

かたち

永平寺を開かれた道元禅師は「威儀即仏法、作法是宗旨」を標榜し、「かたち」を大事にされました。ですから永平寺では、一挙手、一投足に至るまで、一糸乱れずに諸行事が進められているのです。

簡単なことのように見受けられる動作の一つ一つが、すっかり自分の身につくまでには、長い年月がかかるものです。なかなか、線香はまっすぐには立ってくれないし、合掌はいつしか下がり気味となってしまいます。

心の中にどんな良いことを思っても、実践しなかったなら、何にもなりません。一つだけでも形にあらわしてみればじめて修行になるのです。修行は、とにもかくにも、「かたち」を優先します。

道元禅師に、一人のお弟子さんが、あるとき尋ねました。

「修行をするときには、心をまず調べようと努めるのでしょうか。形を調べようとするのでしょうか」

道元禅師は、

「どちらも大切な問題だが、強いて心と形に順位をつけるならば、形の方が先だろう」と答えました。そして、「身の威儀を改むれば、心も随って転ずるなり」と断定されたのです。

私は、師匠が亡くなるまで有髪でいたのですが、お坊さんとして姿形にとられなくても心構えとか責任ある行動をとればそれで良いという変な自信を持っていました。しかし、葬儀の時、後ろ髪を引かれる思いで髪を切ったのですが、その時はじめて本当の意味で住職としての覚悟が決まったような気がしました。

剃髪をして法衣を着、袈裟をかけ、自然と歩き方も違い、所作一つにしても以前とは違う不思議な感覚です。まさに、「身の威儀を改むれば、心も随って転ずるなり」と言う事を肌で感じた瞬間でした。

それでは、修行の中心をなす「かたち」とは何でしょうか。道元禅師は、「正身端坐」あるいは「只管打坐」という言葉でおっしゃっています。つま

り、「身を正しくして、まっすぐに坐りなさい」ということです。これが、道元禅師の修行の「かたち」の基本になります。

大変抽象的になってしまいますが、かたちというものは、それにとらわれてしまうと形骸化してしまいます。どういうものであってもガチンと型にはめるものではなく、進化していかなくてははいけません。進化するということは、自分自身が成長することです。それは坐相の中に現れてきます。修行のできた人とそうでない人は、後姿を見れば一目瞭然です。

身を整え、息を整え、どうしてもいい身のまわりの小ささを出来事にこだわらず、絶対的な右にも傾かない左にも傾かないまっすぐな心豊かな人生を送りたいものです。