

天德山龍泉院

住職 椎名宏雄老師

平成三十年

口宣

第二号

龍泉院參禪會

「口宣」……師が学僧に与えるいましめ

当龍泉院では、坐禅の冒頭に椎名老師の短い示誨があります。内容は、『正法眼蔵』
『正法眼蔵随聞記』『普勸坐禅儀』『宝鏡三昧』
などからの宝石のような一節をとり上げて、
わかり易い教訓として下さいます。このご老師
の「口宣」を拝聴しますと、正身端坐して坐ろ
うと心から思います。

くせん
「口宣」 目次

寒苦をおづることなかれ 寒苦 いまだ人をやぶらず 寒苦 いまだ道をやぶらず	『正法眼蔵』「行持」	5
仏道は 不道を擬するに不得なり 不学を擬するに転遠なり	『正法眼蔵』「身心学道」	7
久しく模象に習つて 真竜を怪しむこと勿れ	『普勸坐禅儀』	9
いまの一当は むかしの百不当のちからなり 百不当の一老なり	『正法眼蔵』「説心説性」	11
見仏は被仏見成なり	『正法眼蔵』「見仏」	13
行道のいのちをうばふことををしむべし	『正法眼蔵』「重雲堂式」	15
従来の身心を放下して 只直下に他に随ひ行けば 即ち実の道人にてある也	『正法眼蔵随聞記』	17
只管打坐是れ坐禅の第一義なり	『学道用心集』	19
仏道の寒暑 なほ愚夫の寒暑とひとしかるべしと錯会することなかれ	『正法眼蔵』「春秋」	21
潜行密用は 愚の如く魯の如し 只だ能く相続するを 主中の主と名づく	『宝鏡三昧』	23
仏々祖々 皆本は凡夫也	『正法眼蔵随聞記』	25
この行仏は 頭頭に威儀現成するゆえに 身前に威儀現成す	『正法眼蔵』「行仏威儀」	27
学道の人は後日をまちて行道せんと思ふことなかれ	『正法眼蔵随聞記』	29
一生百歳のうちの一日はひとたびうしなはん ふたたびうるることなからん	『正法眼蔵』「行持」	31

寒、苦をおづることなかれ

寒、苦いまだ人をやぶらず

寒、苦いまだ道をやぶらず

寒苦をおづることなかれ

寒苦いまだ人をやぶらず 寒苦いまだ道をやぶらず

『正法眼蔵』「行持」の巻の下巻のおしまいにちかいところのお言葉であります。「寒苦をおづることなかれ」、寒い暑いとは人間の苦の一つであるのは事実です。真冬は寒いのが当たり前、夏の暑いときは暑いのが当たり前、そうはいつても寒いし、暑い。それを「おづることなかれ」と言われるのです。「おづる」というのは「怖^おじる」と同じで、避けたいと思う心の状態であります。

しかし、道元禪師は、寒苦を決して嫌がってはいけない、と言われるのです。何故ならば「寒苦いまだ人をやぶらず 寒苦いまだ道をやぶらず」、寒さでもって人間がダメになった例はなく、仏道が廢れたこともないからです。反って人は鍛えられ、仏道は立派に行われる！ こういう強いお言葉を示されております。

このお言葉につづいて「ただ不修をおづべし、不修それ人をやぶり、道をやぶる。」とあります。「不修」とは修行しないことで、寒いから暑いからといってやらないこと、こういうことを怖^おじなさい、ということです。「不修」ということが、人をダメにし、道をやぶる。寒苦そのものではなく、寒苦だからと言ってやらないことが、人をダメにし道をダメにする。

この大寒はかなり寒い。だが思えば、昔はこれくらいは当たり前で、も

っと寒かったです。私が永平寺におったときの最低気温は零下九度でした。これは回廊を下から上の坐禅堂まで上がっていく間にもう手足の感覚が無くなってくるほどで、それでも坐禅が終わってみれば何でもなかった。

若いときは強いんだとか、年をとったらダメなんだとか、そういうのは道を修する、坐禅をするということには通じないのです。何故なら人間の精神と肉体は年齢に関係なく鍛えることが出来るからです。筋肉はいくら歳をとつても鍛えられる。歳をとつたからもうやらない、身体を動かすのがつらいというのは間違い！ 無鉄砲に精神修養をやりすぎてもこれはいけません、ここはわずか何週間に一度の坐禅であります。心を鍛え道心の後退させない絶好の機会！ 寒いとき暑いときと関係のない、むしろ鍛えさせて頂く有難い行であります。そう思えば陽気のいいときに居眠りが出てくるということもない、それだけでも有難いのです。

道元禪師のこの行道に対する姿勢とお示しは誠に有難く、心を鼓舞させて頂ける。寒行といいますが、今が誠にその実践のチャンスであり、今ここで何よりも自分が坐っていられるということの有難さ幸せを感じて、お互いに坐りたいものであります。

「寒苦をおづることなかれ

寒苦いまだ人をやぶらず 寒苦いまだ道をやぶらず」

仏道は

不道を擬するに不得なり

不学を擬するに転遠なり

仏道は

不道を擬するに不得なり

不学を擬するに転遠なり

難しい言葉が並べてありますが、意味は簡単であります。仏道というのも、仏の教えられた道を歩むということはどういうことか、ということを示された『正法眼蔵』『身心学道』の巻の一節であります。

その「身心学道」の巻の一番最初が、この「仏道は、不道を擬するに」、「擬する」は、何かに擬える、或いは比べる・真似るといふような意味であります。その上の「不道」という意味は表現しない、言葉で言わないということでありますから、行いであり実践という意味です。つまり、仏道は実践である、屁理屈ではない、行いだ！ということがズバリ言われているんです。それを言おうとすれば「不得！」、それでなかったら仏道は得られない、仏道は実践をちゃんとしていなければモノにならない。

そして、畳みかけて「不学を擬するに転遠なり」、「不学」は学ばないでいること、学ばないというならば転遠であると。「転」はウタタと読むんですね。ですから転遠というは誠に遠くになってしまふという意味ですね。なにが遠くになってしまふかというは、学ばないこと。学ばなかったらますます遠くなつてしまふ、つまり仏道は学びと実践であるという意味であります。

す。

『正法眼蔵』『弁道話』の初めの方に「この法は人人の分上にゆたかにそなわれりといへども、いまだ修せざるにはあらわれず、証せざるにはうるることなし」、誰にでも仏さんとしての素晴らしい素質・素養・働き、そういうものが具わっているんだ！ いるんだけれども「修せざるにはあらわれず」！ ポカンとしていたんでは駄目なんだ、ポーツと生きていては駄目なんだ。実行しなかつたら駄目である。仏教的な事は実践しなければ駄目だ。実践すれば、それが現われる。

仏道というものは、我々は今坐禅をしております。立派な最大最高の仏道であります。これは、やらなかつたら何も得られないし、学ばなかつたらば仏道と遙か遠くになってしまふ、ということを表現されているのであります。果敢に実践することの素晴らしさと同時に学ぶという姿勢、学ぶというの謙虚な在り方です。これを同時に行いなさい、というお示しであります。

「仏道は 不道を擬するに不得なり 不学を擬するに転遠なり」

平成三〇年二月二五日 合掌

久しく

模象に習つて

真竜を怪しむこと勿れ

久しく模象もぞうに習しんって 真竜しんりゅうを怪しむこと勿なれ

『普勸坐禅儀』のお終いの方の一節であります。『普勸坐禅儀』は、道元禅師の著された坐禅の意義を説かれた極めて短い著述であります。道元禅師は、中国へ二四歳のときに渡つていかれ、四年後二八歳のときに日本へ帰つてこられた。その四年間に中国で正しい禅の教え、禅の実践、これをマスターされて帰られた。

そのころの日本では、坐禅というものは本当の意味では行われていなかった。坐禅らしきことは天台宗の比叡山が中心になって、行の一環としてあることはありましたが、純粹な分り易い実践ではなかった。そこで道元禅師が、本場の禅宗の坐禅はこれだ、ということを見極め、そして日本でなんとか正しい正伝の坐禅を根付かせようと、若いときの気概に燃えて著されたのが、『普勸坐禅儀』一巻であります。

『普勸坐禅儀』の初めの方は、坐禅の意義を非常に格調高く書かれており、中ほどは具体的な坐禅の仕方方法が書かれている。そして最後はまとめてあります。そのまとめの部分のおわりに近く「久しく模象もぞうに習しんって、真竜しんりゅうを怪しむこと勿なれ！」という、戒めともいふべき言葉が見られます。「久しく模象もぞうに習しんって」の模象とは、絵に描いたような象のことで、そういう本物でないものをいくら習しんってもダメ。まして象という動物は昔は日本では見られなかった。ですから姿形を想像して、或いはまれに描かれている絵を見てこれが象だと類推するしかない、これが模象もぞうです。そして、「真竜しんりゅう

を怪しむこと勿なれ！」、竜りゅうという動物は仮想の動物であつて、この世に存在するわけではない、竜りゅうとか鳳凰は中国人が仮想で作り出したものです。雲を呼び雨を降らすという竜りゅう、我々は、その姿、形を絵や彫刻でみることはできる。しかし、本物ではない、ですから描かれた象を見たり描かれた竜を見て本物だと思つてはいけません。

本物は我々が現に実行するもので、自分が象となり竜となる、これではなくてはならない。ところが私たちは初めにこれが坐禅、これが坐禅の方法であると教わつて、自分なりに工夫して自分なりの坐禅になつていくかどうか。また坐禅の状態を見たりきいたりして自分の落ち度欠陥があり、それを直しているか。いや姿形だけを直すのではない、精神状態が一体これでいいのか、というようなことを常に心がけている、これが坐禅人の在り方であればならない。「久しく模象もぞうに習しんって」いないか、本物でないものを本物だと思つてやつていないか、真実の竜りゅうに疑問を持つていてはいけません！ こういう教えであります。

坐禅は誰でもできる易しい行ではありませんが、また、常に自分の坐禅を自分で点検し、人から点検してもらつて、本物を継続していくように努める。これが無かつたら模象もぞうに終つてしまふのであります。こういう厳しい戒めの言葉が『普勸坐禅儀』の終わり近くにあるそのお言葉であります。

「久しく模象もぞうに習しんって 真竜しんりゅうを怪しむこと勿なれ」

いまの一当は

むかしの一当の

ちからなり

百不当の一老なり

いまの「一当」は

むかしの百不当のちからなり 百不当の一老なり

『正法眼蔵』『説心説性』の巻の一節であります。この巻は、心の本性のありさまを色々な方面から解き明かされている一巻であります。

その中に、「いまの一当」、当たるといふのは、的に当たるとか、現代人であれば籤くじに当たるとか、そういう一つ当たる。今初めて当たったというのは「昔の百不当のちからなり」！現在の力ではない、昔から努力をして来たおかげで、的に当たることが初めて成し遂げられた。

坐禅で言いますと、長い間坐禅をしていて、まあ普通ですと、何十年という坐禅をしていて初めてなんか領うなずけるところが出てきた。で、そういうことは、今の力ではないんだ、長い間の蓄積である。長い間の蓄積と云うのはなかなか自分でも分からないし、人様も評価をしてくれない。

普通の労働であるとか、或いはスポーツであるとか、そういうようなものだと、どれだけの仕事をしたとか、何が実った。或いはスポーツならば、どのくらい遠くまで飛んだとか、早く走って何秒縮めたとか、そういうデータで分かるんですね。

坐禅はそれがない。少なくとも道元禪師の教えられた坐禅にはそういうことがない。であります、やはり澤木興道老師も「長く坐っていればなあ、お前のなかが違ってくるんだよ」と仰っておられた。言葉で表現す

ることもなかなか難しい。だが、自分はチョットやソットのことではプレなくなつたとか、怖いものがなくなつたとか、そういうことを言う人は沢山おられる。それを禪定力といつても、私は間違ではないと思ひます。

つまり、弓で当たりつこなかつた的によりやく当たりかけてきた。それは、一度や二度の力ではない。百回当たらなかつたという、過去に於ける長いぐ精進努力のおかげであります。これが「百不当のちからなり」百不当の一老なり！。一老の「老」という字は縁熟するといふ意味なんですね。縁というものがあつて、その縁が熟するといふのが一老ということですね。それで、お終いではない。ここが大事ですね。

こういったお言葉に次いで、道元禪師は、「一老の経験があつて、それらが大切なんだ」！。こういう意味のお言葉を仰つている。一老があればお終いではない、そこから大事なんです。それを継続していくこと、それが大事ですと仰つておられる。まさに遥かなる仏道であります！死ぬまで修行、死んでも修行といふのはそういうことなんです。

坐禅は必ず力と言うものが具わってくる、これを我々は信じて、百不当の力なんてものは問題にしない。それよりも、百不当の一老があるということをもむしろ信じるべきであります。

「いまの一当はむかしの百不当のちからなり 百不当の一老なり」

見仏は

被仏見成なり

見仏は被仏見成なり ひぶつげんじょう

『正法眼蔵』の中に「見仏」の巻という内容の濃い一巻があります。その中に「見仏は被仏見成なり」という短いながら含蓄の深いお言葉があります。見仏というのは、仏にまみえるということで、この仏は他ならない自分の仏であります。

私どもは己が仏であるということは普段自覚していない、夢にも見ていないというのが普通であります。ところが、道元禪師はそうではない。人はみな仏である、生まれつき仏でありそれを自覚してもらいたいということから、見仏の巻ならず他の色々などで教示されている。

「見仏は被仏見成」、被は何々されるという使役の言葉ですから、見仏は「仏によつてまみえられるということが、完成した、成立した」ということだということです。私共の方が自覚をするというのではなくて、仏さんの方からこちらにまみえてくる、そういうことが初めて成立した、完成した、そういうことをいうのです。だから「被仏見成！」と言っているのです。自分で自覚するというのはおこがましいことである、仏さんの方から出てきて下さる、そして我々が仏であるということをもまみえて下さる、これが本当の見仏であります。

「生死」の巻という一巻を拝読しますと、その辺りがよく分かってくる。「生死」は短い巻ですが、「生死はすなはち仏の御いのちなり」から始まって、「ただわが身をも心をもはなちわすれて、仏のいへになげいれて、

仏のかたよりおこなはれて、これにしたがひもてゆくとき、ちからをもいれず、ここをもつひやまずして、生死をはなれ、仏となる！」こう説かれていのです。

これをかみ砕いていえば、自分が無我になることに徹したときに、仏の方から自分のところへ近づいて来てくれる！という事であります。無我に徹する、これがなかなかできない。普段の生活では百パーセント自我を凝らして生きている。それを止めることによって仏の領域に入ることができ。言うことは簡単ですが、皆さん、無我になり切る！この坐禪堂の中でだけでもいいから、それに徹しましょう。

色々なことをよく考えない、頭の中で普段の生活の事をこねくり回さない。人間的な我というもの、そのとき消え去る。すると、スーッと仏様になれる。これが「生死」の巻の意味であります。

どうせ坐るのであれば、今一ときの仏になりましょう。そしてそれが、そういった訓練が実を結んで、普段の生活の中に必ず息づいてまいります。そのときには仏を見るときか仏に見られるとか、そんなことは関係ない。息をしている己が、いつしか仏になって、そういう境涯、そういう心と身体をあげての己があるんだということを感じて、余計なことを考えないで、坐りたいものです。

「見仏は被仏見成なり」

行道のいのちま

うげふいわ

まーむー

行道のいのちをうばふことををしむべし

『正法眼蔵』『重雲堂式』の巻の一節であります。「重雲堂」というのは、坐禅堂、雲堂というものが、坐禅者の人でいつも満杯になると、どうかと言いますと、もう一つ坐禅堂を作る、それを重雲堂と申します。道元禅師は宇治の興聖寺で始めて坐禅堂を作って、正しい坐禅を日本に根付かせたいという悲願を立てて坐禅を盛んにされていた。

重雲堂式というものがあるからには、はじめは小さな坐禅堂だったのが、足りなくなってしまうともう一つ立てられたんだと思います。そこで今度は重雲堂の儀式、つまりそこで坐禅をする人々のためにルールブックを作られた。これが「重雲堂式」であります。

殆どが何々をすべし、何々をすること無かれ、といったような儀則が定められております。そのお終いのほうに、「行道のいのちをうばふことを、をしむべし」、こう書かれております。

行道のいのち、坐禅弁道するそのいのちを奪うことを惜しみなさい。じやあ、行道のいのちを失うってなにか？ 坐禅弁道をするんだ！ という強い意志、これが行道のいのちであります。これを奪ってしまふ、無くしてしまふ、これを何よりも惜しみなさい。ただ命を大切にせよというんじゃないんですね。坐禅弁道をするという強い決意、その強い決意を失うことを惜しめ、こういつておられるのであります。

私どもは、今いつときの坐禅をしております。その一夜接心という決ま

りを設けて、今その中に我が身をも心も放ち忘れて、その中に入れてしまつて籠の鳥になってしまつて、ここから出られないように、自分で自分を坐禅漬けにして坐禅をしようと言う心に燃えてやつておるんであります。単なる短い時間を占めるということではない。坐禅をするという機会を設けてその中に身をも心をも放ち忘れて入ってしまった、その己の一時のいのち、これを奪ってしまうことを惜しめ！ といわれるんですね。

千載一遇の坐禅の時であります。来年はもう出来ないかもしれません。私とて同じこと。今年限りというつもりで坐つております。どうぞ、このわずか一泊二日の坐禅であります。この中に、様々な禅の修行が凝縮されております。ありがたい時を今もっている。その中に自分を没入してやろう！ こういう気持ちでお互いに切磋琢磨し、励んで参りたい。こう思う次第であります。

「行道のいのちをうばふことををしむべし」

平成三〇年六月二日（一夜接心） 合掌

従来の身心を放下して

只直下に他に随ひ行けば

即ち実の道人にてある也

従来の身心を放下して 只

直下に他に随ひ行けば 即ち実の道人にてある也

『正法眼蔵随聞記』の巻六の一番最後に出ております一節であります。

「従来の身心」は自分の全身全霊という意味なのですが、ここではあまり良い意味ではない。自分のすべては大体 我執で固まっておる身心である。だから、従来の己の我見、我執の塊である己というものを、それを放下、放下というのは、肩から荷を下ろすというような意味。我で固まっている己の全て、これをすっかり無くしてしまう。そして、「只、直下に」、ただ真つ直ぐに従っていく、「他」というのは正しい教えを説き示してくれる禪知識、仏の教えを正しく受け伝えそれを説いて下さる正しいお師匠、こういう方は一生に一人か二人しかお目に掛かれないのであります。

私は自分の師匠ではなくて、むしろ正しい坐禅を初めて教えて下さった澤木興道老師という方です。ですから澤木興道老師の坐禅指導が無かったら自分の坐禅はなかったであろう。もちろん長く澤木老師に付いた訳でもなければ、そのご薫陶を受けた訳でもない。私は坐禅人としては誠にお粗末な人間であります、自分の坐禅というものを大切にしてきました。

こういった方に従って行けば、「即ち実の道人にてある也」、本当の道を歩む人、道人、なんの道であるかという、言うまでも無く仏道であります。仏教の正しい道正しい教えの道を歩む者を道人と言います。誠の道人

となるには、我見を放下するんですね。

この我というものは、始末が悪い。死ぬまで纏わりついております。自分の事をなんだかんだと言われると腹が立つ。反省してみれば自分が悪い事であっても腹が立つ。我がそうさせるのであります。この始末の悪い我見というものを無くすることが出来なくても、コントロールするということはお出来るのであります。少なくとも坐禅を長くやっている皆様方は道人でありますから、我見を無くすことは出来なくてもコントロール出来なくてはならない。それで宜しい。そして、正しい道を歩んでいる方、大先輩、教えて下さる方、こういう人の言うことやことをお手本として行けば道人となる。

卑しくも『随聞記』の最後にあるお言葉であります。本当の道を得るということは、本当の道人となることだ！これを言葉で聞くのは易しい。文字を見るのはたやすい。しかし、行うのは容易ではない！その行いによって我々は少しでも我見を、我をコントロールして道人に近づいて参りたい。これが仏道ということである。肝に銘じたいものであります。

「従来の身心を放下して 只

直下に他に随ひ行けば 即ち実の道人にてある也」

平成三〇年六月二四日 合掌

只管打坐

是れ坐禅の第一義

なり

只管打坐是れ坐禅の第一義なり

『学道用心集』の教えであります。

只管打坐はいうまでもありません、ただ坐るということ、只管を「もつぱら」、「ひたすら」と訳している方がいますが、そういう意味ではありません。只ということ、「もつぱら・ひたすら」というと力が入る、そうではなくて「そのままただ」！そういう意味が只管であります。ただ坐るそれだけあります、他の事は一切いらぬ、という意味です。だから所謂公案禅、見性禅、これは主として臨済系統の坐禅でありますが、そういう坐禅とは違います。この違うという特色をはっきり出された言葉が、「只管打坐」であります。特に「只管」の二字にそれが込められている。

しかし、ただ坐るだけだから何も得られない、というのではない。坐るといふことが仏作仏行である、仏作仏行を今始めたのだ、だから他のことはいらぬ、こういう意味です。

見性禅、公案禅は、これから坐つて坐禅をしながら見性をする、公案を身体でぶち当たつて究めていく、という目的のための坐禅であります。只管打坐はそうではない。初めから仏行であり、仏を求めるのではない。仏さんとしての仏心・仏性が丸出しになった坐禅であります。衆生本来仏であるというように、仏である本性をそのまま發揮すればよい。こういう坐禅が只管打坐であります！だから言うまでもなく雑念にとらわれない、色々な妄想雑念の虜にならない、これが大事です。

折角仏さんとしての坐禅をしながら、妄想を湧かしてあれやこれや頭の中でこねくり回したのでは何にもならない。

ですから言うは易く行い難しいと思いますが、やはりこれは年季を積んでいかねばなりません。とはいっても初めは妄想雑念がどんどん湧いてくる、湧いてきたものに心が奪われないうよう、打ち払い打ち払いしながら坐る、それだけで宜しい。それが訓練によつてどんどん時間が長くできるようになる！ そうなればもう仏行であります。仏さんとしての坐禅であります。そういう坐禅を勧められたのが、中国でもありましたけれども、それを徹底させたのが道元禅師であり、『正法眼蔵』『永平廣録』その他全ての著述の中に、只管打坐というものが完璧に貫かれています。これを我々は習い実践している、これが坐禅の得難い今の一刻であります。

「只管打坐是れ坐禅の第一義なり」

平成三〇年七月二日 合掌

仙道の寒暑

なほ愚夫の寒暑と

ひとしがるべしと

錯会することなかれ

仏道の寒暑なほ愚夫の寒暑と

ひとしかるべしと錯会することなかれ

『正法眼蔵』「春秋」の巻の一番最後の一節であります。「春秋」という優雅な名前の巻もございませぬ。しかし、書かれている内容は容易くない。

「仏道の寒暑、寒いと暑いです。これは「愚夫の寒暑とひとしかるべし」。どうして愚か者の寒い暑いと同じであることがあろうか？ しかし、単なる寒い暑いではない、仏道の寒暑なんですね。仏法の道を行うものにとつての寒い暑い。寒い暑いというのは、普通一般には陽気や温度、そういう氣象上のこととして言われております。

ところが、唐の時代に洞山良价禪師の語録の中に、洞山さんの寒暑ということが一つの公案になっております。これが理解されていないと、今の『正法眼蔵』「春秋」の巻が理解出来ない。洞山さんの語録では、ある雲水が質問した。「洞山お師匠様、寒い暑いという陽気が到来したらどう避けるべきでしょうか？」すると洞山さん、「寒い暑いなんていうことが大変なら、それが無いところへ行きや良いじやないか」と教えた。

無寒暑であります。寒暑の無いところへ行けと。雲水、「無寒暑とはどういう所ですか」と尋ねた。その答えですが、「寒いときはお前さんを凍えさせてしまふ。暑いときにはお前さんを蒸し殺してしまふ。そういう所へ行け！」この言葉が非常にユニークでありますから、後に洞山さんの無寒暑

ということ、公案になり禪門で喧しくこれを探求することになる。

眼目は寒暑ということに掛けて、人間の生死の一大事ということを教えているのであります！生死の重要さは言うまでもありませんが、これを教えている。生死問題の解決は、そこから避けていても道は無い、それに徹することである！と。

質問をした雲水もかなり修行が進んでいた。洞山という山は比較的暑い所、日本で言えば奄美大島くらいの緯度です。亜熱帯に近い。夏はさぞかし暑いと思います。北の方から修行に來た雲水は暑くてたまらないでしょうね。で、暑さ寒さに掛けて生死の一大事について質問したらば、寒いときには自分の身を凍らせてしまふような所、暑いときには自分を蒸し殺してしまふような所、そういう所へ行けと生死を決して教えられたんです。

そこへ徹していけば、そこから解決の道が広がっていくという教えであります。ですから、暑いときにも、うんと寒いときにもこの問題を考えざるを得ないのであります。しかし、なかなか徹してはいけないのが自分である。そういうことも合わせて探求して行かなければならない教えであります。

「仏道の寒暑なほ愚夫の寒暑と

ひとしかるべしと錯会することなかれ」

潜行密用は

愚の如く魯の如し

只だ能く相続するよ

主中の主と名づく

潜行密用は、愚の如く魯の如し

只だ能く相続するを、主中の主と名づく

洞山良介禪師の著された『宝鏡三昧』という偈頌作品の一番最後のまじめの一句であります。

洞山良介禪師は西暦八百年代の方、今から一千何年昔に亡くなられた方であります。中国の禅は唐代の初めに起こり、発展するのは唐代の末期からであります。その発展させる時期に二人の大物が有名で、一人は臨済宗の祖といわれる臨済義玄禪師、今一人は曹洞宗の一番の祖師といわれる洞山良介禪師であります。その洞山良介禪師の語録が沢山残っていますが、語録とは別に偈頌の作品が残っております。偈頌は、漢詩の五言絶句とか七言絶句といった仰々しいものでなく、形式にこだわらない。その中に洞山良介禪師の『宝鏡三昧』という作品があり、日本の曹洞宗では毎朝のように読まれるお経となっている。

内容は誠に難しい高遠な思想が書かれています。その一番締めくくりが「潜行密用は 愚の如く魯の如し 只だ能く相続するを、主中の主と名づく」という風になっている。七言二句ですから読んで口調がよい。

「潜行密用」というのは、「潜行」も「密用」も同じような意味で、何かを密かに、人に知られようが知られまいがかまわなくて黙々と行うことで、それはあたかも「愚の如く魯の如し」というのです！ 愚も魯も傍から見ると

とおろか者が同じことを繰り返しているようですが、愚かでないからそういうことが出来るのです。

良寛さんが後に述懐している玉島円通寺の仙桂和尚は、坐禅も読経もみな擲なげつて畑仕事に毎日いそしみ、大勢の雲水が食べる野菜を作っている。あの仙桂さんの偉さが当時の自分には分からなかった。ところが仙桂和尚が亡くなられた今になって、あんな偉い人はいなかった！と述懐しているのです。仙桂和尚は何故百日一日の如くそのようなことがやれたのだろうか？ 私は悟っていたからだと思っております。「自未得度先度他」、正に愚の如く魯の如しですね。

そして最後に「只だ能く相続するを、主中の主と名づく」とあり、それをずっと続けていくことが、自分の主体性を確立することで、己の主体性を確立するには、何のことはない、毎日平凡なことでもキチツキツと勤めていくことなのだよ、こういう言葉でまとめられています。坐禅が正にその行の骨頂であります！ 足を組んで共に坐禅をする、そしていつしか心が整う、それが仏法を信ずることで行う事である。仏法を信ずる、行うということは平凡な坐禅という行の中に全部収まっているのですね。

「潜行密用は、愚の如く魯の如し」

只だ能く相続するを、主中の主と名づく」

平成三〇年九月二三日 合掌

仙々祖々

皆本は凡夫也

仏々祖々 皆本は凡夫也

『正法眼蔵隨聞記』の中のお言葉であります。

仏々祖々という私共とかけ離れた存在という印象を持っております。仏さん、お祖師様という確かに普通一般人の人とは違う境界の人であると思ふのは無理ありません。しかし、「皆本は凡夫也」、私共普通一般人の者と同じ凡夫だったんだ。悪ガキの頃もあれば、しようが無い人を苦しめることもあった。そういう一般人の凡夫であった。確かにその通りであります。

私なんかも、思い起こせばガキの頃は、夏飛び回って遊んで、その頃悪ガキと一緒にスイカ割りをやった。スイカ割りというのは、スイカ畑に忍び込んで、そこで成っている熟したスイカを割って歩く、とんでもない悪戯です。悪ガキと一緒に割ったといっても、悪ガキの方はこつちを悪ガキと思っている。只、子供であつても一点の良心がありますから全部は割らない。精々二つか三つでつかいの目を割って歩く、こんな程度でありましたけれども、良くないことだけは事実です。

そういう時代は誰にでもある、似たようなことは誰もやっている。そんな普通一般人の人間が、善知識に従って修行をすると仏祖となる！それが出来るんですね。仏祖と言われるような境界に達することが出来る。何故でしょうか？それは白隠禪師が言われるように「衆生本来仏なり」だからなんです。誰しも本来は仏としての素養と資質をもっている。これが修行によって出て来る。あたかも氷と水の関係のようで、氷のままではゴツ

ゴツとして流れることが出来ない、水となって初めて融通無礙自在になつて行く。これは氷を融かすということがあつて初めて可能となる。

それは修行というものの働きであります。私共はいま坐禅をしている。坐禅は坐り始めた時からもう仏である！仏になりきつた行である、修行であります。その有難い修行というものを今行じている。決して難しいことではない。道を学ぶといいますが、学ぶべき道が向こうにあるんじゃない。自分が今こしらえている。「道はちかきにありてこれを遠くに求め、事は易きにありてこれを難きに求む」というのは有名な孟子の言葉であります。道はすぐそこにある、それを遠くに求めているのが人間である。目前にある、自分の中にある。ものごとは容易いのに難しいことばかり求めている。そうじゃない。あちら側じゃないんです、自分自身なんです。自分に求めなくてどこに求めてよいか、という教えであります！

容易いことなんです。難しいことに求めてどうして解決出来るよう。それと同じように、仏々祖々なんていったって、仏祖あにはかというも豈図らんや、坐禅に徹する自分なんです。自分が今仏々祖々である。坐禅に徹する姿、これこそ仏祖である。ならば、仏祖としての坐禅、己に徹した坐禅、それを言葉だけにせずシツカリと坐りたいものであります。

「仏々祖々 皆本は凡夫也」

平成三〇年一〇月二八日 合掌

この行仏は頭頭に

威儀現成するゆゑに

身前に

威儀現成す

この行仏は 頭頭に威儀現成するゆえに

身前に威儀現成す

『正法眼蔵』「行仏威儀」の巻の一節であります。

行仏というのは仏を行ずること、我々は仏という言葉、少なくとも坐禪をなさっているような方々は、よく聞いておられる。坐禪は仏の行である、仏になる行であるといいますが、頭の中であゝそういうものかということであつて、「自分が本当に仏になつていいのか？なるのかわらないのか？」というようなことを全身でずしつと肯ううけがことがあるかないか、あつたかかなかつたか、これが大切なところであります。

「行仏威儀」の巻は、正に大先輩達が苦心惨憺してこれだという禪の作法・ルールというものを決めてきた。そしてその決まりを守るといふことは、坐禪のルールをきちつと身につけるといふこと、そして実践することであります！実践するから身につくのであります、それを自分のものとして本当に実践する、その時が行仏であります！

「行仏威儀」の巻の最初に「諸仏かならず威儀を行足す」と説かれています。諸仏と言われるような先輩方はみんな威儀を身につけている。威儀というのは定めに適つた行い、行の定めるところに適つた行い、それを身につけていて、これを行うときが行仏であります。

行仏を行った時は、みんな仏の行であるから仏さんになつてゐる！

最初の言葉に戻つて、「この行仏は、頭頭に威儀現成す」の頭頭はひとつの頭、つまりひとつの物事という意味で、我々がやることゝすことひとつの物事の上に仏として現れる、これが行仏であります。それは時・場所に関係なく、ひとつの物事の上に仏さんとして現れるのであります。仏というものは我々がつくるのです！成るのです。向こうにあるのではない。私共が仏になることが行仏であります！

すると一挙手一投足坐禪を努々疎かに出来ない、いい加減なことをしない。仏さんは只管としている。なにも難しいことではない。自分が仏になることです。そしてそれをできるだけ継続していく、これが大切です。一瞬の仏ではだめです。坐禪を長く継続していく、そこに威儀があるのであります。

坐禪は仏の行を行うと同時に我々が仏であるということを確認する、ずしんと肯う、そういつた行でもあります。決してある一刻だけ精神統一をしよう、静かな時間を持つとう、そういう小さな目的のために坐禪をせず、仏の坐禪を最初から突き抜けてやろう、これが行仏であります。

「この行仏は 頭頭に威儀現成するゆえに

身前に威儀現成す」

平成三〇年一月二五日 合掌

学道の人は

後日をとまらちて

行道せんと

思ふことなかれ

学道の人は後日をまちて行道せんと思ふことなかれ

『正法眼蔵隨聞記』の中の一節であります。

「学道の人」は言うまでも無く、道を学び道に勤しむ人で、「後日をまちて行道せんと思ふことなかれ」。今日しかない、明日は無い。こういう気持ちで行道しなさいというお示しであります。

その例として病気がなった、風邪を引いた、こういう時にゆっくり治つてから実践しよう、病を治してから出家得度しようというような人がいた。

ところがその間に病気が悪くなって死んでしまったという例を道元禪師がひかれまして、だから修行する時には修行をしなければ駄目なんだ。良い所にも行かれないんだ。修行をせずにそういうことになってしまうということは、要するに無道心なんだ。われわれは、みな生身の身であるから病気をしたり、様々な障害に会うことはある。あるが今思い立った時に修行しておかなかつたら必ず悔いることになる！という教えです。こういう切実な行道というものが、道元禪師の骨子であります。

命を惜しむことなかれ、惜しまざることなかれ。ただ今ばかりが我々の命のある時なんです。今だけじゃないか。今を置いていつやれるか？ 誠に厳しいお示しであります。学道の人、我々は皆学道の間人です！ 後日を待つて元氣な時を待ちわびて行道しようと、そういう風な考えは努力（ゆめゆめ）思つてはいけません。

あたかも本日は成道会であります。成道会は本来は二月八日に営まれるべきであります。六日早く今日行うわけです。誠に得難い貴重な日に私共は今遭遇しているのであります。であれば今日やるべきことは今日やる。敢然とやる、という気持ちで成道会に臨みたいものであります。

「学道の人は後日をまちて行道せんと思ふことなかれ」

平成三〇年二月二日（成道会） 合掌

一生百歳の

うちの一日は

ひとたびうしなはん

ふたたびうることなからん

一生百歳のうちの一日はひとたびうしなはん

ふたたびうるることなからん

『正法眼蔵』「行持」の巻の上巻の一節であります。

「一生百歳のうちの一日」。百歳というのは原本ではない、八百年も昔でありますから、それはもう大変な長生きをされるということでないかと当てはまらない。百歳生きようとも、それはその人の一回こっぴきの生涯であります。五〇歳でもその方の生涯。たとえ百歳という長い年月を生きても、それは一日一日の重積であります。一日が積み重なって一年になり、一年が積み重なって五〇年、百年になるのは理の当然であります。

百歳という長年月を生きようともその一日というのはどういう意味を持っているのかと言いますと、「ひとたびうしなはん」！一度それをおざなりにすることがあつたとしたら、それは「ふたたびうるることなからん」！いい加減に過ぎた一日は再び絶対に返ってこない。これも理の当然であり、我々は頭で理解しているんです。頭で理解しているが、身体でドスンと会得しているか？ いるかないかによって、その時その時の生き様が変わってくる。

実はこのお言葉の前に「しづかにおもふべし驪珠はもとめづべし。尺璧はうることもあらん」という言葉があつて「一生百歳のうちの一日」と続いでいくんですね。静かに心して思うと、驪珠という美しい龍の顎の下の玉

を啜えている、これは求めても中々求められないものだ。だけでも求めればどこかにあるかもしれない。尺璧というものは直径一尺もある大きな玉のことを言います。巨大な宝石、それも探せば世界中のどこかにあるかもしれない。そういう物はこの世に存在しお金で買えるかもしれない。

しかしながら、一生百歳の中の一日はもう失つたら返ってこない。お金をいくら積もうと、どんなにもがこうとどうしようとも再び返ってこない。今年平成三〇年、平成の終わりだ、そういうことも盛んに宣伝されています。だが、あつという間に一年が過ぎてもう暮になり残り一〇日も無い！昨日という日は一度も無い。今日も無い。明日は分からない！

要するに確実なことは、時間は戻ってくれないということにあります。そうしますと、この一瞬、この一時間、この一日というものは例えようもないくらい貴いんですね。誤ったことをしたらそれを取り繕うことが出来ない。時間を浪費してしまつたら、これを補うことが出来ない。この無常の切実の中に我々は放り出されている。

全く、そうしますと本当の物、真実の生き様というのはこの瞬間にしかない！ならば、今一時シツカリと坐る時は坐る。学ぶ時は学ぶ。これしかないのであります！

「一生百歳のうちの一日はひとたびうしなはん

ふたたびうるることなからん」

平成三〇年二月三日 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)来山、正午解散
- 坐禅 口宣・坐禅・経行・坐禅の順(坐禅は一炷三〇分、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 毎月第一日曜と第二土曜午前九時から正午まで(六月の第一日曜は休み)
- 坐禅 九時から十一時まで(この間入退堂は自由)
- 作務 十一時から正午まで坐禅堂清掃など

※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、一日接心

坐禅四炷と提唱など、本年は六月二日(日)

一、成道会

坐禅二炷・法要・問答・法話・点心など、本年は二月八日(日)午前九時より

一、他の行事

涅槃会(二月一日・五日)と花まつり(四月八日)は法要と法話と坐禅一炷、午後二時より

施食会(八月一・六日)手伝い。歳末助け合い托鉢(本年は二月一日・五日)午後一時より

歳末煤払い(二月例会後)

一、作務

毎月第一と第三金曜午前九時から正午まで境内の掃除等
及び第一日曜と第二土曜の午前十一時から正午まで

〔刊行〕

一、『明珠』

年一回(四月八日と一〇月五日に発行)、会報誌

一、『口宣』

年一回(二月に発行)、月例会と一日接心・成道会の各口宣のまとめ

【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

〈第二一号〉

平成 31 年 2 月 吉日

發 行 龍泉院參禪會

毛 筆 坂牧 郁子

〒270-1456 柏市泉 81

TEL 04-7191-1609

<http://www.ryusenin.org/>