

天德山龍泉院

住職 権名宏雄老師

平成十五年
月例会

12
・
25
第六号

龍泉院叅禪會

作すことの難きに非ず よくする事の難きなり

よくする事の難きなり

『正法眼蔵随聞記』巻四の一節であります。ここは仏法の学び方についての教えであります。仏法を学び身につけていくには何が肝要か、いちばん重要なところは何か、というお示しであります。道元禅師は「作すことの難きには非ず」。やることのやさしい難しいということではない。「よくすることの難きなり」、内容が問題である。ベストの状態で行なうことが、いちばん大変なことなんだ。誰にでも解りやすいお示しをなされておられます。誰にでも解りやすい、ということは誰にでも出来るということではない。解りやすいことがなかなか出来ない。坐禅を五年やっていても、十年やっていても、十五年やっていても、足の組み方、姿勢の保ち方、呼吸の仕方、そういうものは何時の間にか身につきます。当然であります。

ところが頭の中はどうか。常に妄想をこらしている。或いは妄想の虜になってしまつ。これでは何にもならないのであります。それならば初心の坐禅、はじめたときのよつに真剣に、言われた通りに行なう坐禅。足は痛い、頭の中にいろいろの

とが浮かんでくる。だけどそれに負けない。こつ真剣になって坐っている坐禅のほうが、はるかに益してあります。益し、というのは道元禅師の教えに適っているということでもあります。臨済宗の坐禅は、ご存知のように見性を行なう。坐禅をしながら公案に体当たりでぶつかる。そして終わってからテストがあります。老師の前へ一人一人行ってテストを受ける。そして大体は叩き出される。われわれの坐禅は公案を行ないません。従って自分で自分をテストしなければならない。自分で自分をテストすることの方が難しいんです。まやがしの坐禅では、人の目は晦ませて、自分の心は晦ませられません。道元禅師の教えの坐禅は、その骨子は、仏さんになりなさい！坐仏の教えであります。それは只、無我になればいいんだ！自分を全く無くして天地宇宙の波長と一つになって、只淡淡と坐りなさい！こつという教えであります。自分で自分をテストできる。

「作すことの難きには非ずよくすることの難きなり」

平成十五年一月 合掌

たといい刹那に発心修証する

も即心是仏なり

『正法眼蔵』「即心是仏」の巻の一節であります。「一刹那」は一秒の何千分の一、何万分の一という短い時間。そういう極短い時間でもいいから「発心修証」する。道心を起こして修行すると、その途端に「即心是仏」である。誠にありがたい教えであります。こういう教えを残されたのは道元禅師だけあります。僅かな時間でもいいから、本当のやる気を起こしての修行する！これを実践すればその途端に仏が現成する。こういうお示しです。

仏教一般では長い長い修行を経て段々と悟りに近づいて行く、ということ教えるのが常識であります。ところが道元禅師は全く違う。本当のやる気を起こす！本当のやる気を起こすということは、自分の働きは微塵もない。そういう道念に燃えた、全身を投げ打った境涯。それでぶづがって行くとき、それが仏なんだ。ですから、そういう坐禅をズット続けていけば、その人の仏が、自分の仏がズット現れていく。だから坐仏というのであ

ります。仏というものは全く他人事ではない、私共自身なんです。皆様方一人一人が全て仏、真剣な行をしているときが仏！それ以外に仏なんかありやしない。こういう素晴らしい教えを道元禅師は私共に残してくださった。仏教一般からすれば破天荒というかも知れません。

ところが坐禅を長くやっておりますと、ついつい惰性になってしまう。あと何分位という時間もわかるし、その時間のついやし方の要領もよくなってしまふ。それでは仏の現成は覚つかないのであります。要領で坐っている、これはもう坐禅ではない！ですから初心の人は真剣です。妄想がドンドン沸いてくるかもしれないけれども真剣、古参の人は常に引締めなければならぬ、どうしたらいいか、無常を感じる以外ないんです。もう今日でお願いだ！これしかありません。今日しか坐禅が出来ないんだ！次はもう無いんだ！この気持ちであります。事実、明日からのことはわからない！今日でお終い！この気持ちで坐る。これしか古参の方は自分を叱咤激励していく「発心修証」のあり方は無いんであります。常に「発心修証 菩提涅槃」であります。「たといい刹那に発心修証するも即心是仏なり」

仏祖の屋裏に太尊貴生なるは

結跏趺坐なり

『正法眼蔵』『三昧王三昧』の巻の中の一節であります。

「三昧王三昧」の巻というのは、三昧の中の王様という意味であります。三昧というのはいろいろな行によって三昧の境地に至ることが出来ます。経行も三昧、念仏も三昧、題目を唱えるのも三昧、様々な三昧と呼ばれる禅定力の修行方法がございます。読経も三昧です。ところがいろいろな行によって得られる三昧の中の王様が、まぎれもなく結跏趺坐である。半跏趺坐では駄目なのか、そういうことではないんです。要するに坐禅が最大最高の三昧の王様である。こういう意味であります。

「仏祖の屋裏に太尊貴生なるは結跏趺坐なり」。これはただ、三昧の王様を言っているのではなくて「仏祖の屋裏」、仏さまの世界であります。狭く捉えれば、この坐禅堂の中で「太尊貴生」、この上もない尊い命、これを發揮するのも我々である。皆様方一人一人である。もっと大きく捉えれば、この天地宇宙・法界・大宇宙の中で、宇宙と同じ波長で同じ呼吸をしているのが、他ならぬ私共である。こう捉えれば、なおスケールが大きくなってまい

ります。どちらにしても仏さまの世界。その仏さまの世界の真只中であって「太尊貴生」、という大きな尊い命が改めて認識されるのが大切でございます。これは何が尊く素晴らしいのか、私共が迷いの世界をフツ切って、自在の世界に独立者として独立していることが素晴らしいのであります。普段は生活の柵、職場や家庭や様々な人間の生きる柵の中であくせくもがいてい。これは迷いの世界であって本当の世界ではない。

小鳥が囀っております。大空を自在に飛びまわっている、魚が大きな川を大海を悠々と泳ぎまわっている。本来人間の命はこれではなくてはならない。何ものにも束縛されずに、仏さんの命としての自由、自在、素晴らしさ。これが縦横に發揮されるという姿でなくてはならないのであります。普段は中々そうは行かない。時間に追われ、仕事に追われ、慌しく動きまわっている。いま「仏祖の屋裏」においては、それを全部止める。本来の命のあり方、命の姿、そこに正しく帰る。これが「太尊貴生」ということであります。ですから坐禅は全ての束縛から解放された自在な本来のあり方であります。「仏祖の屋裏に太尊貴生なるは結跏趺坐なり」

平成十五年三月 合掌

はじめて仏道を欣求せしときの

「こころざしをわすれざるべし」

『正法眼蔵』「溪声山色」の巻の一節であります。「欣求」は道を欣求めるということであります。仏教を信仰したい！本當の仏教の道歩みたい！といって嫌々される方はいない訳であります、宗教というものは、自分で求めて行なうのが大半であると思います。その仏道をはじめて求めて入ったときの志し。それは一人一人皆微妙に違うとは思いますが、同じ志しに燃えて新鮮極まりない気持ちで坐禅をはじめられるという点では皆様と同じであります。

私が坐禅らしい坐禅をはじめたのは大学一年生の時がはじめてでありました。その時に、何と澤木興道老師の単の前に坐りました。そして一年間、澤木老師からズーツと背中を見られ続けました。最初の時は微動だにできなかった。所謂金縛りにあったようでした。その気持ち忘れられません！二回目でしたかチラツと動いたら、「動くな」と、大喝を食らいました！他の人が言われたのかも知れませんが、自分が言われたような気がして、

坐禅はビクトモ動いてはいけないんだ！こういう気持ちに最初からなりました。最初の時のフレッシュな坐禅に対する真摯な心構えは忘れがたい。最初に坐ったときの志し、心構え、新鮮さ、足の痛さ、そういうものは決して忘れられないというものでなくてはならない。そこで道元禪師は常に最初の坐禅が肝心なのだよ、最初の坐禅は立派でなくても内容が伴わなくても懸命に坐ることが仏さんなんだよというありがたい教えを示されています。それならば、その志し、心構え、あり方、そういうものをズーツと続けていけば、仏さんが続いている訳なんです。仏になるにいとやすき道あり、なんです。

「溪声山色」の巻のお言葉であります、谷間の響きに仏の説法を聞き山色、山の姿に清浄心をみる。そういう心を整えることが大切である。それは菩提心を起こすことであり、無心の行である。それは我々の先輩方の長い深い伝統の復履を踏むことに尽きるんだ！初心のときの坐禅にそれが込められているんだ。四月に因み、この最初の時の坐禅を忘れまいという心を新たにしたいものであります。

「はじめて仏道を欣求せしときのこころざしをわすれざるべし」

正修行のときしよつしゆぎよ 溪声溪色けいせいけいしよく

山色山声さんしよくさんせいともに八万四千偈はちまんしせんげを

よしまるなり

『正法眼蔵』「溪声山色」の巻の一節であります。時まさに一年中で最も爽やか、暑からず寒からず絶好の時節じせついいんねん因縁であります。こういつた時に、我々が坐禅修行している。この在りさまが天地宇宙あまみずいっぱいみすみずの瑞々しい素晴らしさ風光の在りさまと文字どおり一体となっていることを、つくづく全身あげて感じられる時節であります。ただし、それは「正修行のとき」、正しい修行が行なわれている時の風光でなくてはならない。こういうお示し。

「溪声溪色山色山声」、谷の響き山の姿、このあたりは高い山は見られず、谷川の響きも聞こえてはきません。しかし、風の音、鳥の声、木や森の色なす刻一刻変わる彩り、同じことではありません。雲の動き、太陽の光、こういうものが外へ出て目を凝らせば、ドット迫ってくる。そのための坐禅ではないんです。そのための坐禅は、ため坐禅である。これは結果であります。「正修行のとき」に自然にそういつた目も、耳も、心も、自然の息吹と一枚になっっているから全て身体で感じられる。

私共も全身での感覚。耳で聞くもの、目で見るものだけでない。耳で見るもの、目で聞くもの、こういつものもある。そうならなくては本物ではない。目で聞こえる、耳で見る、全身で詠える。それは「正修行のとき」であると道元禅師はおっしゃる。正修行！正に「只管打坐」であります。全てのはからいを止めて結跏趺坐或いは半跏趺坐、背筋をピシッと伸ばして微動だにしない。そういつ心構えでシャキッと坐る。頭に妄想が浮んでくる、取り合わない、それが無心ということでもあります。こういつ坐に徹した時、そしてそれが継続する時「正修行」であります。すると全身の感覚が真にフレッシュになります。モリモリしたものの、生き生きしたものの、そいついものが沸き起ってくる。その原動力が何時の間にか具わる。私は老化現象というものは坐禅で克服できるんじゃないか。坐禅は正しく老化の反対である。老化を防ぐんじゃない、逆に若くする。若さを呼び戻す、こういつ働きを坐禅はもっている。だからいい加減な坐禅をしているのは、身体も心もボケてきたんだ！そいついつ心構えで坐りたいものであります。

「正修行のとき溪声溪色山色山声ともに八万四千偈をおしまるなり」

平成十五年五月 合掌

自己をわすれるとどうなるか 万法に証せられるなり

有名な『正法眼蔵』「現成公案」の巻の一節であります。この一節のところは、仏教の根本的なあり方、仏道というものの身につげ方、を説いた重要な教えとして各宗各派、宗派に全く関係なく引かれているところでもあります。「仏道をなろうというのは自己をなろうなり、自己をなろうというのは自己を忘るるなり、そして「自己を忘るる」というのは万法に証せられるなり」「こう続いていきます。天地自然万物全ての中に自己を投げ入れてしまつて、自己が無くなつてしまつことなんですが、これができない。『正法眼蔵』の中で自己という言葉が百五十数回出てくるそうです。そのくらい「自己」というものが常に問題にされている。常に問題にされなくつちやならないほど自己は厄介なものなんです。だって今の日本の教育の基本であります自主性の確立だとかアイデンティティだとか云われるものはみんな自己です。ところが、これはまことにチツポツケな自己であつて、道元禅師の仏法からしますとどつじょうもない自我のことなんです。自分だと思つて欲の

深い汚い自己、これが忘れられるべき対象であります。それを忘れなくつちやならない。

どうしたらいいかといえば、「万法に証せらるる」こと、天地宇宙の素晴らしい息吹の中に自己を預けつちやう。天地自然の息づかい、波長、そういうものと一緒になつてしまつてチツポツケな働きを止めてしまつ。これが「万法に証せらるるなり」であります。お釈迦様が説かれた生のお言葉として伝えられる『ダンマパダ』の中に「己こそ己のゆるへ己にゆるはずして何によるへきそよく調えられし己こそ己を律する素晴らしいものだ」と云う意味のお言葉がございます。そのよく調えられし己、これが自我でない自己であります。自己を忘れた己であります。暑からず寒からず新緑に覆われた今、坐禅をしているのは真にありがたいことでもあります。一夜接心のはじまりにあたり普段の自我としての己、自己を全部止めましよう！よく調えられし己、これに徹する！自然に任せる。任せるということもない、そういう思いもない。そんな一泊両日にお互いに努力したいものであります。「自己をわすれる」というのは万法に証せられるなり

道を得るといふは正しく身を以て

得るなり是によりて坐を

専らすべしと覚ゆるなり

『正法眼蔵隨聞記』卷三の一節であります。この一節は、その前に「道を得るといふとは心をもつて得るや身をもつて得るや」、こつう問いがあり、それについて道元禪師は、仏道を身につけるためには、心をもつては未来永劫に身につかない、得られない、もつばら身をもつて得るのであると説き示しております。

心をもつて得るといふことは、頭でもつて理解することではない！要するに本当の仏法というものを身につけるには幾ら勉強しても駄目だ、百千万巻の仏教の書物を読んでも身につかないんだ。それよりも本物の坐禅をしなさい！こつうお示しであります。つまり本物の仏法を身につけるには学問知識、既成の概念、そういうものを止めなさい。むしろそれを止めるのが坐禅の真骨頂である、ということ強調されております。書物を読むのも現代人には必要であります。予備知識を得るのは決して悪いことではない。しかしそれだけでは本物の仏法は得られないんだ！何故ならば書物から仏法に入る者は、坐禅をする時に自分の側から

坐禅を見ている。このチツポケな分別の自分から坐禅を向こうに見ている。ところが道元禪師の教えられるところの坐禅はそんなものじゃない。自分というものがない！天地宇宙の彼方の坐禅である。その坐禅の中に含まれるのが自分である。天地宇宙世界と波長を合わせちゃいなさい。分別なんか全部取り払ってなくしちゃいなさい。そういう小さな自分に振り回されてどつずるんだ、ドッシリと坐る。つまらん考え、普段の生活の中の柵、腹を立てたり悲しんだり憎んだり喚いたり、そういう柵を全部止める、計らいを無くす！これが坐禅であります。そうすると宇宙世界と波長が一つになる。つまらない心の柵がそのまま素晴らしい光になる。言うなれば洪柿がそのまま甘くなるように、「煩惱即菩提」であります。真にありがたいお示しであり、それは只分別を止める、頭で何か考えるチツポケなことを止める、それだけで現成するんだ！こつうお示しであります。ですから頭坐禅をしないこと、身体全体で天地宇宙と一枚になる、こつう坐禅をお互いに努めたいものであります。

道を得るとは正しく身を以て得るなり是によりて坐を

専らすべしと覚ゆるなり

心水何ぞ澄々たる

一これを望めども端を見ず

一念纒に警起すれば

萬像其の前に堆し

漢詩『良寛詩集』の一節であります。坐禅の時の心のあり方を

詠われたところです。「心水」、清浄の心を意味するのであります
が、本来清らかな心であるべきものが「何ぞ澄々たる」、どうし

て何時も澄み渡っているだろうか。「これを望めども端を見ず」、
その清らかであるべき心を望めども幾ら眺め渡しても端を見極

めることができない、そういう素晴らしさなのである。ところが
「一念纒に警起すれば萬像其の前に堆し」、一念とは心の迷い心
の動きであります。それが「纒に警起」ですから、ちよつとでも
起こると「萬像」、全ての姿、形目に映る萬の姿が心に堆く
沸き起こってくるもんだ、と詠われたのであります。

私共は誰でも清らかな心、濁りなき心、というものを備えてい
る。ところが迷い、念が浮かんできますと、それが清らかでなく
なって濁って汚くなってしまふ。ふらふらと欲を起こすとか、つ
まらないことでよくよく心沈むとか、そういうことを人間はしよ
つちぢづづっているんです。そのくらい心は動き廻っている。家

庭のこと、仕事のこと、自分の身体のこと、ありとあらゆること
で心を悩ましている。悲しんだり、憂いたり、憎んだり、怒った
り、数限りない。本来清浄、清らか、鏡のように澄んだ心なんで
す。誰でも平等に同じである。「一念」というものが入るから、
おかしくなってしまう。そこで坐禅は本来の心を取戻す行であ
ります。本来の清浄にかえる時であります。真つざらな半紙のよ
うな心になりきる時であります。

道元禅師は、そういう心になりきった時、これが悟りである。
そのほかに悟りなんかありやしない、こう教えられております。
良寛さんの言われる心水の本来の姿これに返ればいい。そこに返
って只修まりこんでしまわないで、何時でもそういう心に返って
物事を正しく見聞し判断してベストの活動、ベストの生き方、こ
れをしようじゃないか、これが禅のあり方、目的であります。こ
の良寛さんの詩は、經典の中にある「衆生の心水清ければ菩提の
影その中に現す」という語句を踏まえられているようです。いず
れにせよ坐禅は素晴らしいもの、普段の濁ったどろどろした心を
やめる！ 只それだけであります。

「心水何ぞ澄々たるこれを望めども端を見ず一念纒に警起す
れば萬像其の前に堆し」

仏法人を選ばない二重の過ち

人仏法に入らざるなり

『正法眼蔵隨聞記』の一節であります。『仏法人を選ばないはあらず』、
仏法というものは万人に開放されている。利人鈍者であろうと、
そんなの関係ない！ 誰彼の別なく平等に与えられている、開か
れている法門である。確かにその通りであります。仏法の方から
人を選ばないということはあり得ないんです。

ところが「人仏法に入らざるなり」。こうやって開かれている
仏法を人間の方で選り好みしちゃっている。確かにその通りで自
分は仏法に縁がないとか、こんな堅苦しいものはいやだとか、自
分は何しようとする自由だとか、これは自由のはき違いでありますけ
ど、そういう理屈をつけて毛嫌いしちゃっている。これが殆どの
人なんです。この『隨聞記』のお言葉は、在家の人でも出家の心
があれば迷いを離れるということが出来る。逆に出家の人で在家
の心があったなら二重の過ちを起こすことになるんだ。こういう
対句で教示されている訳です。在家の人で出家の心があるとは、
つまり菩提心をかたくして、仏法のために身を棄てるんだ！と
いうくらいの心があれば、これは迷いを離れるなんかいと易い、

どんな迷いも断ち切ることが出来る。逆に在家人が在家の心を持
っていたら二重の過ちを犯す。ちよつと解り難いかもしれません
が、出家は出家の心構えでなくてはならない。もう出家得度した
以上は在家一般の人の欲望を放棄する、欲望のままに物やお金を
求めて行く世界から離れなくてはならない、自我の虜から離れ
なくてはならない！ ところがそれを切れない、切れないという
その心は出家ではない、形振りには出家である。だから在家でもな
く出家でもない、という二重の過ちを犯している、というのであ
ります。どっち付かずのアヤブヤだ！ という意味なんです。道
元禅師の大変厳しいお言葉でございます。

要するに、仏法は万人に開かれている素晴らしい法門である！
出家在家の区別なんかはどうでもいい、志し一つ！ 自分はこ
れだ、ということで行を実践する！ そういう心構えが肝要であ
ることを教えている一節であります。暑い寒いはその時期のもの、
暑い時には暑い、寒い時には寒い、あたりまえなんです。皆さん
も暑いでしょうが、私は四枚も五枚も重ねていても暑くないんで
す。要は心構えであります。

「仏法人を選ばないはあらず人仏法に入らざるなり」

仏法ぶつぽうには修証しゆしやうこれこゝにこゝ一等いっとうなり

このお言葉は『正法眼蔵』『弁道話』の巻の一節であります。

道元禅師は「修行とお悟り」が一つである。「修行とお悟り」は一つのものであつて別物ではないという宗教観を、道元禅師の仏法というものの根底をなすよりどころとされており、

仏教一般では勿論修行は大切であつて、何のために修行をするかという最終的には自己決着のためである。いわゆるお悟りを開くためであるというのが仏教一般の修行であります。中国では少なくとももそういつた修行実践がズート伝統的に永くなされてきた。道元禅師は中国へ行って仏法を学ばれ、如浄禅師から大法を受け継がれました。大法を受け継ぐとは修行をして悟りを開かれ、お前は私の全てを得たという証明を如浄禅師からいただかれました。そして日本に帰つてきて正伝の仏法を広められた。その最初に著あひわした書物の一つが「弁道話」の巻、これは非常に格調が高く如何にも若々しい二十歳代頃著わしたものですから、新しい仏法を日本で広めるんだという烈々たる意気に燃えた熱意が伝わってくる。その中心がこの「修証しゆしやうこれこゝにこゝ一等いっとうなり」

という従来無かつた破天荒な教えであります。

一生懸命修行することが、もう悟りなんだ。その他に悟りなんか無いんだ。ズート修行の彼方の果てに悟りがあるんじゃないか無いだ。今一生懸命修行実践するプロセスが他ならないお悟りなんだ。つまり目的視しないで過程を重んじる実践、こういう仏法は従来無かつた新しい修行です。同じ禅でも、悟りを向こうに看みて段階的に少しずつ近づいて行く臨濟禅とは違います。それぞれの素晴らしい特徴がありますが、私共は今、道元禅師の「修証しゆしやうこれこゝにこゝ一等いっとうなり」の禅を学び実行しています。このお言葉に続いて道元禅師は「初心しんしんの弁道べんどう」、最初しうしゆ発心はつしんして行ゆを行ゆなう！この時の弁道修行。これが最高のお悟り本証の全体、本来お悟りになつた丸だしの姿！「こういふお示しであります。この道元禅師の修証観に培われた曹洞禅が七百数十年も続いている。これは正しいから、素晴らしいから、続いているんであります。つまり目先のものを目標にしないで正しく坐り込む。一生懸命坐るということを目的にした坐禅。これを短い時間、お互いに努めたいものであります。

「仏法ぶつぽうには修証しゆしやうこれこゝにこゝ一等いっとうなり」

平成十五年九月 合掌

学道がくどうの人ひと ただ

明日あすを期ますることなかれ

『正法眼蔵随聞記』の一節であります。「学道の人」、道を学ぶ者、私共、皆様方でございます。明日があるということをご期待するな！ということですよ。道元禅師は無常迅速むじょうじゆんたへんである！明日満足に自分があるか！そんなこと期待できない。常にこういつております。一生涯の内、何千回何万回おっしゃった。おそらく毎日おっしゃっていたのではなかつたかと思ひます。越前へ入り一箇半箇たしめつの打出たしめつをはかつた吉峰寺、永平寺のご生活も僅か十年、五十三歳で遷化されております。ご自分の生涯を知つておられたかの如く毎日毎日無常迅速である、明日あすを期するな！とおっしゃつたに相異ありません。

まさに七百五十年の歳月を隔てた今も何ら変わりはありません。明日あしたがある明後日あさってがある、来月の例会がある。どうのこうの五体満足であつて健康であつてと。だがそれはあるんだと思ひえるだけで確証出来ない、これを無常むじょうといふのであります。世の中は全て常つねでない、自分が常でない。自分が常でないということをお

どもは肝きもに銘めいしていなければならぬ。だから、今いまという時が絶対であります。今を置いて何も無い！これは刹那主義せつなしゆぎと全然違ひます。刹那主義は今しかないから、今を楽しもうと悪い方へ流れてしまふ。我々は逆であります。学道の者は今いまがないが絶対なものをお尊ぶうやまつということにならなければならぬのであります。

「随聞記」で禅師は続けられて、今日こんにち今こん時じばかりばかり仏ほとけに随したがつて行ぎやうじ行くべきなり、こう教えられております。明日あすが無いならば、今日こんにち今こん時じばかり、今絶対のものとして仏ほとけに随したがつて行ぎやうじ行くべきである！仏の教えに素直すぢに随したがつて行ぎやうじする！これが学道者の態度でなくてはならない！こういふお諭ごんごしであります。普段の生活の中であくせぐしている。そういう時には気が付かず色んな失敗をしたりムダをしたり、ついついそういう生活になつてしまふ。坐禅の時じは、次の坐禅のチャンスは無い！と決めて、この一炷いちしゆ、いやこの一時ひととき、という気持ちで坐る！それによつて仏の行ぎやうになる。仏の行ぎやうとしての坐ざ、雑念ざつねんなんかに囚こわれない坐ざ、これをお互たがひに行ぎやうじしたいものであります。

「学道がくどうの人ひと ただ明日あすを期ますることなかれ」

平成十五年十月 合掌

ひとまさに正信修行すれば

利鈍をわかず

ひとしく得道するなり

『正法眼蔵』「弁道話」の巻の一節であります。「弁道話」の巻は、道元禅師がお若い頃、「正伝の仏法」を日本に根付かせようと、大変な意気込みに燃えて著述されたものであります。ですから非常に格調が高く、又修行と悟りという禅の重要なテーマを素晴らしい筆勢で書き著わされている書物であります。

その中に様々な教えが鑿められておりますが、その纏めに近いところで、「このお言葉が出てまいります。「ひとまさに正信修行すれば」、「正信」とは正しい信心、信仰であります。先ず坐禅というものに対して「信心・信仰」が無ければ駄目なんです。為坐禅なんていうのは「信心・信仰」では無い。なんかの為になるんじゃないか、ということでもやる坐禅は「信心・信仰」とはいえない。坐禅が自分を生かしてくれるんだ！坐禅によって自分は生かされているんだ！これが信心であります。信仰であります。坐禅に対してそうした根本的な心構えがなくては本当の坐禅とは言えない。道元禅師はそういう「正信」を抱きなさい！とこう言

われております。そうすれば「利鈍」をわかず。「利鈍」とは利発と鈍いということでありますが、これは頭の良し悪しじゃない。何かというと早く知恵が身に付く人とスローモーの人とがいる。その差を言っているんです。頭の回転が悪くても素晴らしい智慧をドット身につける人もいる。一を聞いて十を悟るような人であっても何も身に付かない人もいる。そういうことで無く、仏法の智慧を体得出来るかどうか、それが「利鈍」ということであります。が、「利鈍をわかず」、そんなことは問題じゃ無い！「ひとしく得道する」んだ！こういうお言葉であります。

ですから坐禅に対し私共は正しい信仰を抱く、ということが大切であります。そうすれば仏法というものの、「正法」というものは、不可思議な力を現して大きな功德を具え、そして私共を得道という素晴らしい道に導いてくださる。これが長い長い「弁道話」の巻の纏め、締め括りであります。であれば、私たちは坐禅に対する絶対の信をおいて坐る！これが大切であります。

「ひとまさに正信修行すれば利鈍をわかずひとしく得道するなり」

溪声山色の功德ありて

大地有情同時成道す

『正法眼蔵』「溪声山色」の巻の一節であります。「溪声山色」の巻は谷の響き山の色、全て仏法を説きまくっている、その風光についての懇切なお示しであります。道元禅師はこの巻の中で

「溪声山色」、大自然というものの素晴らしい風光、これは、目に見たり、耳に聞いたりして、素晴らしいだけでなく、そういうチツポケな人間の見聞を越えた大きな大きな大自然ということと渾然と一体となった命の躍動の姿、個々の命が大きな命をつくって渾然一体とした素晴らしい命の働き、その功德によって、この大地に住まわせていただいている有情。生けとし生けるもの全てが命をまた發揮できるんだ！こういった主旨のお示しがなされております。

その「溪声山色」の素晴らしい功德に出会えるのは一体どうしたらいいのか、単なる見聞ではない。自然の奥底から湧き起っている命、仏さんとしての働き、そういうものに見えられるにはどうしたらいいのか、これをお説きになっている。それは、只

一つ菩提心を起こすことである。道心・道念を奮い起こすことである、こうお示しになっております。

菩提心を奮い起こして、正しい仏法、正法といふものの体得を願う。それしか無いんだ！と強く示されております。そしてお釈迦様が菩提樹の木の下で静かに禅定に入られて、十二月八日の朝まだき空にピカッと光る明けの明星を見てお悟りを開かれた。かの成道は正しく大地有情と同時成道であった！大地有情とお釈迦様が一つになられた。こういった体験だったのであります。それはお釈迦様の渾身を挙げての菩提心の発露であった！こうおっしゃっております。確かに時代を超え国を超えて、私共が正しい正法をこの身につけるんだと願って只管打坐する。ということは、取りも直さず菩提心を掻き立てることでもあります。そして、それが釈尊成道の素晴らしい勝躑に対する私共のできる報恩であります。

今日は特別な報恩の日、何時にもまして菩提心を掻き立てる。そういう気持ちで坐りたいものであります。

「溪声山色の功德ありて大地有情同時成道す」

暦日は短促なりといえど学道は幽遠なり

学道は幽遠なり

『正法眼蔵』「身心学道」の巻の一節であります。「暦日は短促」、暦の上の日は誠に短い。本年も僅か三日を残すばかりです。しかし「学道は幽遠なり」、幽玄の遙か彼方遠い遠い道のことである。こつこつという意味のお示しであります。いつまでもなく眼目は「身心学道」。「日にちが後何日あるとか、後何日しか無いとか、そんなこととは関りなく「学道は幽遠」だ、ということです。「身心学道」といいますと身体と心の学道。これは身心をよく学びなさい！という意味であります。身体をもって学び、或いは心をもって学び、ということではないんです。身体で学ぶこともありますし、心で学ぶこともあるんですが「身心学道」の意味は、そういう意味ではない。

「身心」そのものをよく学びなさい！身体で学ぶとか心で学ぶというけれども、その身体や心は何か！これをよく学べというのが「身心学道」の意味であります。つまり我々自身の身体と心を学びなさい。これが本当の修行なんだ！こつこつお示しであります。

私どもの身体と心を学ぶこと、つまり、これは自己をなごう、ということであります。何がわからないといって、根本の自己がわがっていない。わからないまま目に見えるもの耳に聞こえるもの、それをあれだこれだといっておりますが、本当の自己を会得していませんから仏法の鏡に照らすとトンチンカンなことをいつている。そこで外界のものに振り廻される前に自己を学べ！これが道元禅師の教えの眼目であります。

「現成公案」の巻を拝覧いたしますと自己をなごうといふは自己をわするるなり！、自己をなごうといふことは、自己を学ぶ、ということとは、自分を無くしてしまえばいいのだ！、そうすれば本当の自己がわかるんだというありがたいお示し、その行が他ならぬ坐禅であります。

坐禅は自己を習う教え習う行！坐禅は己のはからいを止めて、只仏法のために仏法を修する行であります。己を止める行、それが坐禅であります。

「暦日は短促なりといえども学道は幽遠なり」

平成十五年十二月 合掌