

微笑庵便り 2020年3月号

禅堂はお坊さんが修行する場所ですので、普通一般人は入れないのですが、両忘庵は青少年研修道場でもあるため、一般人もそこで座禅することができます。私は修行僧ではないので、僧侶のしきたりなどについて詳細にお伝えすることはできませんが、とりあえず当時の記憶をたどってみると・・・。

よく、禅僧は座って半畳寝で一畳といわれます。これが一人分の生活空間で、単（タン）といいます。土間よりも高い位置にずらっと畳が並んでいます。その畳1畳分が一人分のスペース＝単、それぞれに座禅の為の大きな座布団が置かれ、その上に座具（お尻の下に置く小さな枕のようなもの）があります。これは臨済宗では長方形、曹洞宗は丸い円座なので、それだけで宗派もわかります。足元には小さな物入れがしつらえられています。禅宗のお坊さんはほとんど私物などありませんが、その中には食事用の自分の器などを入れておきます。そして、頭上には棚があり、布団が置かれています。“柏布団”という言葉が聞かれたことがあるでしょうか？禅堂の布団は掛布団と敷布団ではなく1枚だけなのです。その布団を縦に二つ折りにしてその間に潜り込む感じ。要するに柏餅のあんこのように真ん中に入って寝るので、こんな呼び方がされるのでしょう。

私も初めのうち禅堂で寝起きしていたのですが、実はここに大問題が・・・。棚の位置が高くて身長が足りない私には布団の上げ下げが出来ないので。単純に届かない。加えて1枚で結構大きくいつ干したかわからないような布団なので重い。私の身長と力では下すことはできても上げることは至難の業、毎朝のように布団をしまうのに悪戦苦闘をしてしまいました。どうしても届かないので、“単”にずらっと並んでいる座布団を何枚か積み上げてその上に乗ったりもしたのですが、それだとやはり足元が安定せず、しまうまでに崩れてしまう。毎朝汗だく、最大のピンチでした。ともかくどうにもならず、数日であきらめて、脇の荷物置き場のような部屋へこっそり疎開してしまいました。普通なら何でも無い事でも単純に身長が足りない、力が足りないというだけで結構困った事態に陥るものです。

この禅堂での生活も含めて、やはり禅寺ではいろいろと初めての経験が出来ました。お茶を飲むこともその一つ、ちょっとした間にお抹茶をいただく、それまでの慌ただしさを手放し、茶をたててその時間そのものを味わう、禅とお茶、昔鎌倉時代、栄西が日本に茶をもたらした、なんて遠い昔歴史で学びましたが、それが息づいているのを肌で感じる事が出来ました。

新型コロナウイルスが益々予断を許さない状況になってきました。少しでも早い収束を願いつつ、皆さまのご健勝心よりお祈りいたします。



花咲けど
少し淋しい
花見です