

ありのままの自己に向き合う

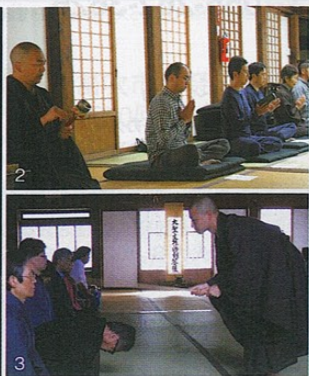
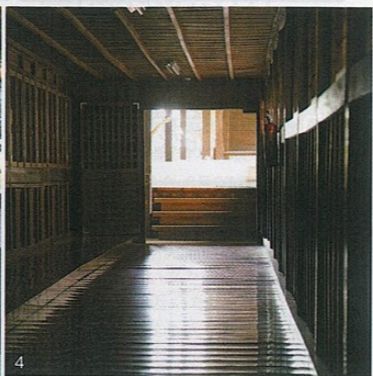
恵林寺 坐禅会



初夏の風吹く境内で ゆっくりと己に向き合う

夢窓国師によって開かれ、武田信玄が菩提寺として定めたこととしても有名な峽東エリアの禅宗寺院「恵林寺」。ここでは、約20年前から定期的に「坐禅会」が行われています。坐禅とは、雑念を払い心を落ち着かせて本当の自分を見つめ直す場。「背筋を伸ばし、あぐらで座り、集中力が途切れると後ろからお坊さんに肩をバンと叩かれる辛い修行のようなもの」という多くの人が持つイメージとは少し異なる。古川さんは言います。「坐禅の坐は座ること。禅はサンスクリットで瞑想を意味する『ジャーナ』を音で拾ったもの。『静慮(ジョウリョ)』と意訳されることも有ります。そして坐禅とは雑念を取って本来の清らかな心に帰り、自分を見つめ直すこと。いついかなる時にも心が整っているようにするための一番の基本の作業なのです。坐禅は痛いものでもないし、難しくもない。誰にでもでき、引き算の作業と続けます。

現在、毎週土曜日の早朝と第二日曜日の午後3時から行われている恵林寺での坐禅会には、20代から80代まで幅広い年齢の男女が県内各地から集まります。年々人が増える背景には、現代社会の息苦しさや街の喧騒から離れて……という参加者には女性が多くみられるそうです。



1.2.3. 6/7(土)に行われた坐禅会の様子。「毎日の生活の中に自然に溶け込んでいくまでが修行」と参加者に語る古川さん。参加者の中にはリピーターの人も多く、この日は県内各地から31名の男女が集まった。

4. 本堂と明王殿を結ぶ廊下はうきす張りになっており歩くとキュッキュッと不思議な音がする

道場は学びの宝庫 勉学から実践の世界へ

軽快な語り口調で私たちのインタビューに応え、訪れる人に坐禅を通して自己と向き合う場を与える古川副住職。しかし古川さんは、その若かりし頃「仏門」とは一線を画した「研究」の道歩んできました。「私は岐阜県の出身なんです。親はふたりとも先生で、私も勉強ばかりして頭でっかちな人間だったんです。大学院まで行ってずっと勉強や研究をしていました。でも、とあるところで研究に行き詰まるんです。というのも、私は哲学の専攻でキリストのことを学んでいたのですが、どうしても理解できないことがあって、それはきつと自分は勉強ばかりしているから理解できないんだと思って、自分を変えたくて実践の世界へ飛び込んだんです。早稲田大学、東京大学大学院へと進学し博士号を取得した後、古川さん29歳の時のことでした。実践の世界へ飛び込んでから、古川さんを待ち受けていたのは苦難の日々だったと言います。「もうね、何にも出来ない。道場に入って5分後悔したよ(笑)。それからずっと怒られてばかりだし、自己嫌悪になるし、毎晩泣いていました。それでやっと5年くらいかけて1人前になったかな。でもこの道場での生活では得るものがたくさんありました。自らを『ダメなやつだった』と言う古川さんは、自身が辛酸を舐めて努力をし続けた結果、性格もどんどん変わり、4年目5年目の修行僧、いわゆる「中間管理職」のポジションとなった後にその経験が大いに生かされたと言います。「自分は教えるの

甲州市塩山に位置する「恵林寺(えりんじ)」。武田信玄の菩提寺としても知られるこの寺では毎週土曜日の早朝、毎月第二日曜日の午後に坐禅会が行われています。ここで行われる坐禅会とは、心を空っぽにして本当の自分を見つめる時間。また、住職らと会話するなど、寺との距離を縮める機会でもあります。今月は、恵林寺の副住職・古川周賢さんを取材し、古川さん自身が仏門に入った興味深い成り行きと恵林寺で行われている坐禅会について教えて頂きました。

が上手いんですよ。だって、自分がダメなやつだったから。ダメなやつは気持ちよく分るから教え方もわかるし、上手く引き上げてやれたりするんです。でもそういう右も左も分からないようなやつがいたおかげで、自分も修行を続けられた訳で、本当にも上も下もないんだなあと、いうことを学ばることができました。道場での人との関わりに加え、畑に入って作物を耕し自ら収穫して料理するような自給自足の生活で自分の身ひとつのことは何とかしてやってみせる、やっていけるという自信をつけることができた。道場はあらゆる意味で学びの宝庫だったと言います。

「ありのまま」の良さを知り 地元の魅力の再発見を

道場に入り、自らと向き合う中でどんな自然に自己を開放し、素直な自分で生きることを大切さを学んだという古川さんは、今や講演会など大勢の人の前で話す場面でも緊張をしなくなったそう。「もうこれまでもいくつでもさらけ出してきましたから、恥ずかしいことなんて何にもありません」と笑います。古川さんは、

寺とは縁遠い一般の人たちにもこの「坐禅会」を通して、ありのままの自分を見つめ直してほしいと願います。そして、もう一つ、県外出身者である古川さんは、峽東エリアの人々に自分たちの住む町にはこんなに素敵なものがたくさんあるんだということを知ってほしいと熱く語ります。「私は山梨が大好きなんです。この恵林寺も、初めて訪れた時に一目惚れでした。この地域には本当に名所がたくさんあります。東京の人を連れて来れば小躍りして喜ぶほどのスポットがたくさんあります。だから、もう少し頭をクリアにして自分たちの町の良さに気付いてほしいです。私は最先端は山梨だと思えますよ」。

古川さんは、これからも寺と人々の距離を近づけるべく活動を続け、坐禅会などで寺を訪れる人々に「落ち着いて自己を見つめ直し、ありのままの自分と心の健康な状態を知ってほしい」と伝えていきます。そして、古川さんの願いは地域に對しても同じこと。本特集をきっかけに深呼吸をしよう一度自分の住む町を見つめ直し、その魅力を再発見してみたい。

