

スリランカ仏教見聞備忘録

羽矢 辰夫*

はじめに

筆者は、1996年度財団法人東方研究会文化交流基金による研究助成を受け、1996年12月16日から1997年1月13日にかけてスリランカに滞在して、現代スリランカの仏教がどのような状況を呈しているのかを見聞してきた。とはいっても、期間が短いこともあって厳密な調査などをする意図はなく、むしろ文献だけでは実感できない風土的な要素あるいは修行の実情などを実際に体験して、今後の原始仏教ないしパーリ仏教の研究にいかしたい、という単純かつ軽い気持ちでいたように思う。

筆者がとくに強い関心があったのは、森林住の修行僧たちが実際にどのような修行をし、またどのような生活を送っているのかということと、一般の人々にも開かれているヴィパッサナー・センターではどのような指導がなされているのかということである。自分でも修行の実際を教わりながら、できれば修行僧たちといっしょにわずかのあいだでも過ごしたいと思っていた。それはほとんど叶わなかったが、さまざまな面で筆者自身にとって得るものは非常に多かった。客観的な細かなデータについてはいささか心もとない点が多々あるが、とりあえず備忘のために残しておくことにする。

一、森林住の修行僧たち

スリランカでお世話になったティラカ氏に、森林住の修行僧たちに会いたいということを手前に依頼しておいたところ、12月19日に会えるということになった。当日は早朝4時30分に起床して、マウント・ラヴィニヤ（コロンボの南方、車で約20分程に位置し、サマセット・ホームがこよなく愛したマウント・ラヴィニヤ・ホテルが有名）をあとにし、まだ通勤の始まっていないコロンボ市街を經由して、キャンディに向かう幹線道路（キャンディ・ロード）を2時間くらいドライブすると、インギリヤという町に到着した。そこから少し奥まったところにサンガがあるということである。仲介をしてくれた檀家総代の方の家にあいさつにうかがったが、あいにくご主人が留守だったので、案内を息子さんに頼んで、森林住の修行僧たちがいるところまで連れていってもらった。

原始仏教経典の随所に述べられているように、車で行けるところまで車で行き、あとは車を降りて徒歩で行った。亜熱帯の植物が鬱蒼と茂るジャングル（ただし昼間は意外と明るく、大きな笹や竹林もあって、さほどの違和感はない）を通りぬけてしばらく歩くと、猿たちの出迎えとともに、その場所にたどり着いた。川の側にある広大なサンガで、35エーカーほどの面

※青森公立大学

積があり、政府の所有地であるとのことであった。

サンガのリーダーは現在布教のためにオーストラリアを訪問していて不在であった（世間とまったく交渉がないわけではないようである）。たまたま修行僧たちが修行のあいまに寺務所のような場所に集まっていたので、ほんの少しだけ話をする事ができた。比較的若い修行僧たちであったが、浅黒い肌の色に鋭い眼の輝きが印象的であった。日本でパーリ語ないし原始仏教を研究している者がいることに驚いた様子であった。現在十数名がこのサンガで修行しているという。大学を卒業するときに、自分たちの意志で、森林で修行するか、村落で修行するか、いずれかを選択するのである。それとは別に、一般の社会人としての経験を経たのちに、森林に入って修行する者もいる。村落に住むお坊さんたちのなかにも、社会での活動（修行）を終えたのちには、森林に入って自分のための修行をしたいと望む者が多いという。

実際に敷地内を案内し、いろいろと説明してくれたのは、在家の人で通訳を兼ねていた。まずブッダが祀られてある洞窟に案内され、サンガについてのおおまかな説明を受けた。「それでは少し歩きましょうか」といって隣にあるクティ（修行用のコテージ）に連れていかれたが、その暗い室内には本物の骸骨がぶら下げられていた。そこは修行僧たちが共通に修行できる場所であり、修行の一環として、その前にすわって「骨相観」「不浄観」を行なうという。「リアリティ・オヴ・ライフ」をまのあたりにして瞑想し、ふたたび自分のクティにもどって修行するのである。

いきなり度肝を抜かれてもどってくると、すでに修行僧たちは普段どおりの修行のために自分のクティにもどっていた。その後敷地の一部（講堂や食堂）を案内してもらい、修行の様子を少しくわしく聞いたが、おおよそブッダゴースの『清浄道論』をベースにしていた（これは予想どおりであるが、内実はわからない）。日常語はシンハラ語であるが、仏教の教義についてはパーリ語がそのまま使われており、多少は理解できた。仏教の修行体系は非常に多岐にわたり、瞑想にしてもさまざまな方法がある。修行僧たちはその全部を行ずるのではなく、師から指示されたいくつかの方法を徹底的に行ずるのである。それによっていたる究極の境地は同じである、と考えられている。弟子の性格や気質にあわせ、その成長にしたがって次第に段階を進めるべく指示を与えて指導するのが師の役割である。修行方法の違いで争ったり、それを根拠にして境地の優劣を云々することがいかに愚かなことかがよくわかる。瞑想についての話で印象に残っているのは、サマタやサティやカシナはミラクルに関する事で、ヴィパッサナーはディーブ・インサイトに関わり、世界をありのままに理解するものであると語っていたことである（別の場所でも、サティはノリッジで、ヴィパッサナーはパンニャーであると聞かされた）。

外観的には、広大な敷地に点々と散らばるコテージといった印象である。想像していたよりはずっと快適そうなクティであった。洞窟をそのまま使っていたものもあったが、多くは在家の信者たちがここをこめて建てたものである（かれらは、その功德によって死後には神々の世界など、いまよりよい境遇に生まれたいと願っている）。四畳半から六畳の部屋にベッドと

机があり、洗面所とトイレがあった。雨の日でも歩く瞑想ができるように廊下もあった。

出家の修行僧たちの真剣な修行の様子はもちろんよく伝わってきたが、同じように在家の信者たちの献身的な奉仕も印象的であった。われわれが話をしているあいだも、食事の準備やクティの建設に忙しくしていた。出家者と在家者が世界観を共有し、おたがいの信頼関係のなかで仏教が生きているという感じであった。最初は筆者もクティを借りて修行したいと思っていたが、部外者が突然やってきて入り込めるものではないというような雰囲気だったので、残念ではあったが、それは叶わなかった。

参考までに、修行僧たちの一日のスケジュールをあげておく。

4:00 wake up (3時に起きててもかまわない)

5:00 drink

6:30 buddha-pūjā

7:00 breakfast

8:00 buddha-vandanā (worship)

buddha-anussati meditation

& any religious acts

9:30 buddha-pūjā

lunch offering

10:00 piṇḍapāta-cārika

11:00 buddha-vandanā

11:15 lunch

1:00 go to kuṭi (cotage)

3:00 work as they do individually

tea

5:00 buddha-vandanā

7:00 gilāna-paccaya

8:00 dissolution (at kuṭi)



森林住の修行僧とクティ



女性の修行僧

12月30日からは、スリランカ最南端に近くオランダ領時代の砦が残るマータラから車で30分程度内陸に入ったところに位置するディーヤガハのボーディルッカ・アーラーマ（寺院）にお世話になることになった。住職は日本にも留学した経験のあるクサラ師で、あえて中央から離れた地域で幼稚園を開いたり、大学で教鞭をとりながら、それを仏教的な修行として行じているという。

クサラ師の案内で、森林住の修行僧たちのサンガを二カ所ほどたずねることができた。一カ

所はディーヤガハから一山越えた程度の距離にあるケクナドゥーラからまた少し奥まったところにあるサンガで、12月31日にたずねた。このサンガは入口まで車で入ることができて、そのせいか先にたずねたサンガに比べると少し明るい場所にあったが、骸骨があり、川（池）の側にあることは共通していた。敷地内の雰囲気も少し違い、こちらのほうがのんびりしているような、先のサンガのほうがもっと緊張感があったような感じが残った。ここでは比較的年輩の修行僧に会えた。話はほとんどできなかったが、柔和な物腰と落ちついた雰囲気が印象に残っている。

周知のようにスリランカでは托鉢の習慣がなく、在家の信者たちが自分の家で食事を作ってもってきたり、あるいはサンガ内にある食堂のようなところで調理して奉仕をするという形式になっている。修行僧たちは時間になると自分のクティから食堂に集まってきて、食事をとるのである。そのような食事の世話を含めて、サンガに関わるもろもろの世話をしているという人物に会うことができた。元は手広く事業を行っていたが、いまは引退して、このあたり一帯のサンガの世話をしているということである。われわれもキングココナッツ・ジュースをごちそうになった。ここからの喜びと誇りとか混じり合ったようなさわやかな笑顔が忘れられない。かれのようなガハパティがいてはじめて、サンガの経済的な側面が維持されているのである。

このサンガのすぐ近くに、女性の出家修行僧たちのサンガがあった。クサラ師がまず、そのサンガに入っていかどうかの許可を、そのサンガのリーダーにたずねた。許可がおりたので、一つのクティに入って話をしたが、外国人である筆者に対してほとんど興味を示さず、真剣なまなざしでクサラ師の話を聞いていた。男性のお坊さんであるクサラ師が椅子にすわって話をしているあいだ、女性の修行僧たちは床にすわって合掌のスタイルで聞いているのには少なからず驚かされた。もちろん在家の筆者も床にすわって聞いていたが、女性の修行僧たちのサンガがあるとも、そこを訪れるとも事前に聞かされていなかったもので、突然の事態にとまどっていたように思う。男女の修行僧たちの置かれた地位の違いを、原始仏教時代さながらにかいまみたような思いがあったものの、慣れない筆者の眼にはきわめて理不尽に映った。ここでは実際に食事などの世話にあたるのは女性の在家信者である。彼女たちが修行僧たちに見せる表情には、われわれにはすでに失われた尊い何かがあった。

もう一カ所は、1月2日にカタラガマに行ったときの帰りに寄ったものである。ティッサマハーラーマからかなり車で入った岩山にそれはあった。岩山の下に寺務所のような場所があり、大学を卒業したばかりの若い修行僧がいた。紅茶とカステラをごちそうになりながら話をしたが、真剣に仏教的な解脱を求めている様子がかがわれて、すがすがしい眼をしていた。修行僧たちのクティはそこから1時間くらい岩山を登った所にあるという。時間的なこともあって、そこまで行けずに帰路につかざるを得なかったことが多少心残りである。

二、村落住のお坊さんたち

(1) ポーヤ・デイ

スリランカの仏教には森林住の修行僧と村落住のお坊さん（いずれも出家の比丘）とがいて、おたがいの領域を尊重しつつ仏教の精神を生かして、スリランカ社会全体をリードしている。村落住のお坊さんは日本のお坊さんと同じように、人々の暮らしにともなって起こること、すなわち冠婚葬祭からはじまって教育の相談や裁判の調停など、政治を除くあらゆる領域でさまざまな活動に関わっている（最近では政治の領域でも活発な活動をするお坊さんもいる）。そのうち宗教的な意味をもつ大きな行事の一つにポーヤ・デイがある。原始仏教時代のウポーサタに起源をもつポーヤ・デイの行事は毎月の満月の日に行なわれ、この日は国民の休日になっている。

12月24日にマウント・ラヴィニヤにある「仏教インスティテュート」（比較的新しい寺院）で行なわれるポーヤ・デイの行事に参加することが許されたので、これも朝早くからでかけた。服装は男女とも白が基調になっていて、非常に清潔感にあふれるものである。とくに子どもたちが着る白は目にまぶしいほどである。12月のポーヤ・デイはとくに重要である。なぜなら12月は、スリランカに仏教を伝えたマヒンダの妹であるサンガミッターが、ゴータマ・ブッダがその下でさとりを開いたブッダガヤーの菩提樹を枝分けしてアヌラダプラにもたらした記念すべき月だからである。

7時から行事が始まった。参加者は年齢を問わず女性がほとんどであり、男性は年輩者だけで若者はいなかった。おおよそいつも同じようである。最初に導師のリードにより礼拝と三帰依がなされた。つづいてガーターが読まれ、ブッダに対して献花（花束ではなく、小さな花卉を水に浸した小皿いっぱいにして捧げる）などをするブッダ・プージャーとなった。参加者全員の手を経て献花の供養、その他の供物の供養が行なわれる。その後あらためて、三帰依、五戒、八斎戒、仏、法、僧の賛嘆が唱えられる。幼いサーマネーラが数人いたが、しっかりした態度で導師の補佐役を務めていた。

8時から朝食である。全員が退室して外にある食堂でライス・ヌードルというべきものにカレーをつけて食べる。あとはバナナに紅茶という簡単なものである。お坊さんたちは別室で食べる。同席していっしょに食べるということはない。

8時30分から説法が始まった。基本的にはシンハラ語で話されているが、ときおり混じるパリー語によって、ある程度何を語っているかは想像できる。このときのテーマは、戒律を守ることの大切さをまず語り、つぎにゴータマ・ブッダがさとりを得る場面の描写と十二因縁の伝統的な説明であった。とはいえ、わかったのはこの説法だけで、この日になされた他の説法はほとんどがシンハラ語であり、まったく理解できなかった。説法はそれぞれ約1時間程度であったが、終わる約10分前くらいから、今度はサンガに供養する品物（現金ではない）が、これも全員の手に触れてまわされてきた（みんなで供養しているような気持ちになる）。説法者はみな堂々とした語り口で、聴衆に対して感動を引き起こさせるような名調子であった。

9時30分からは、在家者が中心になって行なわれるメディテーション・クラスである。女性のリーダーが近づいてきて、筆者が日本でどのような瞑想をしていたかを聞いてから、自分たちの瞑想方法をていねいに語ってくれた。早口の英語だったので、どこまで聞き取れたか自信はないが、サマタ、サティパッターナの意味、ウォーキング・メディテーションなどの説明であった。ヴィパッサナーについては、上級になるので別のクラスで実践しているが、筆者にはまだむずかしいだろうということであった。

日本のマハーチャーリヤという大げさな紹介があったので、多くの人々が自分たちで開いている勉強会や修行会への参加を勧誘にきた。日程の都合で行けなかったが、それぞれ熱心に活動しているようである。インドで仏跡めぐりをしたときの写真をうれしそうに、また少し自慢そうに見せてくれた人もいた。何度も行っているという。スリランカの人々にとってもやはり、インドの仏跡は特別の意義があるようである。

このあと昼食をはさんで説法とブッダへの供養がくり返される。昼食後は固形のをとらないのは、お坊さんたちの戒律にならうものである。参加者はみな熱心に説法に聞き入っていたし、説法も熱の入ったものが多かった。説法者は、理論的な解説が得意な者と感情に訴える話が得意な者との二つのタイプに分かれるようである。

夜の8時30分からピリットが始まった。「マハーマンガラ・スッタ」「ラタナ・スッタ」「メッタ・スッタ」が読誦され、その他のガーターも読まれる。ブッダからお坊さんたちを通して聖水（あるいはピリット後に聖水になる？）へと糸がめぐらされ、お坊さんがピリットを行わずに功德が水のなかに浸透していくようである。きわめて具象化された儀式であり、あたかも眼で見えるかのような演出が巧みである。ピリットが終わると、その聖水をいただき、頭や顔や身体をぬらしていく。そのことによって、功德が自分たちにも分かちあえられると信じているのである。

9時30分以降は亡くなった親族がいる人々のための法事が行なわれるので、一般の人々はこのあたりで家路につくようである。ただし、熱心な信者たちのなかには、その後も瞑想して夜を徹する人々もいるという。

以下に、おおまかなスケジュールを示しておく。

- 7:00 buddha-vandanā
- buddha-pūjā
- 8:00 breakfast
- 8:30 sermon
- 9:30 meditation class
- 11:30 buddha-pūjā
- 12:00 lunch
- 1:40 buddha-pūjā



説法するお坊さん

2:00 sermon
 3:00 tea
 4:00 sermon
 5:00 buddha-pūjā
 5:30 sermon
 7:00 buddha-pūjā
 7:30 sermon
 8:30 pirit
 9:30 for ñāti departed



説法を聴く信者たち

(2) 日常の生活

村落住のお坊さんの日常は日本のお坊さんのそれとよく似ている。葬儀や法事（1週間、3ヵ月、1ヵ年その後毎年の命日に、輪廻転生後の環境をよく変えようとする目的で、功德を回向するのである。人々は墓はつくるが、記念碑のようなもので特別な執着はない）から日常生活の悩み事にいたるまで、さまざまなかたちで人々の相談相手になる。

筆者がお世話になったディーヤガハのボーディルッカ・アーラーマは、話に聞いていたとおり本当に田んぼの真ん中にあった。まわりを水田にかこまれ、そこに牛がいて蛙が鳴き、小さな電柱がポツンポツンと立っている、遠いむかしにどこかで確かに見たような懐かしい風景であった（ただココナッツやパイヤ、マンゴーなどの樹木だけは違っていた）。バスが通る田舎道からココナッツの並木道を歩いていくと、大きな菩提樹があり、仏舎利塔（ダーガバ）があり、仏像が祀られている建物があった。スリランカではどんなに小さなお寺でも、かならず菩提樹と仏舎利塔と仏像がある。

朝も暗いうちから、ブッダに供える花や香などをもって、信者たちがお坊さんの朝食を届けにココナッツの並木道を歩いてくる。朝食や昼食の布施（戒律により、お坊さんは午後からは固形物をとらない）は信者たちにとってたいへん大きな功德になるので、喜びと誇りをもって奉仕が行なわれる。仏教の世界観にもとづく輪廻転生という考え方が浸透していて、善いことを積み重ねたポイントが多ければ多いほど、来世でよい境遇に生まれ変わると信じられているのである。そのほかの奉仕よりも食事の布施が重視されていて、食事の布施ができる権利？は容易に譲らないようである。田舎の小さなお寺でもいわゆる檀家が五百軒近くあるが、そのうち食事の布施ができる家は六十軒くらいしかないそうである。

夕暮れ時になると、菩提樹のまわりで多くの人が祈っている（ボーディ・プージャー）。病いや悩みを菩提樹が聞いてくれると信じられているのである。菩提樹をかこんでゴザを敷き、その上にすわって合掌しながら一心に祈り、あるいは住職の法話を聞いている姿には、われわれに失われた信仰心を見せられる思いであったが、それでも何か懐かしく感じられた。

スリランカのお寺にはかならず仏像と仏舎利塔と菩提樹があるが、それと同時に、脇のほう

に土着の神々（デーヴァーレー、インドに由来するものが多い）を祀る祠が、これもかならずある。人々はまずブッダにお参りし、色とりどりの花々や灯明などを供養して祈りをささげる。それによって、なんらかの功德が得られると考えられているのである。よい境遇に生まれ変わるために、お坊さんたちに食事の布施をしたり、ブッダにお参りして供養したり、さまざまな善行を行なったりして、できるだけ多くの功德を積むことが現世での最大の関心事なのである。

人々はブッダにお参りした後で神々にもお参りする。ブッダに供養をささげて得られた功德の一部を神々に分け与えるためである。神々はもろもろの超人的なパワーはもっているが、直接ブッダにお参りすることができないので功德を得ることができない。そこで人間が神々に代わってブッダにお参りして、その功德を神々に分け与えるのである。神々も輪廻の世界のなかの存在なので、いずれ死がおとずれる。そのときのために、やはり功德を必要としているのである。

その見返りとして、神々は人々が望むことをかなえてあげなければならない。神々と人々のあいだには、ギヴ・アンド・テイクの関係が成立している。もちろん、直接神々にお参りし供養して、願いを訴える場合もある。人々は宗教的な欲求とは別に、日常的な欲求をこのようにして満足させようとしているのである。

ブッダは絶対的な存在なので、人々の日常的な欲求には直接的には関わらない。宗教的な欲求についても、供養したり、それによって功德を得たりするのは信者のほうである。ブッダは何もしない。そのような超越的なブッダを頂点とする神々の体系が、スリランカでは成立している。

お坊さんはブッダにのみ手を合わせ、デーヴァーレーには手を合わせない。お寺はつねに人々に開放されていて、だれでもがいつでもお参りできるようになっている。出勤前や退社後、買い物や何かのついで、あるいは特別な用事はなくとも、とにかく老若男女を問わず、スリランカの人々はよくお寺にお参りする。本当に生活に溶けこんでいるような印象である。街の真ん中のお寺では、お坊さんがマイクで説法をしていた。それを聞くともなく、人々はお参りをすませる。

身近な人の誕生日をお寺で祝うこともある。これには親族一同が顔を合わせるという効用もあり、久しぶりに集まった親族がいっしょに花や香料や灯火を供養してお坊さんの説法を聞くのである。お坊さんは在家の人々が守るべき戒律の重要性を語り、ピリットを唱える。その功德を回向して、みなが祝福されるのである。

大阪で働いたことがあるという会社の社長が、ポリエチレン工場の新しい機械を動かすのに際して、お清め？の儀式を依頼にきた。従業員一同が集まっているなかで一通りの説法をすませ、ついでピリットを唱え、糸を聖水につないで功德を浸透させてから、それを機械にふりかけるのである。こんなことまでするのかというような、これもまったく予想していなかった出来事であった。帰りにお布施をいただいていたが、やはり現金ではなくミルクの粉などの物で

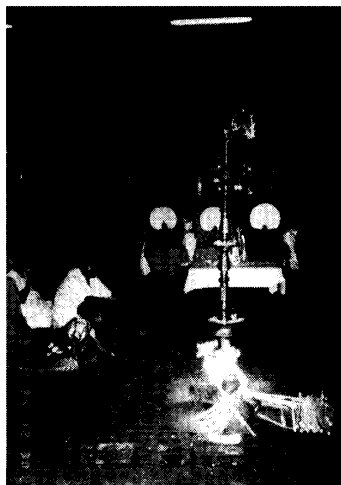
あった。

村落住のお坊さんはそのような仕事で忙しく、ヴィパッサナーなどの瞑想修行は実際上できない。それでも瞑想の大切さは認識されていて、精神的に不安定になったり、さまざまな問題で悩まされるときには、ヴィパッサナー・センターに出かけて静かな時を過ごすことができるようになっている。

スリランカの人々のお坊さんに対する尊敬の念は、われわれの想像をはるかに超えている。乗り物にすわっている人はお坊さんを見かけるとすぐに席を譲るし、お坊さんからは代金を取らない商人もいる。自宅に招待したお坊さんにあいさつするときは、足下に頭をつけてひれ伏す。人々がお坊さんの話を聞くときの畏敬ともいえるような表情には、衿を正される思いがするものである。

12月31日の午後10時ころ、近くのお寺でおもしろいことをやっているから見にいこうと急にいわれた。近くといっても車で1時間くらいのところであったが、そこで1週間通して経典の読誦が行なわれていて、今日が最終日にあたるという。まためずらしい儀式としてデーヴァ・ドゥータと呼ばれるものが行なわれるという。話の筋としては、神々が功德を得るためにブツダの説法を聞きたいと思い、子どもを使いに送ってお坊さんたちにそのことを依頼する、そして、それに応えてお坊さんたちが経典を読誦するというものである。それがドラマ仕立てで演じられるのである。

そのお寺に着くと、ちょうどデーヴァ・ドゥータが始まる場所であった。主役のデーヴァ・ドゥータ役の男の子、護衛役の男の子、まわりでドラムを叩く男の子、いずれも近くの村の子どもたちが演じていて、なかなかみごとな出来ばえであったように思う。このお寺のものについては、日本ではまだ報告のないものであるらしい。村の人々も小さな子どもからお年寄りまで大勢講堂に集まっていて、かなりのにぎわいを見せていた。綿菓子も金魚すくいもまったくなく、演じられるドラマとその後の経典の読誦をただすわったままで観て聴いて楽しんでいる様子であった。このようにして新年を迎えるようである（ただし、スリランカの正月は4月13日である）。



お清めの儀式



デーヴァ・ドゥータ

三、ヴィパッサナー・センター

1月5日になって、ようやくヴィパッサナー・センターに行くことができた。この件も事前に頼んでおいたのであるが、諸般の理由で遅くなり、また期間も三日間と短くなってしまった。恐れ多いことであったが、「仏教インスティテュート」のヴィパッシン師が直々に、コロombo 7 ヴィジェーラマ・マーヴァタにあるヴィパッサナー・センターまで筆者を連れて行ってくれた。

そこでプレーマスリ師にひきあわせられ、キンマの葉をささげて師の足下にぬかずく正式の師弟関係を結ぶ儀式をしたあとで、通訳を通して日本でどのような修行をしてきたかをたずねられた。禅をベースにおいた修行をしてきた旨を伝えると、とりあえずこれまでのことは一切忘れて、一つのことに集中するようにとの教示を受けた。それは歩くときに足に意識を集中させる（コンシャスネス・オン・ザ・フィート）ということであった。

このヴィパッサナー・センターは街中にあつたが、バンダラナーヤカ首相が檀家の総代であり、かつ官邸の近くにあることから、軍隊による警戒が非常に厳重で、違った意味で静かな場所であった。一般の人々も受け入れていたが、ここでも女性が多く、男性は筆者だけであった（男女は泊まるエリアが違い、食事も別々であった）。中心街に近く、勤めの帰りに立ち寄って瞑想をしたり祈りを捧げたりする人々のなかには男性もいた。

スケジュールをみると、早朝から夜遅くまでひたすら修行の毎日であるが、日本の禅道場とは違って、集団での行動があまりないことに気づく。個人の自主性に任せた指導をしているようで、怠けようと思えばいくらでも怠けられるし、励もうと思えばいくらでも励める。修行僧たちは別室があつて、おもにそこで瞑想をしている。在家者といっしょになるのはプージャーのときだけである。グループでの瞑想は少ない。屋外にもウォーキング・メディテーションのための場所があり、また菩提樹もあつてそのまわりで瞑想することもできる。室内でただすわっているだけ（経行はあるが）ではない修行形態もあることにある種の感銘を受けた。

瞑想において、日本の禅者とスリランカの修行僧とで違うのは姿勢である。すわり方については何の指示もなく、かなり自由になっているようである。少なくとも背筋は伸びているべきだと思ったが、日本であれば警策を受けそうな姿勢の修行僧が目立った。それでもプレーマスリ師だけはさすがにしっかりしていたし、修行にきている女性たちはよい姿勢であった。

筆者も末席にすわって修行僧たちといっしょに食事をいただいたが、托鉢を意識してか、主食のご飯とカレーはいちおう托鉢用の鉢に入れてもらい、そこから手でとりだして食べている。ヨーロッパからの修行僧もいたが、さすがに苦勞していたようだ。修行僧たちは食事が配られてから、ガーターを唱えて食べる。そのあいだ、信者たちはすわって聞いている。食べはじめると、給仕で忙しい。スリランカで一番のごちそうを毎日食べているのはお坊さんではないかと思うくらい、信者たちのころのこもった食事であった（食べきれないくらいのご飯とカレー、パパイヤ、バナナ、リンゴ、カステラ、ヨーグルト、紅茶、朝食は軽くヌードルやパンとカレー、紅茶）。お坊さんは信者たちを喜ばせるために、できるだけ多く食べなければならな

い。お坊さんが食べれば食べるほど、信者たちが功德を多く積めるからである。

瞑想はメニューがたくさんあって飽きないようになっている。筆者はプレーマスリ師からいただいた教示を中心にスケジュールを組み立てて実践していたが、菩提樹を含めて外界との分離感はずだんより短い時間で解消されたように感じた。スリランカの暖かい空気が瞑想の効果を高めているようである。弟子たちが質問できる時間も設けられている。短い期間ではあったが、充実した修行であったように思う。食事もおいしくいただけた。

以下に、一日のスケジュールをあげておく。

- 4 : 00 wake up & washing
- 4 : 30 sitting meditation
- 5 : 00 drink
- 5 : 30 sitting or walking meditation
- 6 : 30 pūjā before breakfast
- 6 : 45 breakfast
- 7 : 30 walking meditation
- 8 : 00 sitting meditation (group)
- 9 : 00 walking meditation
- 9 : 30 anything free
- 11 : 45 lunch
- 0 : 30 rest
- 1 : 00 sitting meditation (group)
- 2 : 00 talk to the teacher
- 4 : 30 sitting & walking meditation
- 6 : 30 pūjā
- 7 : 00 sitting meditation (group)
- 8 : 00 walking meditation
- 8 : 30 sitting meditation
- 9 : 30 walking meditation
- 10 : 00 free



ヴィパッサナー・センター



菩提樹と経行所

おわりに

原始仏教ないしパーリ仏教を勉強していて、実際に行なわれている土地に行ってみないとわからないと思われることが多くあった。実際に行ってみて、原始仏教經典の記述がより身近に感じられるようになったように思う。パーリ語が日本語的な発音にもかかわらずまずまず通じたことも愉快的なことであった。また、土着の神々とブッダとの関係について、日本やインドとの比較において貴重な示唆を受けられた。修行体系の伝承や修行実践の内実などの考察については、今後の課題としたい。最後になったが、筆者がスリランカを訪れる直接のきっかけをつくってくれた三枝充憲先生、それから東方研究会の中村元先生、常円寺の及川真介先生、スリランカでお世話になったティラカ氏、クサラ師に、この場を借りて謝意を表したいと思う。

(1997年12月22日受理)