天德山龍泉院

住職　椎名宏雄老師

平成十七年

月例会

口宣

第八号

龍泉院茶禪會

結跏趺坐は直心なり

『正法眼蔵』「三昧王三昧」の巻の一節であります。「結跏趺坐は直心」でなくてはいけない！　真直ぐな心、まっしぐらな一途の心であります。一途の心とは、何のはからいもない汚れもない心であります。

何のために坐るとか、寒さを克服する行であるとか、そういったため坐禅ではない、只坐る！　それだけであります。その心がズート続いている、ズート続いて放禅鐘を聞く。これが「直心」であります。

誰でも元から具わっている！　あの新しい半紙の真っ白な紙、丁度あの半紙のような心であります。

坐禅というものは、普段私共が生活の中で右往左往して心を動かしている。それを止めてしまう、止めてしまうと「直心」に戻るのであります。こんな素晴らしい心になり得るのが人間の素晴らしさでありましょう！　直心是れ道場という言葉が「維摩経」というお経にあります。「直心」も道場になるんだ！　という意味であります。つまり、仏さんとしての心がはたらく道場という意味であります。これが仏法を行ずるということである！

仏道を行ぜられるところの道場は、「直心」でなければならない。こういう意味であります。私共が普段忘れている「直心」、それに帰る。こういう行が坐禅であります。誠に有難い行であり誰でも同じように出来る、出来るというかなれる！　これが「直心」であります。

自分の宝物に巡り会えた！　いろいろな表現がありますがマッサラな心！　これに帰る、余念はない、考えはない！　こうした坐禅を行いたいものであります。

「結跏趺坐は直心なり」

平成十七年一月二十三日　　合掌

夫れ坐禅は直に人をして心地を開明し本分に安住せしむ

鶴見の総持寺を開かれた瑩山禅師の『坐禅用心記』の一節であります。『坐禅用心記』は道元禅師の『普勧坐禅儀』に比べてよりいっそう懇切丁寧な教えであります。その『坐禅用心記』の中で「それ坐禅は直に人をして心地を開明」とあります。

坐禅というのは直ちにまっしぐらに「人をして心地を開明」させるのである！　「心地」とは心の大地と書きます。大地は草や木を養育する自然の母であります。心というものも、全ての人間の考え、そこから起す動作、そういったものを産み起してくれる母体であるというところから、大地の例えをもって「心地」と説かれているのであります。「心地を開明」するとはどういうことか。私どもの心は普段妄想・煩悩というものに覆われ、それの虜になっております。お金儲けのこと、いい思いをしたいということ、全て妄想・煩悩の虜であります。煩悩が全て悪いわけではありません。これは本能的な人間の生命力の一つでありますから、これが無ければ活力が出てこないという面がありますから一概に悪いとはいえない。問題はそれに囚われ過ぎてはいけない。ですから妄想や煩悩の虜から離れなさい。こういうことを仏教では厳しく教えております。そこから離れた時に悟りが生まれる！　ですから「心地を開明」するということはお悟りであります。そして「本分に安住せしむ」ということは、どんなものにも影響されない本来の姿に帰るということであります。本来の姿とは素晴らしい淡々とした鏡のような水の表、そういった心であります。「坐禅用心記」はこの言葉に続いて、「これを本来の面目を現すとなすと懐け、また心地の風光を現すと懐く」とであります。

言ってみれば煩悩・妄想に囚われない心、マッサラな心が本来の面目である。理屈では解っても自分の実践としてなかなか出来ない。しかし坐禅の時はそのマッサラな心が現れる！　本来の面目が丸出しになる！　これが私共の坐禅でなくてはなりません。

「夫れ坐禅は直に人をして心地を開明し本分に安住せしむ」

平成十七年二月二十七日　　合掌

学道は火を鑽るがごとし

道元禅師の漢文語録であります『永平広録』の一節であります。「学道」は云うまでもなく道を学ぶということ、仏道を学ぶ、仏道を行ずるということ。それは「火を鑽る」、鑽というのは錐揉みをすること、木と木をこすり合せて火を起こす。火打石と並んで火を得るための最も原初的な方法であります。「学道」がどうして火を鑽るようなものであるか、これは『永平広録』の次の言葉で解る。煙が出てきてもそこで休むな！止めるな！　悟りなんていうものはもうマッシグラに現れているんだ。だからそれが世間で最高の素晴らしいことなんだよ！　こういう偈頌が頌われているのであります。永平寺のような大叢林におきましては、いまは新しい雲水が毎日大勢門を叩いて入門しております。お前さんはここに何しに来たかと聞かれます。修行に参りましたと云ったら叩きだされる。修行に来たなど、悟を開きに来たなどと云ったら叩きのめされる。何といったら入門させてもらえるのか、「ご開山様報恩に参りました！」ご開山様にご恩返しに参りました、それなら入れてやろう！ということになります。ここで修行をして悟りを開くんだとか、悟りを開くために修行しに来たんだとか、こういうことが入門の目的であってはならない、修行の目的であってはならない！ということが意識されている。これが七百年の伝統であります。要するに行を行うものは、もう既に仏様である。いま私共が一所懸命坐る！　職場のことも家庭のことも忘れて、只坐るだけ！　分別の計らいなし、それでもう仏様である、仏さんが目の当りに現れている。既に仏さんであることの正しい行、或いは気づかされた悟りの行！これが私共の坐禅であります。如何したらこういう坐禅観というものが打立てられるかといえば、これは一朝一夕ではない。長年坐っていることによって、ズシーンとした重みとなって身心あげてそうなる！これが信であります。信というものは行によって打ちたてられる！　行によって本物になるんであります。

「学道は火を鑽るがごとし」

平成十七年三月二十七日　　合掌

人はじめて法を求るとき
遙かに法の辺際を離却せり

『正法眼蔵』「現成公案」の一節であります。「人はじめて法を求るとき」仏法をはじめて求めるとき、「遙かに法の辺際を離却せり」仏法の辺を遙かに離れてしまう。法を求めるときどうして法から遙かに離れてしまうのか疑問に思われるのであります。しかし、その前後を読むことによってわかります。仏法を求めるために坐禅を行うんだ。こういうときに仏法からドンドン離れてしまうんだ！ 所謂ため坐禅であります。ため坐禅をしたらもう駄目だ！ 何にもならん。こういう教えであります。しかし、初めて坐禅を行う時は百人中百人が自分の何か向上を目指して坐禅を始める、向上のために坐る！ まさか頭が良くなるために坐るとか、器量が良くなるために坐る人はいないでしょう。自分の精神的向上のために坐禅を始める。こういう方が大半というより全部であります。しかし、その向上を目指すことを分析すると欲望なんです。欲望に繋がっているんですね。自分の外側に、あるいは自分の未来にあてをつくって、そのあてのために坐る。あてというものを描いてしまう。これが欲望であります。道元禅師の教えた只管打坐の坐禅は！ 外へでなく内にむかいなさい。外や未来ではなく、自己の実物を今ここにしっかりと生せ。これが道元禅師の坐禅であります。今の実物、それはつまらない実物だー！ だから坐る！ 頭の中に妄想が沸いてくる。雑念の虜になる、初心のうちはやむをえません。それも生命力、生きる力であります。雑念が起こること自体が己の事実であり本物なんです。これを超えていくと、波風立たない心境に努める。本来の誰でも持っている素晴らしい鏡のような心に帰る、自然に帰れる。そういう心を持ち合せている。雑念に流されていなければ自然にそうなれる。これがまた己の生命力なんですね。心がお月様のように澄み渡ってきますと法というものが己に近づいてくる。これが仏法の世界であります。求める心を忘れてしまう！ 淡々と只管に打坐したいものであります。

「人はじめて法を求るとき遙かに法の辺際を離却せり」

平成十七年四月二十四日　　合掌

坐禅も自然に久しくせば
忽然として大事を発明す

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。この書物は、道元禅師がときにふれ述べられた言葉を、お弟子さんであります懐奘禅師が書きとめ、あとで編集した書物であります。非常に具体的で懇切なお示しであり弁道修行のために大変後人を益する素晴らしい書物となっています。その中に坐禅の功徳というものが説かれています。道元禅師の仏法は坐禅を悟りのための目的とするものではない！これは常識でありまして、『正法眼蔵』をはじめ随所に説かれています。目的のための手段ではない！

実践実求することが目的といえば目的であります。一所懸命坐禅をすること自体が悟りなんだ。それ以外に求めるものはない！　というのが道元禅の骨子であります。これは一歩誤りますと只ダラダラ坐禅をしていればいいんだ、モヌケの坐禅になってしまう恐れをなしとしない。『道元禅師』の教える坐禅はそういうものではない！

「坐禅も自然に久しくせば」、このお言葉の前に「善者に近づけば、霧の中を歩いていくと衣服が自然に潤うように、善者から感化されよき人になる」、人格者と親しんでいる間に感化されて自分も人格が具わってくるんだ。素晴らしいお言葉であります。「坐禅も」そうだよ、「自然に久しくせば」、無理せずコッコッ長く継続していれば「忽然として大事を発明す」。ある時、突然一大事因縁を決着するんだ！いわば悟りであります。要するにコッコッ努力を重ねて行く先に悟りが自然に現れてくるんだ。ただ決められた通り足を組み手を安置し身体を整え心を整えていれば、それでいいんだ。確かにそれでよろしいのであります。

己を空しくした坐！　これを長く継続していくことによって何時しか「忽然として大事決着」するんだ！　こういう功徳も具わってくる。「道元禅師」自らおっしゃっている。我々は二重の救いになる！　こういう有難いお示しと受け止め、この一時一時、これを蔑ろにせずキチット坐りたいものであります。

「坐禅も自然に久しくせば忽然として大事を発明す」

平成十七年五月二十二日　　合掌

発し難きを発し行じ難きを行ずれば自然に増進するなり

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。この前のお言葉が〈誰人か初めより道心ある〉とございます。誰がいったい最初から道心・道念を持っていようか、本当の道心を持っている人はいない、少ない。道心とか道念というものは道を求める切なる心ですが、それはやはり体験しながら徐々に高まっていく、或いは高めていくものであります。そして道の仲間によって切磋琢磨されていくものでもあります。知らず知らずに良き法友は自分を育ててくれる。こういうことは他の面でも皆様方は経験済みのことであろうかと思います。道を求める道心、これも全くそうであります。「発し難きを発し行じ難きを行ずる」なかなか切なる燃えるものは発ってこない。その発し難いものを発す！　自分の中にあるものが燃えて出てくる。そして「行じ難い」ことを実践する。「行じ難い」というのは一般人のなかなか行じられないことであるし、自分にとって踏ん切りのつかない。そういうことを敢て行ずるのが、坐禅であります。すると「自然に増進するなり」自然にだんだん増進し育っていく！こういう意味であります。道元禅師はこの後に続けて「人々みな仏性あり」、誰にでも仏性・仏心は具わっているんだ！といわれるが、それは現に実践をしないと現れてこない。実践をすれば仏性がドンドン増進してくる。そういうところに人間の心が大きく飛躍していくんですね。今日の世間一般を見ますと自己主張する人ばかり多くなっている。そういう人ほど無責任なんです。自分の信念だ、何だ、といっていますがそれに対する実践的な責任感が無い！　仏法はその逆であります。黙っていてやる！苦しいこと困難なこともあえて断行する。それによって難しくなくなる。始めは道心が薄いように、最初から結跏趺坐が完璧に出来る人は少ない。ある時、敢然としてやる。辛いかも知れない苦しいかも知れない、しかし壁を突破するとナーンだ、こんなやさしかったのか！こうなるんであります。とは言え接心の七炷、一炷四十分！　何ものにも動ぜずお互いに坐りたいものであります。「**発し難きを発し行じ難きを行ずれば自然に増進するなり**」

平成十七年六月四日　一夜接心　　合掌

参禅はもとより身心脱落なり

このお言葉は鶴見の総持寺を開かれた「瑩山禅師」の著述であります『伝光録』、仏祖の悟りの心を伝えるという書物ですが、その十七章のお言葉であります。言葉は難解でありますが「参禅はもとより身心脱落なり」、単刀直入であります。この参禅は坐禅と置き換えてよろしい。「坐禅はもとより身心脱落」なんです。もともと坐禅は私共が「身心脱落」をしていることを丸出しにすることである。こういう意味のお言葉であります。人間は様々な生き方をしております、千差万別です。ですが仏道を求め仏教的のことをやっておるという自覚でいる人にとっては、仏道を求めようとか悟りを得ようとか、様々な目的があるかも知れませんが、何のことはない、もともと道の真っ只中を歩いているのであります。道の真っ只中を歩いていながら道を探しているようなものだ！　道理に目覚めなくてはならない。その道理に目覚めるのが坐禅であります。愚かな自分が駄目だという自覚に立って自分を行によって作り変えよう。こう思っている。はじめて坐禅をなさる方は殆どであります。単純な動機でありますから悪くはない。しかし、そういう心がけで幾ら求めてみたとて、ハイこれが仏道ですよ、これが素晴らしい世界ですよ、というものが目前に現れてくるものではない。何のことはない、苦労して迷いながら精進努力していること自体が道である。みんなことさら凡夫は駄目なものだ、凡夫だと見立ててしまっている。これは思い違い、凡夫が凡夫でない世界がある。坐禅であります！　本物の坐禅をするときは仏さん！　坐禅でなくても生活の中で思慮分別を絶した世界、真剣になって取組んでいる。仕事でも読書でも生産的な行動、そういう時には仏さん！であります。「悟中に大迷なるは衆生なり」という有名な「現成公案」のお言葉があります。悟りの中にいながら大きな迷いを重ねているのが衆生だ！　逆に迷いの中で悟っているのが仏さんである。対照的なお言葉がございますがその通りなんですね。仏は本来のものであります。その本来に立ち返るのが参禅であり坐禅であります。瑩山禅師もズバッと教えております。道元禅師の坐禅と変わるものではない！　「**参禅はもとより身心脱落なり**」

平成十七年六月二十六日　　合掌

ただ身命を顧ず

発心修行するこそ学道の最要なり

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。「ただ身命を顧ず」、自分のいちばん大切な身命、命を省みない。そういったことが私共にあったでしょうか？　命を投げ出すということであります。身体を投げ捨てるということであります。そのくらいの覚悟で「発心修行する」。ヨーシ自分の身体はどうなっても命を懸けてやるぞ！　こういう覇気であります。そういった発心修行こそ「学道の最要」である。道を学ぶということは、そういうことなんだ！　大変厳しい根本的なお示しであります。道元禅師は常に厳しい最も慈愛に溢れるお言葉が沢山ございますが修行、行となると実に厳しい、命を投げ捨てろ！といわれるのであります。自分は何であるか！それが分からないから坐るんですね。自分は尊いと思う、自分は大切であります。だが本当の尊さは分かっていない。なにかの時には落ち込んで人と比較して自分の至らなさを嘆く。尊いと思っていない証拠であります。同様に自分の愚かさも分かっていない。自分がどんな詰まらん人間なのか、尊さと、愚かさと、どちらが本当か、どちらも本当であります。人の評価、人からどう思われるであろうか、どんな格好を振舞えるか。こういうことが先にたつことが多いのですね。何か悪いことをみな責任転嫁して、他人が悪いんだ、世間が悪いんだ、やれ何が悪いかにが悪い、自分が悪いことをチットモ反省しない。こういう無責任なのもまた自分であります。仏道を学ぶというのは命を投げ出せ！身体を投げ出せ！というのはそういうことなんですね。喜怒哀楽どころか薄汚い自分を止めてしまえ。止めてしまうと自分というものを学ぶことが出来る。仏に出会うということであります。そうしますと行というものが実に素晴らしい！　いま渾身の坐禅を行じている。フラフラした自分ではなく本物の自分と出会える、道元禅師はおっしゃる！　だから坐禅は渾身の行でなくてはならない！　目前のつまらん要望・要求のための坐禅ではない。道元禅師の坐禅は命を賭けろ！　身体全体投げ捨てろ！　こういう坐禅であります。「**ただ身命を顧ず発心修行するこそ学道の最要なり**」

平成十七年七月二十四日　　合掌

春は花夏ほととぎす秋は月
冬雪さえて涼しかりけり

このお歌は川端康成がノーベル文学を受賞したときにストックホルムで記念講演をされた、その冒頭に「わが心の歌」として紹介したお歌であります。多くの人がこのお歌を始めて知って一躍有名になった道元禅師の詠まれたお歌であります。これを川端康成がひかれたのであります。このお歌が「本来の面目」というタイトルを知っている人、そして深い意味を知っている人はむしろ暁天の星であります。「春は花夏ほととぎす秋は月冬雪さえている」、当たり前のことをいっている。そのシーズンシーズンの一つ天地宇宙万物法界の特徴を一つだけ示された！　そして「涼しかりけり」と結んでおられます。何という清らかさであろうかという意味であります。それこそ「本来の面目」である。「本来の面目」とは禅門の伝統的な場でありますが、無作為の真実の命といったらいいでしょうか、人間の作り事でない、殊更にこしらえたものでない真実の命の有様！　これが「本来の面目」であります。自然の中にマッサラに現われている、現わされている。誰しもが当り前だと思っていることが実は「本来の面目」を現わしているのである。それに引き換え人間はこしらえ事ばっかりやっている。こしらえ事をして、人と比較ばかりしているから不幸になる。不幸の種を自ら蒔いている。情けないのが人間であります。赤ちゃんの方がよほど幸せかも知れない。「本来の面目」の世界に戻らなければいかん！　それにはどうしたら良いか。坐禅であります。坐禅は生活のドロドロしたものをみんな止めてしまう。自分と他のものとの比較を止めてしまう、自分の名前さえ忘れちゃう！　そして「本来の面目」である天地宇宙と一体になる。すると波長が完全に一致しますから、アー真実の命に生かされているんだ！　こういう境涯になる。これを原点に生きなさいというのが禅門の教え。何も難しいことは無い、ですから坐禅中考えごとをしない。これが基本であります。「本来の面目」の姿に戻れるのであります。そういう世界をお互いに大切にしたいのであります。

「春は花夏ほととぎす秋は月冬雪さえて涼しかりけり」

平成十七年八月二十八日　　合掌

爭か如かん無作に達して
一得即ち永得せんに

良寛さんの詩を集めた『良寛詩集』の中の、八句で構成している詩の最後の二句であります。「爭か如かん」、どうして何々に優るものがあろうか。何々とはいうのは「無作に達して一得即ち永得せんに」、「無作」というのは作ることをしない、自分で作りごとをしない。分別の無いことであります。その無分別の心に到達する。すると「一得即ち永得せんに」。「一得」とは一つ得ること、「永得」とは永く得ること。一度得た境地は即ち永得である。永く具わるのである。これは良寛さんが自分の修行経歴を、昔坐禅修行を励みに励んで大変安らかな境地を得た、ということを実感して詠じた詩であります。具体的には玉島の円通寺で修行した時のことであります。これを越後へ帰って晩年に想い出して詠った詩です。自分は一所懸命修行したんだ。そして安らかな境地を得た。それを想い起こして「爭か如かん無作に達して一得即ち永得せんに」、「無作」に達することが最上最高の境地であった。一度到達すれば永らく消えることは無いんだということを詠ったのであります。「無作」ということが願目です。分別をしない。私共はしょっちゅう分別ばかりこらしているんですね。それは毎日毎日新たな経験があり心の葛藤があります。良いことばかりではない嫌なこともある。心を煩わすことばかりのみ多いと思っている。そういう重い心を抱え込んでいると、やること為すこと生気が無い、活気が無い、これではいけないんですね。人間悪いことばかりではない。良いこともいっぱいあるんです。欲が深いと良いことが当り前だと思っている。心に傷つくようなことがあるとショゲ込んでしまう。重い心があったら放解しなければいけない。この坐禅場に全部置いていくことであります。全部投げ捨てるんであります。投げ捨てて身軽になる。これが「無作」であります。分別を無くした状態、早く自分の本来心に帰る。それが坐禅であります！　良寛さんのように常に「無作」の心に到達する。表面的なものでなく心の奥底からズシーンとくる「無作」。それが身に付けば生涯の宝である！　「**爭か如かん無作に達して一得即ち永得せんに**」

平成十七年九月二十五日　　合掌

学人の第一の用心は
まず我見を離るべし

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。「学人」、道を学ぶ者。「第一の用心」、いちばん大切な心がまえ。まず「我見を離れなさい」！　ズバッと教えられておられます。道を学ぶには素直な心にならなければいけない、素直な心というのはマッサラな心であって、自分の我というものを全く無くした心であります。初心の方は、ただ教えられたままに素直に実践する。かえってベテランの人は今まで自分はこうしてきたんだから、こうすればいいんだと段々永い間に我流になり陥っている場合がある。我流ではいけない、我見に染まった実践ではいけない。常に立ち止まって素直になりきる！　これでなくてはいけないのであります。我見に染まると廻りが見えません、外の声が聞こえません、これではいけない！

だいたい我見というものは一時のものなんです。自分の考えなんて詰まらんもんであって、全ては無常であります。その時と所との概念と時処位によって、その時の考えというものが出来上る。時処位が変われば変わるんです。そういう条件的な産物に過ぎない、我見に囚われていてはいけない。〈君子は豹変する〉と、いう古典の言葉があります。これは常に頭を切り替えるということではないんです。自分が誤っているということが分かったら、それを直ぐ正す、そういう心であります。逆に凡人は自尊心であるとか、対面であるとか、面子であるとか、そういったものによって自分の心を変える。思い当たることがお互いに沢山ある。これを直して謙虚に素直になりきる勇気を持つ、その二つであります。謙虚さと勇気、これが素直になり切れる二大条件であります。そして謙虚と勇気と並ぶのが坐禅であります。坐禅の目的は無いといわれますが、シッカリと坐ることによって謙虚や勇気が身に付く。こういう坐禅でなくては死に坐禅であります。我々は生きた坐禅をしなくてはならない。それには謙虚な心になり切る素直になり切る、これであります。

「学人の第一の用心はまず我見を離るべし」

平成十七年十月二十三日　　合掌

学道のさだまれる参究には坐禅弁道するなり

『正法眼蔵』「坐禅箴」の一節であります。この「坐禅箴」一巻は道元禅師が四十三歳のときに著わされた、坐禅についてのあり方の教えであります。坐禅の基本的な理念とその実践については、有名な『普勧坐禅儀』に述べられております。『普勧坐禅儀』は、道元禅師がまだ二十代の志気昇に燃えておられたころの作品であります。それはそれとして素晴らしいものでありますが、四十三歳という、現在でいえば六十歳前後、いわゆる円熟した境地に至られた時の道元禅師の「坐禅箴」は、非常に重要な坐禅の教えであります。坐禅箴の「箴」は竹冠に咸と書きますが、釣り針のように先の尖ったもの、そういう意味でありまして〈坐禅の戒め〉という意味であります。「学道」とはいうまでもなく〈道を学ぶ、仏道を学ぶ〉ということであります。それには「さだまれる参究」をし「坐禅弁道するなり」であります。仏道を究明していくための何よりも確かな道は坐禅ダー！　こういう意味です。仏道を行ずるということには様々な実践があります。経を唱えることも学道であります。托鉢を行うのも学道、作務をするのも学道、食事をいただくのも学道！　しかしその根本の最も確かな道は坐禅である！　そしてこの言葉に続いて、仏を求めるんでは無いんだ！と。仏を求めることを作仏といいます。求めるものじゃなくて、自分が仏さんなんだ！　一所懸命坐禅をする時には自分の仏が現れるんです。求めるなんて馬鹿の骨頂である。こうおっしゃるのであります。ですから目先のことにウロチョロするな！　そういう坐禅であっては絶対にいけない。求めなくたっていいのです。頭の中をカラッポにしちまいなさい。お荷物を全部ここに置いていきなさい。そうすれば仏になっちゃう！　作仏を求めるのではなく、仏さんとしての振る舞いを行ずる！　仏の振る舞いを〈行仏〉といいます。〈行ずる仏〉になって坐るんだ！　道元禅師の教えられた坐禅はそういうものであります。我々は、確と信じて坐りたいものであります。

学道のさだまれる参究には坐禅弁道するなり

平成十七年十一月二十七日　　合掌

即心是仏というは誰というぞと審細に参究すべし

「修証義」第五章の最後に近いところのお言葉でありますが、元来は『正法眼蔵』「王索仙陀姿」の巻の一節であります。この「王索仙陀姿」の巻は、先生と生徒、師匠と弟子という関係が一体となって素晴らしい帰依といいますか、働きといいますか、そういったのを発揮させなければならないんだ。こういう禅門の師と弟子の呼吸の素晴らしさを示された一巻であります。

「即心是仏」という言葉！　これは一体、誰が誰のことをいっているのか、それを「審細に」、細かく深く「参究すべき」である。こういう意味でありますが、問題は「即心是仏」。中国で馬祖道一が述べたことで有名でありますが、馬祖道一だけでなくてその頃大勢の人が同じことをいっているんです。〈この身この心が仏である〉。仏というものは飾りではない、我々の身体、或いは心、これがそのまま仏なんだ！　こういった深い納得、会得ですから、禅門の大切な言葉であります。我々自身が仏である。これは単なる表面だけでなくて実践的な裏づけがなくては到底そういったことがわからないし納得できない。我々は坐禅をしたときは仏だ！　こう教わり実践しております。なぜ坐禅をしたとき仏になるか、これは〈心が澄んで落ち着いた静かな清らかな心になる〉、だから仏さんなんだ。自分がそういうふうになれる、だから仏というのであります。そして一時では駄目、不断の努力実践をするときに〈この身この心がそのまま仏となる〉のであります。そういった素晴らしい良き目覚めが得られる。その〈落ち着いた静かな心〉によって良き目覚めが得られるのですが、その〈落ち着いた静かな心〉というものは不断の実践がなくては駄目なんですね。ですから行持道環といい、実践によって静かな心になり得る。また静かな心によって実践が裏づけされる。これは理屈ではない。頭で考えた理屈でない身体で納得したところの「即心是仏」でなければならない。この高い教えの「即心是仏」、それは他でもない自分の坐禅によって成し遂げられるのであります。

「即心是仏というは誰というぞと審細に参究すべし」

平成十七年十二月四日　成道会　　合掌

仏道に 志 深ければ 得道せるなり

『正法眼蔵』「弁道話」の巻の一節であります。道元禅師は「仏道」というお言葉をしばしばお使いになられます。仏教という言葉は極めて少ない。仏教というと教えでありますから、思想的なもの理念的なものであります。「仏道」というのはそれとは違います。実践であります！　仏の教えに従って他ならない自分が実践をする、これが「仏道」であります。

道元禅師の仏法は正しくは「仏道」であります。仏教の教えを教えるのではない、身をもって行じる、これが「道元禅」の特徴であります。ですから頭でコネクリマワス、頭で考えることではない、実践が全てであります。その仏道に志たければ「得道」するんだ！　ただ道を得るために「仏道」を行うのではない、ここが肝心のところであります。「仏道」を得よう、得道しよう、坐禅をしてこうなろう、ああなりたい、これは愚の骨頂だといわれるのであります。そういう目的視しない禅、これが「道元禅」の特徴であります。目的視しないんですけれども、ただ愚の如く、魯の如く、長いこと続けていれば自然に行力が具わる、道と親しくなる、これが正に「得道」である。道が己のものになる、本当に自分の物になる、道と一枚になる。これが「得道」であります。それをおいて道を得ることはない！　このあたりの消息を道元禅師は「得道」とおっしゃっているのであります。静かに道が具わる、素晴らしいことです。私共はこのような素晴らしい先人仏祖の教えに従って仏道を行じる。これは素晴らしいことであり、尊いことである、また有難いことであります。有難いと思えば自ずから心構えが変わってくる。こういう寒い時期に、お出でになりたくっても来られない方もいらっしゃる。それを思えば本当に有難い、素晴らしい、そして尊い！

こういう行がお互いに出来る。今年も残り少なであります。この有難い「仏道」を、今ここに行じている！　サーお互いにシッカリと坐りたいものであります。

「仏道に 志 深ければ得道せるなり」

平成十七年十二月二十五日　合掌