

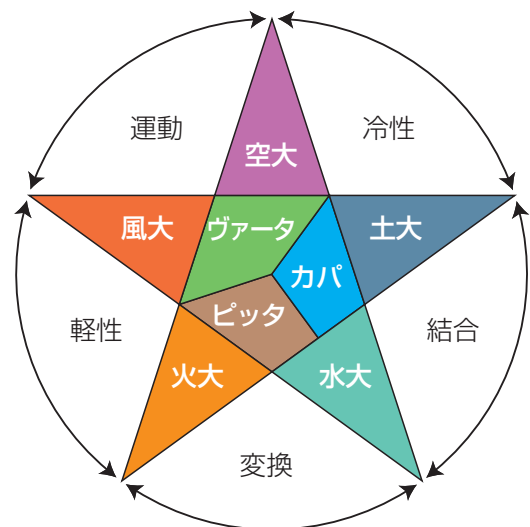
アーユルヴェーダとは、サンスクリット語で「生命の科学」の意味である。約4000年から5000年前、ヒマラヤの麓に聖人たちが集い、病を治す術はないかと話し合ったのが始まりだと、古典医書『チャラカ・サンヒター』に記されている。その中にスリランカ聖人が1人いた。これが、インドとスリランカのアーユルヴェーダが同根である所以である。紀元前3世紀頃に仏教伝来がきっかけで民間に普及し浸透した。寺院が病院の役割を果たし、僧侶はアーユルヴェーダの医師として人を助けたと聞き及ぶ。仏教と深い関わりを持ち治療、食事、美容などに於て心身共にリラックスしリフレッシュされる。如何に生きるべきか、自分と向き合うことでもあると思う。つまり、健やかに生きる知恵である。2012年3月中旬、タランガッレ・ソーマシリ師からアーユルヴェーダ大臣を紹介された。行政機関にアーユルヴェーダ省があり、大学にもその学科が設置され、公私の病院で専門医が活躍している。街には薬草を処方する薬屋をみた。恥しいことだがかつての私は、アーユルヴェーダとは、スリランカ風ヘルスマッサージ程度に受け止めていた。いつの頃から、仏教に重なるアーユルヴェーダの神秘に触れるようになって来ている。

🍀 ちょっとだけ体験

2012年3月18日、比較的充実したアーユルヴェーダクリニックに入った。半日程の体験であるが、以前にもちょっとだけ体験したことがあった。門から玄関に至ると、入口脇にハーブの石鹸、ローションやオイル、サプリメントなどの販売コーナーがあった。時代が変われば観光客のために買いやすい品が置かれている。日本に比べればかなりリーズナブルな値段だと脇目しながら、別側の部屋に通された。その後、医師の脈診、聴診がありガイドの通訳に従った。「誰でもドーシャを持っています。ドーシャとは日本で云えば体質のことで、エネルギー源の性質です。ヴェーダ、ピッタ、カパに大別されますが、風、火、水の部類ということです。日本人に

多いのは、風のタイプですね」続いて、ドクターから20か条に余る質問をされた。当てはまるものを合計し、一番数が多いのが自分に近いドーシャとなる。例えばピッタこと「火」の部類の数が多いとしよう。常に活動的で周囲を巻き込んで何かをするタイプとか。このタイプは内側から燃えているので、時には食事も控え目にして静かな時間が必要であると言う。ドーシャによって食べて良い物、よくない食材もある。ソーマシリ師による説明では「一般に言われるのは、キューリは身体を冷やすとか、夜はトマトやニガウリは禁物で、油濃いものは避けるとか…」というようなことだそう。要は、診断によって自分の体質を知り、健康状態を維持することである。俗に言えば「体の毒素を出してスッキリしよう」である。

さて、次に肝心のトリートメントマッサージの2階個室に入った。一瞬、何となく薄暗い感じがしたのは私だけであろうか。何処の施設でも気持を落ち着かせるためにこのようなのであろうか。チェックカードによる処方ではオイルが温められ、全身にたっぷり落としすり込まれていく。クリニックのマッサージ順はまちまちで、最初はフットバスやヘッドマッサージなど、身体の負担のかからない部位から



トリ・ドーシャ(三体液、三病素)

(ウィキペディアから)

スタートするという。

セールスポイントの「シローダラ」マッサージが始まったかと思ったら、ゆっくり額にオイルが垂れてきた。ベッドの上でそのままとうとうしてしまい、時間が来て起こされるまで分からなかった。覗き見体験ではあったけれど、日本人女性の大半はこのシローダラに魅せられて「スリランカ旅行」が大人気となり、俄然、脚光を浴び続けているのだそうである。

アーユルヴェーダの極意

日本では西洋医学と東洋医学の医学が大きく占められている。後者は漢方薬や中国の療法である。昨今、タイのマッサージ、中東のハーブなど多国籍の心地良さが得られる術にも、眼が向けられるようになってきた。私の中では西洋は速効、東洋は遅効である。どちらが良いのかは各人の考え方と判断力による。

ところで、スリランカを代表する高僧パナガラウパティ ッサ師は、ソーマシリ師が尊敬する恩師であり、少なからず私もご縁を頂いている。本拠のスリランカ大菩提会第3代のお役を主として、インドや日本を往来されるご多忙の日々、腰痛に見舞われていらっしゃり傍目にも痛々しい。杖と車イスの毎日が4か月にわたったと聞かされていた。周囲から西洋医術を試みられるよう勧められていたと聞く。腰に包帯を巻かれた姿に、ソーマシリ師の心配と心遣いは尋常でなかった。然し、ウパティッサ師は、大いなるアーユルヴェーダの信奉者であられた。西洋医術に依る手術も考えられなくはなかったが、スリランカに継承された施術を受けられていた。しばらく師の消息が途絶えていたが、ソーマシリ師翻訳の『はだしのゲン』出版記念会に来日下さった。私は、奇跡的なお姿を拝した。仏さまの妙技を確信され、アーユルヴェーダに托されていたのであろうか。

日本でも、アーユルヴェーダ治療院が眼に入る

ようになり、同時にテラワダ仏教僧と伝道センターがちらほら見られるようになった。スリランカアーユルヴェーダも花咲くかもしれない。

仏様の施術

仏教徒の接点を辿っていくと、僧侶がアーユルヴェーダ医であったり、瞑想の目的や方法をレクチャーして下さる学びの機会がある。穏やかな気持ちへと導くことで心身共に癒やすことが出来るからである。近代化の波が押し寄せ、変化していく環境にあっても、心の片隅に形なく目に見えないものを信じるものが支えている世界に通じる。そこでソーマシリ師が話されたことは興味深かった。師によれば、「アヌラダプラ遺跡群に古代シンハラ王朝が栄誉を誇った無畏山寺ことアバヤギ



頭部のオイルマッサージ
(ウィキペディアから)

リヴィハーラが在ったでしょ。その宗派は大乗仏教で、対して瞑想に於て悟りを目指す小乗(テラ)仏教(ワダ)と中間的な第3勢力の形成で、当時の仏教界は混迷を極めた。パラクラマ・バーフ1世のサンガ浄化が始まる時代まで続いていた。王は、スリランカの大乗仏教アバヤギリ集団を排斥した。大乗仏教は消滅してしまったが、庶民の中に根ざした社会貢献を多く行った為、アーユルヴェーダ施術や占星術が残って今日に至っているんだ」とのことである。

そういえば、生活全般に於て占星術師に相談することが多いと聞いている。明確なアドバイスによって、未来の進むべき道を示してもらえる。気持ちのコントロールやストレスから解放されるのは、仏様の施術に他ならないのである。日本の仏教とは相違して、スリランカ人の仏教観は涅槃に至ることが最終目標である。可能であろうか？ どちらにしる、心のデッド・ロックから抜け出る仏様の教えと施術の名残りは、このように現在まで連綿として生き続けてきているのだと思うと、パワーをいただいた気持ちになった。