倫風宏話

日々の暮らしの中に実践がある

上廣哲治

明けましておめでとうございます。

元日未明の凍えるような冷気を吸うと、なぜか胸が高鳴り、実践への意欲が湧き上がってくるのは私だけではないはずです。

元日は新しいノートの最初の一ページのようなものです。真っ白いページにいかなる決意を記すのか、どのような実践目標を書きとめるかで、その年の自分の成長が決まるような気がいたします。

前号で、新しい年の実践目標を考えていただきたいと書きましたら、若い方から「そもそも実践とは何ですか、また何を実践すれば実践といえるのでしょうか?」と尋ねられました。

確かに私たちは「実践」という言葉を日常的に使い、わかっているつもりになっています。ですから、「実践とは何か?」と、改めて基本について考えるのは大変重要です。

「実践」は、アリストテレスからカントに至るまで、ほとんどの哲学者が、「倫理に適った行動」を表す哲学用語として使っています。もちろん我が会の実践も「倫理に基づいた人間活動」を指すことに違いはありません。問題は倫理とは何か、です。

名誉会長は、初代会長が感得した教えから、倫理とは人が二人以上一緒に暮らすとき、必ずそうしなければならぬ「生活のすじみち」(生活道)であると説かれました。これを守れば自分も幸福になる、と同時に相手もまた幸福になる。これが我が会の倫理であり、それを践み行うのが倫理実践です。

では、何を実践すれば実践といえるのでしょうか。言い換えれば、倫理実践に値する実践とはどのようなものなのでしょう。

よく知られた禅の公案に「喫茶去」があります。公案とは、禅における先人の言行の意味を考えて、悟りをひらくための手がかりとする問題です。

中国、唐の時代の禅僧、趙州和尚のもとには多くの修行僧が教えを乞いにやってきました。すると和尚は、一人の修行僧に尋ねます。「お前さんは、かつてここに来たことがおありかな?」/「はい、以前にもまいりました」/「そうか、まあ、お茶を召し上がれ(喫茶去)」

ある日、別の修行僧がやってきました。すると和尚は尋ねます。「お前さんは、かつてここに来たことがおありかな?」/「いいえ、来たことはありません」/「そうか、まあ、お茶を召し上がれ」

以前に来た修行僧にも、初めての僧にも、趙州和尚は同じ問答をするだけです。不審に思った寺の院主(住職)が和尚に尋ねました。「和尚さまはかつてここに来た僧にも、初めて来た僧にも、同じようにお茶を召し上がれと言われますが、それはどのようなわけでしょう」

すると趙州和尚は、「院主さん」と呼びかけました。院主が思わず「はい」と答えると、和尚は、「まあ、お茶を召し上がれ」と言います。この瞬間、院主は、はっと悟ったというのです。

何を悟ったのか？　というのがこの公案ですが、難しい問題です。しかし、公案は、これでなければならないという正解のない問いかけです。自分なりの答えを自分で見つけていくしかありません。幸い道元禅師の著書に手がかりがありました。

道元禅師は『正法眼蔵』の「家常（日常のありきたりのこと）」の章の中で、喫茶去を含めたさまざまな公案を取り上げ、次のように書いています。

――仏祖の常日ごろには、ただ喫茶喫飯があると知るがよい（『正法眼蔵』「家常」増谷文雄訳）――

お釈迦さまもなにも特別なことをしているわけではない、お茶を飲み、ご飯を食べる、日常のありきたりの生活をしている、そのありきたりの日常の中に仏の教えがあると知るがよい。つまり、ほかのことなど考える余地もないほど集中し、教えと一つになるということでしょう。

私たちの倫理実践も同じなのです。何か特別な行いだけが倫理実践ではありません。日々のささやかな、それこそお茶を飲むことも、食事をすることも、それを倫理実践として心をこめて行えば、まさしくそれが倫理実践になるということです。いやむしろ、そのような日常のありきたりの行いを大事にすることこそ大切な実践なのではないでしょうか。

「食事なら朝昼晩、毎日とっています。それだけで倫理実践になるのですか？」と問われる方もいらっしゃるでしょう。では、あなたはそれを倫理実践として心をこめて行っていますかと、お尋ねしたいのです。もし漫然と食べているのならそれは実践にはならないでしょう。こうして食事ができるのも、さまざまな人々の支えがあり、その支えによっていま自分が、生かされているという感謝の気持ちでいただけば、それは立派な倫理実践であると思うのです。

江戸時代末に橘曙覧という歌人がいました。貧しい暮らしの中で日常のささやかな喜びや楽しみを明るく詠んだ作品を数多く遺しています。

たのしみは妻子むつまじくうちつどひ頭ならべて物をくふ時
たのしみは三人の児どもすくすくと大きくなれる姿みる時

いかに貧しく質素な食事でも、妻子と一緒に仲良く食べる中に仕合わせがある。子どもたちが病気もせずにすくすくと育つ、その元気な姿を見るだけでも仕合わせな気持ちになる。いや、たとえどのような状況にあったとしても、愛おしい存在がそこにいてくれるだけで家族は皆、十分に仕合わせなのです。これこそ、まさに家庭愛和そのものの姿です。貧しい暮らしにはつらいこともあったでしょう。それでも曙覧は、不足を言うことなく心の無駄を排して、生きる喜びや楽しみを歌に詠みました。そこには倫理実践に通じる力強い生き方があるのではないでしょうか。

ここまで申し述べてきたことが、かつて名誉会長が説かれた「常在実践」の姿であると、私は考えます。「常在実践」とは、すべての「いま」を実践で貫くことです。どんなときでも昨日より「より善く」を心がけて実践する。常に「より善く」と考えて、「いま」を「美しくあろう」と生き貫く。そして、この「常在実践」にこそ、実践倫理の根本的な原理があるのです。

もし、実践とは何か、何を実践すれば実践になるのかがわからないと言われるなら、まず日常生活のすべてを倫理実践と捉え、思いをこめて実践するのです。必ずそれがあなたの成長につながります。

これが今月の、いや、年の初めなので今年の実践課題とします。どうぞ行住坐臥これ実践と心得て、今年こそいままでできなかったことができるように常在実践に彩られた一年としようではありませんか。