

## 『ふれあい』誌へのエッセイ（2013年3月19日）

### 「身・口・意の三業」の美しさとしての躰

酒生文弥

仏教では、行いを業（ごう）と呼びます。惑いのままに行動すると、体は「煩い」心は「悩み」ます（＝煩惱）。「惑い」を断って体と言葉と意識を整「理」（断惑証理）できれば、煩惱は即「菩提（澄み渡った安楽）」になる。その実践体系が仏道です。

躰は英語で discipline つまり鍛錬。欧米の家庭では、子供が立つ（行為開始）とすぐ、「飴と鞭」の躰教育が始まります。振る舞いが良いと抱いてキスし、悪いと叱ってお尻を叩きます。飴と鞭は所作の美しさにも振るわれます。

マナーは、身（所作）口（言葉）意（思い）の行いの美しい「あり方（manner）」で、mannersと複数表現され、体系的な習得の要を示唆しています。

浄土真宗で厳しい修行は免れましたが、幼少時より正座・読経するのは正直嫌でした。姿勢や所作が良くなって今は感謝しています。永平寺が近くで、禅宗でなくて良かったと内心思っていました。座禅は姿勢が乱れると警策で打たれます。只管打座です。しかし、炊事・食事・掃除など日常生活を黙ってきびきび行うことも禅の道なのです。

先ずは体から。伴侶が欧州人で、日本の母親があまり子供を抱きしめない事、ファミレスで騒ぎまくっても咎めない事に驚いています。起立・礼・着席、またよく心得た体罰など、私が生徒だった頃はまた戦前の躰教育を上手に実践される先生や年配者がたくさんおられました。子供を本当に愛するなら、無責任に甘やか（dependence）さず、常日頃から「飴と鞭」をしっかり使い分けて、自立（independence）して行ける様に育てるべきです。

「美」は「羊」が広「大」な緑野にゆったりと群れる眺めから来ますが、beau も view の関連表現です。「眺める」と思わず感動する宇宙や自然と調和する景観や姿。それが美の原義です。

「心身の統合」を意味するヨガがブームですが、もともと仏教の瑜伽唯識派の分派です。心と体を宇宙と調和させることで美と健康を求めます。

神道では、本来ヒト（靈止）は清く美しい神様の「分けはみたま」であるとしています。それがツミ（ツツミ＝我欲で包み隠す）やケガレ（気が枯れる）で曇って醜くなってしまったのを、祓い清めて「ミソグ（ツツミを削ぎ落とす）」事によって魂からの美化・浄化（＝躰）を求めます。

社（やしろ）で会って「社会」ができ、会って社を創って「会社」となる。日本人が伝統的な靈性の真髓を取り戻すことは、躰が蘇る鍵のひとつではないでしょうか。