洗ったり、歯を磨いたりすることに言えるのです。この中のいく人かは道元禪師の著された『正法眼蔵』の「洗面」の巻を読んだことがあるかもしれませんが。顔を洗うことは正法眼蔵そのものに他なりません。顔を洗うことはこの上もないことなのです。道元禪師はさらにトイレでの作法、お尻の拭き方まで書いておられます（笑）。道元禪師は極端に儀式的な作法を細部にわたってお示しになっておられます。私たちがこれを読むと大変はかかげてるように感じますが、道元禪師は真面目に語っておられます。そのようなやり方が悟りの体現に他ならないのです。生きることそのものなのです。日本ではもちろん私も含めて道元禪師の教えを如実に言っている人はたぶん誰もいないでしょうが。またあなたの方が英訳を読んだとき、どう反応してよいのか分からないでしょう。た

だたんに驚きを越えているといった感じでしようか。(笑)。しかし別の角度からよく見てみると、儀式的に行うことで、自分自身を秩序だたせていることが分かります。もし私たちが少しでも好き嫌いの考えがあるとこのように儀式的に行うことができません。言い換えると、そのような儀式的行為そのものが特効薬となるのです。不幸にして、この薬は強すぎるため多くの人には適さないかもしれません。

私たちは坐禅を修行しています。真に坐禅を行わずれば、全てはまかなわれるのです。そのことが儀式なのです。何事においても注意深く生活することによって、一挙手一投足が秩序だつ

翻訳に当たって

この法話は故前角老師がアメリカ人の集う禅センターにて自ら英語で提唱されたものです。

た儀式になってくるのです。この行動はただ単にフォーマルに振る舞うといった手段のためではなく、健康、ひいては生命そのもののためなのです。私たちがこのような目的で生活を営むとき、癒しや癒されるといった考えはもはや必要がなくなるのです。悟りは秩序だつたごく普通の生活のなかにあり、またそのように生きるよう自分自身を扱ってゆかなくてははいけません。それが今日お話ししたかった儀式についてなのです。

(一九九四年三月十二日 ロスアンゼルス禅センター坐禅会における提唱より)

遠藤博因

後にロスアンゼルス禅センターの寺報“THE TEN DIRECTION”1994 vol. XV No. 1 に掲載されました

た。この日本語訳はそこからおこしたものであります。

私も横浜善光寺黒田住職のはからいにて、前角老師の禅センターに数年間お世話になりました。私の場合はすでに確立されたアメリカ禅をかいま見てきたのでありますが、四十数年前にロスアンゼルスに渡られた前角老師は、全く仏教の土壌すらない白人社会に禅仏教の種を蒔かれることから始められました。比較的歴史的伝統の浅く、カジュアルに振る舞う白人達に接して、一から正法を説かれ、十余名の法継者を残されたことは、計り知れないご苦労があったことと察しております。

曹洞宗の宗旨に「威儀即仏法、作法是宗旨」とあります。私が大学卒業後、日本の僧堂にて安居修行を始めたとき、古参和尚よりこと細かく進退や作法について指導を受け、時には頭ごなしに叱責されることもありました。その当時

は学生生活でたるみきった体に、世間知らずということもあり、僧堂での修行がなかなか素直に受け止められず、不満に思えるときも多々あったように記憶しています。しかしながら道心をもって自ら修行に励むアメリカの参禅者と生活を共にし、「かた」や「作法」といったものがないかに修行を助けてくれるものであり、ひいては人生の安心あんじんへと導いてくれるものだと思えさせられました。

私自身の英語力、また日本語力の不十分さゆえにただ前角老師の提唱を正確にお伝えできなかつたか自信がありませんが、いまは亡き前角老師の法をこのような私たちでも皆様に触れていただきたいという思いであります。

合掌