

無為のパワー

昔から気になる言葉というのがいくつかある。そのうちの一つが老子の「無為而無不為」である。老子一流の逆説で、分らないなりににも気に入って折に触れ思い出すことがあるのだが、最近になって新しいものが見えてきた。完全に分かったわけではないのだが、その入り口に差し掛かったという自覚がある。自分にとってはまことに喜ばしいことで、その経緯について書いてみたい。

これは、「為（な）す無くして、為さざる無し」とも「無為（むい）にして、為さざる無し」とも読む。一見、「何もしない者は何でも出来る」というような意味合いに取れる。むしろ、老子はただ単に奇を衒ってこんな言葉を残したわけではない。この章（第四十八章）はこんなふうにして始まる。「学を為すは日に益す。道を為すは日に損す。之を損して又損し、以て為す無きに至る。」この次に来るのが冒頭の文である。「学問をする」と、「道」を「学んだ」とが、増してゆく。『道』を行うと、日ごとに（することが）減ってゆく。減った上に又減っていく。最終的に無為（何もしないこと）に行き着く。この何もしないことによつてこそ、すべてのことがなされるのだ。」（小川環樹訳）「何のこっちゃ」というのがだいたい人の反応だと思う。老子は明らかに学問を信用していなかった。「学を絶たば憂い無からん」とも言っている。この部分は余計なこと、あるいは作偽的なことをせず自然に任せるのが一番いいのだと言つふに解釈されることが多い。言い換えれば、無為自然に勝るものはないということだ。小賢しい計らいは捨てよ。しかし、気功をしたらから少し見方が変わった。気功と道教は根っこは同じだからある意味老子は気功の開祖と言ってもよい。ということは、気功をする者にとつては、この「老子」（道德経）を気功の最も古いテキストとして読んでみるのも一興である。確かにそんなふうに読むと新しい発見がある。

日本に帰って参加した気功セミナーの先生が、参加者に向けてメールを送つて

くれるのだが、その中にこんなことが書いてあった。

「普通の人は起きている事と眠る事しか知らない。気功は起きている世界と、眠っている世界との間の、もう一つの別の世界を体験すること。目を閉じて、眠り込まずに、どこまでも意識を明晰にハッキリとさせて行く。そうしたら、初めて人は心が穏やかな静かな世界を自分で見る事ができ、心をコントロールできれば、自分の心の能力を本来の状態で見え、怒りや悲しみなどの感情から即座に脱出できます。劉天君先生は、気功とは何もしない訓練だと教えてくれた。座つて、動かずに、眠らずに、どこまでも意識を明晰にしていくことが、気功の極意です。」

これを読んだときの興奮はちよつとしたもので、心臓がドキドキしたのを覚えている。「気功とは何もしない訓練」とはまさしく「無為の訓練」ということではないのか。

では一体「無為」とは何なのか。「人生を無為に送る」という場合はたいていネガティブな意味で使う。何もせずダラダラしているというような意味合いが一般的だ。ここはもう少し掘り下げて考える必要がある。何もしないとどういうことか。カウチに寝そべって、ポップコーンを食べながらテレビを見る、なんていうのは既に何かをしている。テレビも見ずにボーっとしているような状態でさえ、頭の中では過去の出来事を繰り返しいたり、先のことを心配したり、妄想に耽つていたりする。確かに生産的なことはしていない。生産的なことをしないのが無為か。いわゆる自堕落が無為なのか。そうではない。無為は徹底して何もしないことだ。眠りもしない。考えもしない。妄想もしない。ただ座るのみ。道元の言う「只管打坐」そのものだ。禅僧は皆「無為の訓練」をしているわけである。禅が急に身近なものになった気がする。そんなことをも考えていたら、この考えが確信に変わるような記事に出くわした。

鎌倉の名刹、円覚寺を開山した無学祖元という南宋の禅僧について、現管長の横田南嶺氏が書いている。祖元禅師の若い頃の修業について、そして悟りを開いた瞬間のことを記している。少し長い引

用になるが、感じは伝わると思う。

「槌に打破す精靈窟、突出す那吒（なた）の鉄面皮、両耳聾の如く口唾の如し、等閑（なおり）に触著（そくじやく）すれば火星飛ぶ

精霊という言葉は禅では煩惱や妄想の塊を表す言葉として用います。カーンという早朝の開板の音を聞いたとき、煩惱や妄想の塊が打破され、迷いの闇が一瞬のうちに晴れて、本来の自己（那吒の鉄面皮）がそのままそこに姿を現した。座禅をして何も聞こえない、何も話せないようだが、うっかり私に手を触れようものなら火花が散るであろう、という意味です。本来の自己とは、そのくらいいきいきした力溢れるものだ」と祖元禅師は伝えられているのです。」

祖元禅師は足掛け六年間、禅堂から一歩も出ずに座禅に打ち込んだそうである。つまり六年間必死で「無為の訓練」に励んだ。そしてある日悟った。人間本来の姿を現した。ただ座つて何もしていないようだが、もし触つたら火花が散るくらいの勢いがあつたという。この描写を読んで、超高速で回っている独楽（こま）を想像した。まるで静止しているように見えるが、下手に触れば飛ばされてしまつくりのエネルギーである。そういうえば、禅定に入つたお坊さんの脳波と、忘我の状態で何かに打ち込んでいる人のそれとは酷似しているというのをどこかで読んだ記憶がある。静と動の違いはあれ、ともに天と直結した状態なのだろう。無為の訓練で何をしたらといえは、自分に纏わりつく一切のゴミ、つまり思い込み、偏見、嫉妬、憂い、後悔、怒り、貪り、それらの「ごちゃごちゃ」を全部捨て去つて、本来の自己を現したただけなのだ。それほど本来の自己とは凄いものらしい。先の気功の先生の箇所でも同じ表現がある。「自分の心の能力を本来の状態を使えば」悩みは即座に解決すると。私はかつて、心の病になりかけた時、生まれてきたばかりの末娘に癒された。これも無為の力の現れの一つかもしれない。赤ん坊は何もせずただそこに居ただけだったのだから。汚れない、無垢のあるがままの自己とは我々が想像する以上にとてもないパワーを持っているのかもしれない。気功は言ってみれば、ゴミ取り作業にすぎない。なるべく余計なことはいらない、と言つよりもむしろ徹底的に何もいらないことで、心のゴミ掃除をし、本来のあるべき姿に戻すのだ。そして本来の自己には不可能は無い、と老子先生は仰っているのである。