

81

令和6年4月8日

《従容録特集》

明珠

龍泉院参禅会会報



表紙写真

まさたにたずず禅寺のたたずずずまいかをか醸もし出もす「龍泉院山門」
(撮影：小林 裕次 氏)

身の威儀を改むれば、 心も随したがつて転ずるなり



龍泉院住職
明石直之

右は、正法眼藏随聞記しやうぽうげんざうずいもんきにある言葉です。

この言葉はといいますと、「作法に従つて姿勢や身だしなみを整えると、心もそれについて正しくなる」という意味になります。

この言葉は、佛道を学ぶ者の心得の一つとして道元禪師が説かれたもので、初学者のみならず、経験豊富な者であっても、心掛けなければならぬものとして述べておられます。

さて、この「身の威儀を改むる」について、その理解を深めるうえで参考となる言葉がありますので、それを踏まえて述べていこうと思います。中国の古典「四書五経」の一つに「大学」というものがあり、その中に『慎独しんとく(独りを慎む)』という言葉があります。

す。その慎独について、「大学」には次のよう記されています。「小人しょうじん(度量や品性に欠ける人)は、独りている時は誰の目もないことをいいことに、善くないこと、見苦しいこと、つまり人前では絶対にはやらないことをする。そしてそこへ誰かが入って来ることになった場合小人はその痕跡を覆い隠して何もしていなかったかのように見せかける。しかし君子が人を見る場合というのは、肺や肝臓などの内臓までも見透かすほどであるから、まったく隠しおおせることはできない。従つて心の中から誠にならなければ、何事も外に現れてしまう。このことから、独りの時こそ要注意で、よからぬことをしないように鍛錬しなければならぬ」と。

この『慎独(独りを慎む)』は、身近でかつ初歩的な修養法として、江戸時代の昔から武士達の間で重視されてきました。また庶民の間でも、「誰も見ていなくても神佛はあなたを見ているのだ」的な教えとして使われてきたものと推察されます。つまるところ、暇で独りている時こそ、修行の場所と心得なさいと言っているわけです。これが『慎独』の教えになります。似たような意味を持つものに、同じく中国の古典である「菜根譚」に

次のような言葉があります。「暇なときでも、ただぼんやりと過ごきぬようにすれば、多忙な折にそれが役に立つ。静かな所でも、心をゆるめないようにすれば、活動する折にそれが役に立つ。人に見られない所でも、善からぬことをして隠すことをしないようにすれば公衆の前に出た折にそれが役に立つ」と。

「大学」にある『慎独』の言葉といい、「菜根譚」にあるこの言葉といい、これらは冒頭に記した道元禪師の言葉と合い通ずるものがあると感ぜずにはいられません。これらの教えから言えることは、放縦を戒め、独りを慎むことができれば、人は外見だけでなく心をも美しくすることができ、更には「いざという時」の不動心の涵養にもつながっていくのだ、と言っているように思えます。

私たちは今一度、自分の日常を省み、「身の威儀」について、日頃から気に掛ける必要があるのかもしれない。



坐禅堂の鐘

従容録に学ぶ(七二)

龍泉院東堂 椎名 宏雄

第一六則 麻谷振錫

〔示衆〕

衆に示して云く、鹿を指して馬と為し、土を握つて金と成す。舌上にて風雷を起こし、眉間には血刃を蔵す。坐らにて成敗を觀、立ちどころに死生を驗む。且らく道え、是れ何の三昧ぞ。

〔本則〕

挙ぐ、麻谷、錫を持ち、章敬に到つて禅牀を遶ること三匝、錫を振うこと一下して、卓然として立つ。〔可曬禅あり〕 敬云く、「是是。」〔且一半を信ずべし〕 谷、又た南泉に到つて禅牀を遶ること三匝して、錫を振ること一下して、卓然として立つ。〔来朝、更に楚王に献じて看よ〕 泉云く、「不是不是。」〔也た且一半を信ずべし〕 谷云く、「章敬は是と道う。和尚は何としてか不是と道う。」〔棺木裏で睡眠す〕 泉云く「章敬は即ち是、是れ汝は不是、〔雪上に霜を加

う〕 此れは是れ風力の所転、終に敗壞を成す。」「人を殺さば須らく血を見るべし」

私の長い病いとケガで『従容録』を何度かお休みして申し訳けありませんでした。ようやくやや回復し、また頭中の腐乱は免れましたので、再開致します。とは申せ、『従容録』の構成は大変複雑ですから、改めてその構成を復習しておきたいと存じます。

まず本書の作者は宋代の宏智正覚(一一〇九〇～一一五七)と金代の万松行秀(一一六六～一二四六)の両名です。なぜ二人なのかといえば、宏智が編集したものの(公案の本則と偈頌)に対して、万松が「著語(コメント)」や評唱(大意)を付け、複雑になっているからです。この構成を分かりやすく示しましょう。

- ①〔示衆〕……万松が自己の宗旨の根本を述べたもの。
- ②〔本則〕……無数の公案中から宏智が撰別した公案一則の本文。
- ③〔偈頌〕……宏智が②の文章を漢詩で示したものの。
- ④〔評唱〕……万松が②と③の内容の大意を示したもので長文。
- ⑤〔著語〕……②と③の語に短いコメント

をつけたもの。

以上ですが、根本は②と③です。ですから普通のテキストでは①②③だけを採用しています。ここでは、スペースの長短によって、④⑤も用いることができました。ところで、①②⑤のような複雑な構成をとる作品には、『従容録』より約百年古く成立した『碧巖録』百則(一一二五成)があり、『従容録』(一一二三成)はこれにならって作られたといわれます。前者は禅門第一の書といわれて臨済宗で重んじられているのに対し、後者は宏智も万松も曹洞禅の人であるから曹洞宗で重んじているのです。

いずれにしても、文章はやさしくはありません。それは中国人の難解な文章好きな伝統に依るのですが、これをいかにやさしく読んでもゆくかは大変なのです。でも止むを得ません。挑戦するしかありません。

さて、今回の本則の主人公は、唐代の麻谷馬祖道一の弟子で、名前は宝徹。兄弟弟子である章敬と南泉の各道場を訪れた時の面白い機縁です。両者とも錚々たる名士ですが、それぞれ力量を知るために訪れたのでしよう。

まず、この公案に対する万松の全体的な評価である「示衆」です。

馬を鹿といたり、土くれを黄金にした
り、口を開いて風雷を起こし、眉を動かして人を睨み殺す。こんな事ができるのは、何の三昧から出てくるのかな。

こんな意味です。いや、すごい三昧ですね。さて、その「本則」をみましょう。

麻谷が拄杖をかついで、まず章敬の道場に行き、坐禅堂を三度回り、拄杖を鳴らして立った。万松は「良い機縁」だとほめたが章敬がまあまあと云ったのは半端だ、南泉の処に行つて同じ事したらダメといわれたのもまだ半端だ、と評した。麻谷は南泉になぜダメなんだと聞いたら、風向きが変われば破壊すだけよ、と突っぱねた。ほほこんな意味です。

私は南泉山へは登りましたが、章敬山は存じません。南泉山は初め牛小屋だったのが、普願さんの特別な力量で大道場となった所です。まず本文は棚上げにし、挿絵をご覧下さい。今回は四百年ほど前に京都で刷られた『禅機絵抄』という禅の木版画からの採用ですが、松の木陰に突出た岩の上で坐禅を組む章敬和尚と、それに向かう拄杖をかける麻谷さん、

何ともいえない自然のぬくもりを感じます。拄杖がまた良いですね。唐代という一五〇〇年も前の禅修行は、こんな自然環境の中で個性的な修行を楽しんでいたのですね。

万松さんは麻谷・章敬・南泉という三者の行動を、三者三様の禅機を發揮したとみています。禅はけつして変つたことを云つたり、意表に出た事をするものではない。自然を尊び自然に則り合理的なはたらきが禅の生命であります。私は三〇歳ごろまでは、ツルベ井戸の水を汲み上げて使っていました、下がるツルベと上がるツルベが、二つで一つの働きを無心に行っているありさまにいつも感銘。

この公案でも、麻谷と他の一人が気負いも卑下もなく無心のはたらきをしたから、道理に契つたあり方を示せたのですね。これを万松さんは本当の三昧だと賞賛しているのです。禅は

このように合理的で理に契つた事物のあり方と、それに順応して素直に生きることを教えてくれるのです。

道元さまはこれを高くさとりと修行という仏法のはたらきとみて、「初心の弁道すなわち本証の全体」(弁道話)と示されているのです。



第六一則

乾峯一画

〔示衆〕

衆に示して云く、曲説せば会し易いようだが、一手を分布たようで、直説は会り難く、十字は打開んのだ。君に勸い、分明に語ることを用さされ。語り得て分明になれば、そこから出ること轉ます難からん。信じられんなら、試みに挙ぐから看してみよ。

〔本則〕

挙ぐ、僧、乾峯に問う、「十方薄伽梵、一路涅槃門」というが、未審、その路頭は甚麽の処に在りや?」「快馬も鈍墮には如はず」峯、錫杖を以て一と画いて云く、「這裏に在り」且一半を信ずべし」僧、挙げて雲門に問う。「疑わば則ち別に參ぜよ」門云く、「扇子が躑跳つて三十三天に上り帝釈の鼻孔を築著ぐ」乞む、漢語せよ」「東海の鯉魚は打つこと一棒せば、雨は盆を傾けるが似し。会るや会るや?」「恁麼に解説せば、更に理會し難からん」

さて、今則の主人公である乾峯和尚は初登場です。越州乾峯という名で第四〇則にも出て来ます。しかも洞山良价の法嗣であり、か

の雲門文偃が参学の師とした方ですから、唐末では相当の実力者であったことは確実ですが、なぜか唐末・五代の古い禅史を集めた『祖堂集』(九五二)にはその名前すら出ていない。もともと、洞山の門下は五百名とされるが、洞山の大法を受け嗣いだ法嗣の中で文献に名をとどめる者はわずかに二七名であるから、名の知られぬ陰徳者は何百といったわけであり、その一人が越州乾峯。越州(現在の寧波)が付けられているから、天童山とも近く、道元禅師は多分その英名を知っていたであろう。

まず万松の「示衆」であるが、これは学ぶと教えるという教育の根本態度について、端的にいえば、先生には何もかにも教えるな、半分にしておけ、学生も何でもすべてを教わるな、半分は自分でつかみ取れ、という時代や情勢を超えた根本姿勢を示しているのは傾聴に価するのではないでしょうか。

難語では「十方薄伽梵」とは東西南北の四方に上下を加えると立体ですから全世界のこと、それに「薄伽梵」という釈尊を示すサンスクリットが加わっただけ、だから世界中には



あらゆる仏菩薩がおわすという『楞嚴經』の文です。「二路涅槃門」は、ただこの一筋の門が通じている、の意。以前、農村の葬儀には半紙を長く繋いで紙幢を作り、右の語を長く二枚に書いたものを「六道」さんがかついだので、私など従来何百枚も作ったものです。死者の霊を無事に仏の国に安住してもらう為の伝統儀礼でした。「鈍墮」は中国古代に王琛が羌を征伐する時に婢の朝雲に墮を吹かせて成功した故事による。

考えてみれば、私達は学習や研究の長さの行程の途次に、または個人的な習い事や稽古事の時に、先生から「そこから先は自分で考えなさい」「ヒントはこれとこれ」などといわれて自分で考え、参究することがいかに多かったか、そのために思わぬ発見や進展の多かった事があつたのを有難く思うのである。

人間の教育というものは、元来その様なものであろう。それは、リングの実が落ちるのを見て引力を発見したり、一を聞いて一〇を知る人は少ないにしても、何でもかんでも親が子に教え込むのが教育ではない。ヒントや示唆によって子供の感性・五感・智性を働かせ、総合的な智慧を見えるようにして、良き習慣を身につけさせることが大切なのである。

私は学生の頃、ジョージ・エリオットの『サイラス・マーナー』を原書で読んだことがある。サイラスは孤独な一人暮りで交流する人もないが、コツコツと働いて小銭を得ていた。それを盗まれては大変なので、彼は家の土間に穴を掘り瓶を埋め、そこに小銭を入れては一人ほくそえんでいた。ところが、ある日誰かに知られ、その瓶をそっくり奪われてしまう。

その時のサイラスの心境を、エリオットは、悲嘆とともに炭鉱夫の例で説明している。地底の奥底で働いている坑夫は、一日ごとに落盤の危険が強くなっているのに、落盤などはないという安心観も同様に日増しに強くなっている。だからある時に大落盤に見舞われ、事故になるのだ、これを the Logic of habit というのだと説明し、なるほどと感心した事がある。

私の研究生活の間では、恩師の鎌田茂雄先生からの示唆で似た所があつた。あの晩年の『中国仏教史』全一〇巻を完成させたら文化勲章だろうと識者達から囁かれていた万人に一人の大碩学者がそれは成らず六〇代で早逝された―生前龍泉院参禅会の『禅をきく会』で講演して下さった―が、私は幸にも中

国や韓国を先生と二人だけで同宿の機会がありました。お好きなシンロアワモリを飲みながら中国や日本の禅を語る際、中国唐代の宗密はなぜ石頭禪師を無視したのだろうかとか、道元さまはなぜ『正法眼蔵』で「空」の巻といわずに「虚空」の巻を書いたのだろうか、などという学界でも重要なテーマを話しかけられ、私ごとき者にも暗に考究を促されたのです。思えば有難い恩師の一人でありました。

晩年にガンで入院されたのをお見舞いした時、昏睡状態ながら大軒をかき、両眼はカッと見開いたままの異形で、来る者皆に喝を入れているようでした。鎌倉の名のみ住職という寺でのご葬儀でも、また龍門扶風の喝を拝見した思いであり、私の生涯の学恩の師でありました。

さて前掲のように教えられるからこそ、本則も立派な公案となるのであり、こうした禅の学道はそれでよい。だが道元禪師は「学道の人には吾我の為に仏法を学することなかれ。只仏法の為に仏法を学すべきなり。」(随聞記)といわれ、為坐禅といふべき公案は否定されたのです。



『従容録』序章

柏市 五十嵐 嗣郎

小畑代表が『明珠』三〇号に、「従容録を学ぶ」味読のお勧め」という記事で、「従容録を学ぶ」は『明珠』の眼睛ですから、どうぞもう一度繰り返し繰り返しお読みくださるよう、お勧めします。と述べられています。

しかし椎名老師が今年の初めに大怪我をされたため、『明珠』七九・八〇号では「従容録を学ぶ」の掲載がお休みとなっていました。椎名老師はまだリハビリ中で、お体が不自由な身にもかかわらず、小畑代表の懇請に応えられて、なんと今回の号から再開してくださいることになりました。大変有難いことです。

『従容録』については、これまで何度か撰述された経緯や構成などについて、詳しく触れられています。『従容録特集』に因んで、『従容録』についての概略を簡単に触れてみたいと思います。

『従容録』は中国元代に萬松行秀（一一六六―一二四六）が『宏智禪師頌古』百則に「示衆」「著語」「評唱」を加えたものです。『宏智

禪師頌古』とは宏智正覚（二〇九―一一五七）が古徳が得た悟の機縁や禪の修行について役立つ妙則百則を集め、その一つ一つに対して、禪的な詩である頌を付したものです。なお「示衆」「著語」「評唱」については、今回の『従容録を学ぶ』（七一）をご参照ください。

五十六世萬松行秀禪師



ところで『従容録』が撰述されることになったきっかけは、萬松さんに私淑していた湛然居士耶律楚材（一一九〇―一二四四）が遠く西域から九度に渡り、『宏智禪師頌古』について評唱し、後に学ぶ者を啓発して下さるよう懇請したことによるのです。

南宋の嘉定一六年（一二三三）に萬松撰述の『従容録』が西域に遠征中の耶律楚材に届けられました（因みに道元禪師が入宋された

のはこの年です）。『従容録』を受け取った耶律楚材は、早速序を寄せました。

序の中で、「萬松、西域に來り。その片言隻字、みな指歸有り。款を結ぶこと出眼にして、高く今古に冠たり。萬世の模楷と為すに足る」と讃嘆しています。『従容録』の一字一句に究極の教えがあり、萬世の模範とするに足るものであると頌しているのです。そして、『従容録』を読むと、「大寶の山に登り、華藏の海に入るが如く、互珍奇物、廣大にして悉く備はり、左に逢ひて右に遇ひ、目富みて心飲く」と、大きな満足感が得られたことを述べています。

そこで耶律楚材は、「予、敢へて其の美を獨擅せず、天下と之を共に撰ことを思ふ」と述べ、『従容録』を世に弘めるよう、燕京にいる後輩の從祥に託することにしました。そのお陰で我々は今、『従容録』を学ぶことができるようになったのです。

『従容録』を撰述した萬松行秀についても、ご老師がたびたび述べてはいますが、改めておさらいしてみましよう。中国の金・元時代に活躍した萬松さんは、河内（河南省焦作市）の人。俗姓は蔡氏。邢州（河北省邢台市）の浄土寺で落髮し、後に金の都である

中都（北京）の慶寿寺の勝黙円光（王山覚体の法嗣）に参じましたが、機縁かなわず、磁州（河北省邯鄲市）の大明寺に行き、同じ王山門下の雪巖善満に参じたところ、一言の下に忽ち悟ることができました。雪巖に参ずること更に二年、嗣法し、多くの参禅者を指導して、禅宗界の重鎮となりました。

その後、邢州の浄土寺に帰り、寺中に萬松庵を構え、萬松の名声は高まると中都の萬寿寺の住持となり、金の明昌四年（一一九三）、章宗皇帝の時に入内し、更に泰和六年（一二〇六）には中都の仰山棲隱寺に迎えられることになりました。

しかし金は貞祐二年（一二二四）に蒙古軍の猛攻を受け、中都から汴京（開封）に遷都し、翌年五月には、萬松や楚材の住む中都は陥落してしまふのです。

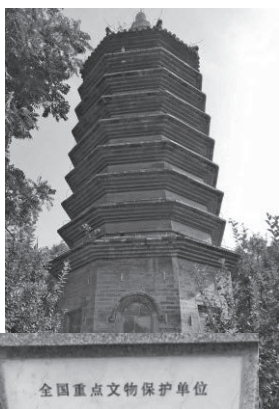
萬松はその後、元の興定五年（一二二二）に元の都である燕京（北京）の報恩洪濟寺に移り、洪濟寺の中にある從容庵で『從容録』を撰述することになりました。

このように、萬松行秀は邢州の浄土寺、燕京の萬寿・仰山・洪濟の巨刹に歴任し、大いに洞上の宗風を振るい、盛んに教化に努めました。さらに萬松の弟子の雪庭福裕は、嵩山

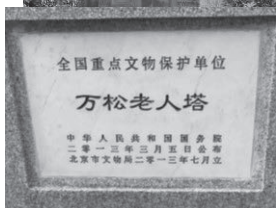
少林寺を復興し、北地曹洞宗の一大拠点とし、この他、萬松のもとから優れた人が多く輩出され、中国北地で曹洞宗の禅が相当な力を持つようになったのです。

一方、中国の南では元代になると曹洞宗派は細々としか存続せず、明代には滅びてしまします。北地で盛んになった曹洞宗が明末には南の浙江省、福建省の方へ流れ、臨済宗と覇を争うぐらいになるのです。だから萬松さんは歴代の曹洞宗の中でも、大きな地位にある方だと言えるのです。

平成三〇年一〇月に、石井修道先生を団長とする「駒澤大学山東省河北省仏教史蹟參觀団」に小畑代表と共に参加し、萬松行秀所縁の邢台市の浄土寺、北京市の広濟寺（洪濟寺）と西城区西四南大街四三の「正陽書局」内にある高さは一六mの萬松老人塔にも参拝



萬松老人塔



し、『舍利礼文』一卷をお唱えし、『從容録』撰述への報恩供養をいたしました。

ところで『從容録』本則に登場するお祖師様を調べたところ七八名となりました。その中で最も登場回数が多いのが雲門文偃の一回で、次いで仰山慧寂の八回、洞山良价禅師は六回でした。雲門宗中興の祖である雪竇重顯の頌古百則を評唱した『碧巖集』では、雲門文偃の登場が最も多いのは頷けますが、宏智禅師の頌古百則でも雲門さんが最も多いことは、それだけ雲門さんの偉大さを物語っていると思います。

最後に「從容録を学ぶ」から我々は一体何を学んで行けばよいのでしょうか。『明珠』四〇号の「対談『從容録』に学ぶ」で「老師は、『單なる解説では面白みがないわけで、参禅会の皆様にはどう学ぶか一つの指針みたいなものを提供しているにすぎません。読まれて色々の見方があってもいいと思います。と結ばれています。

皆さん、「從容録を学ぶ」をもう一度お読みください。何か一つ学び得るものがあると思います。イヤ二つ・三つあるかもしれませんが。



《特別企画》

『従容録』私のイチ押しはこれだ！

三九年間、『明珠』に掲載され続けてきた『従容録』。最も感銘を受けた「則」を尋ねてみた。果たして――

第四三則「羅山起滅」

流山市 市川 洋介

今回、自分は明珠七一号の従容録（六三）、「第四三則 羅山起滅」についての感想を書いてみたいと思います。なお、実際の従容録の解説と自分の解釈に多少ズレがあるかもしれませんが、その点はご容赦頂けると幸いです。この問答に出てくる巖頭全齋ぜんさいという人物は、賊に首を切られて絶叫して亡くなるという壮絶な最期を迎えた人で、初めて聞いた時は驚いた覚えがあります。ちなみに、白隠禪師もこの話を聞いた際に、こんな高名な僧侶がそのようなのであれば私のようなものはきつと地獄に墜ちるだろうと恐れたらしいです。それはともかく、問答では主人公の羅山が巖頭に対し、長らくわだかまっていた質問をぶつけます。それは、思いの去来が立て

四三則「羅山起滅」の挿絵



続けに起こってしまう時はどうしたらいいか、というものです。巖頭はこれに、どこにそんなものがあるというのか！と叱りつけました。個人的には、思いというのは身体性に比重を置くこと等で一時的にあまり気にならなくなるものだと理解しています。例えば呼吸などがあると思います。昔の人は呼吸を「船の碇かぎのようなもの」と形容したという話を聞いたことがあります。ちなみに、道元禪師は数息観には否定的であったそうです。ただ、巖頭の答えはそういう次元を超えている

ようにも解釈できます。そもそも、お前は「起こる思い」でも「滅する思い」でもないだろうという指摘です。内山興正老師は、「思いは頭の分泌物」という言葉を残していたらしいですが、思考を他者として観る点ではこれに近いといえます。私の体験（坐禅中だけでなく）でも、思考は浮かぶけれどそれに対するこだわりが薄れるといった状態は時々ありました。自分のケースはよく分かりませんが、そういう特殊な体験よりも平常の継続の方を点検し、考究すべきだと思われれます。ここまで巖頭の発言を少し考察してみましたが、それだけでは東堂の仰る「心のあらゆるはからい」の範疇に入ってしまうことにはなりません。メインの実践を補っていくような形で学んでいく、しかしその学びもおおざなりにしない、というスケールの大きい精進が必要かもしれません。

第六三則「趙州問死」

柏市 杉浦 上太郎

『明珠』第五一号掲載の「趙州問死」に、強烈に禅の極みを感じました。

六〇歳で出家し、八〇歳で趙州観音院に住した超人的な趙州禪師と、清原―石頭―丹霞―翠微の後を継いだまさにエリートともいべき投子禪師の問答であります。

趙州禪師が、三〇才年下の投子禪師の住む投子山を訪れたときの機縁です。

〔本則〕（示衆）、〔頌〕の記述は省略
挙す、趙州、投子に問う、「大死底人が、却に活する時は如何ん？」（探竿の手在り。）
「夜行を許さず、夜明に須らく至るべし。」（影草を身に随けり。）

椎名老師の解説要旨は次記の通りです。

この則は非常に短いのが特徴です。

趙州禪師が投子に「すべてを捨て去った者が逆に大活を示すありさまは？」と問うた。投子「コソドロみたいな夜歩きなどせんで昼間おいでなされ。」

ただこれだけです、よほどの力量がないとできない応答ですね。まず「大死底人」が眼目。ただの死ではなく生きたまま

本気で死に切ること。禅では、私たちの心にしみついているすべてのとらわれや分別を投げ捨てたとき、はじめて宗教的な真理が体得できる、とされます。

じつは、こんな境涯は百も承知の趙州が、あえてこれを投子にぶつけた。投子もさる者、「夜行のコソドロではなく昼間おいで（「迷っている」と足元の真実が分からんぞ」という意）」と返す。これを受け、さすがの趙州も二の句をつげませんでした。宏智は「頌」において、これぞ禪門のお手本だと絶賛しています。

人は死ねば無執着、だけど、生きている間に捨てるのは至難の業。欲望をどうコントロールするか。坐禅ですね。

私は、偉大な禅匠同士が、双方たつたひと言を交えただけで、互いの力量の大きさを即座に覚り、以後すべてを超越した交わりとなったという、実にいさぎよい痛快さに魅かれました。椎名老師が最後に示されたお言葉で、改めて坐禅修行を発心いたしました。

この椎名老師のご提唱の最後に、老師の青春時代の衝撃的な一コマの紹介があります。興味のある方は一読されてみたら如何か。

執着消滅 只管打坐 只管打坐。

第九八則「洞山常切」

柏市 松井 隆

『従容録』は、曹洞宗の宗風を主張するものとして、曹洞宗の万松行秀（一一六八―一二四六）が北京の従容庵で発刊した六巻の公案集で、宗代の巨匠、宏智正覚が禅の「頌古百則」をもとに、その各則に対して（一）示衆、（二）本則への著語、（三）評唱等、としてのコメントを加えたと『明珠二七号』の「従容録に学ぶ」の冒頭に椎名老師が述べられている。編集委員から、この『従容録・七〇巻』について、椎名老師が明珠に掲載され、特に感銘を受けた「則」について、感想を述べよとのことで、遑って拝読させて頂きました。自分にも難解至極でありました。何とか、ご老師のご丁寧な解説を拝読させて頂きました。そして、『明珠二三号』に掲載されていた「第九八則・洞山常切」は、たまたま私が、龍泉院・参禅会に参加した年の平成一〇年の発刊でした関係もあり、選ばせて頂きました。『本則』挙す、僧、洞山に問う。三身の中、那の身か諸数に墮せざる。山伝く、吾常切。

この本則を読む限りにおいては、僧と洞山



九八則
「洞山常切」の挿絵

のやり取りであり、「ご老師の解説で、三身とは、仏の姿の現れ方を、法身・報身・応身の三つと説明され、活きた仏として如何ように表れるのか、と僧が訊ねた。これに対する方松のコメントは、「まあ、なんとにぎやかなことよ」と三身を揶揄しているのです。そして、洞山さまの答えは「常切」。すなわち「仏さまは自分が切るとき常に現れるんだ。それが真の仏心だよ」と答えた。そこで、椎名「ご老師は、洞山さまの仏行としての実践を重視し、「仏向上事」の言葉を示され、この言葉について道元禪師様は「仏に至りてさらに仏を見るなり」と述べて、洞山さまの仏やさとりにとらわれない生涯修行こそ真の禪者である。と閉められ、生涯、努力精進であると諭されています。この『則』において、真に有り難く受け止め、日々実践あるのみと再認識する次第です。合掌

第九二則「雲門一宝」

我孫子市 吉澤 誠

泉院参禅会にお世話になるようになってから七年目となり、その間、明珠も当然ながら拝読していました。

冒頭にある従容録についても、もちろん拝読していましたが、浅学非才のわが身には、理解できていなかったのが正直なところであります。

恥ずかしながら、この期に及んで従容録とは何ぞや、ということ五十嵐様に御教授いただいた次第です。

そのような状況なので、残念ながら一押しの際というものは思い当たりませんが、恥を忍んで書かせていただきます。

ひとまず、参禅会に縁を結んで以降の『従容録』を読み返してみました。さすが椎名老師が書かれた示唆に富んだ素晴らしい内容であることはわかりますが、その素晴らしいさを言葉にして、かつ仏教的に皆様に伝える知識・能力は私にはございませんが、私が思い入れのある則を書かせていただきます。

それは、明珠第七八号に掲載されている第

九二則「雲門一宝」です。

私が『明珠』をお手伝いするようになり、初めて携わったのがこの第九二則であり、編集作業という点から一番印象に残っているのがその理由であります。



九二則
「雲門一宝」の挿絵

椎名老師からいただいた原稿を、ワードに入力する作業を担当させていただいたのですが、原稿の内容の理解はともかく、とにかく誤字脱字がないよう忠実に入力することに注意しました。

なかには難読の漢字も使用されており、通常の変換では表示されず、文字探しに手間取ったこともありました。

いただいた原稿も、椎名老師手書きの原稿用紙であり、データに慣れた身としては、大変ありがたみと重みを感じました。

この則では、椎名老師が独行で日光へ山登りをしたエピソードが記載されており、その道中において、素晴らしい情景に触

れた子とが示されており、自分も行ってみたいものだとしみじみ思った次第です。

「なりきり」のいろいろ

柏市 五十嵐 嗣郎

「従容録に学ぶ」にはこれまで七〇則が取り上げられてきましたが、登場人物は概ねお祖師様方、即ち男性ですが、その中に三則だけ女性が登場しています。第一〇則「台山婆子」と第六〇則「鐵磨^{てつ}牯^こ牛^{ぎゅう}」と第六五則「首山新婦」です。

第一〇則「台山婆子」は『明珠』一三号に掲載されていますが、文殊菩薩の霊場として名高い五台山へ登る路に、一人の老婆が住んで



一〇則「台山婆子」の挿絵

いました。文殊を礼しに行く雲水が、「五台山へはどうゆくのですか」と老婆に尋ねると、婆さんはいつも、「まっすぐお出でなさい」と答えるのです。雲水がまっすぐに行くのを見ると婆さんは、「立派なお坊さんが、やっぱりあのように行かれるわい」と、雲水の後ろ姿に毒舌を浴びせていました。

このことを聞いた趙州さんが、「老婆の力量を見届けてくれようぞ」とばかり、五台山に出かけます。後日、趙州さんは雲水たちに、「わしはお前たちのために、婆さんの正体を見破ったぞ」と高座から報告したのです。

本則は以上ですが、これだけではよく分かりませんね。五台山の麓にいるこの婆さんは、そんじよそこらにいる婆さんとは違い、趙州さんと同時代の無著文喜禪師に参じて悟りを開いた、有力な女居士だったのです。

五台山行って文殊菩薩を拝もうと思う雲水に対して婆さんは、「本来の霊場とは何処にあるのか、文殊は何処にごさるのか、己が心の扉を開いてご本尊を調べてごらん。心の眼も開かず、安穩な自家の坐牀を棄てて、霊場巡りに一生を費やしても、徒勞に終わるだけだよ」と思っていたのです。

その故、「五台山へはどうゆくのですか」と

尋ねる雲水達に、婆さんは「まっすぐお出でなさい」と、向上一路という禪の宗乗を指し示していたのです。趙州さんはこの老婆と会い、老婆の真の姿を見破り、老婆の言う通り、まっすぐに趙州の観音院に帰って来たのです。椎名老師は老婆を勘破した趙州さんについて、「禪の世界では、趙州のように二念にわたらぬ、ひたむきの実践が重んじられます。坐禪でも作務でも食事でも、そのときはそれだけに打ち込み、余念をさしはさんではなりません、「なりきり」のころ、「ひたむき」の世界です。」と述べられています。

最近、家事の手伝いなどをしている時、ついつい余念をさしはさんで失敗することがあります。その度ごとに「なりきらなければ」と思い直し、作業に取り掛かるようにみています。「なりきり」のころは坐禪の時はもちろんですが、日常生活の中でも大切なことを、今頃になって実感するようになりました。

ご老師は最後に、「なりきりは執着の反対です。生活の中で、嬉しい時も悲しい時も、とらわれなくそれになりきれば、私たちはどんなに清々しく生きられることでしょう」と結ばれています。

一見、「なりきり」と執着は同じように思われ

ますが、執着は自分のためであり、「なりきり
は利他のためだと思えます。執着を少なくし、
「なりきり」のころ、「ひたむき」の世界に
打ち込めるよう、務めて行きたいと思う次第
です。

第八則「百丈野狐」

柏市 石澤 健

『明珠』三号に掲載された著名な八則「百
丈野狐」を何度か読み返してみました。因果
の道理の前には如何なる大修行者でも例外で
はない。仏教は決して果報を待つ教えではな
く、正しい実践するには当たり前、正しくさ
えあれば、良い報いがあることを信じて行く。
その信はどこからくるのか。それは実践であ
る。正しい行いによって信は培われるのであ
る。只管打坐になりきった坐禅が信現成の世
界に他ならないと椎名老師は説かれる。もし
て因果の道理を、決して哲理とみてはならず、
参究すればするほど私たちの生きざまを教え
てくれる深い仏法の風光があるからであると
結ばれております。因果の道理は一見易しい
ようですが実に奥深く、実践の伴った置きざ
まを心掛けことが肝要と切に感じました。

『従容録』の思い出

松戸市 小畑 節朗

昭和五九年（一九七九）五月、鴨川永明寺で
永平寺貫主 秦慧玉禪師を拜請して大戒会が
開催された。龍泉院から参禅会の藤原公さん
高野千代子さん、（いずれも故人）と小生の三
名が参加した。

戒師秦禪師はその年二月に脑梗塞になられ、
病後の身を押し勤められた。病後間もない
事もあり、会の進行の大半は宮崎監院が遂行
されたが、垂示は秦禪師が勤められた。

一時間余りのご垂示は、温顔のうちにも鬼
気せまり、聴く者を感動させずには居られ無
いものでした。垂示の最後を『従容録』九八則
「洞山常切」で締めくくられた。

吾が曹洞宗の開祖、洞山様にね、ある僧が
訊ねた。本当の佛様を見せてください。洞山
様はね、「吾れ常に此において切なり」と言わ
れた。“切”は矛盾字です。親切、懇切、み
な切っても切れないと言う字です。

常には存在、此には時間、自己この三つは
切っても切れない親しいものだ。

仕事をする時も、ご飯を食べる時も他の計
らいを捨てて勤め励む事だ。と、吾が洞山様

はそうおっしゃった。待つて居られないので
す。その後、秦禪師は翌年一月に遷化された。

私は今でも“待つて居られないのです”の
言葉が耳朶にあります。自分の死を意識して
語る真剣さは自ずと人の心を揺さぶります。
言う方も真剣、聴く方も真剣だからです。だ
から三五年余り経っても忘れ無いです。こ
のご垂示は藤原さんの録音を基に『坐りなお
せば佛の坐』の小冊子に纏めました。

会員はもとより有縁の方々にさしあげま
した。あとでは秦禪師の遺稿集にも入ってお
ります。此の九八則は『明珠』二三号（平成八
年四月）に掲載された椎名老師が提唱された
ものの二番煎じです。三〇年近く経てお読み
になって無い方も多かろうと思ひ蛇足ながら
書いたものです。秦禪師は、九〇歳で翌年一
月に遷化されましたから死の直前のご垂示で

す。死の直前のご心底はどの様なものか、そ
れは“待つて居られないのです”の一言です。
死を知って今日を生きること外なりません。
嘘情報を含め、情報過多の騒々しい現在に

あつて、椎名東堂老師が過去に提唱されたも
の、今提唱されたものの『従容録』一則を、独
り静かにひも解いて深く味わいたいものです。
妄言多謝！
合掌



呟き

松江市 小畑 節朗

“死を見つめて今日を生きる”

養老 猛司

二〇二四年元旦のNHKテレビで、養老
猛司先生が遠く鎌倉の海を望んで呟やいた。
本年八人を迎える私には、ぐっと胸に来る
一言であった。

漢詩には呟きを「口占」という詩形があり
習い覚えた漢詩で呟いてみようと思います。
生日口占

誕生日の呟き

大寿難期今夕宴、
九〇は難しいが兎に角酒
盛りだ

其一

頻年哀楽聚杯中。
長年の苦楽は杯の中にあ
るよ

人生根蒂及時励、
人生の根は 日頃の努力
にある

一飽猶余酒味濃。
満足すれば酒味も格別

人生百年と言われる世の中、後期高齢者と
言われても驚かない時代となった。

其二

壮年窮節猶可笑、
若いときの苦勞は思ひ出
の中

帶索殘生歩自徐。 貧乏の残生はよろよろ歩
きだ

加齢不嘆今日喜、 齢を嘆かず現状維持が一
番

酒顛茶洩半仙居。 ぼろ酔い洩茶でまるで仙
人

坐禪で、調身調息調心と言いが年をとると、
坐禪堂の単に上がれなくなる。
椅子坐禪で調息は出来るので有難い。『坐
禪用心記』に「長息は長息に任せ、短息は短
息に任す」のお言葉は誠に有難いことです。
調身調息で心が調った姿は美しい。坐相が
良いのである。しかしそれで良いのだろうか。
参禅会初期の方で森岡俊雄さんが居られた。
森岡さんは刀工で斯界では名を成した人でし
たが、口を開くと「俺は半人前だ」と言って
居られた。釈迦如来、道元禪師の坐禪が出来
た時が一人前というのである。それは坐禪に
対する信仰の現れであった。私なりに考える
と、お釈迦様から代々伝えて来た仏法、それ
による仏道修行が坐禪なのだ。
半人前こそ信現成の坐禪であります。

生死去来似寒暑、 死は寒暑のように往来する
此身帰處又何加。 この身の真の帰處に何を

其三

信風蕭瑟還郷路、 北風が吹きすさぶ帰郷の
路には

冷露凝霜晚節花。 露霜にめげず咲くのは菊
の花

内山興正老師が八五歳で遷化される二年前
「老いを樂しむ」六首の歌を呟かれた。
一 老い最後 死は必ずに やつて来る
未来にあらす いつも今 今
六 老い最後 押んで暮らす 安らかさ
押むを押み 樂しみ押む
さて「押む」とは何か、道元禪師の『傘松道
詠』に「礼押」の歌がある。
伏草の見えぬ雪野の白鷺は 己が姿に身を
藏しけり
雪も白、鷺も白、押む者も押まれる者の区
別は無く一如だ。「押むをおがみ」とは生も死
も超えた生滅滅已。「樂しみ押む」は真つ白な
一如の世界を受容して生きることかと思う。
またそれは雑華嚴浄、あらゆる花がお互い
に光り輝く生命の素晴らしさでもある。私は
『華嚴経』の善哉童子のように五〇年間、参
禅会の皆さんの善知識に巡り合い幸せであり
ました。

ありがとうございました。 合掌

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。

ありがとうございました。



「第四一回成道会」円成す

〓 活発に行われた「問答」〓



明石導師のもと、釈尊に報恩感謝の法要を捧げる

第四一回成道会が一二月三日（日）に行われました。お釈迦さまが菩提樹の下で一二月八日の明けの明星をご覧になられ、お悟を開かれたことをお祝いするのが成道会です。今年には八日が金曜日なので、前倒しで三日の日曜日に行いました。

近年は地球温暖化で初冬も暖かい日が続いています。今年も成道会の朝は初冬らしく冷え込み、境内には薄く霜柱が立っています。

した。

午前八時半から成道会のリハーサルが行われ、九時から釈尊成道への報恩の坐禅を二炷行いました。坐禅の後、本堂に移り、殿鐘が三会打ち鳴らされ、続いて七下鐘が打たれて、明石方丈様を導師とする一行が入堂しました。

導師がご本尊に向って釈尊の成道を讃える香語を述べられ、続いて普同三拝、般若心経一卷を一同で諷誦し、維那が回向文を読み上げ、普同三拝をした後、導師との問答に移りました。

問答のトップバッターは元気な相澤さんが務められました。大きな声で明石方丈様に問いかけます、
問、「大事にすること、大事にしたいことは如何に」

明石方丈様は冷静に答えます。

答、「それぞれの菩提心」

方丈様のお答えを受けて相澤さんは、「尊答を謝し奉る」と謝辞を述べられました。こ

のように、方丈様との問答の最後が、これま
では少し異なりました。

次いで佐藤さんから

問、「參禅一二年目、お言葉を賜りたい」

答、「只管打坐」

次いで松井さんから

問、「作務にて草花を切りまくる。殺生との折り合いは如何」

答、「命をいただく徳もある。このことから顔を背けてはなりません」

次いで杉浦さんから

問、「いつの世も戦争が絶えず心が痛む。こ
こは穏やかな平和思想の佛教の一番であり、
まさに佛教界挙げて対応すべきと思う、如何」
答、「まさにその通り。御佛の尊い教えを信
じ行ずるなら、世界平和は実現するでしょう。
そのように心掛けて精進してください」

次いで小畑代表から

問、「和尚、百年後は如何」

答、「百年後も嫡嫡相承、佛の教えや私の教
えは後世に伝えられる」

次いで中嶋さん

問、「上山四〇年、感謝申し上げます」

答、「引き続き感謝の心をもって精進してく
ださい」



次いで岡本さん
問、「年と共に迷っています」
答、「それこそ佛教に精進する姿です」
問答は以上で終わりました。引き続き明石方丈様からご法話を頂きました。ご法話は無駄の意義についてでありました。ご法話の内容は次の通りです。

リ・ムダ・ムラを徹底的に省くことが求められています。しかし人材育成において、無駄の効用が有ることを語る人がおられるのです。

「三つの無」という言葉があります。
ムリ・ムダ・ムラです。
普段の仕事ではこのムリ・ムダ・ムラを省くことが大事だとおっしゃっており、人材育成の分野でも、ム

法隆寺専属の宮大工であった西岡常一さんには、人材育成における無駄の効用を語る著書があります。西岡さんは大工さんなのに、祖父のすすめで畑違いの農業学校に入学したのですが、木を見定める力を養うことができるなど、結局は無駄にならなかったと述べられています。

また宮大工の修行に入っても、直接師匠から教わるのではなく、「見て習う」という、まどろつかしく無駄な仕方であったが、結局は印象に残り、自分の血肉になったと述べられています。

職人の徒弟制度は、短期間に同様な能力を持つ人材を大量に育成する方法ではないけれど、一人ひとり違う人材を育てるという方式には合っています。同じような人材を育てようとする現代の教育より、一人ひとりの個性に合わせた徒弟制度の方が、よほど人間的な育て方ではないでしょうか。

『正法眼蔵随聞記』には、「玉は琢磨によりて器となる、人は練磨によりて仁となる。何の玉か、はじめより光有。誰人か初心より利なる。必ずみがくべし、須練。自、卑下して学道をゆるくする事なかれ。」とあります。

人が真の仁になるためには、一見無駄と思

われるような、ひと手間が必要となるのです。そのひと手間こそ徒弟制度であり、自分の力でモノゴトを考える習慣を身につける、それが切磋であり錬磨であります。良い無駄を無駄にせず、価値あるものに変えて行く、これこそが人を育てて行く上の要だと思えます。

ご法話の後、大悲殿に移り茶話会が行われました。茶話会では今年限りで参禅会の代表幹事を退かれる小畑さんから、次のようなお話がありました。

椎名老師と二人三脚で参禅会を約五〇年間歩んできましたが、この間ご老師は全く「ぶれない、あきらめない」人でありました。そのようなご老師のもとで何とか五〇年間お付き合いさせて頂いてきましたが、今は四大不調となり、自分の身の回りのことで手一杯の状況です。また今年の一〇月に代表幹事を置かない方針が出ましたので、身を引くことにいたしました。ただ自由参禅の準備だけは、今後とも続けて行きたいと思えます。

小畑さんのご挨拶の後、明石方丈様から、来年の一月と九月の定例参禅会は、第四日曜日の前日に変更する旨のお話がありました。

なお成道会の参加者は一五名でした。

(五十嵐 嗣郎)

肅々と浄財をいただく― 「歳末助け合い托鉢」実施

去る二月一〇日、まさに絶好の「小春日和」の日、当参禅会(東葛坐禅クラブ)恒例の「歳末助け合い托鉢」が実施されました。

一二時三〇分、毎年お世話になっている長全寺様に集合し、「般若心経」一卷を諷誦した後、柏駅東口二階コンコースへ、二列縦隊で肅々と向いました。

参加者は、明石方丈様、五十嵐・松井・岡本・河本・佐藤・市川(信)・市川(洋)・杉浦の九名。喜捨に訪れてくださった方は、河本さんファミリー四名、坂牧郁子さん、吉澤誠さんの六名でした。

一三時頃から一五時まで募金活動を行いました。千葉県第二位の乗降客を誇る柏駅、その東口コンコースは、相変わらずの雑踏ぶりでしたが、通行客の多いことが喜捨に連動するとは限りません。のぼりには「歳末助け合い・東葛坐禅クラブ」と墨書してありますが、それすら目を止めることなく足早に通りが過ぎていく方が殆ど。それでも時折、パツと募金箱に入れてくださる方が現れます。



毎年想うことは、金額ではなく喜捨くださる行為が、心から有難く思え頭をさげお礼を述べます。迷いなくすぐ喜捨される危篤な方は、常日ごろからどのような場においても行っているしやる素晴らし方なのだろうと勝手に推察しております。

最初、托鉢に参加し始めの頃は、なかなか募金が集まらないうと焦ってしまい、懸命に呼びかけたり、お経を詠んだりしていました。しかし最近は大観し、仏道修行の一環なのだから、募金があるうとなかろうと気にしないようにつとめております。

しかし、募金活動の効果を高めることを考えると、募金活動の目的をもっと強くアピールする必要があると思います。例えば、募金の趣旨説明と実行団体を記した表示物(被り物風)を担当する人と募金箱を持つ人とのペア制にするとか。昔の「社会鍋」(救世軍による生活困窮者救済の慈善活動)風な強くアピールする方法を考案するのは如何かと考えたりにしています。

集まった募金は、五一、七四一円でした。諸経費を差し引いた額を朝日新聞事業団を通じて寄付させていただきました。喜捨くださった方々ありがとうございました！(杉浦)

近況



龍泉院東堂
椎名宏雄 頓首

私は現在、流山市東深井にある某老人ホームで起居しております。大きな施設で健康管理は親切ですから、大勢のスタッフの方々のお世話になっていきます。昔より身心共に衰えましたし、気ままに生きられた龍泉院とは全く違う環境の中で身体が自由に動かせないという不如意はありますが、逆に文筆的な自由が格段に多いのは有難い事です。

例えば、出来ずにいた住所録（もう死亡者録？）の整理や、大学院以後、多くの識者から直接受けた講義録（勝手に『龍鳳聴聞録』と名付けたノート一冊）の読み返し（今は一九五七年～一九八六年の三〇年間のもの）を懐かしく拝しています。その一九四四年一〇月二日、第一七回全日仏が成田山新勝寺の信徒会館で行われた梅原猛氏の講演では、「近代

文明が憎しみと闘争が根本にある以上は平安にはなれない。和平を基盤とし念仏や坐禅をもつ仏教こそ、現代の行き詰りを打開できる」と強調していました。まったく現代の世相にも当てはまりますね。昨年暮れには京都の書肆から、私の専門研究の全集ともいえるべきA5版三巻二、五〇〇頁の巨冊の第一巻が刊行されました。別に『沼南の宗教文化誌』第三巻も一月には出版を果たし、すでに参禅会に出席の皆様にはお渡ししております。

「春は名のみの風の寒さ」で鶯も声を控え目の昨今、どなたも健康第一とご自愛を忘れず、お互いによい新春を迎えましょう。（二月記す）



椎名老師ご夫妻の新居
流山市の某老人ホーム

宋元版禅籍の文献史的研究〔全3巻〕 椎名宏雄 著

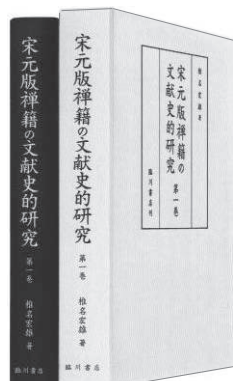
著者の宋元版禅籍の文献史に関する研究を全3巻にまとめる。論文約100、解題類130、目録・講演集10、総計240編に及ぶ。これらの著述を伝記・系譜、燈史、清規、綱要、詩文、語録、偈頌、公案、注解、目録、講演録に分類しまとめた研究者必携の巨冊。

- ◎第一巻：序論／伝記・系譜／燈史／清規／綱要
- ◎第二巻：詩文／語録
- ◎第三巻：偈頌／公案／注解／目録／講義録／索引

【推薦文】野口善敬（臨濟宗妙心寺派宗務総長）
永井政之（駒澤大学総長）

第1巻／2023年秋刊行・現在配本中

臨川書店・京都



龍泉院の四季の花

(一)

坂牧 郁子

「龍泉院は、いつ行ってもきれいな」と友人によく言われます。沢山の植物や草花がいつも心地よく整備され、四季折々に咲く花々が、清々しさを感ぜさせてくれるのでしょうか。そんな植栽を改めて確認してみたいと思いました。

龍泉院山門前にあった大杉が伐採され、景色は一変しました。令和三年五月のことでした。あれから三年です。

九月、秋彼岸の頃、山門前には彼岸花（曼殊沙華）が群れて咲きます。石垣の上に咲くので、目線が合い見やすいです。赤花の中に白花が数本、お互いを引き立てて見事です。何本咲いても香がなく、有害植物といわれますが、鱗茎は薬用になります。宿根草なので

山門前の彼岸花



花と葉の時期を違えながら、毎年少しずつ増えていきます。

十月、六地藏堂の隣には、種をこぼしたコスモスが例年、色とりどりに咲き競います。

十一月、花が少なくなる時節、本堂の前、山崎弁栄石碑の後手に、八手やぐらが白い花を咲かせます。艶のある緑の葉よりも高く、多数の五弁の球状の小花です。夏に紫黒に熟した実を鳥がついばみ、思わぬ所で芽吹きますので境内の他の場所にも、八手はあることでしょう。お墓入口の水場近く、芙蓉も残りの花をつけ、色が薄くなっていますが、健在です。

弁栄聖者碑の後ろの八手



十二月、冬至の頃には、つぼみが解けて、ろう梅が開花します。まだ落ちきらない葉に護られて、ろう細工のような黄色の花びらで

す。気高い香が、年末、年始を寿ぐように感じられます。ろう梅は宝蔵の前と、本堂の横の雲堂への道右側とに二本あります。どちらも手入れがゆきとどき、目線の高さに仕立てられています。霜柱の立つ寒気の中で凛とした佇まいです。

宝蔵前のろう梅



境内には椿が多種類あり、本数も多く、植えられた場所で、それぞれが咲く時節を待っています。山門と六地藏堂の間にある白椿は早咲きで、今、満開です。が、純白の花びらは寒気で傷みやすく、見事な姿を見るのは、難しいです。大悲殿玄関前の椿は、例年大輪で純白の花を咲かせます。斑入りの赤い大きな花、赤や白花の侘助など、心待ちにされる椿の花々です。

椎名東堂が挿し木をされた三角山の椿も、大分大きくなりました。どんな色の花を咲かせるのでしょうか！楽しみに待たれます。

想うこと

生死

柏市 岡本 匡房

昨年（二〇二三年）、恐ろしい歌を聞いた。曲名は『思い出のグリーン・グリーン・グリーン・グラス・オブ・ホーム』。

都会に出た若者が故郷を想って謳った歌だ。懐かしいわが家、子供の時に上った檜の木、そして笑顔で迎えてくれる人々。まさに、少年のころに旅立った故郷への想いがあふれている。

日本でも『故郷』をはじめ、都会に出た人が故郷を偲ぶ歌がいくつもある。それに重ね合わせ、ほのぼのした思いが湧き出ていた。

ところが、「これは都会で罪を犯した死刑囚が死刑の前日に夢に見たのを歌にした」と聞いて鳥肌がたった。死の前日、彼は何を考えたのだろうか。故郷への思いは幼少期に育った三重県の我が家がなくなり、いま、千葉に住み、帰るところのない終末が近い八十路の身にとって、二度と聞く気にはならなくなっていた。

若くして亡くなった石原裕次郎の歌に「長

かるうと短かるうとわが人生に悔いはない」というのがある。彼は今、總持寺に大きな墓を建てた。兄石原慎太郎ははるかに長寿だったが、海に散骨した。

どちらが、悔いのない人生だったのだろうか。いや、両方とも悔いの残る人生ではなかったのだろうか。だれも、よい思い出より苦しい思い出の方が多い。簡単に「悔いはない」という人がいたら、よほどの能天気か神のような人だろう。

昨年「喪中につき」との手紙を一〇枚近く受け取った。八十路に入って数年、死は身近にある。諸行は無常。死は死刑囚ほどではないが、いつ来ても不思議ではない。

だが、それへの備えは全くできていない。どの宗教も「日々充実して生活し、それを続けることが人生の充実につながる」としている。だが、死が身近になったとき、それは気休めでしかないのではないか。

そんな中、心に残る和歌がある。「春は花夏ほととぎす 秋は月 冬雪さえて 涼しかりけり」がそれ。

これは道元禪師が詠われた和歌だが、そこには必死で修行に励む意気込みも、無理に気持ちを奮い立たせる意気込みもない。「自然の

ままに生き、それにわが身を重ね合わせる」おだやかな人生が感じられる。

道元禪師には厳しい修行を促す本がいくつもあるが、どうも今一つ心に入り込んでこない。その中で、この和歌は一服の清涼剤になっている。

『正法眼蔵』の中の『生死』の巻にこの和歌に似たこんな一文が出てくる。

「生死に著すれば、これも仏の御命をうしなうなり。（中略）心を以てはかることなかれ、ことばを以ていふことなかれ、ただ、わが身をも心をもはなちわすれて、仏の家になげられて、仏のかたよりおこなわれて、これにしたがひもてゆくとき、力をもいれず、心をもついやさずして、生死をはなれ、仏となる」。

これはなんとなく他力本願ともいわれる浄土宗の教えに似ている。だが、「衆生済度」を目標とした大乘仏教の精神を見た時、坐禅も南無阿弥陀仏を唱えることも「雑念を排除、精神を一つにする」という意味では同じではないだろうか。

死刑は罪を犯した人だけではなく、人間すべてに共通する。それにどう対処するか。まだ、答えは得ていない。



高見順「帰る旅」に学ぶ

我孫子市 清水 秀男

高見順氏は昭和を代表する作家で、昭和という時代を生々しく描写し、最後の文士とも言われています。主な小説は、『故旧忘れ得べき』『如何なる星の下に』『いやな感じ』『激流』等が有名です。一方詩人としても著名で、特に五六歳の時食道がんに冒され死と向き合う中で、自らの生と死を透徹した眼差しで見つめ紡いだ詩集『死の淵より』は胸を打つものがあります。高見氏は、食道がんの最初の手術をして以来、三年の間に更に三回の手術を重ね、がんと壮絶な闘いをし、五八歳で生涯を閉じました。この詩集は一切のものを口を經由して食べる事が出来なくなり、人間として当然の行為を奪われ、かつ手術の度に体力が失われていく現状の苦痛に耐え、もがき、受容し、超えて行こうとする心情を吐露した作品です。その中から「帰る旅」を取り上げてみたいと思います。

帰れるから／旅は楽しいのであり／旅の寂しさを楽しめるのも／わが家にいつかは戻るからである／だから駅前の上っからいらーメンがうまかったり／どこにもあるコケシ

の店をのぞいて／おみやげを探したりする

この旅は／自然へ帰る旅である／帰るところのある旅だから／楽しくなくてはならないのだ／もうじき土に冥れるのだ／おみやげを買わなくていいか／埴輪や明器のような副葬品を

大地へ帰る死を悲しんではいけない／肉体とともに精神も／わが家へ帰るのである／ともすれば悲しみがちだった精神も／おだやかに地下で眠れるのである／ときにセミの幼虫に眠りを破られても／地上のそのはかない生命を思えばゆるせるのである

古人は人生をうたかたのごとしと言った／川を行く舟がえがくみなわを／人生と見た昔の歌人もいた／はかなさを彼らは悲しみながら／口に出して言う以上同時にそれを楽しんでに違いない／私もこういう詩を書いて／はかない旅を楽しみたいのである

人生ははかない旅であり、いずれ迎える死は故郷のわが家に帰る事である。わが家に帰るとは自然、即ち大地に帰る事である。そこは自分の肉体と精神の安息の場所であり、おだやかに眠れる所である。

人生は安穩なわが家に帰る事を約束されたひと時の旅であり、悲しむのではなく楽しまな

くてはならない。

高見氏は迫り来る死と向き合い苦悩と葛藤を重ねながらも、最終的には現実を受容。生と死は一如であり、死は大地に帰る事、即ち命の根源であるわが家に帰る事であり、このはかない今生を旅として楽しみたいたと結んでいます。

私も食道がんで、一昨年八時間余に及ぶ手術を受けました。七九歳でがんが見つかり、術前抗がん剤治療を受け、その後食道亜全摘手術という選択をしました。抗がん剤治療の厳しい副作用でかなりの体力を消耗し、食事もままならず、果たして長時間の大手術に耐えられるだろうかと一瞬死を覚悟した事もありました。

幸い、高見氏の時代とは違いロボット手術等低侵襲手術の進歩のお蔭で何とか手術を乗り越えられましたが、その後合併症ともいべき腸閉塞に一昨年一度、昨年三度計四度見舞われ入院を繰り返しています。

私の拙い経験からも、高見氏が自らの病から死に向き合い、導きだした透徹した生死観を著した「帰る旅」に深く共鳴すると共に、いのちとの向きあい方に多くの学ぶものがあり、勇気づけられています。

第四一回成道会に参加して

柏市 石澤 健

般若心経に想う

我孫子市 小畑 二郎

自分にとって二回目の成道会参加でした。年番幹事の佐藤さんより「侍香」配役の依頼があり、今まで参加させていただいた三仏忌の諸行事でベテランの先輩方が配役を務められるという認識でしたので非常に戸惑い、自信もありませんでしたが、龍泉院参禅会にお世話になって、出来ることは恩返しのためにも協力させていただく思いでやらせていただくことになりました。

九時からの坐禅堂での坐禅の前に八時半から本堂で明石方丈様、送迎佐藤さん、侍者山桐さんにリハーサルで指導していただきました。本番ではぎこちないのを自覚しながら、なんとか務めさせていただきました。

成道会法要が般若心経唱和、回向、普同三拜後に明石方丈様との問答を拝見し、まだ問答体験はなく、次回機会があれば問答体験させていただきたいと思いました。



椎名宏雄ご老師、小畑節朗代表幹事をはじめとして龍泉院参禅会の皆様方には日頃、言葉にして言い尽くせない大恩があり、せめてものご恩返しにと、岡本匡房さんとともに、令和六年の年番幹事を務めさせていただきました。

また、新就職、明石直之様のご指導のもと、参禅会の新たな「五〇年」を発足させるにあたって、若い世代に「自未得度先度他」の参禅会の精神をお伝えすることができればと思っています。

明石禅師は、難解な仏教の経典を分かりやすく教えてくださることにたけておられるようで、今後、若い信徒の間に参禅を広げることとを願っています。

一月の定例参禅会から、ご提唱の前に般若心経を誦するにあたって、昨年暮れにその意味について解説してくださいました。般若心経の要点は、形のあるもの、目に見えるもの、耳に聞こえるもの、手で触れるものなどに真理はなく、すべて存在するものは「空」であることを教えていることにある。

「空」とは、一切の物事は、我々の存在そのものも含めて、縁によって生じ、縁とともに滅することをいう。真理は、目には見ることでできない「縁」そのものにある。だから、本来の自己の生き方を自覚するためには、自己の「我」を捨てて、「万法」に素直に従い、他人を尊敬し、広く世界の因果の中で生かされていることを自覚することが必要である。このような教えによって、「色即是空、空即是色」の意味を初めて体得したような気がしました。

以下、浅学の誤解かもしれませんが、誤解ついでに、一言付け加えさせていただきます。以上のような般若心経の教えは、現代の経済哲学にも通じるような気がします。これまで我々は、貨幣や商品など、形のある物質だけを富だと誤解してきましたが、それらの物は、我々を取り巻く人々の信頼関係、すなわち「縁」によって支えられて、はじめて諸国民の富になっている。そのような信頼関係が無くなれば、ただの空箱にすぎない。アベノミックスが結局うまくいかなかったのも、貨幣をばらまくだけで、その貨幣を広く庶民の幸福のために使う手本を示さなかったからだ。以上のように思念しております。

山内動静

地域の方に「椅子坐禅」指導

〓手賀地区「お寺でカフェ」〓

昨年一月一八日、大悲殿で開催された月例「お寺でカフェ」において、明石方丈様の指導による「椅子坐禅」が行われました。



明石方丈様より坐禅指導を受ける参加者

「お寺でカフェ」は、柏市社会福祉協議会の地域福祉事業であって、地区ごとにお年寄り

の居場所を作って健康増進に寄与するものです。手賀地区においては、龍泉院様が居場所の提供を承諾されたお陰で、二〇二二年一月からスタートすることができました。

当日、龍泉院参禅会から、小畑代表幹事・五十嵐・河本・坂牧さんと杉浦が協力のため参加しました。地域の参加者は殆どが坐禅初体験のようでしたが、明石方丈様直々のご指導によってよい体験ができたものと思います。

その後、名物「第三回歌声喫茶」（杉浦主

歌声喫茶風景



宰）を実施しました。進むにつれ次第に熱気が増していき、「最後の「健康マーチ（三六五歩のマーチの替え歌）」の歌唱で最高潮となつて終了です。

今後も、参禅会と地域の方々との交流を盛んにしていくことは、お互いに有意義なことだと思います。

（杉浦）

龍泉院様の「初不動」

堂々と厳修さる！

去る一月二八日、龍泉院様恒例行事の「初不動」が厳粛に行われました。当日参列されたのは、檀家の方一五名、参禅会員四名、総勢一九名でした。

平素の各種法要のときと異なるのは、木魚の脇に太鼓が据えられていることです。祈祷太鼓と称して、「般若心経」その他経文読経の際、太鼓を叩きながら行うためのもの。

須弥壇上の威厳ある「不動明王像」、太鼓の響き、終盤に明石方丈様が行う短刀による邪気払い「エイツ！」の気合等が総じて、本堂はさながら修験場と化したのであります。

最後は、福引きのプレゼント実施、祈祷札の授与が行われ、無事円成となりました。



刀を振る明石方丈様

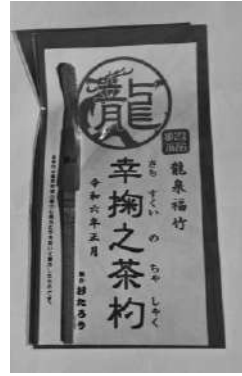
拈香法語を唱える明石方丈様



「春一番」が吹き荒れる中

心温まる「涅槃会」挙行

去る二月一五日、導師の明石方丈様と参禅会会員二二名にてお釈迦様涅槃の法要を行いました。



二〇二二年来、参列者へ参禅会の杉浦氏より、龍泉院様の竹を用いた手作りの縁起物が贈呈されておりますが、今年は「幸掬い之茶杓」が贈られました。

前日から 気温が二〇度ほどまで上昇し、当日は 朝から強風が吹くなど、少々荒れ模様。春近しを感じる日でありました。法要は、左記の差定に従って肅々と行われました。

拈香法語	明石方丈様
焼香・普同三拝	一同
般若心経・舍利礼文	一同唱和
回向	維那
普同三拝	一同

法話《簡単・当たり前のこと》

実践を重ねることの大切さ》

法要の後は、明石方丈様より、まことにありがたい法話を賜りました。

今回は、自動車用品チェーン店の大手「イエローハット」の創業者鍵山秀三郎氏が実践し続ける掃除と、その哲学的思想を解説された上で、日常生活の大事な心構えをご指導くださいました。



本堂に飾られた大迫力の涅槃図

- ・ 職場環境が汚いと人間関係も悪くなる。
- ・ 掃除を続けて、環境がよくなると人間関係もよくなる。
- ・ 社会全体も同様である。
- ・ ニューヨーク州で、市長が率先して美化運動を実践した結果、犯罪が減った事例がある。
- ・ 掃除をすると、謙虚さ、気付き・感動等の心が育まれる。
- ・ 物を磨くことは心を磨くことである。
- ・ 『正法眼蔵』生死の巻にも、事象にこだわらず、悪事をせず、人にやさしくとお示し。
- ・ 短調・平凡なことを重ねることには徹すれば非凡になる。

沼南雑記

令和五年

【定例参禅会・年間行事】

(一) 内は座談の司会者
*氏名は敬称略

- 九月二四日 一八名 (佐藤 修平)
- 一〇月三日 一六名 (佐藤 修平)
- 十一月二六日 一八名 (佐藤 修平)

龍泉院参禅会簡介

【参禅】

一、定例参禅会

- ・日時 毎月第四日曜日九時(初参加は八時半) 来山、正午解散
- ・坐禅 口宣、坐禅、経行、坐禅の順
(坐禅は二炷三〇分、経行は一〇分)
- ・提唱 木版三通、開経偈、『正法眼蔵』の提唱
- ・座談 自己紹介・喫茶・座談

一、自由参禅

- ・日時 毎月第一日曜日と第二土曜日
- ・坐禅 九時から一〇時半まで(入堂九時まで、退堂自由)

※会費なし、年齢・性別など一切不問、初心者には懇切に指導

【年間行事】

- 一、一日接心 本年は六月二日、四炷の坐禅と提唱等
- 一、成道会 本年は二月八日、坐禅二炷・法要・問答・法話等
- 一、他の行事 涅槃会(二月一五日)、降誕会(四月八日)、施食会(八月一六日)、歳末助け合い托鉢(二月一五日)、団体参禅受け入れ、歳末煤払い(二月定例参禅会后) 毎月第一と第三金曜、及び第二土曜に境内の掃除等

一、作務

- 【会報誌】 年二回発行(①四月八日・②一〇月五日発行)
- 一、『明珠』 年一回発行
- 一、『口宣』 年一回発行

【ウェブサイト】 <http://www.gusenin.org/> 『明珠』『口宣』のバックナンバーがご覧になれます。

一、成道会

- 二月三日 一四名 (代表幹事・小畑 節朗)
- 二月一〇日 九名 (佐藤 修平・河本 健二)
- 二月二四日 一七名 (佐藤 修平・河本 健二)

令和六年

- 二月二七日 一五名 (小畑 二郎)

一、涅槃会

- 二月一五日 一二名 (小畑 二郎・岡本 匡房)

- 二月二五日 一六名 (小畑 二郎・岡本 匡房)

【自由参禅】

- 九月三日(二〇名)・九日(二一名)
- 一〇月一日(七名)・四日(七名)
- 一〇月五日(二〇名)・一日(七名)
- 二月九日(八名)
- 一月七日(八名)・一三日(七名)
- 二月四日(二〇名)・一〇日(九名)

【奉仕作務】

- 九月一日・九日・一五日
- 一〇月六日・一四日・二〇日
- 十一月三日・一一日・一七日
- 十二月一日・九日・一五日
- 一月五日・一三日・一九日
- 二月二日・一〇日・一六日

【令和六年年番幹事】

- 小畑 二郎
- 岡本 匡房

【編集後記】

▶今年は元日から能登半島が最大震度七の大地震に見舞われ、翌日には羽田空港で日本航空の飛行機が海上保安庁の飛行機に追突・炎上する大事故が発生しました。

・この先も世界各地での紛争など、前途多難な問題に続々と襲われるかもしれないという、漠然とした不安が去来しますが、的中しないことを祈るばかりです。

▶昨年九月に、節目となる五〇歳を迎えました。三〇歳・四〇歳を迎えたときにはそれほど感じなかった体力の衰えをはっきりと感じております。また、緑内障が判明するなど、体の不調も生じてきています。

・これからは、自分の体を労わりながら生活していくことの必要性を感じるこの頃です。

▼椎名東堂の『従容録に学ぶ』(吉澤)号から二則一挙掲載となりました。

・『従容録』私の一押しはこれだ! の発案者は、市川洋介さん。市川さんは前号の特別企画、「『明珠』は〈サンガのきずな〉」において、毎月提唱される『正法眼蔵』につき、各人が興味をもった巻を紹介しあうのは如何かと提案されたことをヒントに、本特別企画を実施。小畑二郎さんと岡本匡房さんが今年の年番幹事を担当。感謝します。佐々木宏幹先生が二月二六日、逝去。冥福をお祈りします。(宏済)

「坐禅」体験のおすすめ ～「椅子坐禅」もできます～



ときに、本物の坐禅堂に坐り、自己とじっくり向き合ってみてはいかがでしょう。坐禅の作法等は、ご指導いたします。

・坐禅体験の申し込み

ホームページ(<http://www.ryusenin.org/>)

電話(広報担当・五十嵐)080-6571-4154

・体験日:巻末頁の「簡介」に記載の定例参禅会か自由参禅のどちらかどうぞ。

龍泉院参禅会