

# 紙上法話

## 「言語道断」

センター布教師 鳥取県 正明寺住職 白澤和敬



社会全体に行き渡ったインフラ設備や生活機器の充実、情報技術の飛躍的な発展により、現代人はかつてない快適な環境を享受できようになりましたが、一方で深いストレスに苛まれる人々が年々増加しているといわれています。

効率と数字優先の職場における過度の抑圧や、SNSによって恒常的に束縛し合うかのような窒息感など様々な要因が考えられますが、その中の一つに「知」に傾きすぎて「体」を使う機会が少なくなっていることが挙げられるのではないかと感じます。

日本の脳研究の第一人者である養老孟司氏は「頭をあれこれ使っても脳(心)の深い所は殆ど変わらない。人間は体を使ってはじめて深い所に働きかけることができる」と述べ、現代人はもっと体を使うべきだと指摘しています。

ここで思い起されるのが、「言語道断」という仏教用語です。日常会話では違う文脈で用いられますが、元々は「知識や論理だけでは仏教の深奥は説き尽くせず、菩提への道は断たれる」という修行の要諦を示す言葉であり、「知的理解」の限界と、体を使う「行」の深さ、大切さを表したものです。

肝要なのは漠然とした「行」ではなく、「三昧の行」です。坐禅三昧をはじめ、掃除三昧、調理三昧、あれこれしながらではなくひと

つのことに徹底して打ち込む「二行三昧」によって心田は深く耕されていくのです。

先年亡くなった私の師匠は、晩年は狭心症の為あまり負担のかかることは出来ませんでした。日々の草取りに打ち込んでおりました。二時間、三時間とひたすらに草取りを続けているうちに三昧に入っていくことが感じられる後ろ姿であり、頂いた様々な言葉よりも、その姿に禅僧の何たるかを教えられたような気がします。

同じように、農家の方には農作業における三昧、掃除をされる方には掃除の、調理をされる方には調理における三昧があると思います。デスクワークの多い都会のサラリーマンは仕事の中で体を使う機会は少ないでしょうが、仕事以外で体を用いる「三昧」のひと時を持つことが心を柔らかくすることに繋がっていく筈です。

時は今 ところ足もとそのことに  
打ち込むのち 永久(とわ)のみのち

「知」に傾いて行き詰まりがちな現代人にとって、体を用いて深奥に進む「行」の深さこそ得難い解決策になるものと確信します。