



若者へのメッセージ 21

臨済宗国泰寺派全生庵住職

平井 正修

【第三回】修行とは

修行とは何でしょうか。何か特別なことをする、あるいは辛いことをすることが修行だ、と思っている人が大変多いように思います。確かにそういう一面があるかもしれませんが、それは枝葉末節の話です。修行の根幹は無心むしんということなのです。今回は私の体験を通してそんな話をしたいと思います。

無心とは一心である

今回は少し私自身の話をさせていただきます。う。

私は全生庵ぜんしやうあんというお寺の長男として生まれ、三歳の時から袈裟衣けささゐもを着て家の手伝いをしておりました。ですから大学を卒業するころには日常的に読むお経はほとんど暗記しており、法

要葬儀ようさうぎといったことも一通りはできるようになっていました。

しかし、私も臨済宗りんざいしゆにおいては最低三年は必ず修行道場に行つて修行しなければお寺の住職になることはできません。

私が大学を卒業したのは平成二年の三月、時はまさにバブル真っ只中ただなか、世の中全体が、勢いがあるというのか、浮かれていますというのか、とある栄養ドリンクのCMでは「二十四時間戦

えますか」そんな言葉がテレビCMで流れていた時代でした。

友人たちは皆一部上場企業へ就職が決まっていく中、自分だけは修行に行かなければいけない。心中いろいろな葛藤かつうもありましたが、こればかりは仕方ありません。

ある意味、生まれながらに職業選択の自由がなかったわけですが、しかし、これもどう見るとかです。選択の自由がないことを不幸と見るか、あるいは迷う必要がなかったわけですから幸せだったと見るか。

まあとにかく、いろいろな思いを断ち切って、と言うとちょっとかっこいいのですが、実際のところは心中いろいろな思いを引きずりながら、修行道場へ入りました。

入ってみてびっくり。最初に言ったように自分のお寺での生活の中で、僧侶として一通りのことはできると思っていたわけですが、修行道場での生活はそんな私の思いを木っ端みじんに砕くものでした。

皆さんは禅の修行というとどんなイメージを持つのでしょうか。坐禅ざぜんをくむ、お経を読む、仏教の勉強をする、掃除をする。そんなところでしょうか。たしかにそれらも大変重要な修行の要素ではありますが、しかし、それらのことは修行の枝葉えだはであって根幹ではないのです。

色紙
プレゼント
のお知らせ

■平井正修先生ご揮毫の色紙を1名様にプレゼントいたします。はがきに、「平井正修先生の色紙希望」と明記のうえ、「若者へのメッセージ」に対するご意見・ご感想を添えて、編集部宛にお申込みください。締め切りは6月30日（金）です。ふるってご応募ください。なお、色紙の発送をもって発表にかえさせていただきます。

「無心」

では何が修行の根幹かと言いますと、それは修行道場での「生活そのもの」なのです。朝起きてから夜寝るまで、いや極端に言えば寝ている間も。一日二十四時間すべて修行なのです。その一日二十四時間のすべての行いを無心に努めていくこと。これが修行の根幹なのです。

無心、と言うと皆さんは何も考えないことと理解されているかもしれませんが、それは少し違います。だってそうでしょう。何も考えない、という状態がはたしてあるのかなのか、私にはまだよくわかりませんが、少なくとも禅において無心とは何も考えないということではなく、一心、すなわち、今、自分がやっていることに心と身体を一つにするということです。

坐禅の時は坐禅、食事の時は食事、掃除の時は掃除に。

これは簡単なようで難しいことです。私たちはつい仕事をしながら遊ぶことを考えたり、遊んでいるながら心の何処かに仕事のことがあったり、なかなか無心になれないものです。

しかし、この無心の行こそが私たち、禅の修行の一番大切なことなのです。そのためにある時は坐禅をくみ、ある時はお経を読み、またある時は掃除をするのです。

皆さんも是非、書を書く時はただ書くということに無心になっていただきたいと思います。



平井正修

