

とうじ
冬至は、一年のなかで、最も夜の長い日です。

スイスの深層心理学者ユングは、夜をギリシャ神話からイメージを得た「夜の海の航海」すなわち真っ暗な夜の海を船で進むという比喻を用いています。

ユングは、日没から日の出の間というのは、コントロールの難しい無意識と対面・対決する時間で、やがて水平線に現れる太陽に照らされながら、自己が実現するというプロセスを語っています。

お釈迦様にも、夜、ある者と対面・対決をする場面があります。そのある者とは、悪魔・マールです。

「その時、お釈迦様は、夜の暗闇の中、屋外で地面に坐しておられた。雨がしとしとと降っていた。悪魔・悪しき者は、身の毛がよだつような恐怖を起こさせようとして、お釈迦様に近づいた。そして、きよらかな、またいやらしいさまざまな姿を現した。

その時お釈迦様は・・・これは悪魔・悪しき者である・・・と知って、詩で語りかけた。
『長い間、きよらかな、またいやらしい姿を示してきたが、そなたはそれだけで充分なはずだ。悪しき者よ。おまえは打ち負かされたのだ。破滅をもたらす者よ。身にも、ことばにも、こころでも、よく気をつけて自らを律している者は、悪魔に支配されることはない。かれらは悪魔の手下ではないのだ。』

悪魔・悪しき者は『お釈迦様はわたしのことを知っておられるのだ。』と気づいて、打ち萎れ、憂いに沈み、その場で消え失せた。」

この場面での、悪魔・悪しき者というのは、生きている限りに起こる、様々な心の動き。その心が、コントロールの難しい、むしろ自分が巻き込まれてしまうような欲望や自己中心的なものをさすのであれば、まさしく、ユングの言うところの、夜の海の航海で対面・対決する無意識の領域に多く含まれるものでしょう。

『 禅のこころ -曹洞宗- 』

お釈迦様は、自らの心に起こる動きをごまかさず、直視していることがわかります。それは、無意識の領域にあるものを、智慧の光で照らすことであるといえるでしょう。その時、それは自ずと変容していくのだと思います。

夜を過ごさなければ、朝を迎えることができないように、心の動きを見つめそれを智慧の光で照らすことは、自己を育み続けるプロセスなのです。そして、心の光で照らすためには、「身にも、ことばにも、こころでも、よく気をつけて自らを律している」ことが必要なのです。

冬至は、最も夜が極まる日です。そして同時に、昼の光の時間が増していく、はじまりの日でもあるのです。

— 終 —