

「今」「ここ」のちから

茨城県 安禅寺 染谷典秀

禅で用いられる言葉に「而今（即今）」「当処」というものがあります。「今」「ここ」という意味です。

私たちの生きる現場です。「今」以外の時間に私たちは存在できません。同じように、今いる場所以外に、私たちは存在できません。この「今」「ここ」を丁寧に生きることを、禅は教えます。

ユング派の深層心理学者で、カウンセラーの河合隼雄に次のようなエピソードがあります。

ある高校生が河合さんのところへ相談に来ました。とても深い苦悩を抱いているようでした。「どうですか」と声をかけても、下を向いて黙っています。河合さんが「いやあ、高校一年ねえ」と言うと、その子は「いやあ、高校ねえ」と言いました。いつもは、それから会話が続けていくことが多いのですが、その子は河合さんの言葉に乗ってきません。

それから一時間、その子は言葉を発しませんでした。「負けた。僕よりも偉大な人が来た」と、河合さんは思ったそうです。

一時間の沈黙の間、河合さんがつとめたことは、自分の心が他所に行かないように「今」「ここ」に心を落ち着けることでした。

終了の時間が来ました。「今日はあまり話できんかったけど来週来る？」と言うと、ニコツとして「はい」と言ったそうです。

その後、高校生の母親から電話がかかってきました。いつもすごく憂鬱な顔をしていたのに、ちょっと明るい顔をして帰ってきて「高校生の気持ちをあそこまで理解してる人はいない」と言ったというのです。

深い苦悩を抱き、いのちの極まっている人は、目の前の相手のことを、敏感に感じとるのだと思います。その子は、河合さんが「今」「ここ」にしっかりと存在していることを深く感じた。それが、言葉をほとんど交わしていないにもかかわらず、いや、交わさなかったからこそ「高校生の気持ちをあそこまで理解してる人はいない」というその子の言葉になったのです。

「今」「ここ」のちからです。