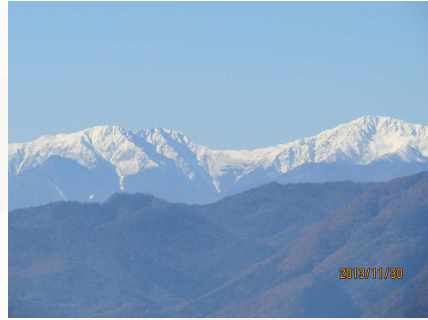


八面起清風

はちめんせいふう お
八面清風を起こす
ごとう えげんぞくりやく
(『五燈會元統略』)



はや、十二月となりました。

十二月といえば、禅の修行道場では、何と言っても「臘八大攝心」
ろうはつだいぜっしん
です。「臘八」というのは、「臘月」の「八日」つまり十二月の八日の
ろうはち ろうげつ
こと...

仏教の伝承では、今からさかのぼること二千六百年ほど昔のこと、
或る年の十二月八日の早朝、徹夜で坐禅に耽^{ふけ}っておられたお釈迦
様は、暁の空に輝く「明けの明星」を目にした瞬間、お悟りを開かれ
あかつき そら あ みょうじょう さと
た...これが仏教のはじまりです。

ですから、今日でも、日本中の禅宗の修行道場では、修行者たち
が、この日を記念して、感謝と敬慕の念を持って、十二月の一日から
けいぼ
八日の早朝にかけての一週間、「この一週間を一日として」、ぶっ通
ふみん ふきゅう ざぜんざんまい
しで不眠不休の坐禅三昧の修行を行います。そして、この特別な一
ろうはつだいぜっしん
週間の修行期間を「臘八大攝心」と呼んでいるのです。

この間は托鉢も作務(労働)もありません。ひたすら坐禅三昧... 一
たくはつ さむ ざぜんざんまい
日二十時間ほどは足を組んで座っているような状態です。

「臘八大攝心」は、その過酷さ故に、別名「命取りの大攝心」とも
ろうはつだいぜっしん かこく ゆえ いのちと だいぜっしん
呼ばれる、禅宗における修行の一大クライマックスなのです。

さて、「大攝心」と言う場合の「攝心」とは、まずは修行の過程(カリ
だいぜっしん せっしん
キュラム)、あるいは期間を指すのですが、もともと「攝(摂)」という
言葉には「収める」、「整える」、「正す」といった意味があり、「攝
おさ ととの ただ せつ
心」とは要するに、心を整え、正し、本来あるべきところにしっかりと収
めてわがものにする...そんな意味になるのです。

禅の修行は、一言で言えば心を整え、正し、わがものとする修行で

すから、禪の世界においては、修行とはこの「攝心」^{せっしん}ということに尽きるのです。「攝心」^{せっしん}とは、修行そのものの名前でもあるのです。

さて、今回の禪語、清風八面起こす...^{せいふうはちめんお}もとは、このような語です。

両頭共坐斷 ^{りょうとうとも ざ だん} 両頭共に坐斷し

八面起清風 ^{はちめんせいふうお} 八面清風起こす

「両頭」^{りょうとう}というのは、迷悟^{めいご}、凡聖^{ほんしょう}、得失^{とくしつ}、是非^{ぜひ}、善悪^{ぜんあく}、邪正^{じゃしょう}... 愛憎^{あいぞう}、苦楽^{くらく}... わたしたちが毎日直面している二元^{にげん}の対立^{たいりつかっとう}のことです。

何をするにも、わたしたちの前には、お互いに相容れない、さまざまなのが頭^{あたま}をもたげてきて、思うようには行きません。あちらを立てれば、こちらが立たず、板挟み^{いたばさ}... これらをすべてひっくるめて、「両頭」^{りょうとう}。

そして、そうしたごちゃごちゃとした対立葛藤^{たいりつかっとう}を、一気に断ちきるところを「坐断」^{ざだん}... どっしりと坐る... 身も心も、すべて投げ出して、ただ坐ることです。

損だ、得だ、楽そうだ、苦しそうだ... そんなものはすべて、ただの「妄想」^{もうそう}だと切り捨てて、取り合うことなく、ひたすら坐る...

この「ただ坐る」がきちんとできるようになれば、いつ坐るのか、どれぐらい坐るのか、どのように坐るか... そんなことはどうでも良いのです。

「いつ」「どのくらい」「どのように」... というのは、坐禪^{そぜん}の「相」つまり「姿」^{すがた}「形」^{かたち}です。しかし、「姿の坐禪」^{すがた ざ ぜん}がしっかりと身について、心がどっしりと坐るようになれば、いつでもどこでも、何をしても、坐禪という姿、形、要するに相^{そう}を離れて、心が坐る。坐りどころを得る...

ここをもって、本当の意味において「坐る」、というのです。坐禪とは、足を組んで坐る形のことではありません。この、どっしりとした「心の坐りどころ」^{ざだん}を得る瞬間、ここを「坐断」というのです。

心が坐りどころを得て、ぶれることがなければ、どんな葛藤^{かっとう}の中^{なか}にいても、その心の奥底^{おくそこ}には、清々しい風が吹き抜けるような爽やかさが感じ取られます。その軽やかな清々^{すがすが}しさこそが、本当の心の強さなのです。そして、その強さこそが、その人の周りを、清め、勇気づけてくれるのです。

