

第九話 佛道修行と云うは自己を 守る事也

丸川 春潭

延時 真覚

けいあん に はる とう か そうきた ほうよう と しめ いわ ぶつ
 慶安二の春、洞家の僧来り、法要を問う、師示して曰く、佛
 どうしゅぎょう い じ こ まも ことなり そうとうしゅう ろうそう こそう い
 道修行と云うは自己を守る事也。曹洞宗に老僧も小僧も云
 ことなり じ こ と はな こ よ ことばなり これ よ
 う事也。自己を取り放したりと是れ好き詞也。是に仍って、
 じ こ わす い こと くさわけ なか か こ だん よ
 自己を忘るべからずと云う事を草分の中に書く。此の段を能
 くみ べし しゅぎょう かんよう じ こ まも ひと なり いっさい ぼんのう
 く見るべし。修行の肝要は自己を守る一つ也。一切の煩惱
 き ぬ ところ お なり ただつよ まなこ つ じゅう に
 は機の抜けたる處より起こる也。只強く眼を著けて十二
 じ ちゅう ばん じ うえ き ぬ きつ と は か まも るくぞくぼんのう
 時中、萬事の上に機を抜かさず急度張り懸けて守り六賊煩惱
 たいじ む ちゅう ぬ ほど まも かな ずいぶんまも
 を退治すべし。夢中ともに抜けぬ程に守らで叶わず、随分守
 ると思つとも覚えぬけて彼の煩惱に負くべし。ともすれば
 い ば もうぞう くさむら い しんえんみょうり こずえ
 意馬妄想の叢にかけ入り心猿名利の梢にひよっひよつと
 うつ つよ まなこ つ まくちうそう いっく くつわ な
 移るべし。強く眼を著けて、莫妄想の一句を轡づらと成り
 きつ と ひきつ まも せつ な き ぬ ことなり
 て、急度引詰めて守るべし。刹那も機を抜かさずべからずと也。

(上-4)

けいあん に はる とう か そうきた ほうよう と しめ いわ ぶつどうしゅぎょう
 慶安二の春、洞家の僧来り、法要を問う、師示して曰く、佛道修行
 い じ こ まも ことなり
 と云うは自己を守る事也。

鈴木正三和尚は、曹洞宗と臨濟宗の両方の師家について修行されて
 いたので、双方に交わりがあり、特に曹洞宗にはかなり深く入ってい
 たのであります。慶安二年（1649年）の春、曹洞宗の坊さんが正三和

尚の所にやって来て、「修行の肝腎かなめのところはどういうことでございますか？」と質問した。正三和尚は、「仏道修行、すなわち禅の修行をするということは、自己を守ることである。」と答えられた。ここで正三和尚が言っている「自己」とは、「真実の自己」を指しているのであります。坐禅の修行は、「真実の自己」とは一体何かということをはっきりと自覚し、その上で、「真実の自己」をさらに育て上げてゆくことでございます。お釈迦様がヒマラヤ山の麓で坐禅をして、35歳の12月8日、明けの明星を見た時に、「真実の自己」を自覚されたのであります。「天^{てん}上^{じょう}天下^{てんげ}唯^{ゆい}我^が独^{どく}尊^{そん}」というお釈迦様の自覚、宇宙の真っ只中に「乾坤唯一人^{けんこんたいちにん}」と突っ立った我れ、正三和尚の言う自己とは、そういう自己を言っているのであります。道元禅師の『正法眼蔵』「現成公案の巻」に、【仏道をならふといふは、自己をならふなり。自己をならふというは、自己を忘るるなり、自己を忘るといふは、万法に証せらるるなり、万法に証せらるるといふは、自己の身心及び他己の身心をして脱落せしむなり。】という有名な言葉があります。仏道修行というのは、見失われてしまった「真実の自己」なるものに目覚め、それを守り、^{はくく}育んでいくことを目的としています。道元禅師の言う「自己を忘るる」とは、決して自分を喪失することではありません。欲望や自己中心的思考に振り回されている自分に目覚め、そのような自分から解放されることを言っております。すなわち、「真実の自己」の回復を意味しております。「万法に証せらるる」とは、「真実の自己」が回復された時、「迷って来たこの自分が、実は光輝く世界の中に生きているんだ」ということに気付くということですよ。「自己を守る」ということは、「真実の自己」を守るということでもあります。

曹洞宗^{そうとうしゅう}に老僧^{ろうそう}も小僧^{こそう}も云^いう事^{こと}なり也^{なり}。自己^{じこ}を取り放^としたりと是^{はな}れ好^こきことばなり^{ことばなり}詞也^{ことばなり}。

曹洞宗では、年を取った者でも小僧でも、「アッ!! 自己を取り放した」と自分をいましめる言葉があるが、これは良い言葉である。「真実の自己」を自覚し、その「真実の自己」を一瞬たりとも取り放さないように、これを見守っていかなければ、本当に主体的に生きていると言うことはできないのであります。

是これに仍よって、自己じこを忘わするべからずと云いう事ことを草分くさわけの中なかに書かく。此この段だんを能よくく見みるべし。

自己を忘るべからず、「真実の自己」というものを忘れてはいけないということを、『草分』という書物の中にも書いた。この『草分』の内容をよく見て、そのことを知るがよろしい。

「自己を忘るべからざること」という所に、次のようなことが書かれている。猫がねずみを捕らえる時、頭から尻尾に至るまで全神経を集中し、瞬き一つせず狙いを定めるものである。このように「真実の自己」を一瞬たりとも取り放さないように、見守っていなければならない。心が散漫になると、その隙を狙って煩惱という賊が現れて「真実の自己」に取って代わる。煩惱の賊に取って代わられてしまつては、この賊を滅ぼすことは難しい。だから、常に、眼・耳・鼻・舌・身・意の六根の門を固く守って煩惱の賊が入り込まないようにしなければならない。仏道修行の要点は、「真実の自己」を守る所にあり、十二時中において刹那も油断してはならない。夢の中と言えども、これを守る心がなくてはならない。

「真実の自己」を離れては、いかんともしくさわけ難い。『草分』に書かれていることは、ざっとこんな内容ですが、ここで言っている内容を繰り返して言っているのであります。

修行しゆぎようの肝要かんようは自己じこを守まもる一つ也。一切ひつさいの煩惱ぼんのうは機きの抜けたる處ところより起おこる也。只お強く眼なりを著ただつよけて十二時中まなこ、萬事つの上に機じゆうを抜じゆうかさ

きつとはかまもろくぞくぼんのうたいじ
 ず急度張り懸けて守り六賊煩惱を退治すべし。

修行で一番大事なことは、「真実の自己」を失わないということである。妄念・妄想のかたまり、欲望のかたまりを自己と思っているのは、とんでもない間違いである。一切の煩惱は、「真実の自己」の働きが鈍って、機が抜けたところより生ずるのであります。もし本当に我々の内部に気力が充実していれば、どんな環境下にあっても、これに対処できるのであります。鈴木正三和尚の言われるように、今直面していることにはっきりと目を据え、十二時中、朝から晩まで万事の上に機を抜かさず、どんな些細なことでも機を抜かさず、きつと張り懸って守ることが必要である。「天下の一大事とは、今日只今の心なり」これは、白隠禅師の師である正受老人の言葉でございます。私どもは、過去と未来に振り回されて、一番大事な即今の自己を見失ってしまっているのであります。かの有名なゲーテが言っています。「たったの一瞬が人間の一生を決定する。」と。そうです、自動車のハンドルを切り損なうのも、ピストルの引き金を引くのも、たった一瞬の出来事です。その一瞬が、自分や周囲の者を苦しませ、心を乱すのであります。禅の修行で一番大事なことは「正念相続しょうねんそうぞく」ということでございます。何物にも代え難い、一番大事な『いのち』が、今ここで過ぎ去り、再び帰ってこないのでございます。これほどの一大事はありません。だから正受老人は「天下の一大事とは、今日只今の心なり」と言うのであります。人間禅の『三省願文』においても「正念の工夫断絶するなからんことを願う」を第一に掲げているのであります。私どもは、入門して見性して「真実の自己」をつかみ、そして悟後の修行でこの「真実の自己」を取り逃がさないように、日々精進していくのであります。入門当時から耳にタコができるほど「禅者たるものは、一日一いちじゅうこう炷香を忘れるな」と聞かされております。これが何故大切かと言いますと、この一日一炷香によって、その一日の「真実の自己」を覚醒させ、「正念の不断相続」を確かなものにするための基盤になる

からなのであります。

巖頭和尚の法を継がれた瑞巖師彦ずいがんしげん禅師は、天气がよければ寺の裏山の岩の上で、あたかも「愚のごとく魯のごとく」坐禅するのを日課としていました。それほどの境涯に達しながらも瑞巖和尚、毎日よく岩の上で坐禅し、しかもなにやら自問自答しておられた。瑞巖和尚は、毎日自分で「主人公」と呼び、また自分で「オー」と答え、「目を覚ましておれよ」、「ヨーシ、分かった」、「『真実の自己』をつかんだといっても、折角の主人公が居眠りしていたのでは他にだまされ、空き巣に狙われるから、目を覚ましておれよ!!」、「オー」、「オー」と自問自答しておりました。ここでいう「他」とは「『真実の自己』以外の一切のもの」、「心中に沸き起こる一切のもの」を指しているのであります。色気におぼれ、たぶらかされて人の道を誤ったり、酒を飲むといいながら酒に飲まれ、金を使うといいながら金に使われ、あるいは金や地位に誘惑され、世論せろんに流されて、自らの信念を曲げたりしないようにせよと言うことであります。要するに、積極的に「主体性を確立した人間になれ」というのが瑞巖和尚の肚はらであります。人生において、一番大事なことは、即今只今の心の置き所であり、鈴木正三和尚や正受老人の言われるように「即今只今を大事にして、油断のないように生きる」ということでございます。

夢中むちゆうともに抜けぬぬ程ほどに守らまもで叶かなわず、随分守ずいぶんまもると思おもうとも覚おぼえずぬけて彼の煩悩ぼんのうに負まくべし。ともすれば意馬妄いばもうざう想くさむらの叢い にかいけ入しんり心猿名利えんみょうりの梢こずえにひょっひょっとうつ移つよるべし。強まなこく眼つを著まけて、莫まくもうそう妄想むの一句いっくを響くつわづらなと成きつりて、急度引詰きつとひきつめて守まもるべし。刹那せつなも機きを抜ぬかすべからずと也なり。

夢の中でも機を抜いては駄目だ。夢の中でも充実して機の抜けないようにやらなければ、とてもできないことである。自分では一所懸命に「真実の自己」を失うまいと思っけていても、覚えず抜けることがあ

る。ちょうど、一点の雲もない青空に太陽が輝きわたっているけれども、いつの間にか雲が出て太陽の光を覆うようなものである。我々は、^{なまみ}生身の体。一瞬一瞬、充実しているつもりでも、ふと迷いの雲が出る
ことがある。こういう場合、この迷いの雲を打ち消していかなければ、
「^{とりにこ}真実の自己」は失われて^{おもい}煩惱の虜になってしまう。そして、ともしれば煩惱にとらわれて、^{おもい}意は馬のように妄想の草むらの中に駆け
入ってしまう。また、心の猿は、^{みょうり}名利の^{こずえ}梢に引っかかってしまう。
「^{いばしんえん}意馬心猿」で、我々の心というものは、なかなか我々の思うとおりに動かない。妄想・妄念を起こして、妄想の草むらの中に入っ
てしまい、名利の梢の中に飛び移っていくというような状態になってしまう
のであります。

そういうわけだから、強い上にも強く眼をつけ、はつきりと^{めのたま}目玉を
開いて「^{まくもうぞう}莫妄想」の一句を「^{いばしんえん}意馬心猿」の鼻づらに縛り付けて、きつ
と^{たづな}手綱を引き締めて守るべきである。この「莫妄想」という言葉は、
中国唐時代の禅僧、^{むぎょう}無業禅師の言葉であります。この和尚、誰が何を
尋ねても、ただ「莫妄想」(妄想すること^{なか}莫れ!)と答えたといわれ
ております。また、北条時宗が強大な元軍とどう戦えばよいかと悩みに
悩んで無学祖元禅師に参禅しました。祖元禅師は、「莫妄想」と書
いて時宗に示したのであります。「うまくやろうとか、どうしたら勝
てるか、負けたらどうしようか、そのような雑念を起こす時ではない。
今やるべきことに専心せよ」というのであります。勝つとか負けると
か、損か得かなどといった相対的欲望にとらわれることが妄想であり
ます。

鈴木正三和尚は、侍としての自らの体験から相手に切りかかって行く
時のように、我もなく彼もなく、ただ充実した気合で立ち向かって
こそ、初めて煩惱を退治することができるというのであります。一瞬
の間でも機を抜かしてはならんぞ!! これが慶安2年の曹洞宗の坊さん
に対する正三和尚の教えであります。

私どもは、生身の人間である以上、よほど日頃から禅定力を養っていないとできるものではありません。大燈国師は 坐禅せば四条五条の橋の上 往き来の人を深山木にして と歌っておられます。四条も五条も京都の繁華街、車も人も沢山の行き来があります。「その街中の橋の上で坐禅しても、境地においては深山幽谷で坐禅するのと変わらない。」という意味であります。街中であれ、満員電車の中であれ、心が純一無雑の直心であれば、道場ならざるところはないのであります。いつでも、どこでも、何をしようかと、随処において主体性を失わず、正念相続するという修行を続けたいものであります。

今日の提唱は、これで終わります。

(平成19年4月21日、豊橋市金西寺における修禅会の提唱より)

著者プロフィール



丸川春 潭 (本名 / 雄浄)

昭和15年生まれ。大阪大学理学部卒業。住友金属工業技監、日本鉄鋼協会理事を歴任。元大阪大学特任教授。現在、中国東北大学名誉教授。工学博士。昭和34年、人間禅立田英山老師に入門。現在、人間禅教団総裁・師家。庵号 / 葆光庵。



延時真覚 (本名 / 道春)

昭和16年、鹿児島県生まれ。昭和40年、熊本大学理学部卒業。平成14年、ウエルファイド(株)退社。剣道教士七段。昭和52年、人間禅松崎廓山老師に入門。現在、人間禅師家。庵号 / 芳雲庵。