

仙林寺だより

NO. 56
編集・発行
松田正貴

行事報告

春彼岸



「今日彼岸菩提の種を蒔く日かな」

俳人松尾芭蕉の句と言われております。お彼岸のこの日に、悟りに到る修行を始める好時節であることだな。という意味でしょうか、お盆やお彼岸などおよそ仏教的な数々の行事は、教えに出会うきっかけとしてあるもので、もつと言えば教えを行動に移す為の種まきの日と言えるのかもかもしれません。その様に考えると身近な方のご葬儀の様に特に仏の世界をより近く感じる機会は、悲しみの大きさをただの気付きを与えられているのかもしれない。また、先の句に「今日」と限定しているか

のような表現がありますが、明日でも明後日でもないところに「今」この時にという一期一会の思いが感じられます。過ぎ去った彼岸の無限の広がりを感じる事はあっても、次の彼岸の日を迎える約束は誰にもできません。只新しい参禅者が訪れるのも例年この時期は季節の行事としての彼岸ではなく、心の種まき時期を窺う修行者が年々増えていく状況を見るに、彼の岸は、生前にしかも意外と近くにあるリアルの岸である事に気付く方もまた緩やかな増加傾向にあるようです。因みに菩提とはお悟りの心、蒔かない種に発芽を望めない事は言わずもがな。

小さな美術展

春秋のお彼岸とお盆にこじんまりと開催しております美術展です。今回は春の季節に因み辛夷や桜、梅など花に彩られた版画を取り揃え参拝の皆様をお迎えしました。一方、本堂東側の部屋には恒例の地獄極楽図が掛けられ、

「悪い事をすると・・・」お孫さんを連れて俄か説教！微笑ましい光景でした。有る無しにかかわらず見えぬ存在を想定する事で先祖様への感謝の心が芽生えるものと思えます。子供たちに恐れられる地獄の餓鬼達も悪役冥利に尽きるといっても良いでしょう。閻魔さまもきつとお喜びです。

ひんがし 「値千金」

「まさに値千金！」感嘆の常套句として使われるこのフレーズ、春宵一刻値千金（しゅんしょういつこくあたいせんきん）からくる蘇東坡の詩の一節だそう。今をときめく時の人、金メダルの荒川静香さんを称える見出しに最も多く使われたのもこの言葉ではないでしょうか。ところで、読売新聞「冬の詩」と題したエッセイ欄寄稿文に、漫画家の榎村さとるさんが興味深い考察を載せておられます。フイギュアスケートの選手が出来不出来を予想する時のキーワードが「華とリラックス」なのだそう。勿論日頃の鍛錬により培われた「実力」が何よりも大切なのは言うまでもないのですが「本番でその実力を出し切れた者が、観る人の心を魅了できる。ただ、それには緊張という壁をどう越えるかにつきる」と単純に実力「勝敗ではない事を力説します。また、この緊張という心の動きを座標をイメージして説明します。縦軸は副交感神経、真ん中を割った下は緊張、上はリラックス。横軸は交感神経で、左へゆくと不活発、右へゆくと集中、四角で囲った座標のイメージが、自律神経の全体像です。この四角の真ん中にバランスをとれば最も安定した生き方ができる、しかし体調や状況によってバランス点が動くという事になるのです。よう。競技を特定することはしませんが、試合前に雄叫びを上げる若い日本の選手を目にしました。緊張を解きほぐそうとする一つのゼスチャーなのかもしれません。交感神経が集中とは別の興奮状態をもよおし、リラックスを高める副交感神経が劣勢となる。結果、逆に緊張状態をもよおし筋肉が縮んで

しまい実力が出せないという図式でしょうか。このように考えれば、アスリートが最も高いパフォーマンスを出せるのは、座標で言えば右上の部分にある事、またこの位置を「クリイティブゾーン」と言い、ゴードライバーの脳内のありようも同じなのだそう。次に華とは、他者に向うエネルギーのオーラである。荒川選手の演技に感動の涙を流すのもそのオーラが響きあうからこそなのでしよう。感動の渦に巻き込まれる」という表現がありますが、おそらくは単なる波紋では感動には結びつかない、練習や経験、また何より挫折の積み重ねが這い上がる強さに結びつき、自信や覚悟が見る者への安心感と相まって感動の渦へと引き込むのではないのでしょうか。禅という「道環（どうかん）」とは、修行が切れ目無く続く事の大切さを「環（わ）」の字で示します。禅の修行にはこれと終わりという事は無い、何かを掴んだかと思いついた時にはすでに「掴んだ」という我（が）が生じる、ではまた初めから。実は初めも終わりも無いと言うのが答えなのかもしれない。その様に考えれば荒川選手の演技に入る前の落ち着きは、日常的な練習の環の中の延長というだけで、オリンピックが決して特殊なものではなかったのかもしれない。また、榎村さんは最期に、勝利の武器は「運」であると書いておられます。運は必修、日頃から余分なものは捨て、ややこしい関係とは決別し運を取り入れ易い生き方をして置く事が大切だと仰います。「放下著（ほうげじやく）」と言います。任運騰騰にんぬんとうとう（まさに越後の良寛和尚の精神。大きな感動の先には共通項が多いものなのでしょう。華、リ

金メダルという結果が訪れるのには、華、リラックス、運という縁あつてのもの、またご縁を頂くのには、全てをひつくるもの、感謝しますというポジティブな精神が何よりも大切なようです。メダルを手にした後の控えめな笑顔は、良運も悪運も全てひつくるための感謝の笑顔と見えたのは私だけでしょうか。