

生きる

釈尊

の出家と打坐

(下)

藤田 一照

釈尊は出家したあと、すぐさま一人で森に入って樹の下で打坐し、仏陀(覚者)になったのではない。ものの占有をどこまでも追求する水平的な「所有の次元」から、現在の深さへと目覚め、鎮まってく垂直的な「存在の次元」への転換は、出家したからといって、そう簡単には実現しない。

出家後の釈尊
がまず試みたのは、人が集まる都市へ行って高名な師を探し、その指導を受けて伝統的な宗教的探求の「方法」を学ぶことだった。

かれは、当時名声をはせていた二人の瞑想指導者のもとで修行に励み、教えの究極を極めたのだが、それには満足することができなかった。

次に苦行に取り組んだ。ここでも、指導者や先輩から「方法」の手ほどきを受けたことだろう。過酷な苦行も身心を極度に消耗するのみで根本的な解決をもたらさないと見極めて、これも放棄した。

けっきょく釈尊は、瞑想と苦行という「既成の方法」では、自分が求めていた「人生の根本的ジレンマへの真正な応答(レスポンス)の仕方」を見いだせなかったのである。

このとき、釈尊は幼いころ自分が自発的に樹の下に坐っ

たエピソードを思い出す。この回想を契機に「これこそが覚りへの道にちがいない」との確信をもち、村娘のささげた乳粥で体力・氣力を回復し、そばの河で沐浴して身を清め、大樹の下に坐った。これが「樹下の打坐」である。

「コントロール」から「感じて、許す」へ

「存在の次元」が実現

しが・なんらかの目的を目指して・ある方法を・実行する」という枠組みで行われていた。瞑想の場合は主に「心」を、苦行は主に「体」を対象に特定の方法に従って「コントロール」し、ある理想の状態に「変えよう」とする。この営みの主体は「わたし」という意識にほかならない。

釈尊が気づいたのは、このような「方法に基づくコントロール」という意識的・技術的なアプローチの限界だった。このアプローチには「所有の次元」の残滓がこびりついている。その証拠に瞑想や苦行は「心」や「体」を「わたし」の所有物として客体視し、ある「境地」や「状態」

に到達する「体験の獲得」を目指しているからだ。

樹下の打坐はそれとはまったく質を異にする。「存在の次元」を受肉化したものとして理解しなければならぬ。

一般には聞き慣れない「打坐」という言葉が用いられたのも、それが「〇〇瞑想法」だとか「〇〇宗の坐禅法」というようなテクニク的な限定から離れた「単純素朴な坐り」であることを強調するためである。釈尊が思い出したのは、子供時代に行った自発

いうような見込みや予想もなかった。いわば、まったくの「お手上げ」状態での、素手の坐りこみだった。ただ純粹に静かに「存在」していた。

そのような打坐では、身心のありのままの状態が深く繊細に感じられているだけで意識的で人為的なコントロールは差し控えられている。感覚からのフィードバックを受けて身心は自然に変化しようとする微細な動きを生み出すから、それを拘束することなく許していく。打坐とはそういう

無条件の受容の営みなのである。わたしは、

的な坐りが「〇〇のための方法」などではなかったということだった。

樹下に打坐した釈尊は、何か特定の「方法」を試みようとしたのではなかった。そばには指導者も手引書もなかったし、こうしたらこうなること

この営みを短く「感じて、許す」と表現している。

そのような在り方を道元は「ただわが身をも心をもはなちわすれて、仏のいへになげいれて、仏のかたよりおこなはれて、これにしたがいもてゆくとき、ちからをもいれ

ず、こころをもつひやさずして、生死をはなれ、仏となる」と言う。「仏のいへ」、「仏」とは、人間の思慮分別、計らいを超えた大自らの働きのことである。「存在の次元」は、「南無(仏にすべてを託す)」の姿であるこの打坐において初めて実現したのである。

近年、日本や海外でも仏教が「人生の問題を解決してくれる有効なメソッド(方法)のシステム」として注目を集める。しかし、仏教は、釈尊がメソッドではどうにもならない人生の現実に向直して「出家」し、メソッドの限界を知って「打坐」したところから始まったのである。今こそ、そのような仏教の原点を改めて見直してみる必要がある。さもなければ仏教が「凡夫の問題解決の道具」になっただけではないだろうか。

(ふじた・いっしょう＝曹洞宗国際センター所長)