

## 坐に先立つて

初めての方に坐禅の要領をお話いたします。なぜ坐禅が必要なのかと言うと、身と心が離れてしまい、それに依って自我が発生したからです。諸悪と苦悩は自我によって発生するからであり、人身を危うくする元凶なので、坐禅が必要なのです。自我が何故諸悪と苦悩の元凶かというのと、自我が本来の「道」「法」を眩まし分からなくするからです。道が不明になると、そこから前世の動物的業に心が支配されて諸悪を為し、六道を輪廻して無間地獄に落ち、永遠に苦しむ事になります。

今生に於いてこの心身を度すとは、諸々の諸悪の元凶である心身の隔たりを取り、本の身心一如に戻すことです。その瞬間に道がはつきりして、執着の本である自我が取れて無くなるのです。そのための坐禅です。即ち、身心一如に目覚めれば良いのです。

どうすれば身心一如に戻るかです。それは一つ事に徹して、我れを忘れ切ることです。我れを忘れ切るとは、そのもの自体になることです。しているその事も忘れ、している自分も忘れることです。そこまで徹するには、本当に真面目に、本真剣になって初めて没頭できるのです。言うなれば、没頭し陶酔し切らないとその物だけには成らないのです。だから心の全てを捨て切って掛かることです。徹してその物ばかりになると、一切が無くなるのです。真箇に徹したこの時、自然に「隔たり」が取れて身心一如に目覚めるのです。この瞬間に自我が消滅し、「道」「法」が現前して一切が明了々となるのです。

おもしろい事や好きな事、得になる事や興味のある事だったら、いきなり時を忘れ、寒さもお腹が空いた事も忘れてできるものです。楽しい事、面白い事は囚われ易く、没頭しのめり込み易いのです。だが苦痛や努力を要する事や、危険や恐怖、孤独感や切迫感、或いはしたくない事に対しては避けて通りたい、楽な方に行きたいという指向性が働くのです。生命を維持するために危険を避け、安全を確保してきた生命保存本能がそうさせるのです。何でもないことや、そう言う多大な努力を必要とすることに、なかなか本気にはなれないのです。それも我々が生まれたときに既に持っている心の作用なのです。縁次第で自由に発生し現れると言う、全く以て知性や論理ではどうにもならない存在が心なのです。とにかく「隔たり」が有る以上、縁さえあれば何時でも自我が現れて悪さをします。これを取らなければずっと苦しみ続けることになるのです。上手くしたもので、ちゃんと崇高な精神も備えているのが人間ですから、取ると言っても別段なことではないのです。ただ身と心とを隔てる癖、「隔たり」を取ればよいのです。この心の癖を取る為の修行なのです。それが坐禅です。坐禅ばかりになる。坐禅の今に徹する。徹すると自然に身心一如に戻るのです。

その事自体になり、一つことに成り切れば身心一如です。何事も真剣に、真面目に、一心不乱に「今」していることのみになることです。禅とは「その事に素直になって余念の無い」ことです。自分で作った概念や知識や道理を、全部一回外す。横に置いて、「今」に徹するのです。

そのために一心不乱に「只」するのです。一息のみになって、一息しておる自分を忘れ、一息しておる事も忘れて、一息の全身になることです。早い話が、呼吸に我を取られたら良いのです。そのためにがむしやらに、一心不乱にやる。没頭しきることです。余分なものが入る余地のない真剣さで一息をするのです。だから一息に徹すればよいのです。他のことは用がないのです。

何故かという、至り得たらみな分かるからです。分かるための努力や、理解のための努力は絶対し

ないことです。反対から言えば、あれも分らない、これも分らない、という自分に翻弄されないことです。それらが心を攪乱するのです。そんな心の全てを離してしまつのです。分かるとか分らないとか、知りたいという心を一切超越して、一心不乱に一呼吸をすることです。

初めての人は、坐禅は難しいと思ひ勝ちですが、「今」「只」その事を実行しておればよい、という信念を持って下さい。そうしないと言葉に振り回されますから。「今」「只」実行しておれば、それが、心の纏れも、心の濁れも、心のしわも、心の癖も、隔ても取ってくれるのです。

途中で鳴らし物が入りますので、その都度、腰を捻ってください。それは、身体の自然を保つ為、煩惱を切る為でもあり、睡魔を撃退するためでもあり、色々な功德がありますから、怠りなくやってください。では。

## 正法眼蔵 有時 提唱

本文

「時もし去來の相を保任せば、われに有時の而今ある。これ有時なり。かの上山渡河の時、この玉殿朱樓の時を吞却せざらんや。吐却せざらんや。三頭八臂はきのふの時なり、丈六八尺はけふの時なり。しかあれども、その昨今の道理、ただこれ山のなかに直入して千峰万峰をみわたす時節なり、すぎぬるにあらず。三頭八臂もすなはちわが有時にて一經す、彼方にあるににたれども而今なり。丈六八尺もすなはちわが有時にて一經す、彼処にあるににたれども而今なり。

しかあれば、松も時なり、竹も時なり。時は飛去するとのみ解会すべからず、飛去は時の能とのみは学すべからず。時もし飛去に一任せば、間隙ありぬべし。有時の道を經聞せざるは、すぎぬるとのみ学するによりてなり。要をとりていはば、尽界にあらゆる尽有は、つらなりながら時時なり。有時なるによりて吾有時なり。

有時に經歴の功德あり。いはゆる、今日より明日へ經歴す、今日より昨日に經歴す、昨日より今日へ經歴す、今日より今日に經歴す、明日より明日に經歴す、經歴はそれ時の功德なるがゆゑに。古今の時、かさなれるにあらず、ならびつもれるにあざされども、青原も時なり、黄檗も時なり、江西も石頭も時なり。自他すでに時なるがゆゑに修証は隨時なり。入泥入水、おなじく時なり。いまの凡夫の見、および見の因縁、これ凡夫のみるところなりといへども、凡夫の法にあらず。法しばらく凡夫を因縁せるのみなり。この時この有は法にあらずと学するがゆゑに、丈六金身はわれにあらずと認するなり。われを丈六金身にあらずとのがれんとする、またすなはち有時の片片なり、未証提者の看看なり。

いま世界に排列せるむまひつじをあらしむるも、住法位の態度なる昇降上下なり。ねずみも時なり、とらも時なり、生も時なり、仏も時なり。この時、三頭八臂にて尽界を証し、丈六金身にて尽界を証す。それ尽界をもて尽界を界尽するを、究尽するといふなり。」

提唱はいつも申し上げているように、分かる分らないなしに、只聞いて下さい。

「時もし去來の相を保任せば、われに有時の而今ある。」

去來とは、行ったり来たりで、闊達自在の意です。「もし」を軽く見る。時そのもの、「今」になつて自在な働きを体得したならばですよ。時とわれと同事で一体だから、十二時中即「今」であり、われで

ない物はない。われでない時はないのです。既にお話しをしましたように、見る時、見るという余分な物はなく、満身その物になつてゐる。他の覚知全てそうです。もし見るといつ物が有つたら、それは妄覚であり悪知悪覚です。これが囚われです。囚われ無しに見る。見る底です。これが「われに有時の而今ある」様子です。言葉はややこしいが、「只」「であれば、時と自己と同事だということ。聞く時には、聞いておると言つ自分は無い。」只「聞く。これが本当に聞く様子です。音と自己と隔てが無いことです。」おはよつ」といつた時には、即みなさんに「おはよつ」がある。何の道理も手続きも無いにいきなりそうあるでしょう。「バカ野郎」と言われたら、即バカ野郎になつてゐる。ただそれだけです。即終わつて何も無いでしょう。

ところが、時のこのような自在な働きを体得しなかつたら、「今お前、誰に向かつて、言つたんだ。バカとは何だ！」と自我がいきなり出る。それは隔てが有るために対立するからです。そこから迷いが始まり、大げさに言えば戦争の種になるのです。争いとはここから起こるのです。とにかく「隔たり」から問題がおこるといふことです。

でもこの事実の様子は分かつても分からなくても、体得の有無に拘わらず、全てそのものと同事なのです。時というものは、過ぎ去つたり、来たりするように見えておるけれども実際は、活動体そのものです。我々自体の様子に過ぎない事を自覚しなさい。さすれば一切が綺麗に治まり、何の問題も無いことが分かるということ。です。

「これ有時なり。」

これが本当の有時だ。真相なのだ。要するに、これが「道」「法」です。

「かの上山渡河の時、この玉殿朱楼の時を吞却せざらんや。吐却せざらんや。」

山に登つたり、河を渡つたり。そのような事が有つたり、無かつたりします。時その物に成つていないと全てと隔たり、心の影として、山や河が出来て、登つたとか渡つたとかが起きてくる。その時時の様子そのままにはいかなくて、絶えず物が気になり事が気になる。有るとか無いとかが気になつて囚われてしまふ。一々認識して認めてしまふのはその為です。心の中に、虚像がどんどん生まれ蓄積されていくということ。これが通常の道を知らない人の様子だが、それは本来と違つて言つわけです。ここでその事を天下に向かつて詰問し正していくのです。

「かの」は一度出した話題を指す語です。諸人に尋ねてみるぞ。前述した上山渡河の時には、この玉殿朱楼の時は有つたのか、それとも無かつたのか？ どうじゃ！ これが明了であれば宜しいという宣言です。又、玉殿朱楼に到つた時、かの上山渡河の時は有つたのか無かつたのか？ ここで道元禪師をして破顔微笑せしめるには、如何に返答すればよいかです。

薪が燃えて灰になるに非ず。薪は薪の法位に住し、灰は灰の法位に住す。この句と同じ意です。

吞却は飲み尽くすことです。飲み尽くしたら無いでしょう。吐却とは、吐き出すことで、有ることです。玉殿朱楼は、字の示すとおり素晴らしいお城です。手短に言えば、我が屋とか我が城でもいいのです。

本当に歩いていたら、山と言つ思い等はない。河もない。歩もない。さあ、じゃ山が有るのか無いのか。河が有るのか無いのか。

有るとすれば、それは自分が吐き出した世界ではないのか？ 自分が尽界に成つてゐる様子を言つてゐるのです。目にたつ物が無いとすれば、呑み尽くしてしまつて無いからではないのか？ つまり、尽界が自己に治まつて、他に一切無いことを言つ。何れも自他不二、一つが一切、一切即一を示されてい

るのです。さあ、どつちだ。つまり、一切がわが世界だから、その他に別なる物は無いと言つことです。みなさん朝起きるや、まずトイレに行き、顔を洗い食事を頂く。正装して会社に向かう。スタスタと切れよく歩いて会社に着く。本当に切れよく行動して、その事のみになつていたら、今今してきた事など心の中に残つてはいない。前後際断で動作していたら、その事自体になつていたので、去來の相のままに終わつて居るのです。振り返つて見れば、確かにそれらの経過を知ることが出来る。でも心の中には、環境も人も何も無いのです。

皆さん一生懸命になつた時、こう言つ経験は何度かしてきたはず。時と一つになり、その場一つになり、その事に一つになつて、自分がなくなつた様子です。自分の見解や觀念、認識を離れて、ただ、事実としての今、今、今、今があつて、何の障りも、何の災いもない。非常に充足し、爽やかな達成感があつた。子供の時からちよくちよく誰でもあつたはず。こういつ法を聞いてないと、我れがなくなつて、その物と一つになつた様子。これが本来であつて、大変大切な体験であることも分らない。それが解脱の手がかりであり入り口である事の自覺につながる。実に惜しいことです。

だからこの正法はよく聞いておく必要があるのです。そういう大事な道があることを知つておれば、体験が起こつた時、確かにそつだ。このように「只」「一心不乱になつておればよい、という確信が湧き、單純化への道が手に入るので。それだけ樂になり救われていくのです。だから「成り切つた」体験が有つても、それが生かされるか死ぬかは、法を聞いて居るかいにかたります。

### 「三頭八臂はきのふの時なり。丈六八尺はけふの時なり。」

三頭八臂はきのふの時なり。きのうは過去で、既に無いといつこと。そういうものに出会つた時もあった。一年前でも千年昔でも同じで、三頭八臂も時も無いことです。目前の丈六八尺の仏像は今日のことであり今の様子であると。前後を付けければ昨日の時であり、今日の今である。今は今にして、今に非ず。

### 「しかあれども、その昨今の道理、」

有つたり、無かつたり、作用したり、しなかつたり、出会つたり、出会わなかつたりする、それら全体の様子をも少し分かりやすく言つならば、前後有無云々と云つ理屈の事だ。

### 「ただこれ山のなかに直入して千峰万峰をみわたす時節なり、」

皆さん山の中に入つたことはありません。前を見る、後を見る。上を見る。左右の木を見る。何の意図も無く氣の向くままに「只」見ます。前の木を見れば木があり、向こうの山を見れば山があり、後ろを見ればそれです。そうやって山全体をくるくると見渡して見ても、跡形も何にもない。前後も昨今も無い。これら全体が時の自然の様子であり、時々の時節です。

大燈國師の歌に「五條京下の橋の上、行き來の人を深山木に見よ」と。本当に見るといふことは、京の都の五條の橋の上を、行つたり來たりしている人を、人とも何とも思はず、深山の木を見るように「只」見ることだ、といふ道歌です。この歌で修行の要は足れりです。そこには自己も無く計らい事も無い。囚われるものもなんにも無い。時という觀念が無いので、昨日とか今日とか前後の付けようが無いではないかと。これを簡潔な言葉で「ただこれ山のなかに直入して千峰万峰をみわたす時節なり」と言つたのです。大燈國師の境涯とぴつたり符合するでしょう。言い方は違つていても、内容はみんな一つ事です。「道」「法」とは、何にも無い、空っぽの自在な世界であることを言おうといふのです。

「すまぬるにあらず。三頭八臂もすなはちわが有時にて一經す、」

一經の意は、一つの道理とか、様子とか、道すがらのことです。過去、現在、未来があるなどと、時をそついつふうじに自己を立て、認識を働かせて眺めたら顛倒夢想となるのです。どうしてかというところ、そのように隔てて時を捉えたら、どうしても前後が出来てしまう。すると過ぎ去るとか来るとかが始まって、六道を輪廻することになるのです。本当の時は、孤立して単体で存在する事は有り得ないからです。表だけ、裏だけの紙など無いでしょう。全て時だから、だから過ぎ去ったり、やって来たりするものではないぞと。本来一つ物の分かれだから、怪物だと思っておる暇がなく、瞬間、即、怪物となるのです。すなわちとは即です。いきなりです。その時、それが自分の姿であり様子であると。

本来、目を開いた時には、既にその世界がある。それがその時の自分です。体得したからしないからではなく、本来みなそうになっているのです。その事を知らないだけだぞといつこととです。

「彼方ひはうにあるにたれども而今なり。」

ここが大切なところとです。彼方にあるにたれどもですよ、遠くの山だなど意識し、彼方に有るように思った時には、事実としても既に眼中の世界なのです。パツと見た瞬間に、あつちじゃなくて、即自分の世界となつていてしょう。「おお、君か」と言つた時には、既に君が私になっているのです。この隔てのない道を、入我我入と言つのです。自他不二とも言います。いきなり、いつでもです。この事を道元禅師は、有時であり而今なのだ。我々の全体がいつでもそうなのです。

修行者を点検するのに、何処まで手元に来ておるかを試す方法として、梅干しの味はどんな味か、とか、今食べておるその味は、どんな味だと聞く。すると直ぐに何とか言う。その物自体に気がついていない限り妄覚の人です。ですから言葉に事実があると誤認しています。必ず理屈が出現し解析が始まって虚像世界を弄する。梅干しはスツパイが塩分が有って辛いだとか何だとか、形容詞の限りを尽くすのです。

ところが有時に気がつき、而今に気がついた人は、即梅干と一つになる。タツと掴みに行つて、パツと口の中に入れるでしょう。口の梅干、梅干の口です。口の有時であり、口の而今です。疑いようもなく、明らかにそのものの味がある。酸っぱい！という前にもう酸っぱい味が先にある。事実、つまり厳然として有時の而今があつて、後に知性が知覚を認知し概念化するのです。これは梅干の味だ、と知るの、だから後の事で、南泉禅師の言う妄覚です。本当の時というものは、知る以前の世界であり道のこととです。

じゃ、どうあつたらいいのです。目の有時、耳の有時。目、耳そのものになることとです。「只」見る。「只」聞く。「これが而今です。もつ即それがそれだと気が付いて良い筈だと思つて、道元禅師は、ああも言い、こうも言い、そうも言いして、言葉を駆使して分からせようとしているのです。だから言つておる内容は、既に日常使い尽くしている我々の自在さのこととです。眼があり、耳があり、鼻があり、手があり、足がありして、川を渡る、山を登る、家にたどり着く、聞く時、思つ時、感ずる時、一瞬一瞬、われわれに模様される全部が有時であり、而今である。どうあつても自分であり、どうあつても宇宙と一体で、この道からは絶対に離れることは出来ないのだから、考える事も思ふ事も必要ない。だから隔てを作る心の癖を捨ててみよ。全ての心の働きを止めてみよ。一切が明らかになるから、と言つのが真意なのです。

「丈六八尺もすなはちわが有時にて一經す、彼処ひよにあるにたれども而今なり。」

これも同じです。

「しかあれば、松も時なり、竹も時なり。時は飛去するのみ解会すべからず、飛去は時の能とのみは学すべからず。時も飛去に一任せば、間隙ありぬべし。」

だから当然ながら松も竹も時である。飛去とは、通り過ぎていく、無くなるの意です。飛去は時の能とのみは学すべからず、とありますね。能とは、応用自在、働き、効用、作用のこと。されど時が自在に過ぎ去り流転するとのみ思ってはならない。それはそうであるように見えるが、そのような自我の見解を挟んではならない。過ぎ去っているようではあるが、全て今の而今の様子である。だから、事実である縁の尽、流転の時に任せ、自己を立てなければ、そのものと離れようがない。と言つのが、時もし飛去に一任せばです。間隙ありぬべしとは、隙間が無く一体と言つ事。聞いた瞬間、見た瞬間、思つた瞬間、食べた瞬間、全部それで成仏しているし、円満に現成し終わつておる。本来全て道であると言つ事です。

「有時の道を経圓せむるは、すまざるのみ半するにありてなり。」

有時の道とは、有時の真相、真実の姿です。経圓とは体得で、今はその逆。有時の真実を体得し得ないのは、自己を立てて、時を側面から眺めて前後を付けるからだ。前後が有れば而今の時は、過ぎていくものと決まりを付けてしまい、どうしても自我の隔てが取れなくなり、有時の真相を体得する事が出来ない。

「要をとりていはば、尽界にあらゆる尽有は、つらなりながら時時なり。」

だから時とは、最も要を尽くした言い方をすれば、今まで言つたように一切合切すべての作用は、今、今、と連なり一連のように見える。それが時ではあるが、一秒の百分の一、千分の一、無限に小さくても必ず切れておるのが時の本質なのである。畢竟つらなりながら、少しも連なつてはならず、脱落しておるのが時である。

そうでしょう。今私は皆さんが眼中にあつて一体です。いきなり天井を見ると、少しの躊躇もひっかけりもなく、即天井になつている。瞬間という間も無い。時が僅かでも重なつたり引つ付いていたりしたら、このように自在にさらさらといかない。完全に時が切れて脱落している証拠です。ここを、つらなりながら時時なり、と言つたのです。時そのものになれば、自ずから脱落底です。だからその物自体に成り切れれば良いのです。

「有時なるによりて、吾有時なり。」

有時とは全ての世界です。あらゆる時はですよ、一秒の千分の一も繋がっていないから、全ての作用や働きは、時と少しの間隙も隔たりもないのです。だから見聞覚知の有時は、すべて自分の様子であり、全部が自分なのです。

「有時に経歴の功德あり。」

経歴とは、縁に従つて自由自在に作用し続いていくことです。わざわざ功德と言つたのは、物は変化作用をして用を為すでしょう。水が落ちること、流れること自体、そこに有ること自体、用を為しているでしょう。このように、時の自在な作用が続く様子を、有時に経歴の功德あり、と評したのです。

「いはゆる、今日より明日入経歴す、今日より昨日に経歴す、昨日より今日入経歴す、今日より今日に

## 経歴す、明日より明日に経歴す、

これは時の作用が色々にあるので、見方捉え方も色々だから、囚われずに自由に活かしなさいと言うことです。今日より明日へ。これは極めてポピュラーな時間観です。今日という時が未来になっていく見方ですから、生産的です。今日より昨日に成るとは、今日という時は自然に過去になる。当然全ては過ぎ去り無くなっていくと見るのです。失敗し恥をかいても、又良い事が有ったとしても全て過ぎ去っていくのです。今日より今日にというのは、何時も今日より他にない。千年経っても今日しかない。今日一日が大切なのだ。今、行ずるしかないと言つことです。明日より明日にとは、まあ、明日すればいいなどと、明日に預けてばかり居たら駄目になるぞ。明日は何時までも明日だから、本当の時、即ち「今」を大切にしなければ何事も実行しなくなる。過去現在未来と言つ言葉や概念に囚われず、「今」を活かし活用していきなさい。それに当たって今言つたように、時には色々な様子が有るからと言つことです。

## 「経歴はそれ時の功德なるがゆゑに。」

時というものは、そういう素晴らしい働きがあるが故に、

## 「古今の時、かさなれるにあらず。ならびつまれるにあらず也。」

古はいにしえ。今は今。古今と言つ言葉に過ぎない。時は古も今も無いのです。金剛經の、過去心不可得、現在心不可得、未来心不可得と。時も全く同じです。決して重なったり、積もっていたりするような実体のある物ではない。しかしながら時の様子や働きはちゃんと有るのです。

## 「青原も時なり、黄檗も時なり、江西も石頭も時なり。」

六祖下の青原も、百丈下の黄檗も、江西の馬大師も、石頭禪師も時である。簡単に言えば、右も左も上も下も、前も後ろも、昔も今も、一切合切と。時の様子に過ぎないし、時は何処からも来ないし、何処へも行かない。みな言葉の綾です。時は言葉に用がないと、そういう意味です。それを道元禪師が祖師方を出して、その時、その時の様子そのままが有時である。名相に囚われるなど言つことです。

## 「自他すでに時なるがゆゑに修証は諸時なり。」

自他と言つても言葉です。事としては自は自、他は他です。私達が居ますね。自分と他人とが居りながら、自他一つです。目を開いたら、それと一つ。天を見れば、天と一つ。天と我とがありながら、天が我になり、我が天になっておるのです。ここまでが天の世界で、ここからが私の領分、などと隔てることなど出来ないでしょう。これが時の様子です。名相にくくられているから、どうしても相対化し対立してしまい、見方や考え方と言つ理屈に落ちてしまつのです。名相を離れて初めて時の真相が分かるのです。自他すでに時なるがゆゑです。しかし時は自他に関係ないのです。

修証の修は修行です。つまり、分かるうとし体得しようとして努力することです。それも時です。証は道がはつきりすることでしょう。眼横鼻直がはつきりしたことですね。でも、修の時も、証の時も、この時です。只そこを本当に自覚するか、そうなるうと努力してある時かの違いです。時の様子が違つだけで、分かつたら証の時となり、努力の時が修になつている。時は同じ時です。これは大事な所ですよ。

分かるうとして今今努力する。極めて大切な事です。しかしながらこれは、分からないと言つ時を前提にしていることと、分からないと知る自分が居て隔たつているので、明らかに迷いの時です。そして体得の方向に向かつて努力をするという時になつてしまつ。余分なことをする時になるのです。

修の時と、証の時とは、「このように時は同じでも全く内容が違うのです。時をそういうふうに使わずに、そのものが既に証の時である。悟りの時である。仏の時であり、見聞覚知のまま明らかな様子である。」「今」のこの事実は、分かる分からはない時。つまり時を時たらしめておれば、いきなりその物自体です。だから同じ時を使う上で、修の時にするか、証の時にするかで、着眼に大きな違いが出てきます。歩く時には、本当に歩いておれば、もうこれは修でありつつも証なのです。徹底すれば証なのです。

だからといって、修行を軽く見てはいけません。修行は一生懸命しなくちゃいけない。けれども、修行の一步一步なのだ構えてやると、同じ時が修行になって、その物自体と距離が出てきてしまう。それで修も証も、同じ時ではあるが、色々内容が違った時になってしまふ。諸時なりとはそういう意味です。ではどうするか。本当に「只」するのです。

**「入泥入水、おなじく時なり。」**

泥田に入ろうと、真水に入ろうと、同じ時だ。だが縁が違えば様子が違うぞと。

**「いまの凡夫の見、および見の因縁、これ凡夫のみるところなりといへども、凡夫の法にあらず。」**

これは大事なことを面白く言ってますね。凡夫は見聞覚知に囚われて、常に悪知悪覚に侵されていますから、時も、物も、自分も、凡そ的外れです。確固とした正見など有ろう筈はない。と言うのは、自我をもって「今」の事実に対応するから、自分が気に入れば取り、そうでなければ拒絶する。縁に対して「隔たり」があるから対立し衝突する。「これ凡夫のみるところなりといへども」。如何にもどうしようもないのだが、「凡夫の法にあらず」。事実は法自体ですから、それに接している限り真実そのままです。だから凡夫の法などは何処にも無いぞと。

ただ、自己を運ぶから真実と隔たり、当然ながら釈然としないために道に暗くて凡夫だけです。そんな本人が納得できないからと言って、接しているのは真実の法ですから、悟る、悟らないじゃない。既に眼において有りの俣だし、見聞覚知は事実には違いない。全てちゃんとその時、その時、道が現成している。真実の自覚が無いからと言って、凡夫の法が特別に有る訳ではない、と言う訳です。そんな法は本もと無いのです。つまりこれ以上迷いようがなく、またこれ以上悟りようもないので、己見を持ち出さずに、縁に従って「只」やりなさいと。これが言いたかった所です。道元禅師の慈悲、至れり尽くせりです。

**「法しばらく凡夫を因縁せるのみなり。」**

これが凄いですねえ。偉いことを言われています。「法しばらく」とは、法は法なのだがと、自我が邪魔をしていることを響かせているのです。だから真実の法が分からない。そんな自我の時節が今その人にあるから、凡夫をしているのだと。仏がたまたま「隔たり」と言う因縁を持っているので、しばらく凡夫をしているに過ぎない。これが「因縁せるのみなり」です。本来は凡夫などではないと言うことです。

**「この時の有は法にあらずと学するがゆゑに、又六金身はわれらもつと離るるなり。」**

この時というのは、凡夫を因縁していて、法が分からない時です。「この有は法にあらずと学する」。この有は、今今の様子であり法のことです。隔てがあり自我が邪魔をして、それでその物自体の真相がはっきりしないものだから、法が別にあると思ってしまう。そのままの自分が法である、真実であると

いう事が分からない。要するに、この身心のまま、どこも汚れてはいないし、迷ってもいないし、本来縁の丸出しであり、真実丸出しで仏なのだ、ということがどうしても納得することができない。「丈六金身はわれにあらずと認ずるなり」です。これみな隔てに依るので、成り切って身心一如に目覚めれば一切明瞭するから、人々宜しく行じて体得するしかないのだとの含みが有ります。

**「われを丈六金身にあらすとのがれんとする、またすなはち有時の片片なり、」**

自分が仏である筈はない、と無道心の言い訳をして逃げようとしても、真実丸出しで法そのものだから、誤魔化すことなど絶対に出来ないぞと。自分は凡夫だと思い納得したいかもしれないけれども、実は本来凡夫であるう筈がないじゃないか。自分を迷わせて凡夫にしている法があったら、出してみよ。深く点検してみよ、と言つてことです。

凡夫だからと言い訳しても、言っているその事自体もまた、どうあっても事実であり真実であり、法なのだからと言つ意です。この事が判明しないから、しばらく凡夫をする事になるのだと。

**「未証提者の看看なり。」**

まだこのことがはっきりしていない未悟の者は、よく行じて「看看なり。」体達し見とどけなさい。その時、私の言ったことが嘘でなかったことが判明するからと。

**「いま世界に排列せるむまひつじをあらしむるも、住法位の態度なる昇降上下なり。」**

この時代に使われている十干十二支の時計があるが、それらをよく見てみなさい。配列されている馬羊犬亥等々、一日を割り振って時（住法位）を現し、それに依って便宜を得ているが、くるくる円を描いて廻ったり、昇降上下して、針はそれぞれの位置を示しているに過ぎない。これらは只の図であったり、道具に過ぎなくても、これを見てみんなその時所位を使い分けている。住法位を決めるのは人であり心であつて、時は住法位に関わらない。そのような便宜上の道具と、実際の時とは関係がないとの意です。むま、とは馬です。

**「ねずみも時なり、とらも時なり、生も時なり、仏も時なり。」**

それが証拠に、時ならぬ時は無く、時は何時も時だが、住法位が異なるので、内容が異なる。鼠も寅も時であるし、生死も時であり仏も時である。しかし十干十二支の時計に、生死の時、仏の時など無いように、時はあらゆる事象事柄をもつて現れるが、時そのものは事象事柄の有無に関わらない。名相に関係がないから、だから時自体は、そのもの以外で現すことも消すことも出来ないのだ。

**「この時、三頭八臂にて尽界を証し、丈六金身にて尽界を証す。」**

この時とは、住法位いずれの時もと言つてことです。三頭八臂そのものが時であるから、三頭八臂が三頭八臂を尽くし切っているし、丈六金身が丈六金身そのものの真実世界を証している。かくして時の全ては、その物自体の真相を現し尽くしている。我々の日常が、悉くその時時の尽界である。だから他を見るな。即今底を尽くせば、そのものが道であると自覚する時節が有る、と言つてことです。

木犀の香りを嗅ぎ、それで脱落するのも、桃の香を吸つて大悟するのも、撃竹の音で見性するのも、皆その物自体になつて、その物の尽界（真実世界）を証したのです。その時に成り切つて自己が落ち、その尽界を体得したのです。一つの世界に通徹すれば、その様子がはっきりする。いつも時であり、いつも尽界だから、他に求めるなど言つてことです。一步の時は、一步の尽界。見る時は、見るの尽界。だ

から他に求めたり探したり、疑ったりせず、今その物に任せて成り切り、成り切りして尽界を究めなさいと。その努力を怠らねば、必ず次のようになるぞと。

### 「それ尽界をもて尽界を界尽するを、究<sup>きゆう</sup>するとはいふなり。」

訣著が付いたところです。ややこしい言い方ですが、そのものによって、そのものの真相を自覚する。要するに徹し切って自己を忘れる事です。歩く時は歩くばかり。歩くに徹して、初めて本当に納得が行く。理屈を言わずに、素直に、真剣に、「只」やっておればよい。必ずその物自体に行き着く。訣著が付くまで努力を怠らぬ事です。大変高尚な言い回しであり、哲学的な論理展開をして興味深く説いてありますけれども、簡略して言えば、「只」に徹し切るまで「只」を錬りなさい。練り切り、行き着くことを究尽すると言つと。

とにかく坐りきつて、一度全てから放れた者でない限り、この有時の巻などは絶対に分かるものじゃない。何も無くて、しかも全てがある世界ですから、初めから知性の領域ではないのです。

ところが不思議なことに、真面目に、真剣に、「只」を錬ると隔てが取れて身心一如に還るのです。すると道が明らかになります。難しい言い方をしておるけれども、「今」これ自体が法であると訣著するのです。三祖大師が信心銘で、「真を求むることを用いざれ。只須く見を息<sup>やす</sup>むべし」と言われている通りです。達摩大師の「廓然無聖」と同じです。極めて簡単でしょう。求める必要も、追究する必要も無く、縁の俣、「只」あれば道です。今が大事なのです。今しかないからです。とにかく時を盗んで、今を離さないように努力しておればいいのです。これが一切を解決する一番端的な道です。

そうすると、尊いけれども、こういう書物に触れるべきか、触れざるべきか。どちらが修行のためになるかです。私の師匠は、本を読むな。即今底のみでいきなさい。「只」を徹底錬りなさいと。私に書物を読むなど言ってくれた事は、大変大きな慈悲です。分からそうと一生懸命書いた道元禪師もこれも大きな慈悲です。ただ、慈悲が文字になった時は、それは言葉であり語句ですから、囚われないように読まねばなりません。慈悲が仇になりますから。読むときには分かっても分からなくても構わんから、眼にまかせ、本になり活字になって、素直に「只」読むだけ。これが面白いのです。これが祖録に参する一番の着眼点であり急所です。只読む。只を錬るといふことです。これが有時の本質です。これが全ての根源的解決であり、全ての祖録、全ての經典の真髓なのです。

言つなれば、「只」の世界が仏です。仏とは「只」のことです。今日はこの位にしておきましょう。

## 茶礼会

世話人・・・どなたか質問のある方、いらしゃいますか？

それでは私から。老師が今、口の中にほおばった瞬間を見計らって一つ質問をいたします。「只」じゃ、「只」やれ、とききりに言われます。しかし、「只」と言つ言葉が本当に皆さんに通じているか、いないのか。どうゆう風に受け取っているか、とても疑問なのです。

参禅者は、「只聞け」を、頭で理解しようとして聴きがちになります。それは、やっぱり本当の「只」じゃない。聞いて分かる世界ではないことは分かっています。ですが、どこかしらやっぱり、「只」とはどういう事かを聞きたい。老師がしきりに、「そうゆう事も関係なく、「只」聞きなさい」と言われるのですけれども、皆さんもやはり知りたい気持ちがあるのではないか。

「只」でないから問題が起こる。苦しみの素、煩惱の素になる。だから「只」やれと、しきりに言われているのです。が、「只」をもっと分かりやすく、言葉でも、行動でも、何でもよいですから、説いて下さい。一つお願いいたします。

老師・・ なかなか良くまとめて言ったから、あれで十分だと思えますよ。「只」やればいいのです。まあ、こういう風に、整理すると良いですね。初めは、「只」が何か分かりません。ですから「只」やろうとして、「只」に向かって行くしかないですね。従って「只」に向かって、「只」を獲得するために、言われた通りを行っていくうちに、「只」を探していた自分が落ちるのです。そうしますと、自然な呼吸に気が付き、急に楽になります。事実は知性や個人的な計らい事以前の世界です。生まれた時は呼吸していますし、知ったときには、すでに呼吸していたのです。という事は、知る以前の呼吸が「只」の呼吸です。寝ておる時もおる呼吸。自覚していなくてもやっておる呼吸です。

それを今度は、覚醒したまま、無意識の呼吸をする。となると、心の持ち物を全部捨て、気持ちも全部離して、追求するのでも止めて、身体自体に任せ、呼吸器系自体に任せ、鼻に任せての呼吸が、「只」の呼吸です。つまり意識せず、どここうする必要もない呼吸。自然の呼吸ということですが、これが少しずつ自然に解ってくるのです。少しずつと言うのは、まったく解らなかつた時点から、一回出来、二回出来、三回四回と、少しずつ確実に出来るようになり、やがて呼吸ばかりになります。少しずつ確実に出来るようになったときから、ようやく拡散状態を治められるし、煩惱や雑念を自由に切ることが出来るのです。囚われや執着を超える道筋が手に入り始めたと言つておきます。

要するに、癖から離れる事が出来はじめたと言つておきます。これが釈尊の言われる禅定です。何物にも関わらない世界が禅定であり、道であり法です。人間の計らい事のない、ありのままの世界です。これが本当の「只」です。

言葉を超えて「只」を端的に見せろ、と言われたら、〃老師がお茶を「只」飲み干す〃これだけです。眼力のある人は是れで充分なのです。「只」は言いようがないのです。釈尊もここに気が付いた時は、嬉しかったであろうし、びっくりしただろうと思います。これは迷えない世界ですから。何人も、「只」これだけ。この禅定、「只」を練って行きさえすれば、間違いなく解脱が出来るのです。釈尊は自分がやって確信があるので、とにかく禅定を練りなさいと、生涯この事を中心に説かれたのです。

己の計らいを入れずに、縁に任せ、身体に任せ、足に任せ、目に任せ、口に任せて、素直にやつていくことを「只」と言つのです。言葉を換えて言えば、その物自体、純粹そのものです。これが只管です。

例を上げれば「おさん」ですね。白隠禪師が、「理屈を入れずに素直に只やっておればいいんだ」と説法しているのを、「おさん」が禪越しに聞いたのです。それを即実行したのです。そして真実の道に目覚めたのです。

みなさんは大人だから、「只」とは何ぞや、と考えてしまい、解らうとする。「只」を分かっただけから「只」しようとするですね。「おさん」はわずか、歳は十二・三才です。聞いたとおり、素直に「只」やり出した。雑巾を洗うのも、絞るのも、拭くのも「只」したのです。大人は無意識に知性に取り入れて概念化するでしょう。納得しようとする要求が有るため、どうしても理念的な追究をしよう癖が付いているのです。余分な妄念を働かせるから、「只」出来ないのです。

「おさん」は聞いた通り、いきなり「只」した。これはえらい違いです。ですから子供になることです。単純に、単調に、素直に、理屈無しにすることです。

平素に於いて、理屈無しに「只」やろうと決意して、淡々とするのです。やれば出来るように、我々の機能は出来ています。考えて指示を出し、認識をし判断し決断して、それによって初めて出来る、というものではありません。我々が生まれて人間し始めた時から、縁に応じて出来るようになっていきます。

犬でも猫でも鼠でも、ちゃんと出来るようになっていく、既にしています。

だからもう一度、ハードの機能そのままに任せて、全ての思いから離れてみるのです。手が動く、足が動く、全身が縁に従って「只」作用する。眼耳鼻舌身意のままにしておくのです。これが禅で言うところの禅定です。知るとか知らないとか、分かれるとか分からないとかの、知的な計らい事が邪魔をしますから、それをはずすのです。それらの全てを横に置いておいて、徹底関わらないことです。

静かな部屋で何もせず、何も考えずに、ひたすら只吸い、只吐き、只吸い、只吐きをやっとなる間に、諸々の心の思いや考えが薄れるし取れていくのです。そういう囚われが溶けて落ちるのです。溶けて落ちれば自ずから心が透明になるのです。無用な計らいが取れて、素直になるのです。「只」になるのです。理屈無しに努力するしかないのです。こつこつ話を聞くと、頭の中で想像を巡らし、虚像の「只」を作りますから、とにかく実行するのが一番です。修行は実践しかないので。

司会者・・・ありがとうございます。

参禅者A・・・只今は大変ありがとうございます。「只」と禅定は同じものですか？

老師・・・その通りです。本質的には同じです。

参禅者A・・・それから、今を離すなどよく聞くのですが、今の今を、分かるように説明していただきたいのですが。何故今を離さないことが重要なのか。

老師・・・今でないものが本来無いのに、どうして更に「今」を離すな、見失うなど言うのかです。本来既に「今」その物ですから、この上、求めたり探したりしたら、それが迷いであり、「今」を見失っていることです。迷いの「今」を探したり求めたりしないことです。「今」の現実、この「今」を見失わなければいいのです。見失ったり離れてしまつと言つことは、自己を立て、「隔たり」を起こしていると言つことです。だから「隔たり」のない本来の「今」を守るのが禅修行であり、禅定を錬ることです。

参禅者A・・・そうすると単純に呼吸をしていけば、それが「今」を離さない事になっているのですか？

老師・・・そうです。

参禅者A・・・じゃ、「今」を何とかしようなどと、考えなくても、功夫しなくてもいいわけですね。

老師・・・そうです。全くそうです。

世話人・・・只、気を付けなければいけないことは、「今」を離すなどというけれども、雑念、妄想している時の「今」も「今」ではないのか？ その辺はどの様に理解したらいいのでしょうか？

老師・・・雑念の「今」は、要するに知性で捕らえた影法師の「今」です。例えて言うならば、味を言葉にしたものは形容詞に過ぎず、本当の味とは無関係ですね。本当の「今」は、口に「今」有る味そのものです。これが本当の「今」であり味です。その他に味は無いのです。味の「今」も無いのです。雑念、煩惱の「今」も「今」には変わりないのですが、「隔たり」を解決する本来の「今」ではありません。と言つことは、言葉に置き換え、概念化した「今」は、迷いの「今」として退けなければ「道」「法」は得られません。

実体の無い観念の「今」、考えた「今」は全部脳の所産であり、観念現象に過ぎません。実体が何も無いから、どんな物にも化けるのです。嫌な事や悔しいことなどは、心にポンと入ってしまうと、その事は終わっているにも関わらず、それが縁に触れると何時でも飛び出して来るでしょう。悔しさ、憎らしさが何時でも、何処でも、何処でも出てくるのは実体がないからです。これが心の自由さであると同時に、迷いの様子です。これが苦しみの構造ですから、根本的な解決を求めている修行であれば、虚像の「今」はきつぱりと無視し、退けるのが修行の本分です。

実体がない、取り合う価値も無いことを本当に知る為には、虚像の「今」を認めず、本来の「今」に

目覚める努力しかないのです。

参禅者A・・・ そうするとですね。今日、「有時の巻」の提唱を伺ったのですが、初めから終わりまで全然分からないのです。解らないので困ったなという思いが出たのですが、それが自我ですか？

老師・・・ そうです。

参禅者A・・・ そういつ時はどうすれば、そうした拘りの心が消せるのですか？

老師・・・ ほっとけば直ぐに消えます。

参禅者A・・・ そんな事ないですよ。ずっと出ていました。聞いている間ずっと出て、困ったなと思いつけました。

老師・・・ それは新たにでてきたのです。

参禅者A・・・ 一瞬一瞬繋がっている訳ですか？

老師・・・ 違います。消えては出、消えては出ているのです

参禅者A・・・ それを消すにはどうすればよいのですか？

老師・・・ ほっとけば自然に直ぐに消えます。耳には次が入って来ていますから、耳に任せておけば、思っておる時がないのです。現実に次次入って来ますから。

参禅者A・・・ でも次から次から、分からないのですが？

老師・・・ 解る解らんは頭の作り事ですから。だから事実の方に何時も心を置いておくのです。

参禅者A・・・ 音だけを聞いておればよいのですか？

老師・・・ そうです。解るものは解り、解らないものは解らない。それをそのままにしておくのです。大概は何とか分かるうとして、知を頻繁に巡らせるでしょう。でも分からないものは分からないのです。分かるうとしてもがいている間、それだけ提唱を聞き漏らしているのです。時間を無駄にしているので。分かるとか分からないとかに主力を置いた心の使い方をしている限り、分かる分からないの呪縛から解放されません。解らなくても解ろうとせずに、耳に任せて「只」聞くのが一番正法に叶っているのです。

参禅者A・・・ ところどころ話の内容に、成る程と思うことは、そのままいいのですか？ 解らないのはそのまま、ほっと置いていいのですか？

老師・・・ そうです。なぜ、ほっと置いていいのかと言うと、解らないものを貯め込むと、こんどは解らない事が沸々と意識を刺激し、分かるうとする意識を誘発するので心を惑乱するのです。それに悩ませられる。解らないものを持ち込むと、学者ならいいかも知れませんが、隔てをとる修行には甚だ邪魔です。ちゃんと修行しておれば、後からみな分かる時が来るのですから、いさぎよく捨てることです。参禅者A・・・ そうすると、前章の中に分からないのが沢山ありますが、読まない方がよいですね？

老師・・・ そうです。心境が進んだらすべて解る時が来ます。だから今は解る必要はないのです。今はひたすら行ずる時です。私も師匠から、読むなど言われました。求める時は読んで見たいものです。無門関など開いてみてもさっぱり解らない。これが解らないようでは困ったな、と思いましたがよ。師匠を信じて、坐禅に没頭の数ヶ月でした。一山越えた時、内緒で紐解いてみました。そうしたら手に取るように解るのです。今度は成る程なと解ることが邪魔をしてね、頭の中で講釈を言う自分が居るのです。次々にお経の講釈をします。これがまた新たな大きな煩惱でしてね。解ったものも持ち込んだら苦勞しますよ。解らないものも持ち込んだらいいじゃないが、解ったものも持ち込まぬことです。求めておる法が解るのですから、自分にとっては非常に価値が高いので、なかなか剥がれない。切っても、捨てても、止めどもなく出て来るのです。法我見というものです。これに随分苦しめられました。

だから師匠がいなかったら、大概の者は嬉しがり、知的興奮を覚えて天狗になるのです。以前のよう

に素直に修行に乗らないのです。そこを思いつきり師匠に叱られて、すかつと落ちたのです。惚れてしまったら、あの糞女め、などと悪あがきをして振り切ろうとしても、なかなか消えては呉れないでしょう。囚われるとはそういうものなのです。天才の釈迦は諸々の事象が全て苦しみの種になりましたから、その苦しみは、我々の百万倍だったでしょうから、十二・三年かかったのです。なにか質問があればどうぞ。

参禅者B・・・坐禅をしている時に、呼吸に意識していると、視界がよく見えなくなってきたり、はつきり見えないので見ようとすると、呼吸がよく解らなくなるのです。見えなくても、呼吸に集中しておく方がよいのですか？

老 師・・・そうですね。できるだけ、一つ事に単純に没頭することです。自然に見えなくなったりするのは自然の様子ですから、自然に任せておいた方がいいです。それ以上特別な事態になることはありません。単純な一息に没頭して、我を忘れ切ることです。何事が回りで起こっても、知らん顔してぶつとすのです。今の質問は、坐禅している人はみんな経験しています。どうですか？

坐禅経験者・・・はい。その様な場合は、大きく目を開けて意識をはつきりさせてひたすらしてました。いつの間にか解消していました。

老 師・・・みんな、それぞれ解決しているのです。自然の様子ですから問題にしない方が一番いい解決策です。

話は変わりますが、釈尊の足跡を尋ねて、生涯一度は行って見たいと願っていましたら、すばらしい御縁を頂き、この度インドへ行ってきました。仏教を経営に取り入れている松村先生が居られ、その人が釈尊・仏跡を尋ねるツアーを立てておられ、十四名ほどで回って来ました。丁度ここに松村先生の子息が居られます。少林窟道場で参禅されたばかりです。全ての世話をなされ、一番お世話になった方なんです。みなさんに話したい用件が二つあります。

一つは、もし釈尊の古跡を尋ねる旅をしたいと思うならば、松村先生の、このプランに乗られるのが一番良いと思います。行く前から綿密なプランが出来上がっていて、釈尊についての分厚い文献が用意されていて、行く先々、バスで講義があり、行けば行った所で講義です。それによって、収穫予想の何倍も得る物がありました。大変よかったですね。

今も昔もインドという国は、変わってない所もしっかりありましてね。やっぱり行って見ないと解らないなと思いました。特に思いを新たにしたのは、霊鷲山が思いがけず狭くて小さい山でした。釈尊は六年間一定の所でじつと坐禅をおやりになったのかと思いきや、半径何十キロの間を動いているのですね。それで悟られる前は「前正覚山」と言う海拔百メートルくらいの山の洞穴で坐禅しておられたようです。何とその山から、悟られた場所、ブツダガヤの塔が見えるのです。直線にして凡そ十キロメートルくらいかと言ったことでした。そこから尼連禅河を渡られ、菩提樹の下に行かれて打坐三昧に入られて悟られたのです。その尼連禅河を渡る前に、村の娘スジャータから乳粥を貰い、いよいよ氣力を得て坐禅に埋没していくのです。

ブツダガヤはそれ程広くはありません。が国の威信を懸けて大偉人にふさわしく立派に管理がされていました。世界中から集まった方々が、五体投地の礼拝をする人や、坐禅をする人、お経を読んだり、さまざまな方法で世尊への誠を捧げている真摯な姿は、昔も今もこれからも変わらぬだろうなと思いました。これが一つです。

もう一つは、釈尊の足跡順礼の旅を十何回も誘導し、御案内をされてきた松村さんが、実際に釈尊の心を伝えようとしておる少林窟道場の坐禅に触れて、あなたの中に、釈尊が禅定を教えた仏跡に見る象徴と、現在の坐禅と何か精神的、有機的に繋がるものがありましたか。

松村氏・松村と申します。丁度一週間前に少林窟道場で、私も初めて本格的な坐禅を体験いたしました。正直なところ最初の二・三日は、呼吸をどうすればいいのか、煩惱をどうすれば切れるのか解らなくて、本当に悩みながらやっていました。やはりお釈迦様も、最初の取っ掛かりを掴むまでは苦しまれたに違い、と思いつながら頑張りました。

結構インドの気候は厳しい所がありますが、季節によっては緑も豊かで苦しいだけではなく、リラックして修行されていた時もあったのではないかと思います。本当にリラックス出来る場所が沢山ありますから。少林窟道場での修行ですが、それからやっと自然の呼吸が見つかり、これでいいんだと言つ落ち着き、後半の方ですが感じ取れました。お釈迦様とどう繋がるかは、苦しみと同時に、努力が実り始めてからは楽しいというか、或る種の爽快感と、胸の中から感謝の気持ちで沸き起こりました。こんなに尊い自分であったという気づきがありまして、お釈迦様もその当初はどのように感じられたのではないかな、祖師方みなさんも、最初の気付きとともに、そのように感じられたことと思います。少林窟道場のほんの入り口で感じた自分の姿は、誰もが本当の自分に出合ったときの感激は、時代を超えた尊い世界だと思えます。ちよつと焦点がずれていましたが、失礼しました。

老師・釈尊が最初に、ほんの少し苦しみから抜け出された時、当然ほっとしたでしょうし嬉しかったはず。釈尊がそこに到達するまでには随分時間がかかっているのです。それまでは本当に死ぬほどの辛い思いばかりだったのです。釈尊が前後の無い「今」、つまり禅定に気が付いてようやく自己の内側に、確かな落ち着く場所があったことを知ったのです。「今」「只」「こ」「その物自体」というところです。この時、釈尊が立てた「禅定を錬る」という方法論に確信を持ったに違いないのです。このまま、これを追求すれば良いと決定したはず。

もう一つ。先程もお話ししましたが、私は全然知らなかった「前正覚山」という山が有りまして、釈尊はここで可成り長期滞在して禅定を錬られたなと思えました。悟られる前のその場所が、今もチベット仏教会によって、ゆかりの場所は大切に管理されていきました。釈尊が命懸けで坐つたであろう洞窟には、一人のチベット僧が坐っておられました。私達もそこに入らせて頂きましたが、如何にも洞窟に籠もつたと言う雰囲気でした。釈尊はそこから尼連禅河に向かって行き、そして間近なところで力尽きて倒れられたのではないかと思われまふ。時に村のスジャータ嬢に乳粥を貰い、三百メートルは十分にありう尼連禅河を渡られて、あれでも五百メートルぐらい入った処の菩提樹下で坐禅されたのです。そこで最後の一決を出されたのが、十二月八日の朝まででした。だから、釈尊は前正覚山を中心に修行したのではないだろうか？

尼連禅河で身体を清められた時には、もう禅定を充分に得ていて、落ち着ききつた静寂に到っていたのではないかと推測されます。つまり、全く今でも同じですが、坐ろうと歩こうと、立とうとどうしようとして、既に自己の片鱗も無く、「只」「やれるところに漕ぎ着けていたように思われます。それで乳粥と無邪気な娘の親切に気力百倍を得られ、そして対岸へ行かれたのではないかと思つのです。

当時、尼連禅河に橋がある筈もなく、十二月の乾季に入っていますから水位はずつと下がっていて、対岸とは生活上行ったり来たりできるように石でも置いていたでしょう。そのぐらいの知恵はあつたと思いますし、生活面や軍事面に於いても、当然対岸との行き来は頻繁であつたろうと思います。我々が二月に行った時は全く水はなく、砂川は自然な形で生活圏内に有り、トイレや運動場として活かされています。

最後の訣著に入る前の様子が、もう少し精細な日時や経過等が解つたらいいなと思います。みなさんがインドに行く御意志があるならば、松村先生のツアーで行って、深く勉強しながら回ると価値ある順礼の旅になること間違い無しです。ホテルも一流でしたし、十分に眠れましたし、食事もミネラルウォ

ーターにも事欠きませんでした。生活上の難儀を感じた事は一度もありません。

面白い所では、ニュデリーです。沐浴をする所、まさに聖地ですね。あそこの町は乾季に入ったらほこりが舞い上がっています。その中にはありとあらゆるばい菌がうようよしておりますから、幾ら現地水を飲まなくても、そうした有り難い空気を十二分に吸っていますから、大概百パーセントやられます。成田に着いた頃、みんな内緒で「私もおかしいです。」と書いていました。ニュデリーの雑菌は避けて通れませんので、下痢くらいは覚悟して行ってください。

インドで一番驚き且つ感動したのはタジマハールでした。王妃の為に作ったという絢爛豪華な素晴らしい大理石の建造物でした。とにかくそれがお墓だから驚きです。おそらく世界一です。ピラミッドとは全く異なるので比較は出来ませんが、その見事さは格別です。一国の予算を全部と言って良い程傾注して建造した物です。国民の存在を忘れてあんな事をすれば、マリア・アントワネットもそうですが、国が疲弊し危機的状况に成るのは当たり前です。だからその王は幽閉され、マリア・アントワネットはギロチンと言う結末です。ポルトガルも大航海時代、搾取してきたお金でどんどん素晴らしい教会を建設しました。見事な遺産ですが、それをやった王様も追われて国外に逃げ出しました。やりすぎるとやっぱり国を滅ぼし身を滅ぼします。

歴史を見て思うに、やはり調和のとれた軍備に止め、国民全体に行き渡る調和のとれた文化成長をさせることが第一だと言うことです。一方に偏して極度に国費を使って傾くということは、国民の存在を忘れた政治と言うことで、滅亡の原因です。一方ではパン一個も満足に食べられないし、安穩として寝る処も無いのに、なお搾取した富であんな事をやったりした歴史を見ると、どうも心が疼きます。横暴な権力と、国財を私視して国民を苦しめた様子には、何とも言えない不快感がしましてね。

色々な史跡の多くに見える物として、そこに運命も有るにせよ、人間の歴史が証明しているように、心に潜む野望というものの恐ろしさです。そのことは今後の地球と人類のための警鐘として学ばなければ、滅亡という全体不幸は避けられません。権力と財力と野望とが一緒になると、神の名の下に、或いは国家の名の下に、人の命を奪い合うことも死ぬことも強要し、市民の生存権などはまるで眼中にない政治になっていくと言うことです。この歳に成りますと、なんと酷いことをしたものだ、罪な事をするものだなと思います。それが私の歴史観というものでしょうか。

インドから帰国して、まだ下痢が完治していない内に、ポルトガルへ出かけました。大丈夫かなと思っていましたら、着いたらすっかり治っていたのです。治る時期に来ていたことは間違いないのですが、ポルトガルは非常に日本人的ですね。私は何の情報も有りませんでしたから、想像する由もなく入国して感動したのは、先ずトイレが綺麗だということ。空港も何処のトイレも小便可さい所は有りませんでした。特別立派と言うことではありません。日本の方がはるかに立派です。それから町全体綺麗でした。紙くずも無く、ゴミ箱もきちんとしていまして、清潔感があるのです。ということは、恥を知っておる国民であり、一人一人の自立性が高いということです。

考えてみたら北海道ぐらいの国土です。それであの航海時代を迎え、七つの海を恣に駆けめぐって、あれだけの富を獲得した国家であり国民性です。だから当時は世界一二の文化性や技術力を持っていたから出来たことです。造船技術から海運技術、航海術から建築技術など当時の世界最高水準です。

国民性としてスペインと決定的に違うところは、スペインは信仰をダシにして、神の言うことを聞かなかつた相手に対しては、容赦なく破壊し略奪して回るのです。ところがポルトガル人はそうじゃなくて、懐柔作戦と言いますか、その国に無い文化や技術を持って行き、高い文化性でその土地の民を満足をさせる導き方をしたようです。自立生産性を上げてそこから富を持って帰るといふ非常に紳士的なやり方をしたようです。現に長崎などには、ポルトガルの文化が沢山根付き、既に我が国の文化に成って

います。キリスト教少年使節団として十五名でしたか、先ず行ったところはここでしたし、極めて丁重に処遇されたと言つことです。

それに比べてスペインという国は、バイキングの影響でもないでしょうが、国土もポルトガルの五倍有り、軍力も巨大だったようで、従わなければ殺つける方式だったようです。

リスボンから一時間ほど田舎に入りますと、みんな純朴で親切だし、いったん信頼や親しみが湧いた関係になると、もう本当に十年も昔からおつき合っていたような心の開きようです。そこまで簡単に胸襟を開くということは、疑う心が薄くて仲良きことが心地良く、心地良いことが好きだと言つことです。勝つて従わさせることが好きなんじゃなくて、みんなが心地よいことが好きだということです。そういう感じがしました。

いろいろ案内をしてくれましたが、世界遺産の素晴らしい遺跡も沢山あり、いずれも見ると価値がありました。約二週間近く居て二回の参禅会をしてみたことは、熱心な人もいて本当に自己追求をしていました。けれどもトータル的には、まだポルトガルでは時期尚早ですね。そういう人達が連絡を取り合つて一つの形に纏まり、高まりや広がりを見せたり、定期的に安定的に修行の場を持ったりはしていませんでした。そこまで行つてはいないと言つことです。禅に限ってヨーロッパ辺りを見ると、ドイツが一番かなと思いますね。その次にフランスですか。その他は、これから誰かが、芽を吹くべく種蒔きをしなければダメですね。今はまだ、種を蒔く時ですね。分かりやすい、良い本を出したりして、何かの時に坐禅が庶民の耳に入るように、縁作りをしなければならぬ時です。まだ、渦にもエネルギーにも成っていないのです。が次第に広がり始めようとしていることは確かです。

世話人・・・時間となりましたのでこれで終わりたいと思います。ありがとうございました。

平成十八年四月十五日