平成二十六年 在職 推名宏雄老師天德山龍泉院

回宣

第十七号

龍泉院参禅会

『良寛詩集『仏遺教』などからの宝石のよ 『正法眼蔵』『正法眼蔵随聞記』『坐禅用心記』 短いご提唱があります。 端坐、しかり坐ろうと心から思います。 「口宣」……師が学僧に与える」ましめ うな一節をわかり易く解説して下さいます。 当龍泉院では、坐禅の冒頭に椎名老師の ど老師のは宣と拝聴しますと、正身

「口宣」目次

学人たと、道心なくとも 良人に近づき善縁におうて 同じ事を、くたびも 聞き見るべきなり

学人たとい道心なくとも、良人に近づき善縁におうて、

同じ事をいくたびも聞き見るべきなり

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。学人というのは、学道の人、

その基本的な心構えの一つが示される一段です。 道を学ぶ者という意味であります。私共、皆様方、全部学人であります。

これも良い縁か悪い縁かというのは、その時には分からないかもしれない 禅も、そういった方もおられないわけではないでしょう。そういう人であ めていく、こういう姿勢が必要ですね けれども、良い縁だと思うところは、これまた積極的に縁というものを求 ていく。それともう一つ、「善縁におう」、良き縁に逢うということですね。 の合う人と合わん人が必ずあるんです。でも、自分の選択範囲で「この方 でありますから、その道心を高めていく、そして、それに基づいた実践が っても、やはり道を求めるということくらい本来素晴らしいことはないん なく坐禅をやってみようとか、一度は体験してみたい、皆様方の最初の坐 はいい人だなぁ。ああ素晴らしい人だなあ!」という人に積極的に近づい モノになっていくにはどうしたらよいか、そのためのお示しでございます。 まず、「良人に近づく」、良き人に近づくというんですね。私共は、ウマ 「たとい道心なくとも」、まあ、道を求めるという心が薄くても、なんと

> うことが、集団でおこなう行の中では必ずある。自分は「つまらない人間 ますので、あえて申しあげた次第であります。 常に謙虚である。これが年頭の坐にあたっての、大切な大切な一行であり なんだ、至らない人間なんだ」ということを、年季の古い新しいじゃない が、周囲のおかげで、衆力のおかげて引っ張られていくんですね。こうい の信心が変わってくることがあるわけであります。要するにつまらん自分 は感化させられることをいっているんですね。思わず知らずの内に、自分 道心があってもなくても大切なことだよ、というふうに教えられています。 する! そして良いことは真似る、学ぶ。こういう姿勢が、道を学ぶ学人は んだ、こういうときはああいう風にするんだ」。こういうことをしかと観察 観察するという見方ですね。そして、「あの方はこういうことをやっている 納得出る。聞くだけではなく見ることが大事です。ただ見るんではない、 きけば、教える方も懇切丁寧に教えてくださる。そういうことでいつかは いんです。なんどでもおなじことを聞く、そのうちに耳にタコが出来る程 いても馬耳東風、右から左へ忘れてしまうことが多い。忘れたら聞けばい 霧の中を歩いていく人は、思わず知らずの間に衣服が潤ってくる! これ

「学人たとい道心なくとも、良人に近づき善縁におうて、同じ事をい

くたびも聞き見るべきなり」

そして、「同じことをいくたびも聞き見るなり」、おんなじことを何度聞

我が箇 裡には不 可なり

然道心の 慎頭

無道心の慣頭、我が箇裡には不可なり

れを称賛されておられます。れを称賛されておられます。のお師匠様であられる如浄禅師のお言葉です。「梅花」の巻という壮大な世界早春に梅の花が一輪ひらき、それによって全世界が開くという壮大な世界早春に梅の花が一輪ひらき、それによって全世界が開くという壮大な世界は、宇宙観、真実真理のあり様を説いたものであります。如浄禅師がおっしゃったこのお言葉を、道元禅師のお言葉です。「梅花」の巻という一巻は、中であります。このお言葉は道元禅師のお師であります。

でやる者は入る資格がない、こういう意味であります。 坐禅をするための坐禅堂でありますから、坐禅をいい加減な心構え箇裡」すなわち坐禅堂の中へ入ってはならない! 誠に厳しいお言葉であり「無道心の慣頭」つまり仏道を志す資格のない無道心の連中は、「我が

で書かれています。知っついて、道心、道念のない者は坐禅堂から追い出していたと、そこま知っていて、道心、道念のない者は坐禅堂から追い出していたと、そこま知浄禅師は世の常にこう言っておられ、そして一人ひとりの弟子を良く

な性格をもっているからであります。字を整え語句をきれいに改めて、成文化し、それを印刷にする、そのよう録というものは、後世に残すために弟子たちが編集したものですから、文しかし如浄禅師の語録をみますと、そんなに厳しくはない。これは、語

志気に燃えて中国に渡った、という土台が違います。如浄禅師に巡りあっまた、滞在する年月も長くはないなかで、本物を得て日本に帰ろうというところが道元禅師は違う、道心に燃えてわざわざ日本から中国へ渡り、

が違う! 切り口が違うから、受け止められたことも違うことになるのであて、我が正師と決められた方が述べられるひとコマひとコマの受け止め方

ります。

答で言っておられます。 ***を一本切るにしても切り口は、丸になる、楕円形になる、長方形になるように様々であります。同様に道元禅師は如浄禅師の厳しいところをといって登世に入るべからず!」といって坐禅堂から追い出してしまった如浄禅学師のお/でで行ができる、こんな果報者があろうか!」と、「梅花」の着は、東京に様々であります。同様に道元禅師は如浄禅師の厳しいところをとができるが、脳裏に焼き付いているのです。そしてそれに引き続いて、「自分はなんと果報者であろうか、この坐禅堂に入ることを許され、如浄禅師のお傍で修行ができる、こんな果報者があろうか!」と、「梅花」の巻で言っておられます。

先輩に申し訳ない、罰が当たります。
ちずここに坐ることができるのであります。本物の坐禅をしなかったら誠に今ここに坐ることができるのであります。本物の坐禅をしなかったら誠にを歩む、その故にこそ坐禅堂が造られ、その有難い法に適った建物の中で、を歩む、その故にこそ坐禅堂が造られ、その有難い法に適った建物の中で、を歩む、その故にこそ坐禅堂が造られ、その有難い法に適った建物の中で、

の道念を高めるよすがとしたいものであります。この道元禅師の感激をもってお示しされたお言葉を少しでも戴き、自分

「無道心の慣頭、我が箇裡には不可なり」

平成二六年二月二三日 合掌

作仏をつ 念 相心 識にあら 図する 事ない

心意識にあらず、念想觀にあらず、

作仏を図する事なかれ

これは『正法眼蔵』「坐禅儀」の巻の一節であります。道元禅師の坐禅にこれは『正法眼蔵』の一で、これを二つに分けて、一つは初心者向きに、調身調息調心、この中の初めの二つ、調身調息の技術的な方面、これを中心にして著されたのが、『正法眼蔵』の上で、お若い頃の撰述が『普勧坐禅儀』。後に『正法眼彦』の中で、これを二つに分けて、一つは初心者向きに、調身調息調心、たのが、『正法眼蔵』の「坐禅儀」、そして、「坐禅儀」、この二つが著されたのです。という高い格調に満ちくくた、お若い頃の撰述が『普勧坐禅儀』。後に『正法眼彦』の中で、これを二つに分けて、一つは初心者向きに、調身調息調心、たのが、『正法眼蔵』の十つは初心者向きに、調身調息調心、この中の初めの二つ、調身調息の技術的な方面、これは禅師が三三才の大のが、『正法眼蔵』「坐禅儀」の巻の一節であります。道元禅師の坐禅にこれは『正法眼蔵』「坐禅儀」の巻の一節であります。道元禅師の坐禅にいば、『正法眼蔵』「坐禅儀」の巻の一節であります。道元禅師の坐禅にいば、『正法眼蔵』「坐禅儀」ですね。

識にあらず、念想觀にあらず、作仏を図する事なかれ!」であります。 なありかたも肝心要のことだけはズバッと指摘されている。これが「心意 いらない思想的な深いものを含んでおります。これに引き換えて、『正法 からない思想的な深いものを含んでおります。これに引き換えて、『正法 ですから「坐禅箴」が一番難しい。これは、かなり熟練した方でないと

いを凝らす坐禅ではない。「作仏を図する事なかれ!」、仏になるというこ「心意識にあらず」、心の意識ではない。「念想觀にあらず」、いろいろ思

とを願う、目的とする、そういうものではいけない!

初心者の方は、ただ一所懸命坐れば宜しいんですが、頭の中に考え、雑念を浮かんでこないようにする。浮かんできてもそんなものに取り合わない。それだけを気をつけていれば宜しい。ベテランの方は、あと何分であろうとか、どの位い経てば経行鐘が鳴ると分かっている。分かっているから、自分自身で自分の時間をコントロール出来るから、却って思いを凝らすことがある。これが一番いけない!自分の頭を映す鏡があったら皆さんどうです。どういうものが映るのか。目も当てられない散々たるものが映るんではいけない。色々な考えが映ってもそれがどんどん消えていく、次の考えが映る、それに任せて追いかけない。自いを凝らさないで、雑念が浮かんでくれば、それに任せて追いかけない。自の年もやっていることが恥ずかしくない坐禅でなくてはいけない! これが「心意識にあらず、念想觀にあらず」であります。

自分だけの世界を自分だけの素晴らしいものにしたいものであります。な思いをこれっぱかりももたない。「作仏を図することなかれ」であります。そして「素晴らしい心境になろう」とか、悟った心境になった時、そん

「心意識にあらず、念想觀にあらず、作仏を図する事なかれ」

平成二六年三月二三日 合掌

徳を 必ず冥か 金 あろなり

人は、必ず陰徳を修すべし、

陰徳を修すれば必ず冥加顕益あるなり

践しなさいと言われているのであります。
に、そういう故事から、陰徳というものの素晴らしさを禅門では讃え、実である雲水が、人がみな寝静まってから一人で黙々と雪隠を掃除していである雲水が、人がみな寝静まってから一人で黙々と雪隠を掃除している。と徳というのは、「昔中国

人間、いいことは人に見せたい、よくないことは人に見られたくない。人間、いいことは人に見せないで密かに行い、悪いことは見られてもいい、反対、いいことは人に見せないで密かに行い、悪いことは見られてもいい、反対、いいことは人に見せないで密かに行い、悪いことは見られてもいい、反対、いいことは人に見せないで密かに行い、悪いことは見られてもいい、人間、いいことは人に見せたい、よくないことは人に見られたくない。

本日も早くからお出でになって、坐禅堂の周りを一所懸命掃除されている方がおられました。大部分の方は部屋でプリントを眺めたりしておられた。それはそれでいいのですが、密かに徳を積んでおられる方がいる。第二土曜・第三金曜と決まっていますが、偶々第三金曜日が雨でできなかった。すると第四金曜日に申し合せて何名かの方が、一所懸命作務をやっった。すると第四金曜日に申し合せて何名かの方が、一所懸命作務をやっった。すると第四金曜日に申し合せて何名かの方が、一所懸命掃除されている方がおられた。他の方が来ようと来まいと構わない。誰のためにやるのでもない、敢えて言えば自分のためにやる! 誠に頭が下がります。

を記されているのです。 を表を密かにされているのです。 を表示している。私は有難さに涙がこぼれました。こういう方もいらっしゃなして下さる。私は有難さに涙がこぼれました。こういう方もいらっしゃなして下さる。私は有難さに涙がこぼれました。こういう方もいらっしゃる。そういう方は、ほかでも必ず陰徳を積んでおられるに相違ない。心のる。そういう方は、ほかでも必ず陰徳を積んでおられるに相違ない。心のを後を密かにされているのです。

ことのために考えている、生活をしている。
極端に言えばお金儲けはどうしたらできるか、いいこと、いいこと、
であって、
或は陰徳のお陰であります! それに対して自分はどうであい、
の方の支え、
或は陰徳のお陰であります! それに対して自分はどうであい、
の方の支え、
の方の支え、
のお陰であります! それに対して自分はどうであ

いつしか陰徳が出てくるのです。これが坐禅であります。ですから、本当の坐禅を行っておれば、そこからて眼を自分の心、内部に向けて、外からのものでない自分の心に接する!

のであります。
誰のためにするということでない、できればそういった坐禅にしたいも

「人は、必ず陰徳を修すべし、

陰徳を修すれば必ず冥加顕益あるなり」

平成二六年四月二七日 合堂

ら 法能利世間 るが

心 定 に在るが故に能く世間生滅の法相を知る

経として残されております。その涅槃に入られる直前の最後の最後の説法、迦様の最晩年の言動ならびに教えをまとめたものが大般涅槃 経 というお垂般涅槃 略 説 教 誠 経』、略して『仏遺教』、もっと略して『遺教』。お釈『仏遺教』の中の一節であります。『仏遺教』というのは、詳しくは『仏

これだけを記録したものが、この『遺教』と言われております

きった状態、一言で言えばそう言って宜しいかと思います。現しております。禅定というようによく熟語されますが、つまり心が澄み行というものを通じて現れる心のありさま、これを「定」という言葉で表がございます。「定」というのは、仏教では基本的な坐禅、その他実践的なその中に、「心定に在るが故に能く世間生滅の法相を知る」というお言葉

これを「散乱」と言います。ともある。静まったと思うとまた揺れる。これが偽らざる心のありさま、が浮かんでくると波風が立って鏡でなくなる。時には大波が揺れていることもある。静まったと思うとまた揺れる。これが偽らざる心のありさま、ともある。神まったと思うとまた揺れる。これが偽らざる心のありさま、

のであります。普段の色々ないやなこと、あるいは喜ばしいこと、様々な澄んでくる、これが「定」であります。坐禅は「定」でなくてはならないであります。外界の事を全て止めて、自分の内に心を向かわせる、するとそれではなぜ散乱は起こるかと言うと、外界のことに心が奪われるから

心に徹すると自然に智慧というものが具わってくる。ちゃって、心の中が無一物になる。すると「定」という心になる。「定」のいく! 全部呼吸とともに吐き出しちゃうんですね。色々な思いを吐き出し考えが、心がざわめいていく、それを全部止め、この坐禅堂に全部おいて

だから『遺教』の中では、「智慧の水が具わったならば、その水を漏らさだから『遺教』の中では、「智慧の水が具わったならば、その水を漏らさだから『遺教』の中では、「智慧の水が具わったならば、その水を漏らさだから『遺教』の中では、「智慧の水が具わったならば、その水を漏らさだから『遺教』の中では、「智慧の水が具わったならば、その水を漏らさだから『遺教』の中では、「智慧の水が具わったならば、その水を漏らさ

りかたが、ズドンと心に分かってくる。これが「定」であります。と言われましたが、それをよりどころにするには心を「定」にしないといと言われましたが、それをよりどころにするには心を「定」にしないといお釈迦様は、最後の最後に「全地宇宙万物の真理をよりどころににしなお釈迦様は、最後の最後に「全地宇宙万物の真理をよりどころににしな

「心定に在るが故に能く世間生滅の法相を知る

平成二六年五月二五日 合掌

是れ 只管 坐禅 の要称なり 河なる

只管打坐して一切不為なる、是れ坐禅の要術なり

坐」であります。

「只管打坐」これはもうお分かりですね。結跏趺坐、或いは十跏趺坐、「只管打坐」これはもうお分かりですね。結跏趺坐、或いは半跏趺坐、坐禅の一番根本をずばりと述べられた一節で、重要なところであります。

よろしい。これが「一切不為」であります。
で無くなってしまう。また他の考えが起っても取り合わない。ただそれでますが、そんなものに全く捉われない。浮かんでくるに任せておけば、すますが、そんなものに全く捉われない。浮かんでくるに任せておけば、すますが、そんなものに全く捉われない。浮かんでそるに任せておけば、するして「一切不為」であります。何も頭の中で考えない。あれこれ考え

ます。れ以外のことは何にもない、これに勝る坐禅はない、というお示しでありれ以外のことは何にもない、これに勝る坐禅はない、というお示しであり、と禅にはそそして「これ坐禅の要術なり!」、これが最高の要術であり、坐禅にはそ

聞記』の中で言っておられます。瑩山禅師が、全くその精神を引き継いで行なり、坐はすなわち不為なり」という一節があります。倒えば、「一切不為」という一節があります。坐禅は仏行であても、坐禅をしているのですが、頭の中ではなにもしないということです。ても、坐禅をしているのですが、頭の中ではなにもしないということです。でも、坐禅をしているのですが、頭の中ではなにもしないということです。でも、坐禅をしているのですが、頭の中ではなにもしないということです。でも、坐禅をしているのですが、頭の中ではなにないというにところがの中で言っておられます。瑩山禅師が、全くその精神を引き継いで問記』の中で言っておられます。瑩山禅師が、全くその精神を引き継いであります。

おられることがよく分るのであります。

登山様は「一切不為ということが、坐禅の要術である」と言っておられますが、私たちは、どうしても頭の中に浮かんで来ることを追いかけてしますが、私たちは、どうしても頭の中に浮かんで来ることを追いかけてしたいってしまって出来かねる。しかし、「坐禅の要術であり、坐禅は仏行である!」という建前からは、これを何とかしなければならない。それには、このぶっ続けに坐禅をする一夜接心は、絶好のチャンスであります。こういうときに「もうどうにでもなれ」というような気持ちで、足が痛いのも感じない、雨が降っていようと風が吹こうと、小鳥が鳴こうが鳴くまのも感じない、雨が降っていようと風が吹こうと、小鳥が鳴こうが鳴くまのも感じない、雨が降っていようと風が吹こうと、小鳥が鳴こうが鳴くまのも感じない、雨が降っていようと風が吹こうと、小鳥が鳴こうが鳴くまいと一切関与しない。ただ死んだ気になって坐る! こういうチャンスであります。これが、「只管打坐」であります。

まぎれもない自分が実行しなかったら出来ない。これはいくら人から言われても、坐禅のテキストを読んだりしても、このこのような坐禅を、お互いにできるようにしたいものであります。でも

気持ちで、只管打坐を共に致しましょう。「ヨーシ、このまぎれもない今坐っている自分がやるぞ!」、そういうお

「只管打坐して一切不為なる、是れ坐禅の要術なり」

平成二六年六月七日 (一夜接心) 合掌

発塔投がないなり 提心ななり 经 一般にあら、 にあ

境發にあらず、智發にあらず、

菩提心発なり、発菩提心なり

菩提心とおっしゃり、この菩提心を起こすことが行の大前提であり、先決 であるとの趣旨のもとに説かれている一巻であります。 これは『正法眼蔵』「身心学道」の巻の一節であります。この巻は道心を

切実に起こすこと、これが初めの坐禅修行の先決であります。 らこそ続いておられる。新参の方はまず道心、道念を起こすこと、それも いという強いお示しであります。古参の方は道心、道念が確立しているか 道心、道念、菩提心というものは、これを起こさないと行がなりたたな

す。菩提心があるからこそ起こせるのです。 うど仏心、仏性と同じようなもので、「その菩提心から起こってくる」と 示されておられます。そこで、いつでも、誰でも起こすことができるので によって起こるのでもない。「内心発である!」と言っておられます。な んのことはない、菩提心というものは本来、その人に備わっている、ちょ 「境發」、つまり環境によって起こるのではなく、「智發」、つまり智慧 どうしたら菩提心が起こるのか、起こせるのかといえば、道元禅師は

続してこられたか?」と聞くべきであります。道元禅師は「人にも聞くべ し」といっておられます。 新参の方は古参の方に「あなたはどう道心を奮い立たせ、どうそれを継

新参の方は古参の方に「なぜ坐禅が継続してできるのでしょうか? なぜ

規の中に「古い方はお手本になり、新しい方はそれに習う、そして乳水の ことであります。古参の方は、ズバリ継続している理由をお答えになれば であります 如く和合する」ということが書かれていますが、これがそういうことなの よいのです。それが「乳水の如く和合する」修行道場の形であります。常 坐禅をおやりになっておられるのでしょうか?」と聞くことは一番大切な

心、道念という最初の大切なことを、何とか奮い立たせることが行の根幹 種子は残り、己を奮い立たせるという有難い教えであります。ですから道 してくれます! 受戒がいかに重要なものかの裏返しであります。 とがあっても戒の本体である「戒体」は生き続け、いつかは自分の身を律 は尽きないし、残り、永遠に失われない!」と言っておられます せば、途中で挫折しても、弱くなっていっても、種は残り「種子という種 声山色」の巻でいわれております。一度切実な道心、道念の菩提心を起こ 菩提心も同じで、一度起こせば弱っても廃れても、また自分の内にある ちょうど戒と同じです。戒律を一度受けると、後で戒律を破るようなこ 菩提心を起こすと、迷っても行願は生き続けていく。そういうことを「谿

「境發にあらず、智發にあらず、菩提心発なり、発菩提心なり」

であります。

平成二六年六月二二日

万 諸 縁を 時 Z 放格一 休息

諸縁を放捨し、万時を休息すべし

『正法眼蔵』「坐禅儀」の一節であります。

ようの基本をズバリと端的に述べられた一句でして、たいへん重要な活句であ ついて分かりやすく簡潔に説かれています。その中でこのお言葉は、心のあり この巻は大変短い。参禅の初心者向けに示されたもので、坐禅の実践作法に 坐禅人が肝に銘じなければならないことであります。

ります ります。誰しもそうです。それを全部やめちゃいましょう。念頭におかない。 ちは普段の色々な生活上の、仕事の上の問題を抱えきれないくらい抱えてお てしまいなさい、と言うことであります。坐禅中は坐禅に徹するだけ。私た 念頭にあるものを全部投げ捨てちゃいましょう。これはそういうお言葉であ 「諸縁を放捨」、縁は諸々の縁であります。これを投げ捨てる、全部やめ

う。今まで頭の中にあったことを全部忘れる。それだけでなく、頭に浮かん らない。浮かんでくるまま追いかけない。それでどんどん流れて行ってしま な雑念が浮かんでまいります。それを受け合わない。取り合わない。こだわ でくるものにも取り合わない。これが私共の坐禅であります。 そうかと言っても、人間の頭というものは、生きていますから次々に色々

生かされている。生かされている自分があるんだ。小鳥が鳴いていたり、笹 そうすると、どうなるか。私たちが天地宇宙一杯の空気の中に、命として

> そういった大功徳が眼前に現れるんです。 の鼓動が聞こえる。心臓がちゃんと動いていてくれる。諸縁を放捨すると、 少々痛いかもしれない。だが、痛いと感じる自分がある。耳を澄ますと心臓 い.天地宇宙の風光、その真っただ中に生かされている自分がある! 足が の葉の風になびく音がしたり、暑さの中でそよ風が吹いていたり、素晴らし

自分が、厳としてある。素晴らしい命としてここに息づいている。こういう と坐る。これが坐禅の根本であります。 己のいき様の生きている原点に直結する行、これが坐禅であります・ れていた自分が、今度は振り回されていない命、一つの命として生きている 同じことであります。万時を休息して初めて、全ての外界のことに振り回さ めるんではなくて、全部やめてしまう。休むんでななく、やめるんですね。 古い方も新しい方もそんなことには関係なく、この原点に戻ってドッシリ 「万時を休息すべし」、同じことであります。全ての事を、休息は一旦や

「諸縁を放捨し、万時を休息すべし」

平成二六年七月二七日 合掌

坐 学道の最要は 禅 第 ケなり

学道の最要は坐禅これ第一なり

道の最要は坐禅これ第一なり」という言葉がみられます。 たお言葉を、第一のお弟子様の懐弉禅師がメモをされて、これをまとめた ものが『正法眼蔵随聞記』六巻であります。その最後の最後のところに「学 『随聞記』という書物は、道元禅師が日常における学道の要を教えられ

禅師が書き遺された教えの中では、全てに亘って強調されております。 違ないと思います。そのとおり、坐禅が一番大切であるというのは、道元 のエッセンスが何であるかを、こと更に最後のところでまとめられたに相 坐禅である!」こういうお言葉で、懐弉禅師は道元禅師の学道というもの あります。学ぶというのは頭で学ぶこともありますが、「実践をする」と いう意味合いが禅門では強い。「その最要、最も大切な 要 はこれ坐禅第一、 「学道」というのは道を学ぶ、言うまでもなく仏道を学ぶということで

ら読むけれども、 らない、こういう人もまた沢山います。所謂学問嫌いであります。小説な 両手を拍てば音が出るが、片手ではどういう音がでるか? こういうのは分 らない。自分は頭がよくないから勉強してもどうもピンとこない、頭に入 いうものがあります。 いことでも何でもない、 に付けたい。仏教の教えを学びたい、できれば仏教の実践をしてみたいと いう人は沢山いると思います。逆に、仏教の教えは難しいから何かよく分 世間一般には、仏教は素晴らしい教えのようであるから、なんとなく身 難しい教えとか哲学めいたものはご免だ。それは別に悪 「無字」の公案とか、 人の基本でありますから。逆に禅では「公案」と 「隻手」の公案であるとか

> やはり、坐禅が中心であり、一番大切なのであります。 から坐禅の力によって悟りを開いたのだ!」と、こう仰っておられます。 して悟りを開いても、そういう人は必ず坐禅をしている。坐禅をしている けではない。だが、道元禅師は「学問嫌いであっても、個人の公案を探求 す。様々であります。現に公案を学んで悟りを開いたという人もいないわ らないけれども面白い。公案を学んでいるのは大変面白いという人もいま

の領域を占めているか? これが問題であります。 V : 子坐禅でも立派な坐禅であります。 跏趺坐だけがベストではないし、半跏趺坐が悪いというものでもない。 いう素晴らしい方もおられます。また、坐り方も様々であります。 しゃる方もおられるでしょうし、坐禅をしなかったら一日が出発しないと というものの中で坐禅のウェイトがどれだけあるか? 毎日坐っていらっ さて、振り返って我々自身を反省して見た場合、自分の学道、 構わないが、それが生活の中で、少なくとも精神生活の中でどれだけ 坐り方はその人のできる方法で構わな 或は仏道 何も結 椅

禅から離れられないという風になりたいものであります。 いうものに対する「信仰と誇りと実践」、そういうものを強固にして、 って悟りというものが親しくなる」と、 つくものがある。無所得無所悟ではあるが、知らず知らずに坐禅の力によ 道元禅師は出家も在家を問わない、「坐禅をもっぱらにすれば必ず身に 仰っておられます。 私共は坐禅と

「学道の最要は坐禅これ第一なり」

平成二六年八月二四日

合掌

展転 現 また住 して相 ま らず 1

現在もまた住まらず、展転して相い依るなし

い依るなし」。この「現在」ということがテーマになっております。二句がありまして、それに続く二句が、「現在もまた住まらず、展転して相であります。最初は「過去は既に過ぎ去り、未来はなお未だ来らず」という良寛さんの詩を、漢詩ですが、沢山集めた『良寛詩集』という書物の一節

今なにをやっているか。それだけが絶対なんであります。今何をしているか。との過去の報いで現在があると語られるが、今はそんなことを言ってったことの過去の報いで現在があると語られるが、今はそんなことを言ってったことの過去の報いで現在があると語られるが、今はそんなことを言っている場合ではない。絶対的なものは今しかないんです。今何をしているか。今なにをやっているか。それだけが絶対なんであります。未過去なんてものは、現在がどんどん過ぎ去っていったものであります。未

なんです。この気持で参禅者は学道しなければならない。 す。その基本的な態度は、現在の今これを充実させること以外にないんだ。 す。その基本的な態度は、現在の今これを充実させること以外にないんだ。 うかも知れない。そんな大事でなくても、風邪をひいて今日は出られない。 ここは良寛さん、参禅者の基本態度を詩に詠んでおられるところでありま

「坐禅の厳しさは調身調息調心が大変なんだ」、なんてことじゃない。むし常に述べられております。 この自分をなくして、仏さんとして坐る。一時の仏でよろしい。その一時の仏を今行ずるのです。これが出来るか、出来ないか、最大の眼目であります。 この自分をなくして、仏さんとして坐る。一時の仏でよるわない。ただ坐るだけ。天地宇宙と一体になるだけ。それでいいんだ!」と常に述べられております。

詠じているのであります。

おじているのであります。

おじているのであります。

おじているのであります。

おいとしまう。

おいとしまり。

ないとしまら。

ないとしまらなさい。

ない、その真実の世界、

真実のあが下してしまう。

ないというない。

ない、その真実の世界、

真実のあがでしているのであります。

「現在もまた住まらず、展転して相い依るなし」

平成二六年九月二八日 合掌

万法を 自己をはに以て 修修 証するを 迷とす

自己をはこびて万法を修証するを迷とす

『正法眼蔵』「現成公案」の巻中の一節であります。

ている巻であります。しいお言葉と深い内容が展開され、『正法眼蔵』の中の珠玉の一巻といわれに対する仏道修行者の心構えをお示しになられた一巻であります。素晴ら「現成公案」の巻は、ご承知のとおり、真実、真理のありさまと、それ

いを自覚する行といっても宜しいと思います。 これの自覚がなくてはなりません。仏道修行というのは、正に己の迷されるのでありますが、悟りよりも我々は迷いの中にいる、常に迷っているのでありますが、悟りよりも我々は迷いの中にいる、常に迷っている、これの自覚がなくてはなりません。仏道修行というお言葉が続いて示こういうものだ! 自己をはこびて万法を修証するを迷とす」、迷いというものは

「万法を修証する」というのは、有難い真実の世界を頭で推し測ったってどうしようもないのですが、我々はそういうことを何時の間にかしている。これは何故かというと、「己れ」、それも突き詰めていうと「自我」であります。我というのは、有難い真実の世界を頭で推し測ったってが、我々はそういうことを何時の間にかしている。

てくるのでありまして、「自己をはこびて万法を修証する」という自己は、これを如何にコントロールするか、できるか、ここに一にも二にも関わっ誰しもどうしようもない我の世界に生きている、これが人間であります。

要するに我なのであります。「己の我、我が何を言ったって、本物をあれこ要するに我なのであります。「真実の法」側から、万法の方から自分に対して色々なものを教えて下す。「真実の法」側から、万法の方から自分に対して色々なものを教えて下す。「真実の法」側から、万法の方から自分に対して色々なものを教えて下する、それをずしーんと味わうということが悟りなのです。誠に含みのある重いお言葉であります。「己の我、我が何を言ったって、本物をあれこ要するに我なのであります。「己の我、我が何を言ったって、本物をあれこ

私共は直ぐ、坐禅をしてどうなるああなると、このようなちっぽけな眼 たのことをごちゃごちゃ考えるものですが、そんな世界で坐禅をしてはな たのことをごちゃごちゃ考えるものですが、そんな世界で坐禅をしてはな る。本当の生きざまというものに接することが出来るのであります! ですから、坐禅は行でありながら信の世界でもあります。信が確立しな いと行が伴わない、行を熱心にすることによってまた信が確実になる。「信 いと行の行持道環」、車の輪のような世界、それが坐禅であります。

「自己をはこびて万法を修証するを迷とす」

平成二六年一〇月二六日 合掌

成正党のときも仏道なり 初発心のときも仏道なり

仏道は

仏道は初発心のときも仏道なり、

じょうしょうがく

成 正覚のときも仏道なり

『正法眼蔵』「説心説性」の巻の一節であります。

は仏道とは言わない。 ところが、自我を離れて、無所得無我の坐禅を行じている時はみな仏道ところが、自我を離れて、無所得無我の坐禅を行じている時はみな仏道ところが、自我を離れて、無所得無我の坐禅を行じている時はみな仏道

しますと、仏の方から凡夫である自分の方に向かって、仏の行というもの道を行じているんだ! こういう心構えになっていなくてはならない。そうます。自分は普段の自分ではないんです。今は仏なんだ。仏だから仏の大発心をしている、心を発していると書きますが、この発心が先決であり

が自然になされるようになる。

「生死」の巻の中に、「仏となるにはいとも易いんだ、自分をなくすればいいんだ。そうすれば仏の方から自然に行われて、仏になっていく」といいれだ。そうすれば仏の方から自然に行われて、仏になっていく」といか打算、そういうものに捉われっぱなしであります。こうする、ああなる、ああやれば良くなる。こういうことをしたい、あれもしたい。そういうことを一切離れて、ただ、命の躍動している己に徹するというだけで宜しいんですね。そういう坐を心がけて坐る、これが発心であります。

同参同行の仏道実践となるのであります。初心の仏道も熟練者の仏道も同行われるのだ! という意味であります。だから、初心もベテランもない。すると仏さんというものが動き出してくれるんだよ。これが仏の方から

参なり、と言われる由縁であります。

す。
の仏道を私たちは行じているのです。これが禅の仏道という世界でありまいるのですね。たしかに遠い過去からずーっと先の未来にまで、ぶっ続きではない。個人個人の坐りでありながら、実はみな共同の仏道実践をしてですから、雲堂でみな一緒に坐るということは、けっして私個人の仏道

「仏道は初発心のときも仏道なり、成正覚のときも仏道なり」

平成二六年一一月二三日 合掌

14 法 修 数 すべろなり 法公公

只、仏法の為に仏法を修行すべきなり

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。

道ではない。こういう基本的な立場になって教えられています。ということの一番前提的な必要条件であります。そうでなかったならば仏ならん」ということが、仏道修行の一番の骨子になっている。仏道を習うならん」ということが、仏道修行の一番の骨子になっている。仏道を習うでは、の中にも同様のお言葉があります。道元禅師は、「為仏法をしては平広録』の中にも同じ様なお言葉がありますし、また、漢文の『永

ると、なお意味がはっきりしてまいります。でありますから、坐禅が、 とであっては、もう全く仏道を行じて代りにご利益を得ようとするために には、「仏道を行じて代りにご利益を得ようとするために ない。この仏道修行中の根本であります。でありますから、坐禅が、 と禅は、この仏道修行中の根本であります。でありますから、坐禅が、

勿論他の行もしておりますが、暇があれば礼拝をしている。 礼拝をしておられます。どんな時でも何時でも礼拝ばっかりやっていた。 礼拝をしておられます。どんな時でも何時でも礼拝ばっかりやっていた。 れば九族天に生ず」という有名な言葉もあります。その黄檗禅師は、常にれば九族天に生ず」という有名な言葉もあります。また、「一子出家すの論他の行もしておりますが、暇があれば礼拝をしている。

黄檗禅師の額にこぶが出来ていた。これを礼拝こぶと言います。あるいたはそんなに礼拝ばかりなさっているんですか?」と尋ねた。「わしは只礼拝のために礼拝をしているんだ。」と、こすか?」と尋ねた。「わしは只礼拝のために礼拝をしているんだ。」と、こう答えられたそうであります。只、礼拝のために礼拝をしているんだ。」と、こんのためじゃない。礼拝することが行なんだ!

道元禅師の「只、仏法の為に仏法を修行すべきなり!」と言われたことと全く軌を一にしている。仏法のため、仏道のために、今坐っているんだ。 と全く軌を一にしている。仏法のため、仏道のために、今坐っているんだ。 か、妄想を少しでも取り除こうとか、そういうことを考えることが妄想なんです。そうではなくて只坐る。 只管打坐の根幹はそこにあります。 只坐るというのは、考えてみれば、妄想を取り除く、雑念の虜にならないよりも余程簡単なんです。雑念の方が始末が悪いです。それよりも為坐禅をしない、これのほうが余程簡単で誰でも出来る。決して、ナンのためカンのためを考えることなく只坐る。為というのであれば、仏法の為に坐るという気持ちで、お互いに坐りたいものであります。

「只、仏法の為に仏法を修行すべきなり」

平成二六年一二月七日 (成道会) 合常

行持の われを 他を 保徳任 保任

行持の功徳、われを保任し、他を保任す

らであります。 ということを重んじるのは、いうまでもありません。実践を宗旨とするか分の「行」としてしっかりと受け保つ、という意味であります。禅門で行持分の「行」としてしっかりと受け保つ、という意味であります。「行持」というのは、『正法眼蔵』「行持」の巻最初のお言葉であります。「行持」というのは、

ります。
ります。
ります。
ります。
として行持には、「功徳」というものが備わっていると常にいわれている、
として行持には、「功徳」というものが備わっていると常にいわれている。

「われを保任し、他を保任す」。「保任」とは支え保つ、しっかりと受け保つという意味であります。行持を行うことによって現れるところの功徳保つという意味であります。行持を行うことによって現れるところの功徳というものが、自分を保任し、また、自分だけでなく彼、即ち他人様を保んで一堂に坐っているのも、一人でぽつりと坐っているのと、大勢の皆さんで一堂に坐っているのとでは全然違う。何が違うか、張り合いがあるなんでものではなく、共に生き、共に行じ、共に切磋琢磨している、こういんでものではなく、共に生き、共に行じ、共に切磋琢磨している、こういんでものではなく、共に生き、共に行じ、共に切磋琢磨している、こういんでものではなく、共に生き、共に行じ、共に切磋琢磨している、こういるという関係であります。他によって己がある、また、一人ひとりの己によって

に他人様をも保任するのであります!だいている、こういう自他の関係でありますから、自分を保任すると同時はない。坐禅は、大勢の皆さんによって自分も坐禅が出来る、させていた他がある! ですから、自分だけ良い気分になっていればいいというもので

坐禅は先ず発菩提心であり、菩提心を起こしたならば、不退転による坐 と神実修が体現されて来ます。それによってしっかりと自分をそして他人を 支え合う、こういう原動力となって参ります。これが行持の功徳であります。ですから、道元禅師が『正法眼蔵』の中で一番長い「行持」の巻上下 二巻の初っ端で、「行持の功徳、われを保任し、他を保任す」と仰っている のは、誠に意味深長であり、素晴らしいお言葉であります。 のは、誠に意味深長であり、素晴らしいお言葉であります。 といこの有難い己をお ちされている、他人様によって坐ることが出来ている、この有難い己をお ります。 をいこの有難い己をお のは、誠に意味深長であり、素晴らしいお言葉であります。 といこの有難い己をお のは、就に意味深長であり、素晴らしいお言葉であります。

「行持の功徳、われを保任し、他を保任す」

のであります

いことであります。今年も最後の坐禅の日、心してどっしりと坐りたいもて一時いっときの坐禅が出来、一年一年と経っているのであります。有難

なって、この雲堂を人知れずお掃除されている、そういう方の支えによっ

平成二六年一二月二八日 合掌

龍 介

参 褝

一、月例参禅会

日 程

坐

褝

義

談

座

一、自由参禅

坐 禅

日

程

作 務

行

事

一一時から正午まで坐禅堂などの掃除

九時から一一時まで(この間に入退堂は自由

※会費無料、性別・年齢など一切不問、初心者には懇切に指導

一、成道会 一、一夜接心

一、他の行事

坐禅二炷・法要・問答・法話・点心など、本年は一二月六日(日) 午前九時より

泊し坐禅七炷と提唱など、本年は六月六(土)~七日(日)

施食会(八月一六日)手伝い。歳末煤払い(一二月例会後)、その他せじきぇ

一、作

務

毎月第一と第三金曜及び第二土曜の午前九時から正午まで境内の掃除等、

[会報誌] 一、『明珠』 年二回(四月八日と一〇月五日に発行)

年一回(四月に発行

一、『口宣』

【ウェブサイト http://www.ryusenin.org/】

泉 院 参 禅 会 簡

毎月第四日曜午前九時(初参加者は八時半)来山、正午解散

口宣・坐禅・経行・坐禅の順(坐禅は一 炷 三〇分、経行は一〇分)

木版三通・開経偈・『正法眼蔵』の提唱

自己紹介・お知らせ・喫茶

毎月第一日曜と第二土曜の午前九時から正午まで(六月と一二月の第一日曜は休み)

天徳山龍泉院

住職 椎名宏雄老師

口 宣

〈第十七号〉

平成27年4月吉日

発 行 龍泉院参禅会

毛 筆 坂牧 郁子

〒270-1456 柏市泉81

TEL 04-7191-1609

http://www.ryusenin.org/