

「摩訶止観」の仏教医学と身の医療

奈倉道隆

1. 仏教医学は関係重視の医学

近代医学の背景にある近代思想は、実体としての「個」を重視する。仏教思想は、個が成り立つ「関係」を重視する。したがって、仏教医学は「関係重視の医学」といってよい。

身も心もその人の環境も、相互依存関係で成り立つ。即ち身と環境があって心が成り立ち、心の働きと環境があって身が成り立つ。身体症状を訴える身体はこのような身である。

仏教思想の基本、三法印【**諸行無常**（すべての物事は移り変わる）**諸法無我**（すべてのものは関係の上に成り立つ）**涅槃寂靜**（関係が調和したとき安定する）】が出発点となる。

2. 摩訶止観は仏道修行の実践書。修行の進展と健康の向上は相互に依存。

『摩訶止観』は、中国の天台大師（6世紀）の書。その要約ともいえる『小止観』10章の題名を岩波文庫『天台小止観』《関口真大訳注》に基づいて示す。（第1章を①と略記）

① 縁を具えよ【倫理的生活・衣食の具足・静処に閑居・複雑な関係の改善・善き人との交流に努める】／② 欲を呵す【禁欲でなく欲望の主體的なコントロール】／③ 蓋を捨てよ【煩惱にとらわれたり振り回されたりしない生き方】／④ 調和【食は過不足なく・睡眠は節せず恣にせず・身体活動を調べ・呼吸を調べ・心を調える《調身・調息・調心》】／⑤ 方便行【意欲・精進・信念・巧慧・一心】／⑥ 正修行。【座禅による修行・様々な生活行動の中での修行】／⑦ 善根が発する相【修行によって良い根性を育てる（偽の根性に注意）】／⑧ 魔事を覚知せよ【良い根性を破壊して迷いに誘い込む「魔」と対決】／⑨ 病患を治す【修行の過程で罹る疾患を治す（次項で説明）これも修行の一部】／⑩ 証果【さとりの道、一息一息ごとの一心に、空観・仮観・中観を融合して観ずる修行（一心三観）を進める】

3. 修行（真剣な生活）をする時に生ずる病患の様相（症状・病理）と治病法

仏教成立以前からインドには、現代も活用されている優れた医療「アユルヴェーダ」があり、止観もこれを活用している。これは、病因を、四大（土大・水大・火大・風大・【アユルヴェーダのトリドッシュ】）の損傷と五臓より生ずるものとに大別し、前者は病素の過不足による生体機能の調和の乱れ、後者は種々の臓器の異変とみる。また、病患を治すには「因」を除くのみでなく「縁」（条件・関係など）を改めていくことも大切である。《因縁生起》

アユルヴェーダでは豊富な薬物やパంచャカマと呼ぶ独特な技術を用いるが、天台大師は、これは医師に任せて一心三観の修行にはげめと説いている。要するに、すべてに物事を「空」（無常・無我なもの）と観じて病患への不安を除き、同時に現実の課題（例えば医療）を「仮」として重視し、両者を融合した「中」の視座から病患と向き合う。病状や予後にとらわれない患者や医師は、身の奥深くから発する訴えに共鳴して病患に立ち向かうことができるようになる。そうすれば患者の療養も、医師の治療も、円滑に進むようになるであろう。