

天德山 龍泉院

住職 椎名宏雄老師

平成二十四年

口宣

第十五号

龍泉院參禪會

口宣……師が学僧に与えろいまいめ

当龍泉院では、坐禅の冒頭に椎名老師の短
お説教があります。内容は、『正法眼蔵』『普勸
坐禅儀』『学道用心集』『永平広録』『正法眼
蔵随聞記』などからの宝石のような一節をわかり
易く解説して下さいます。あの老師の口宣を拝聴
しますと、正身端座キツト坐ろうと心から思います。

くせん

「口宣」 目次

道心ひそかにおければ、名利たちどころに解脱するものなり――『正法眼蔵』「重雲堂式」――	1
上智下愚を論ぜず、利人鈍者を簡ばず――『普勸坐禅儀』――	2
もし念を撰むるものは心すなわち定にあり、心定に在るが故に、よく世間消滅の法相を知る――『仏遺教経』――	3
不思議底如何が思量せん、非思量――『普勸坐禅儀』――	4
仏道を伝え得るの法は、聡明博解の外に在り――『学道用心集』――	5
坐禅は三界の法にあらず、仏祖の法なり――『正法眼蔵』「道心」――	6
志の到らざることは、無常を思はざる故なり――『正法眼蔵随聞記』――	7
学道の人は、吾我の為に、仏法を学する事なかれ――『正法眼蔵随聞記』――	8
初心の弁道すなはち本性の全体なり――『正法眼蔵』「弁道話」――	9
この身未だ受けず、この体未だ萌さざりし以前に向ひて、親しく眼を着くべし――『傳光録』――	10
湘南譚北は黄金の国、無限の平人陸沈せらる――『永平広録』――	11
今案ずる我見の身をすてて、一向に仏制に順すべきなり――『正法眼蔵随聞記』――	12
明星正に現じて、仏、成道す。雪裏の梅花ただ一枝――『永平広録』――	13
非思量、此れ乃ち坐禅の要術なり――『普勸坐禅儀』――	14

道心いそかにおとれば、

名利たちどろろに

解脱するものなり

道心ひそかにおければ、

名利たちどころに解脱するものなり

『正法眼蔵』「重雲堂式」じゅううんどうしきの中の初めの方の一節であります。「重雲堂式」という巻は、元来は『正法眼蔵』の中に含まれていなかったものと言われます。単独に、「一、何々、二、何々」という箇条書きにされ、雲堂という坐禅堂で坐禅をする者の心構えを書かれたものであります。

その最初のくだりにこの言葉があります。「道心のある者だけがこの坐禅堂に入るべきである。道心のない者は入ってはいけない！」という意味です。道心は人に見せるものでもなければ、誇示するものでもない。自分の心の中に淡々としてひそかに起こるものです。そういうものでなくては、またならないのであります。

道心は道を求める心、道に生きようとする心であります。今、ここでお坐りになっている方々は、ひそかに道心を起こしておられる。それだから坐つていられる。その道心というものがひそかに起こつて来ると、「名利」というものから解き放たれる」、というのが解脱であります。「名前を高めよう」とか、「名誉を得よう」、若い者で言えば、「目立つようになろう」。名利はなぜ起こるか？これは我であります。吾我、ごが自分の深いところにある本能的な我欲を満足させようという心から起こってくる、始末の

悪いものです。

ですから、吾我というものと名利とは裏腹であります。その始末の悪い吾我、「自分の思い通りにしたい、なりたい!」、こういう吾我の思い。現実には思い通りにならない、それが現実であり人生であります。そういったジレンマというか、ギャップに人間の悩みというものがあるんですね。お釈迦さまも出家をされた動機は、「吾我というものを、どうしたらいいのか?」という悩みから出家され、それを見事にコントロールされ、悟られたと言われております。

今、ここで私共が坐っている坐禅は、その自我というものを突き抜けて、自我を殺すのではない。自我を飛び越える、突き抜けていったところ、「大自然の大いなるいのちに生かされ、その中で自分も生きているんだ!」、ということが、これもひそかに納得されていくのであります。これが解脱! けっしてパツと閃くひらめくようなものではありません。ですから、妄想坐禅をしてはいけないし、頭を、体を空っぽにして淡々と坐る。それだけで自然の波長と一つになれる。そういう坐禅をお互いに目指したいものであります。

「道心ひそかにおければ、名利たちどころに解脱するものなり」

上智下愚を論ぜず

利人鈍者を

簡ばず

上智下愚を論ぜず、利人鈍者を簡ばず^{えら}

『普勸坐禅儀^{ふかんざぜんぎ}』の中の一節であります。上智下愚、上と下、なにが上と下かと言いますと、智慧のある人と愚かな人、そういう上下の区別というか差別であります。利人鈍者は、人間というものは比較ばかりしておりますから、利発な人とそうでない人とを区別あるいは差別しての言葉。こんなことを、月並みに昔から人間は述べてきたのであります。

ところが、道元禅師のこの『普勸坐禅儀』では、真実の仏法、正伝の仏法、釈尊から正しい仏法を受けられてきた一番中心・中核的なものを行ずるのは坐禅であります。

そうである以上、人間世界の人間的なはからいを持ち込んでほならない。利人だ、鈍者だ、上智下愚、そんなことは人間が勝手に分別した考え方である。そういうものを全部とっぱらっちゃわないと駄目だ！

人間的はからい、想い、分別、これを全部止めるのが坐禅！

止めて天地宇宙世界の真実の有様、まっさらに真実の有様と一体になる！

それはあくまで成道するものの姿勢であります。こっち側の姿勢が人間的なはからいを坐禅の場に持ち込んだら駄目！

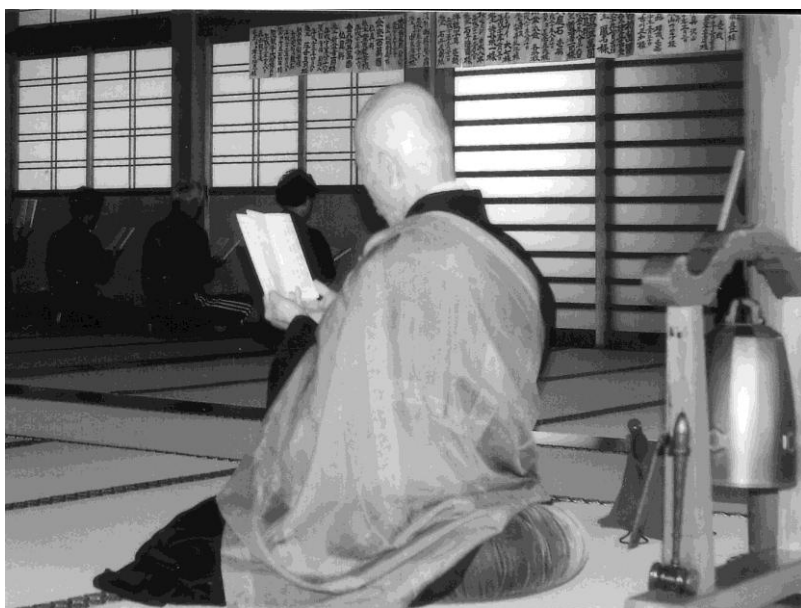
それを一切止める！

こういう姿勢になって初めて天地宇宙の真実と一つになれる！

坐禅は、こういった意味で誠に稀有の行であり、釈尊の教えに直結する

正伝の仏法と言われるゆえんであります。

「上智下愚を論ぜず、利人鈍者を簡ばず」



平成二四年二月二六日 合掌

もし念を撰むるものは
心すなわち定にあり、

心定に在るが故に、

よく世間消滅の法相を知り

もし念を撰むるものは心すなわち定にあり、

心定に在るが故に、よく世間消滅の法相を知る

少々長いですが『仏遺教経』、お釈迦さまの遺言のお経と言われています。
『仏垂般涅槃略説教誡教経』という正式な名前の付けられた、いわゆる遺教として親しまれているお経の中の一節であります。

「もし念を撰むるものは」、念というのは心の中に沸き起こってくる諸々の思いであります。それを撰める。様々な考え、思い、これを坐禅中は止めるということでもあります。そうしますと、「心即ち定にあり」、定は戒定慧、三学の一番大切な処であります。心が定、禅定という、まわるコマが澄んだような状態になる。

「よく世間消滅の法相を知る」。難しい言葉ですが、この世にある、存在しているありとあらゆるものの真実の姿、真理、こういうものが全て分かってくる。素晴らしいことでもあります。私共は、世間の消滅する現象の有様というものが分からない。分からないから、誤ったことをしてしまう。それは何も明日の天気が分かるということでない。そんな予言的なこと、それは研究している人でも、なか／＼科学の力が及び難い処が沢山あります。

まして、一人の人間がこんなことが全て分かる訳ではない。お釈迦さま

が悟られた内容は、この宇宙世界、ありとあらゆるものの基本的なありさま、根本的な動き、これを悟られたのであります。お釈迦さまは長年の精進と努力によってそれを達成された。色々な苦行をされたけれども、最後は禅定という坐禅をして深い心境に至って、初めて真実真理を見極められた！

今、私共が坐禅をしているのは、念を撰める行であります。念を撰めるだけで、心は定になる。それに徹していけば、真実真理のありさまが分かるようになる。そして間違えない対応、生活、そういうものが出来るようになる。人間の一番素晴らしい生き方が出来るようになる。

このお言葉に続いてお釈迦さまは、「だからこそ常に精進し、諸々の定を修習すべし!」、坐禅だけではないよ、様々な行によって禅定を習って行きなさい!」、こう教えられている。ですから、心の中に湧いてくる雑念などに取り合わない。そんなものを止めて本来の素晴らしい自己、自己と言っても我の無い自己、命の溢れている自己に徹する!これが定であります。そういう坐りを少しでも長く、ぶっ続きたいものであります。

「もし念を撰むるものは心すなわち定にあり、

心定に在るが故に、よく世間消滅の法相を知る」

不思議底

如何が思量せん

非思量

ふしりようていいかん

不思量底如何が思量せん、非思量

『普勸坐禅儀』の有名な一節であります。坐禅の時の心の状態をずばりとお示しなされたお言葉です。坐禅の時にはあれこれ思い、考えを巡らしてはならない。つまり不思量である。

不思量とは、考えること分別を殺すということです。普段の生活はしょっちゅう思量している状態です。坐禅の時はこれを止めなさいと言うのではない。止めるということはできません。何故ならば、人間の心は体と同じように年がら年中働いている。体はとくとくと血液が巡り、どんな動作でも出来るようにしている。同じように心もしょっちゅう働いている。なにかのときに咄嗟の判断をして自分を守ったり、他人を助けたり、人間が生命体としてその生命を存分に發揮され得るように、体も心もつくられている。有難いことです。

ところが、「坐禅中は考えごとをしてはいけない」とよく申しますが、いけないということではなくて、考えがどんどんどんどん浮かんでくるんですが、浮かんでくるものを故意に止めようとしないうことです。募らせない、追いかけないことが大切！ 考えが浮かんでくる根本を断とうとしても駄目です。そういうことを不思量ということばで表す。

そして、「不思量底如何が思量」と言うから分かりづらい。考えない考えをどうしたらいいのかとか、坐禅は何も思わないという思いであるとか、

こんなふうに説明されると、なお分からなくなってしまう。

そうじゃなくって、思いのままでもいい、思いが浮かんでくるままでもいい。あえてそんなものにこだわらない、それを募らせない、追いかけないというそれだけでいい！ これを非思量といいます。実に簡単明瞭です。

「此れ乃ち坐禅の要術なり」というふうには『普勸坐禅儀』で道元禪師はおっしゃっている。「坐禅の要術は非思量のところにあるんだよ！」、「生ずるに任せ、滅するに任せておけばいいんだ」ということであります。

「坐禅の時に心を研ぎ澄ます」だとか、「明鏡止水の心境にならないと駄目だ」とか、とんでもない話です。なれっこありません。「透明な心」、何が透明な心！ そんなもんはありやしない。私をやめれば宜しい。私というものは自分だけのもの、仏祖の道ではない。この私だけの自我的なもの、そんなものに振り回されない。

要するに、何が頭の中に浮かんでしようと、そんなものは到底たいしたことではない、そんなものに捉われない、追いかけない。結局、最後にはそこに還らなくてはならない。それが非思量であります。

調身調息が整ったならば、最後に肝腎要な非思量がある。そうして坐禅が本物になるのです。

「不思量底如何が思量せん、非思量」

平成二四年四月二二日 合掌

佛道を伝え得るの法は

聡明博解の外に在り

仏道を伝え得るの法は、

聡明博解の外に在り

『学道用心集』の中の一段であります。『学道用心集』は道元禪師が、学道つまり仏道を学ぶための一番基本的な教えを十項目に分けて述べられた撰述書。そのお終いの方の第八条にあるお言葉であります。

「仏道を伝え得るの法」、仏道を受け伝えることが可能な法、法は真実の世界、本当の世界、つまりお釈迦さまから伝えられたこの仏道実践です。これを「正しく受け伝えることが出来ることは何か?」。この「何か?」ということが大切。「聡明博解の外に在り」、聡明は言うまでもなく、利発、頭脳明晰というときの聡明であります。広い知識、学問が豊かである、これが博解ですね。

ところが、仏道を実践するのはそういうのではないと言うんですね。「その外に在り」、知識や博学や色々な教養やら、そういうものを逆になくぐり捨てなさい。博覧強記はくらんきょうきだの豊かな教養はかえって害になってしまう。仏道を実践する時は、これを止めないと駄目なんです。そういうものを全部かなぐり捨てて、先輩の教えに従って、釈尊のお示しに従って、ただ一向にこれをひたすら実践するのみである。

「そうでなくては駄目だ」、と道元禪師はこういう点は厳しくおっしゃっている。何故かと言えば、「仏道を習うというは、自己を習うなり」だ

からであります。仏道を習う、身に付けるということは、つまりは己自身を学ぶことである。それ以外にない。自己を学ぶには、それまでの学問知識、教養をかなぐり捨てなさい!

「学問知識が先に立つとすれば、それは六祖と神秀じんしゅうの事例があるじゃないか。神秀さんは、学問素養第一の方で、五祖山では、誰もが一目も二目も置いている方であつたにも関わらず、文字も読めなかった慧能えのうさんが弘忍こうにん禪師に認められて大法を相続したじゃないか」。こういう故事が、道元禪師のこのお言葉の前に出ているのであります。そういった立派な故事、来歴がよく証明している通り。ましてや我々は、本物を得ようと思つたら、ちつぽけな学問知識・教養を全て止めなさい。

坐禪は行道であり、仏道実践であります。その時は、只この一人の人間が生きた血を通して坐っているだけ。他のもの全部を投げ出して、放下ほうげして坐る。それ以外にない。道元禪師の仏法は「捨てる仏法」です。みな捨てちやう、そしてひたすら坐る。それが只管打坐の骨頂であります!

中々言うは易く出来難い。しかし、道元禪師が口を極めて、ありとあらゆる処で、「捨てる仏法」を強調されている。これを私共は忠実に素直に受け止めて実践したいものであります。

「仏道を伝え得るの法は、聡明博解の外に在り」

平成二四年五月二七日 合掌

坐禪は

三界の法にあらず

佛祖の法なり

坐禪は三界の法にあらず、仏祖の法なり

『正法眼蔵』『道心』の巻の一節であります。「道心」の巻は非常に平仮名が多く、分かり易く、しかも短く、親しみ易い一卷であります。この巻には非常に重要なことが説かれております。基本的な行、基本的な修行の根幹が説かれている一卷である、と言つて宜しいと思います。

この中に「坐禪は三界の法にあらず」というお言葉があります。三界とは専門的には欲界、色界、無色界という、インド以来の難しい教学を背景にしたターム（術語）であります。欲界が人間世界であるとか、色界が物質の世界であるとか、無色界が物質のない精神の世界であるといわれますが、今はそんなことはどうでもいいんであります。

この「道心」の巻で道元禪師がおっしゃっている意味は、この三界（三界を世間といい替えても宜しい）の法、つまり人間社会が必要に応じてお互いのきまりを作ったルール、何時・何処でも人間が二人以上住んでいる所では、必ず守らなきゃならないルール、このような三界のルールと坐禪のそれとは全く違うんだ！　そういうお言葉であります。

どう違うか？

「仏祖の法なり」、仏祖の法とは仏祖が等しく守ってきた法、真実の在り様、在り方、そういうものである。真実の在り様、在り方というのは天地宇宙の真実・真理であります。

暑い、暑い夏だと思つていたら、どこかへ行つてしまつて、寒い冬がく

る。冬が長かつたと思つたら、急に暖かくなつて花が一斉に咲き、その花も一応ひと通り咲き終わつて、いつしか暑い日があると思うと、今度は梅雨に入る。若葉、緑を惜しみなく照らしている。そしてまた、しばらく梅雨が続いた後、暑い、暑い夏が来る。

人間のいとなみとは関係ない。我々の心の動きとも関係がない。こういうのが天地宇宙万物の真実・真理である。仏祖の法というものはまさにそういうもの！　この真実・真理を素直に受け、自分の心の波長をそれに合わせていくこと、そういう実践が坐禪である！　道元禪師のお示しの一節はまさにそういった意味であります。

私どもの普段の様々な心のしがらみ、色々ないいこと悪いこと、喜怒哀楽、そういったものの、それを坐禪の時は止める。止めることにおいて、仏祖の法に近づく、叶う、それが坐禪であります。従つて、それは三界の法ではない。普段の人間的な働きではない！　そういうお示しであります。

折角の一日、しかも一夜接心であります。まことに貴重な時であります。互いに普段のことは放下し、かなぐり捨て、真実の法、それは私どもが皆等しく持っている心の光明であります。それに叶う一夜接心にお互いにしたいものであります。

「坐禪は三界の法にあらず、仏祖の法なり」

平成二四年六月九日（一夜接心） 合掌

志の到らざることには、

無常を思はざる

故なり

志の到らざることは、無常を思はざる故なり

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。このお言葉は、まことに分かり易く、字句の意味はどなたでもお分かりになります。ところが、意味は辛辣。道元禪師の険峻な仏道を示すに十分なお言葉であります。このお示しのすぐ前にはこういうお言葉があります。

「道の惜しむにはあらず、常に与ふれども人の得ざるなり」、仏道というものは、道の方から何も出し惜しんでいるのではない。何時も丸出しに出している。仏道というものは、あつけられなくて、常に与えられているのに、人がそれを求めない、自分のものにしない、そんな悲しみがある！そういうお言葉であります。確かにその通りです。そして、道を得るか得ないか、それは、いつに精進するか怠けるかどちらかに懸っている。精進すれば必ず道を得ることができる。怠ければ絶対に道は得られない。まことに厳しいことを、ずばりとおっしゃっている。

そして、「志の到らざることは、無常を思はざる故なり」と喝破されているのであります。志、それが何よりも大切です。道を求めるということとは志であります。足が痛い痛くない、そんなことは目先の自分のちっぽけなことには過ぎない、問題にもならない位です。それで、「足が痛いから、あゝ、もう駄目だよ」、そういうことでは何をやって道なんか求められない！

仏道を身につけよう、仏道に生きようというからには、志を大盤石にし

ないことには駄目である。駄目と言って切り捨てるわけではありませんが、少々のことは必ず乗り越えられる。そういう鉄のような志を懐かなくてはならないんですが、それができないのは何故か？

「無常を思はざる故なり」

先般、「一夜接心」を行いました。確か、二六回目になりますが、私、第一回目の時、それは一泊坐禅といって遠方の寺院までバスで行って坐った。その時の写真を見て驚きました。二〇名参加しておりますが、今ここにおいでになつていらっしゃる方は四名。第二回目の時は二五名位の中でやはり四名です。二六年の間にこうなつてしまった！物故された方もおられるし、また、おいでになれなくなった方もいる。

すると、なんだかんだ言つても、今、ここに坐つていられることは大変なことです。大変に有難いことであります。だったらば、渾身の坐禅をしなくてはならない。これが志であります！明日は分かん。分かつても分からなくても、とにかく今しかない。こういうつもりで坐る。それが志であります！

只、暑くもない、寒くもない、絶好の坐禅日和であります。いま一時の坐禅であります。そういう気持ちでお互いに志をたて、確りと坐りたいものであります。

「志の到らざることは、無常を思はざる故なり」

学道の人は、

吾我の爲に、

佛法を学す事

なかれ

学道の人は、吾我の為に、仏法を学する事なかれ

『正法眼蔵隨聞記』の中の一節であります。「吾我を止めなさい」、吾我、自分の我ですね。こういう教えが一番多いんです。それほど道元禪師も、お若いころは恐らくご自分で吾我を持て余されたんだと思います。

我ぐらい強いものは無い。皆様方とて、思いは同じだと思います。歳をとればとるほど我が強くなる人がいる。また、我がコントロールされて、「あの人は無私だ、私というものを決して立てない方だ」、と言われるようになる方もいる。「もう年が年なんだから、今の内に言って置かなくちゃいかん!」、「俺は言いたい事を言うぞ!」。何のことはない、我が募っているだけなんです。

ところが道元禪師は、「学道の人は、道を学んでいる者は、吾我のために仏法を学んじやいかんよ」。自分の為、自分なんかのちっぽけな目的の為、そういう為に坐禅をしたり、仏教の書物を読んだり、話を聞いたり、仏像を見たり、そんな事をしちやいけない。今、坐禅というものだけに限って申しますと、ため坐禅がいけないという事です。

澤木興道老師は、私も坐禅を初めて教えられた偉大な老師でございましたが、常に言っておられました。「坐禅って何のためにするんですか? こういう質問を生涯どれだけ受けたか分からない」。

“宿なし興道さん”

と言われた方が、しょっちゅう坐禅をされていた、坐禅また坐禅の生涯でございますからよく聞かれた。即座に「なんにもならんよ」、と答えた。「なん

にもならんよ!」、ということも何度言ったか分からないとおっしゃっていました。坐禅をしても何にもならないというのは、世間の尺度から見て何にもならないんです。人間的な損得勘定の物差しの世界、人間社会というのはそういう社会であります。そういう世界観、人間の物差しからすれば何にもならない。

それではなぜ坐禅をするのか。道元禪師はいみじくもこのお言葉の次に、「ただ仏法の為に仏法を学ぶんだ」、とおっしゃっております。為といえれば仏法の為であります。これは人間社会の物差しとは全く違う。ですから、私どもは坐禅の時に人間社会の損得勘定を離れなければならない。仏法の為に仏法を学ぶ! こういう姿勢でないといけないですね。

何にもならない行であります。何にもならない行ですが、長く続けている間に功德というものが備わってくる。この功德というのは、言うなれば、私どもが生きていくための基本的な軸がぶれないようになってくる。こういうものが長く仏行を行うことによって自然に備わる。これが修行の力です。そうするとそんな力を求めたくなる。なおいけない。自分で求めたら逃げちゃう。向こうから自然に来るんです。長くやらんと駄目です!

「学道の人は、吾我の為に、仏法を学する事なかれ」

初心の弁道

すなはち

本性の全体なり

初心の弁道すなはち本性の全体なり

『正法眼蔵』「弁道話」^{べんどうわ}の巻の有名な一節であります。

「初心の弁道」の「初心」は初心者であります。初心者の方の弁道——道を学ぶ、道を修行する——その弁道というものについての教えであります。

初めて坐禅をした時、誰しも不安と期待と入り混じりながら、初めて懸命に坐る——ひたむきという言葉がある——そんな坐禅をした筈であります。文字どおり本日、あるいは最近始められた方は初心者であり、初心者の弁道であります。そういった場合における「ひたむきの坐禅」、これがもう全てである！——ということは、熟練者、古参の方、何年もやっている方に対する一つの警鐘であります。

「こういう風に坐っていれば、あと何分ぐらいで鐘が鳴る。こんな坐禅でいい」ということを、体で納得しちやっているものですから、初心の時のひたむきさになれない。すると坐禅をしていたって、単なる慣習坐禅、習慣性でもって坐っているに過ぎない。時間を空費しているに過ぎない。それではいけない。初心のときに戻るということが常に要求される。それが道元禅師の坐禅であります。

それじゃどうしたらいいか。言うまでもなく「今日でおいしまいだ！次の機会はないんだ！」「今日きりだ！この一炷だ！」、こういう気持でないと駄目だ。そうなれば本物の坐禅になる、ひたむきになれる。それが道元禅師が一番すばらしいんだと教えられている。

「初心の弁道すなはち本性の全体なり」と言われる。「すなはち」とは、イコールという意味であります。初心の坐禅がイコール本性の全体であり、本来具わっている人間の素晴らしさ・素晴らしい姿・素晴らしい心のあり方、その全てであるという意味であります。

本来具わっているが、それが色々な日常生活、世間の付き合い、その他諸々のしがらみによって様々な垢みtainなものが着いてしまっている。それは誰でもそうなんです。生きていくためには、色々なものが心に染み着いている。それを坐禅の時は止めなさい。すべて取っ払って、真つ青な青空、真つ白な白雲、そういう心になりなさい、還りなさい。

だから、ため坐禅なんでもってのほか。何の為、かんの為、そういう心を止めなさい。そして、只ひたむきに坐る。「暑い、汗が流れる」みんなそうなんです。「足が痛い」みんなそうなんです。それでいいんです。只ひたむきに坐る。普段の自分で、自分をかなぐり捨てた己の本来の姿にしてしまう。それが本性の全体であります。

そのお言葉の前に「**仏法は修証これ一等なり**」という有名なお言葉があります。仏法とは悟りと修行とが一つである。だから今やっている行、それが全てですよ。暑さにも、どんなものでも、そんなものには全く動ぜず、本性の己の坐禅を行じたいものであります。

「**初心の弁道すなはち本性の全体なり**」

この身未だ受けず、

この体未だ萌さざりし

以前に向ひて、

親しく眼を著るべし

この身未だ受けず、

この体未だ萌さざりし以前に向ひて、

親しく眼を着くべし

『傳光録』第四章のお言葉であります。『傳光録』という書物は、總持寺を開かれた瑩山禪師の主著であります。釈尊から、インドのお祖師方二十八祖、中国の伝燈の祖師二十三祖、そして道元禪師、懷辨禪師まで、合計五十三名の方々、仏祖のお悟りの機縁、それぞれのお悟りの機縁を中心にして、その意味をご提唱されたものがこの『傳光録』。「光を伝える録」という撰述書であります。

まことに格調高く、それぞれ素晴らしいお言葉が散りばめられております。道元禪師の『正法眼蔵』と並んで宗門の根本宗典とされる由縁であります。このお言葉の前に、「この求道、道を求めるものが迷いを離れて正しい仏道を身につけようとするならば」という意味のお言葉があつて、その次に説かれている所であります。自分の身がこの世に生を受けない、この体さえ未だ萌さざりし以前、自分の意識する以前という意味であります。

皆様方、考えてみましょう。自分を意識するようになったのは何時でしようか？ 逆に自分の事を覚えていたのは何歳からでしようか？ それ以前は天真爛漫、命の限り成長していた幼児であります。ところがその「オギ

ヤアと生まれてきた以前に向かつて」、という事でもありますから、全く人間の分別意識の起こらなかった時、みな自分にそういう時代があつた。分別意識が全く起こらなかった、その昔々に向かつて親しく眼をつけなさい！ 眼は全身全霊であります。全身全霊、自分が生まれてくる以前の自分というものに徹しなさい！

私どもは分別意識でばかり生きています。仏道といったつて余所に向かつて、外に向かつてばかり求めている。これを全部止めて自分の内側、内側の深い処に方向を逆転しなくてはいけない。これが禅の修行、仏道を求める根本！ ちようどため坐禅の正反対であります。道元禪師の只管打坐の坐禅、正にそれなんです。瑩山禪師は只管打坐とは言われないけれども、同じ意味の事をこういう風に分かり易く、より幅のあるお言葉で示されている。

思えば四一年前に始まったこの参禅会、例会は五百回に垂んとなります。その他のものを合わせて六、七百回、今回はこの本堂で行う最後の坐禅！ さあ、分別をやめ、己の、己というものを萌さなかった以前、そこにしっかりと全身全霊を挙げての坐禅、これに徹したいものであります。

「この身未だ受けず、この体未だ萌さざりし以前に向ひて、

親しく眼を着くべし」

平成二四年九月二三日 合掌

湘南譚北は

黄金の国

無限の平人陸沈せらる

しょうなんたんほく

湘南譚北は黄金の国、

へいじんりくちん

無限の平人陸沈せらる

これは、道元禅師の漢文の語録を集めた『永平広録』一〇巻がございすが、その第一巻の最初の上堂のお言葉であります。しかもその最初の上堂のお言葉の、最後の締めくくりの七言絶句であります。このお言葉は、道元禅師が京都に初めて観音導利興聖宝林禅寺という名の、日本で曹洞宗最初のお寺をつくられて、その最初の開堂語録という、その時のお言葉であります。

湘南は、神奈川県に湘南という地域がありますが、中国の湖南省の湘南をとったものです。湘水という大河が洞庭湖という中国第一の湖に流れ込んでおります。それから譚北―南に対する北、譚北は広西省の中央を流れている柳江という大河であります。この湘南譚北といいますと、ある地域を指すというよりも、もう中国全土いたるところという意味です。それが黄金の国である。なにも極楽浄土という意味ではない。仏国土であるという意味です。いたる所、人の住む所、それが実は仏国土なんだ。それが「湘南譚北は黄金の国」という意味であります。

「無限の平人」、無限は甚だしく、無数の、平人はどんな人でも、沢山の一般民衆がこの世に生きています。そういう人々を指している。たくさ

んのこの世に人がいるがどんな人であっても、「陸沈せらる」。

これは故事がありますが、長くなるのでここでは略します。みな風に靡なびかれる、といったような意味なんです。が、禅の新しい道場に入れば、みな仏法に嵌はまり込んで、この仏法の感化を受けていくのである、こういう意味で道元禅師は述べられています。

どんな人であっても、性別も年齢もキャリアも、社会的地位も何も関係なく、どんな人であっても、この素晴らしい道場に入って、道場の決まりを守って仏法を行ずれば、必ず仏法に嵌り込んで感化されていくのである！、こういうまことに有難いお言葉が、京都の宇治の興聖寺を開かれた時に述べられたのであります。

この龍泉院七六〇年の歴史で、坐禅堂がつくられたという記録は全くございせん。今回、初めてでございます。この初めて小規模ながら正規の形に準じた坐禅堂がつくられ、今はその最初の一炷であります！ 記念すべき一炷であります。私たちは、たいへんその意味で幸せであります。

この一炷、これまでの、あるいはこれからの自分の生きざまを象徴させるような一炷にいたしたいものであります。

「湘南譚北は黄金の国、無限の平人陸沈せらる」

平成二四年一〇月二八日 合掌

今案ずる我見の身さ

すてゝ

一向に佛刹に順ずべきなり

今案ずる我見の身をすてて、がけん

一向に仏制に順すべきなりこうがい ぶつせい じゆん

『正法眼蔵随聞記』の中の一節であります。このお言葉は、我見の身を捨てるといふ所であります。私共は自分の考え、自分の思い、自分の信ずる所、そういうものによって行動しておりますが、「仏行を行ずる時はそれを全部止めなさい!」、ということでもあります。普通の生活全般と行をする時は、根本的に違う心構えでなくてはならない。「今案ずる我見」、今頭の中に浮かんで来ている思い、それは皆、仏さんの悟りの世界から見ると何のことはない、我見にすぎない。

例えば、この新しい坐禅堂で坐ってみたご感想を、この前皆さんが述べられていましたが、中に、「大変窮屈な思いに駆られた、なんか狭い所に閉じ込められたような」、こういう声が二、三あったかと思えます。その通りなんです。これが坐禅堂なんです。籠の鳥なんです。鳥が籠の中に入る。これはもう、「凡夫が仏さんの世界に入る」ということを意味しているんですね。だから、狭い広いという感覚は捨てて頂かないと駄目です。

日本全国各地に曹洞宗の坐禅堂は七、八百ありますが、恐らくここは平均よりも広いんじゃないでしょうか。雲水が修行している所でも、この位の坐禅堂は結構あるんです。

坐禅堂で就寝と食事と坐禅、この三つが完全に出来るのを僧堂というん

です。これが曹洞宗の特徴でありまして、臨済宗ではそれが失われてしまつて、ただ坐禅をやるだけのお堂になつてしまつている。これを禅堂というんですね。ですから唐の時代からの伝統を一番踏まえているのは曹洞宗の僧堂なんです。

龍泉院の坐禅堂は、僧堂ではないけれども、食事はするつもりなら、ここでも出来ます。そして経行きんぎんも中で出来る。ですから僧堂と禅堂との中間的なものであります。しかも、これを作るためには、建設委員会の大変なお骨折り、何度その図面を書き換え、「小さな面積で大勢収容出来ないだろうか」ということを苦心くしんさんたん惨憺して完成したものであります。その苦心惨憺して作られたという所に思いを馳せなければならぬ。そうすれば、狭いだとか、窮屈だとか、そんな言葉が出てくるはずがない。

「一向に仏制に順すべきなり」ということは、そういう意味であります。仏様の決まりに順応しなくてはいけません。「我を捨てなさい!」、全くその通りであります。我を主張する世界は争いと憎しみであります。我を殺す世界が、お互いに協和し協調し仲良くやつていく世界であります。

「今案ずる我見の身をすてて、一向に仏制に順すべきなり」

平成二四年二月二五日 合掌

明星正に現れて

佛成道す。

雪裏の梅花たゞ一枝

明星正に現じて、仏、成道す、

雪裏の梅花ただ一枝

『永平広録』の巻五の中の一節であります。これは言うまでもなくお釈迦さまの一見明星成道をおっしゃったお言葉であります。ただ、これは建長元年（一二四九年）道元禪師五〇歳の二月八日、永平寺の成道会において述べられた上堂という法堂はっぽうに上つての公の説法のために述べられたお言葉であります。実は大変長いものでありますが、その結びの一句なのであります。

禅門の伝統では、成道会には必ず上堂説法をすることになっております。この説法の中には、修行している雲水のほか、一般の信者の方々も聞きに来てもいい。そんなに大勢は来なかったと思いますが、そういういわゆる公の上堂説法であり、その時にお釈迦さまの一見明星成道の意味を、詳しく優しく道元禪師がお説きになられております。

「雪の中に梅花が一花びら」ということは、お釈迦さまのお悟りを意味しているのであります。この苦しみや悩みに満ち満ちた、あるいは色々な矛盾やら妄想やらそういったものに満ちている世間、その中でお釈迦さまがふつと明星をご覧になってお悟りをひらかれた。そのお悟りの内容というものとは何かというと、苦悩を断ち切り断絶した、苦しみを乗り越え、悩みを乗り越え、そういうことに尽きるのだと説かれております。そして新た

に、知恵と福德という力をがっちり具えられたのであります。でありますから、一切の欲望の世界の誘惑を超えたということでもあります。悩みや苦しみの原因は欲望であります。その欲望の世界の誘惑を超えた、完全にコントロールされた、それがお釈迦さまのお悟りであつたのだ！と明瞭にお説きになっておられます。誠に有難いお示しであります。そして、

「明星正に現じて、仏、成道す。雪裏の梅花ただ一枝」

このお言葉に続いてもう一句、

「草木も大地も有情は全て同時に成道した。そして今や至福の時を得たのである」

という意味のお言葉がここに続けられております。

本日成道会にちなみまして、永平寺の道元禪師がはじめられたこの成道会、時代は違いますが、場所も違う、時も陰暦と陽暦では一カ月以上の違いがあります。しかし、私たちは、この新しい坐禅堂で今ここに坐ることができるといふ幸せを、ともに感じ、ともに喜びながら、本日の成道会を内容の濃いものにして参りたい、かように念じてこのお言葉を申し上げるのであります。

「明星正に現じて、仏、成道す。雪裏の梅花ただ一枝」

平成二四年二月二日（成道会） 合掌

非思量

此れ乃ち坐禅の

要術なり

非思量、此れ乃ち坐禪の要術なり

かの有名な『普勸坐禪儀』の中の中心的なお言葉でございます。

『普勸坐禪儀』は、道元禪師が中国で正伝の仏法を受け継がれて日本へ帰朝され、日本国のそれまでの仏法の中に正しい坐禪が行われていない！これではいけない！ということから、『普勸坐禪儀』——普く坐禪を勧めるその文・規則——というものを作られ、広めようとされた、これが『普勸坐禪儀』でございます。短い文体ではございますが、この中に坐禪の大切なことが皆含まれております。

坐り方なんか簡潔に述べられて、その足を組み、手を交し、息の仕方など様々述べられてあります。最も肝心要である頭の中の処理をどうするのかというところで、『非思量である、これが坐禪の要術なんだ！』と、坐禪で一番大事なことは非思量であるというお示しでございます。その直前には、『元元と坐定して、不思量を思量しなさい』。不思量をどう思量するのかといえば、『非思量、此れ乃ち坐禪の要術なり』ということ。思量だ、不思量だとか、要するに考えを起こすとか起こさないとか、こんなことは様々に解釈されておりますが、詰まるところは非思量！思量や不思量はわれわれ人間世界のことでございます。

坐禪堂は一名「選仏場」とも言う。これは仏さまを選ぶ場所という意味よりも、「仏さんをつくり出す所」という意味であります。これが選仏場です。仏さんがこの坐禪堂でつくり出される。そのつくるための大切な要

術が非思量です。

非思量とは何か？ 人間的な考える、考えないという量らいを全部止めてしまう、これが非思量であります。かの「現成公案」の巻に「佛道をならふというは自己をならふなり、自己をならふといふは自己をわするなり」と、非常に有名なお言葉が述べられております。「自己をわする」というのは、天地宇宙、大自然のものの中に没入することであり、自分をなくすことが非思量である。ただ人間的考え、量らいを止めちゃう。言葉でいえば至って簡単！ 自分が思いをこらす、自分が考える、そんなことを止めちゃうことなんです。そうすれば自ずから仏さんの境涯であります。だから坐禪堂は選仏場なんです。仏さんがこしらえられる、仏さんに人間になる、なってしまう。

なお言うならば、もう坐禪をすることだけが全て、その他に目的はございません。「坐禪のために坐禪をする！」それしかない。ここから無所得無所悟とも言われる、つまり仏法世界に入る。この坐禪堂は仏法の世界である。だから聖なる所といわれる。聖なる所に入って人間を止める。これは何度でも強調されなければならない、この仏さんの世界、もう人間的な量らいはお互いに止めましょう！そこに私どもの坐禪の骨頂があるんです。有難い教えでございます。

「非思量、此れ乃ち坐禪の要術なり」

平成二四年一二月二三日 合掌

龍泉院参禅会簡介

〔参禅〕

一、月例参禅会

日程

毎月第四日曜午前九時（初参加者は八時半）上山、正午解散

坐禅

口宣・坐禅・経行・坐禅の順（坐禅は一炷ちゆう三〇分、経行は一〇分）

講義

木版三通・開経偈・『正法眼蔵』の提唱

座談

自己紹介・お知らせ・喫茶

一、自由参禅

日程

毎月第二土曜午前九時から正午まで（六月と一二月は休み）

坐禅

九時から一一時まで（経行時間は自由）

作務

一一時から正午まで坐禅堂掃除

※会費無料、性別・年齢など一切不問、初心者には懇切に指導

〔行事〕

一、一夜接心

一泊し坐禅七炷と提唱など、本年は六月八・九日

一、成道会

坐禅二炷・法要・問答・法話・点心など、本年は一二月八日

一、他の行事

涅槃会（二月一五日）と花まつり（四月八日）は梅花講と共催で法要と法話と坐禅一炷。

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

一、作務

毎月第一と第三金曜及び第二土曜に、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）

一、『口宣』

年一回（二月に発行）

【ウェブサイト <http://www.ryusenin.org/>】

天徳山龍泉院

住職 椎名宏雄老師

口 宣

〈第十五号〉

平成 25 年 3 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/>