

和風文化の根源的修得に向けて

－ 臨濟禅の特性とその了知法における一考察 －

上田宗箇流茶道教授・人間禅布教師 小 島 達 也

はじめに

きっかけとしては、私自身が広島市内の一隅で、平成13年の夏から毎月一度、ずっと継続して行ってきた坐禅会での輪読会において、芳賀幸四郎氏の『新版一行物』上下2巻をテキストとして取り上げ、禅語を一つの切り口として、生活の中に生きている禅のものの見方について、坐禅会の参加者の皆と共に、一緒に研鑽してきたことに始まったものである。この坐禅会での輪読会は、今でも累々と継続している。

次に平成20年の夏からは、その生きる叡智としての参禅工夫をするための撰心会を、中央からの命により 企画・運営し、広島市、岩国市、呉市などで師家を拝請させていただいて、開催させていただいてきた経験によるものである。

そして広島市のコミュニティ・アカデミー上幟において、「『一行物』から人生を考える」と題し、芳賀幸四郎氏の『新版一行物』上下2巻をテキストとして、7回の講座を担当させていただくことになったという次第である。これは、その講座での講義内容を、もう一度全体を構成し直して、取りまとめを行ったものである。

これらの経験を通じて、常々私が気になっていたのは、大抵の人が仏教全体に関する基礎的な知識をまったく持たず、また禅に関する歴史的な知識などを余り知らうとしないこと、さらには体系的に法理をしっかりと理解するための前提となる知見についても、それを知るすべを持っていないと云う点であった。

その一方で自分自身の拙い禅の修養経験を通じて感じるのは、この臨濟禅の修養方法は、視点をかえてみると確かに我々日本人が本来持っている日常生活における感性や、生き方の根源に最も違和感なく調和しているということである。ここから思惟すれば、すべてを心底から得心できるという居心地の良さなのである。

またもし日常性というのではなく、非日常性というのであれば、むしろ日本古来の神道の心性であろうが、当然の如くこれにも全く違和感無く適合するのである。特に一心不乱に作務などに従事している時、茶道での点前の稽古中、剣道における法定の形での努力呼吸など、夢中に動中の工夫に打ち込んでいる最中においてなどで、はっきりと自覚できるものである。それは単なる神秘性や、ましてや迷信の類などでは決して無く、最も純粹で真正なる精神の昇華なのである。

したがってこれは、この様なこれまでの自分自身の歩みを一度整理する意味において、実践者の立場から考察し記述したものであり、そしてご縁のある方達に、少しでもその一端を解っていただける機縁になることを願ってのことである。

この全体の構成としては、まず初歩的な前提的な知見として、禅宗が起こってきた背景や経緯について確認しておくために、一般的な瞑想法としての「坐禅」の起源、そして仏教の発祥から日本までの伝来の大きな流れについて簡単に触れ、次に中国への禅の伝来と展開、現在の日本の禅宗について簡単に記した。

次に、白隠禅師が工夫した参禅のカルキュラムの特性について包括的に了知する意味で、「白隠禅師の功績」「鶴林下(白隠下)の 仏法の伝承」、「白隠下の公案体系」、「十牛の図 で現わされた 臨濟禅の修行プロセス」について述べた。

さらに臨濟禅の了知に必要な基礎知識として、「大乘仏教の「心の構造」の見方」、「金剛 般若 波羅蜜 経 - 空の教えとその理解 -」、「大乘仏教における空の境涯とは」について記載し、臨濟禅の法理を了知するためのキーワードとして「絶対・平等と相対・差別」について整理した。

最後に坐禅の今日的意義の考察として、「禅者にとっての慈悲の行(利他行)」、「参禅修行の実際の習得時に起きる基本的な疑問 - 「成りきる」と云うこと - 」について簡潔に触れ、「臨濟禅における自己発見の意義」として、「臨濟禅の修養方法」と「生きがい感」、そして「見性体験」と人が「生きがい感」を得る事には類似性があることについて考察してみた。

結局のところこれらのことは視点を変えると、就学時代から就職して労働に従事し、その多くは結婚して家庭を持って子育てに勤しむ時期などを経て、さらには退職後から終末を迎えるまでの、人生全般を通じて、日本人として心から得心して充実した生涯を過ごすための一方策であるとの考えに至ったものである。

I. 切り口は一行物にある

日本文化のうちで和風文化という場合には、一般に室町時代の東山文化以後を指している。つまり、この時代から建物でも書院建築、畳の座敷、土壁、床の間、違い棚などが現れ、茶道、華道、能などの芸能が起こったのであり、床の間に花を花入れに活けて飾り、掛け軸を掛け、違い棚に書院飾りをするようになったのである。

そしてこれは、現在の我々日本人が通常の生活の中で自然に慣れ親しんでいることでもあり、無意識の内に自然に受容している重要なアイデンティティなのである。そしてこの和風文化の精神的な根源は、当時の京都を席捲していた京都五山(南禅寺・天龍寺・相国寺・建仁寺・東福寺・万寿寺)や妙心寺、大徳寺などの禅刹の仏教、「臨済禅」である。だからこそ茶道の専門家達などは、まずこぞってこれを修得する事に励んでいる訳である。

しかしこれは何も茶道家のみならず、ごく普通の一般の日本人として、自分自身の本質的な精神性の傾向を深く知ることにもつながっていることでもある。つまり和風文化の根源的精神である「臨済禅」を了知するという事は、我々日本人の感性として、さまざまな判断にも大きく影響している重要な要素を、深く自覚して認識することであり、逆に国際化の中においては、必須の修得事項の一つであるともいえるのではないだろうか。

そして本稿が、和風文化の根源的な精神性である臨済禅を修得するきっかけになれば幸甚であると考えます。

またこれは、高齢化社会を生きる我が国の多くの人達にとって、もはや残された短い余生の余暇などでは無くなってしまった、退職後における、仕事や子育てなどに代わる新たな人生の意義や使命をしっかりと見出し、仲間達と共に充実した老後の生活を謳歌し、大安心を得て終末を迎えることの一助に関する一つの方法論の提起でもある。

(1) 現代の和風文化の起原は室町時代

作家の 司馬 遼太郎 氏は「もし現代の日本人が、鎌倉時代や、平安時代にタイムスリップしたら、一体どこの国にいるのか判らないだろう。それくらい現代とは文化が違うからである。それが室町時代の応仁の乱以降なら、そこにいる人が自分と同じ日本人だと認識するだろう。」と云っている。

現在の我国における和風文化は、室町時代から始まっているのである。現代の我々日本人の一般的な生活様式、つまり今の日本の生活文化の起原は、室町時代にさかのぼり、それ以前の文化や生活様式は、今日とはまったく違っており、室町時代以後の日本文化を和風文化と云うのである。

日本文化は、室町時代を境として、はっきり二つに分かれている。これは文化のみならず政治史についても、応仁の乱以前と以後で、日本史は二分される。室町時代は、日本史の大きな分かれ目の時代なのである。

鎌倉幕府が後醍醐天皇と足利尊氏によって倒れ(1333年)、その3年後、足利尊氏が後醍醐天皇から政権を奪取して幕府を開き、その本拠をほぼ京都の室町に置いたので、室町時代と云っている。この時代の文化面では、3代将軍 義満の北山文化(金閣寺)と、8代将軍義政の東山文化(銀閣寺)が一般に有名である。

足利義政は、応仁の乱の後、京都の東山に山荘(東山殿)をつくり、そこに観音殿を建てた。この観音殿が銀閣(慈照寺銀閣)である。下層は書院造の心空殿、上層が禅宗様式の潮音閣である。この時期の文化を、東山山荘に象徴されるところから東山文化とよんでいる。

東山文化は「禅の精神に基づく簡素さを持ち、幽玄・侘などの精神性を基調としている。また芸術性が生活文化の中に浸透し、現代まで続く日本文化、すなわち和風文化の基調となっている」と評されている。慎ましいながらも懐が深い生活に根ざした文化であり、床の間に飾る掛け物や、活け花、喫茶の習慣、畳の座敷でくつろぐ生活などがこの時代に始まったのである。東山文化は現在のわれわれにとって、非常に身近な文化なのである。



お茶、お花、能・狂言(歌舞伎はその派生)、今日の民家である和風建築(玄関、畳の間、襖、障子、床の間、違い棚など)、醤油、砂糖の使用、納豆や豆腐等、さらには一日三食(以前は二食)の食事習慣も、室町時代を起源とするものである。

我国で喫茶の風習が広まるのは、鎌倉時代に栄西(臨済宗の禅僧)が伝えて以来だが、茶礼や茶道が定まったのは室町時代からであり、室町末期の村田珠光や千利休の茶道が、今日の茶道である。

臨済禅の発展と共に広がり、中世、近世の教養人の必須科目となった。現在でも和風文化の代表の一つである。

活け花は、今日では華道とも呼ばれ、15世紀に池坊専慶(六角堂頂法寺の住職)が名手として名をあげ、以後池坊家のお家芸である。天皇や大名にも愛され、庶民にも普及し、今日でも和風文化の代表の一つである。

能・狂言も、室町時代に成立した歌舞劇で当時は猿楽(能)とも言われ、天才的な観阿弥・世阿弥の出現で、能は芸能の高い地位を確立した。もともと庶民にも人気があり、3代足利義満などの歴代将軍、以後江戸期には徳川家にも後援を得、明治から今日まで日本の芸能の高い地位にある。

戦国時代から民衆の間で盛んになり、今日も人気がある歌舞伎なども、能・狂言を崩した親しみやすい歌舞劇である。

現在の民家は欧米化し、板の間、テーブル、椅子、ベッドも多くなったが、和風建築様式も建物の中に併存している。この和風建築が、室町時代発祥の書院造りから来ているのである。

書院造の特徴が、今日も残されているのは、玄関、畳の座敷、角柱(丸太の縁を取った角材)ふすま、障子である。さらには、床の間、違い棚など、室町時代からの書院造様式が残っている。

鎌倉時代までの貴族や豪族の住まいは寝殿造りだった。柱は丸太で角柱は使われていない。(角柱の多用は室町時代の書院造りから)一つの部屋は大きく、廊下からの出入り口は両開きの観音扉(妻戸)、部屋は板の間で、貴人が居るところだけに畳を敷き、部屋間の仕切りの襖(ふすま)はなく、部屋の中は几帳、簾(みす・すだれ)などで区切った。外の間の障子はなく、藪度(しとみど。光を入れるときは板を内方に納める。)だった。庶民の民家は、これをずっと小さくした物の延長と考えられる。この様な建築様式は、今では神社や寺院だけであり住宅には存在しない。

今の日本の和風住宅は、室町時代の書院造りから出ているのである。

食事についても、醤油や砂糖が調味料として使われ初め普及した(それまでは薬)。現在の日本人の料理の味付けの基本は、室町時代からはじまったのである。また朝食、昼食、夕食の一日三食制も、ほぼ室町時代からである。それまでは昼食は取らなかった。

(2) 和風文化は室町時代に臨済禅で形成された

臨済宗は鎌倉時代から幕府権力と結びつき、室町時代には足利将軍家の保護を受けて発展した。そのため将軍からの政治上の諮問の答弁、各種文書の作成、外交使節として遣明船に同行し、日本と明国の間を往来した。南宋の官寺制に習って、臨済宗寺院を「五山・十刹・諸山あるいは甲刹(かっさつ)」と序列化した仕組みを「五山十刹の制」と云う。この仕組みは義満の時代に完成した。

京都には寺格の高い順に、天竜寺・相国寺・建仁寺・東福寺・万寿寺の五つの寺院を置き、これを京都五山と云った。さらに京都五山の上に、別格として南禅寺を置いた。また、鎌倉幕府の5代執権・北条時頼の頃に定めた鎌倉五山の寺格を見直し、寺格の高い順に、建長寺・円覚寺・寿福寺・浄智寺・浄妙寺と定め直した。

これらの官寺を管理して住職などを任命する職を僧録(そうろく)といい、初代僧録には春屋妙葩(しゅんおくみょうは)が任ぜられた。僧録の事務所を僧録司(そうろくし)と云い、相国寺に置かれた。後に僧録は、相国寺の鹿苑院主が兼任したので、鹿苑僧録とよばれるようになった。

禅僧の往来により、これらの臨済宗寺院は、新しい中国文化を受容する中心となり、漢詩文や儒学(宋学)の研究から五山文学が起り、義堂周信の『空華集』、絶海中津の『蕉堅藁』などが「五山文学の双璧」とよばれた。また、仏典・禅僧語録・詩文集など五山文学の出版活動も活発で、これらの書物を「五山版」と称した。

水墨画は、墨の濃淡だけで描かれた絵画であるが、鎌倉時代中期以降、臨済禅の精神を表現した絵画として宋・元から輸入されるようになり、臨済禅寺院を中心に珍重された。

やがて我国においても僧侶を中心に水墨画を描くようになり、その中から傑出した画僧が現れた。『五百羅漢図』を描いた明兆、『瓢鮎図』を描いた如拙、『寒山拾得図』、『水色巒光図』を描いた周文など、著名な画僧はみな五山の僧侶達である。

水墨画と五山の結びつきがよくわかるのが、如拙の描いた『瓢鮎図』(妙心寺退蔵院蔵)であり、「瓢箪でぬるぬるしたナマズを捕まえるにはどうしたらよいか。」という禅の公案を描いたものである。このような絵画を禅機画(ぜんきが)と称している。この絵の上部には、31名の五山の僧達、それぞれ賛を書いている。

後に有名な雪舟は、相国寺で周文に師事し、入明して帰国した後は、写生に基づく日本水墨画を完成させた。代表作に「天橋立図」・「四季山水図」などがある。

枯山水の庭園は、唐山水(からせんずい)が語源と云われている。池水を用いず、岩石・砂利・草木などで山水を表現したものである。禅宗の精神世界を表現している点では水墨画と共通なことから、「枯山水は三次元的水墨画である。」などとも称される。西芳寺庭園、大徳寺大仙院庭園、竜安寺石庭などが代表例。作庭には、山水河原者(せんずいかわらもの)と呼ばれた身分の低い人びとが多く従事した。作庭師としては、東山山荘の庭を作った善阿弥などが有名である。

五山の官営寺院を「叢林(そうりん)」とよぶのに対し、より自由な活動を求めた禅宗諸派を「林下(りんか)」と称した。叢林よりも下の意味である。

そしてこの各五山の寺院は、応仁の乱の後、室町幕府の衰退とともに次第に衰えて行った。その一方で、林下の寺院は、地方でも教勢を拡大して行った。また京都の臨済宗でも、大徳寺(応仁の乱の後、一休宗純が住持となって復興)や妙心寺などが、新興武家や豪商などの庇護で栄え始めた。

また室町時代における臨済禅以外の他宗派の動向としては、曹洞宗の永平寺・総持寺なども、実際にはこの頃から勢力を拡大していった。なお総持寺が能登の輪島から現在の横浜の鶴見に移転したのは明治になってからである。「臨済將軍曹洞土民」などと云われるように、臨済宗が室町幕府の足利將軍家の庇護を受け、政治・経済・文化面においても重用されて発展したのに対し、曹洞宗は地方の豪族、下級武士、一般民衆へと勢力を拡大していった。

日本における曹洞宗は、鎌倉時代(1226年)に道元が宋から帰国し、1244年に越前に永平寺の前身である大佛寺を開いた頃に始まったのではあるが、道元自身は宗派性を否定しており、弟子達にも特定の宗派名を称することを禁じたため、当初は禅宗の一派ともされていなかった。禅宗の一派として曹洞宗を標榜し始めたのは、道元の死後だいたい経った第4世、第5世の頃からだとされている。

教義としては、一般に只管打坐の黙照禅(修証一如)をもっぱらとして見性(悟り)を否定しており、臨済宗の古則公案を商量して見性を図る看話禅とは、その教義の考え方を全く異にしている。

その他 浄土真宗(当時是一向宗)、日蓮宗(法華宗)なども、鎌倉時代に創始したが、大々的に広まって信者が急増したのは室町時代である。今日において、その実態としては葬式や法事のための檀家仏教ではあるが、推定で、日本の仏教宗派の信徒数のうち、およそ半分が浄土真宗だと云われている。

(3) 一行物とは何か

「一行物」と云うのは、漢詩などの一部だけを短く切り取って、それを禅語として、禅僧や茶道の家元などが、一行や二行に揮毫し、床の間の掛け軸として表装して掛けると云うものであり、現在でも茶道では通常に行われている。

元々は中国の南宋代の禅宗寺院において、禅僧の書(印可状、法語、偈頌、書翰など)を軸物に仕立てて、座右に掛けることが行われており、この墨蹟を尊重し鑑賞する風習が、禅宗の伝来とともに我国に伝来したことに由来している。

しかしこの我国に伝来した墨蹟の尊重と鑑賞の風習も、当初は五山などの僧院だけでおこなわれており、公家や武家、庶民までには及んでいなかったが、やがて侘茶の普及と共に、次第に茶席の掛物として、禅院の僧侶以外でも珍重されるようになっていった。

初めのうちは茶席においても、中国禅僧(虚堂智愚、圓悟克勤など)の法語、偈頌、書翰などの舶載品であったのが、帰化僧(蘭溪道隆、無学祖元など)の墨蹟が掛けられるようになり、さらには寛永年間頃には、大徳寺派などの禅僧(宗峰妙超、一休宗純、春屋宗園、古溪宗陳、沢庵宗彭など)の墨蹟なども用いられるようになった。

また内容的にも法語や偈頌などより、簡潔で一応読み下すことも比較的容易な、いわゆる「一行物」となっていったのである。そして現代においては、茶室のみならず、一般家庭の床の間の掛物としても普通に用いられている。

これら「一行物」の多くは、元々は臨済禅の古則公案を用いた参禅修行において、着語(じゃくご)あるいは下語(あぎょう)として、漢詩などの一部だけを短く切り取って用いたことに発しているものや、公案集の問題の標題などである。したがって「一行物」とは本来は、看話禅である臨済禅の文化であり、同じ禅宗でも黙照禅である曹洞禅の文化ではない。

つまり「一行物」とは、本来言葉や文字では説明がとどかない禅の深淵な宗旨や、高い悟りの境地を、禅の修行を相当深く積んだ者を相手として、あるいは自身の自戒の語として、仮に文字に託して表現したものである。

しかも禅の古則公案や故事来歴を、自明の事柄として踏まえていることが多いのである。したがって、自分自身で実際に参禅修行を行って、ある程度の悟境が高まっていないと、断じてその真義など解る筈が無いものである。

しかし「一行物」を読む以上、その言句の真の意味を正確に理解し、それを揮毫した祖師や道人の意図を正しく掴むことは是非とも必要である。

そのためには、自ら実際に正脈の師家について参禅弃道して修行に励み、転迷開悟の実をあげることが、ぜひとも必要不可欠なことなのである。つまり識者の示教によって、その文言の深い意味を知識として一応知ったとしても、知識として知ったと云うことと、実境涯として会得したと云うことの間には、大きな隔たりが有ることを、よく心に銘じておくことが肝要なのである。

II. 坐禅の発祥から日本の禅宗まで

(1) 坐禅の発祥

「禅」の語源としては、パーリ語(インド初期仏教経典の用語)の dhyana に由来している。dhyana は「心を集中して動揺させないこと」の意味で、その俗語形 jhana が西北インドで jhan と発音されていたのを、漢字で「禅」と表記したものと云われている。静慮とも漢訳されている。

インドでは5千年前から、静かな処で静坐して瞑想(Meditation)する修行が行われていた。

つまり坐禅と云う修養法は、釈迦が現れて仏教が起こるずっと前から、インドではヒンズー教やジャイナ教などにすでにあつたものである。

禅は、この静坐法、調息、精神集中によって得られる、身心を統一する静慮の境地「三昧(Samadhi)」と深く関係している。1世紀頃成立したと考えられているヒンズー教(バラモン教)の聖典「ヴァガヴァッド・ギーター」に、古代インドの瞑想による修行法の記載がある。

「実修者は、人里離れた場所で、ただひとり心身を抑制し、期待を抱かず、所有物を捨て、常に自己を修練すべきである。清浄な場所で、クシャ草、鹿皮、布を順次に敷き重ねた、高くも低くもない、しっかりした座を設けて、その座に坐って意識を一点に集中し、心と感覚器官の働きを抑制し、自己(個我)を清浄にするための実修を行いなさい。身体、頭、首を真っ直ぐにし、不動に保ち、自分の鼻の先端を凝視して、他の方角に眼をやらす、心を安らかにし、恐怖心を去り、梵行(禁欲)の戒を守り、意を抑制し、自己を思念し、自己に専念して、実修を修めて坐らねばなりません。このように、絶えず自己(心)の実修を行い、意を統御するなら、涅槃を極致とした内なる寂靜に到達するでしょう。」

2千5百年前、仏教の開祖ゴータマ・シッダールタは、至高の三昧の境地において覚者(ブッダ)としての自覚を得たとされている。仏教の基礎的修道論である三学(戒、定、慧)の一つは定(=禅定)である。

このように定(=禅定)は、古くから仏教徒によって盛んに修行されて来た。(止観法など)

禅という漢字は現在の中国語では chan、日本語では zen と発音され、欧米では両者を併用している。



現代においても、平和運動家で詩人としても高名な、ベトナム出身の臨済宗の禅僧、ティク・ナット・ハン師(Thich Nhat Hanh 釈一行)などは、アメリカとフランスを中心にマインドフルネスの普及活動を行なっている。

グーグル社やインテル社などが、社員教育の一環として取り入れている瞑想法であるが、これなども「禅」の「数息観」とも相通じる瞑想法であるが、上座部仏教(小乗仏教)の実践方法なども深く研究して取り入れた実に綿密な手法だといわれている。またじつと静止状態だけでなく、「経行」(ゆっくり歩く歩行禅)をアウトドアのフィールドで実践する事などの工夫などもなされている。

(2) 仏教の起源からその伝来の大きな流れ

仏教の発祥

約 2,500 年前、紀元前5～6世紀、インドのブッダガヤの地(現在のインド、ビハール州中部のネーランジャラー川の河畔)で、釈尊が 35 才の時に悟りを開いたことにはじまる。その後 80 才で亡くなるまで、弟子たちと共に、主に北インドのパンジャブ地方を旅しながら、教えを説いて回った。戒律には厳格。初期仏教。自分の都合を少しでも小さくし、人間の脳の性質である「過剰さ」を自粛コントロールしていく方法、「智慧」を中心に説いた。上座部仏教(小乗仏教)が継承した。

結集と部派仏教の分派

原始釈迦教団の頃には、教義を記す様な文字がまだ無かったので、釈迦入滅後は釈迦の遺跡や記念塔などに、弟子たちが集まっては、歌を口移しで伝える様に、釈迦の伝記や教えを確認しながら、“語りべ”として伝えていったと云われている。釈迦の入滅から数百年後に、ターラの葉を乾燥したものなど(貝葉)に、パーリ語やサンスクリット語などで書かれた、「如是我聞」ではじまる原始仏典が編纂された。数百年を経るうちに、やがて 20 程の部派に分かれていった。

大乘仏教の出現

部派のうち、中南方インドの「大衆部」で起こった流れで、『般若経』『維摩経』などは、こうした中で生まれた初期大乘仏教の経典。大乘仏教を一口に云うと、出家中心の「上座部仏教(小乗仏教)」に対抗して在家仏教信者中心の教えとして起こったものであり、その特徴としては、「空」の思想を説いている。初期仏教が「智慧」中心の説話であるのに対し、「慈悲」がその中心テーマであり、自ら悟りを求め(自利)、他を導く(利他)者は、誰でも全て成仏し仏陀に成れると説いた。

中国への仏教伝播

シルクロードの開通後、上座部仏教と大乘仏教の両方が1世紀頃そろって中国に伝来した。唐の時代に三蔵法師玄奘がインドから経典を多く中国に持ち帰って漢訳した。玄奘三蔵は、特にインド大乘仏教の一流派である瑜伽行唯識学派の考えに傾倒していたことなどもあり、中国では大乘仏教を採用した。

日本への仏教伝来

6世紀頃、中国から日本に、大乘仏教だけが伝播した。聖徳太子は『法華経義疏』『勝鬘経義疏』『維摩経義疏』の三部作、『三経義疏』を編纂して国策とした。禅宗はもとより、古来より日本にある仏教宗派は、全て大乘仏教である。



* 上図は、「仏教の伝播地図 © 世界の歴史マップ」より、ダウンロードした。

(3) 中国の禅宗

現代の日本の禅宗における伝承では、菩提達磨がインドから中国に来て禅を伝えたと言われているが、禅は、唐代に六祖慧能(A.D.638~713)や馬祖道一(A.D.709~788)等によってほぼ大成されたといわれている。

その後、中国の禅は、五家七宗と云われるように、分派して発展していく。中国の禅宗は五祖弘忍 以後、南宗禅と北宗禅に分れ、そのうちの南宗禅は南岳下と青原下の二大法流に分れて発展した。

南岳下の臨済宗、潯仰宗、青原下の曹洞宗、雲門宗、法眼宗を五家、臨済宗から分れた楊岐派と黄竜派を付加して七宗と呼んでいる。

現在、日本の「臨済宗」や「黄檗宗」において、現在、参禅の問題として実際に使用されている、古則公案の類のほとんどは、この頃の中国各地での逸話に依りものである。

五家七宗の特徴

- 南岳下の 臨済宗(りんざいしゅう) …… 鋭い機鋒の宗風。中央支那で発展し、中国での禅界の主流と成った。黄竜派と楊岐派に分派し、その教勢を競った。
- 潯仰宗(いぎょうしゅう) …… 「父子唱和」の宗風。
- 青原下の 曹洞宗(そうとうしゅう) …… 地道で綿密な宗風。中国ではあまり広まらず、日本に道元禅師らが伝え、永平寺や總持寺などを中心に日本全国に広まった。
- 雲門宗(うんもんしゅう) …… 「紅旗閃爍」の宗風。
- 法眼宗(ほうげんしゅう) …… 「詳明」の宗風。

を五家と呼び

臨済宗から分れた

楊岐派(ようぎは) …… 現在、我が国の臨済宗・黄檗宗にはこの派の法だけが現存している。

黄竜派(おうりょうは) …… 「賊馬に騎って賊を追い、敵の槍を奪って敵を撃つ」と云った宗風。

を付加して七宗と呼ぶ。

[芳賀 幸四郎『五燈会元鈔講話』より]

(4) 日本の禅宗

中国での禅は既にすっかり衰退したといわれているが、日本では現在までその命脈を保っている。

現在、日本の「禅宗」には「臨済宗」(妙心寺、大徳寺、円覚寺、仏通寺など)、「曹洞宗」(総持寺、永平寺)、「黄檗宗」(宇治の万福寺)の3つの禅宗の宗派がある。

このうち「臨済宗」と「黄檗宗」においては、中国から我国に伝わったいくつもの法系のうち、楊岐派の法系、中国の虚堂痴愚禅師から日本人の南浦紹明(大応国師)が我国に伝え、宗峰妙超(大燈国師)、関山慧玄(無相大師)と伝承し、白隠慧鶴(正宗国師)を経た血脈のみ、即ち鵠林下(白隠下)の法系だけが現在まで伝承されている。

この日本に伝来し、現存している禅宗の、主たる特徴の違いは、以下の通りである。

(曹洞宗)…只管打坐 (しかんたざ)

本覚門…人(衆生)は誰も元々、悟り(覚)を具有しているのであるから、仏性は、今、此処に、厳然としてそのまま顕在しているのである。
だから敢えて「悟り(覚)」などと云わずとも、修行においておのずから証される(修証不二)。

(臨済宗…看話禅 (かんなぜん)

・黄檗宗)

始覚門…人(衆生)は誰も元々、悟り(覚)を潜在的に具有しているが、煩惱、妄想の迷いに覆われて、顕現していない。
だから初発心して、理においては頓に悟るとしても、公案体系のカリキュラムに沿って段階的に修行していくことによって、徐々に迷いから覚めて、ようやく深い「悟り(覚)」の境地に達することが出来る。

現在、我国の臨済宗・黄檗宗においては、白隠慧鶴によって集大成された、独参形式による参禅(密室で師家と学人とが一对一で対面し、師家が設問した古則公案について、学人がその見解を工夫してきて提示し、師家が見解について正否を判定する問答の方式。)によって段階的に多くの公案を看することで、禅的境地(境涯、人間形成)をステップアップさせ、「見性入理」から、「見性悟道」、「見性了々」と境涯を深めていくと云う、看話禅の修行形態だけが現存している。

III. 白隠禅師が工夫した参禅のカリキュラム

(1) 白隠禅師の功績

白隠 慧鶴(はくいん えかく) は、1686年現在の静岡県沼津市原で生誕し、1769年83歳で静岡県沼津市原の松蔭寺で示寂した、臨済宗中興の祖と称される江戸中期の禅僧である。諡は神機独妙禅師、正宗国師。

各地を行脚した後に故郷に戻り、50年近くにわたって松蔭寺の住職を務めた。50代以降には、請われて各地で講義を行うとともに、膨大な著作や書画を残しており、終生に渡り、様々な方法を駆使して、色々な人々に広く法を説いた。人の往来が激しい東海道の沿道で、時代に即応した禅を広めた僧としても知られている。

遺弟には、東嶺円慈、遂翁元盧、峨山慈棹、斯経慧梁、大休慧昉、靈源慧桃、天倪慧謙、提洲禅恕、良哉元明など多数輩出した。また著作も、『槐安国語』五卷、『毒語心経』、『夜船閑話』二卷、『遠羅天釜』五篇、『坐禅和讃』他、数多くある。

これまでの公案体系を再編し、独参形式の参禅方式による学人教育方法を確立し、「隻手音声」の公案を自ら創設して初関(最初に工夫する公案の問題)に置くなどの工夫をした。



(2) 鶴林下(白隠下)の 仏法の伝承

禅の悟りや境涯というものは、経典を含めて 本来、言葉や言語で説明できるなどと云うものではなく、それを会得している、法の淵源を極めて印可証明のある、正脈の師家 だけが、その悟りを得させる指導と、さらに境涯を全うさせる指導ができるものである。だからこそ禅では、正しい師承がやかましいのである。

そしてお釈迦様が得た「悟り」と全く同じ「悟り」が、人から人へ次々と伝承され続けて来ているのである。

インドでの釈迦牟尼世尊から摩訶迦葉尊者を第一世とするならば28代目 菩提達磨、中国での菩提達磨から27代目 虚堂痴愚禅師、そして虚堂痴愚禅師の法を継承した日本人の南浦紹明(大応国師)から白隠慧鶴(正宗国師)を経て、現在に至っている。

現在、日本の臨済宗、黄檗宗に現存している法脈は、全てこの鶴林下(白隠下)の法系だけである。

(3) 白隠下の公案体系

次の項に示した「十牛の図」は、北宋時代、臨済宗 楊岐派、廓庵師遠禅師のものが有名であるが、これは北宋時代、中国での臨済宗には、すでに公案に何らかの体系分類があったことを示唆している。

つまり、ただ単に見性のみ一枚悟りだけで、よしとしなかったことは明白である。

この公案の体系化を意識して集大成したのは、我が国の白隠慧鶴禅師やその弟子の東嶺円慈禅師らである。いわゆる「白隠下の公案体系」であり、「法身、機関、言詮、難透、向上」の分類がある。これに更に「洞山五位、十重禁戒、末後牢関」などを加え、一連のカリキュラムを集大成した。

法 身:法を以って身と為す。「見性成仏」を図る。「本心本性の本体」、「本来の面目」を、まず理の上で体証することを図る。

機 関:機用(きゆう)、はたらきの意。活潑潑地の全体作用。様々な日常の順逆差別の状況において、自由自在に作用する(は

たらく)ために、事の上での練磨を工夫する。「大悟十八番、小悟はその数を知らず。(大慧宗杲禅師)」悟後の修行。

言 詮:言句の及ばぬ処を、言句で宗旨を表現する。語脈裏に転却されず、宗旨の在りかを端的に看破して迷わぬ眼を養う。

難 透:透り難い公案の意。公案の難易よりも、境涯が至り難い。余習(残り糟)を取り去るための関門。

「白隠の八難透」: 疎山寿塔、牛過窓櫺、乾峰三種病人、犀牛扇子、白雲未在、南泉遷化、倩女離魂、婆子烧庵。

向 上:苦勞して体得して来た“悟り”も全て捨て去り、不自由な手枷足枷、プロテクター、ガイドなど道徳的な規範すらも一旦全

て取り除き、凡正・迷悟を綺麗さっぱり全て忘れ去って、内外共に一切皆空に徹し切り、順逆が逆巻く現実の世間を、ス

カット爽やかに、自由自在に洒々落々な境涯で生きぬく事を工夫する。「自在格」を修得する。「破家散宅」を図る。持て

る物も無く、絶対に失うものも無い境涯。没蹤跡。禅門向上の一著。

この様に公案体系は、まず初めに「悟らせる」ため、次にその“悟り”を徹底して「身に着けるため」、そして最後にはその身に着けた“悟り”を「忘れ、捨て去る」ためにと、プログラムされている。

しかし厳密に云えば公案は、本来、分類などされるべきものなどでは無い。元々「景德伝燈録」の祖師の数として、俗に1,700則と云われる公案は、どれも極めて貴重な法材である。そして一つ一つの則に本当に徹底して取り組み、三昧を体得することこそが、まず肝要である事は明白である。

(4) 十牛の図 で 現わされた 臨濟禅の修行プロセス

十牛の図は、臨濟禅の修行のプロセスを、牛を探し、見つけ、飼いならし、その牛に騎乗して家に帰ることなどに例えて、十段階の境地に区分して描いたものである。

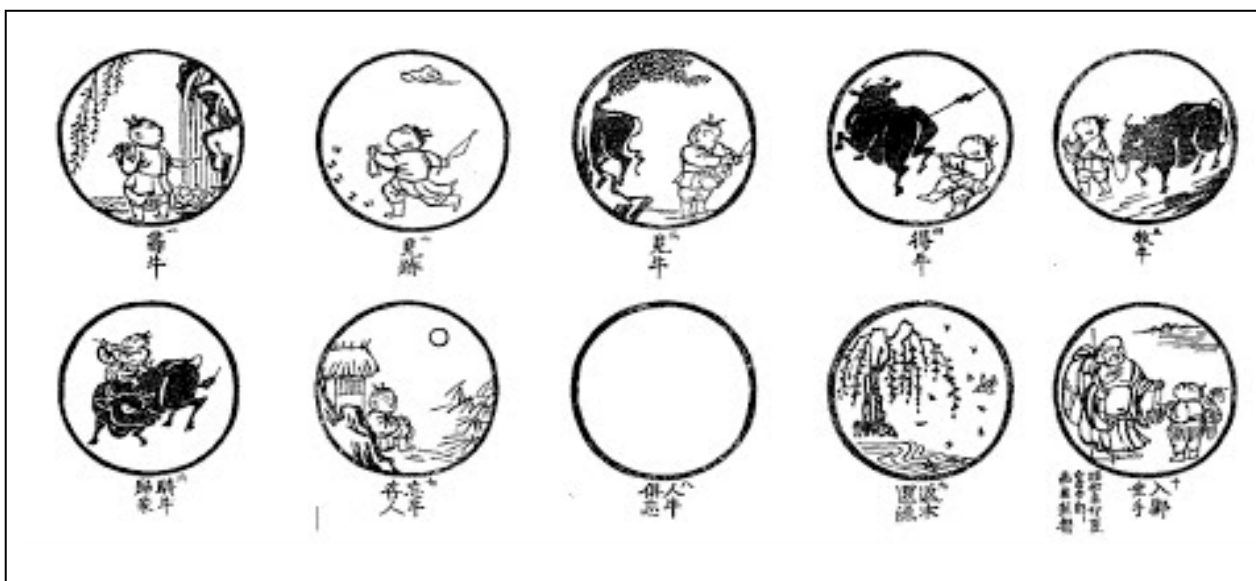
下の図では、左上から始まって、右に行き、左下にすすんで右下にコマ送りして終わっている。そしてまた最後に童子が現れ、左上の振り出しに還へり、無限に螺旋状に還流しながら営み続ける訳である。

1. 尋牛(じんぎゅう): 牛(仏性、真実の自己)を見つけようと発心したが、牛はまだ見つからない。
2. 見跡(けんせき) : 牛の足跡(手掛り)を見つけた。仏教や禅の本を読み 話しを聞き、概念的に頭で理解した。
3. 見牛(けんぎゅう): 見性(真実の自己を見つけた体験)。
4. 得牛(とくぎゅう) : まだまだ頑迷な野性が残る牛に厳しく鞭を当て、訓練して飼い馴らす。
5. 牧牛(ぼくぎゅう): 掴えた牛を飼い馴らし、段々牛がおとなしくなり、自然に人について来るようになる。
6. 騎牛帰家(きぎゅうきか) : おとなしくなった牛の背に乗って、悠然と家路を帰る。
7. 忘牛存人(ぼうぎゅうぞんじん) : 求めていた牛(真実の自己)も、求めている自己も、空であり実体が無いことが分かり、「絶学無為」の帰家穩坐の境地に至った。
8. 人牛俱忘(じんぎゅうくぼう) : 迷いも悟りも全て忘れ果て、一切を空じ切った境地。
9. 返本還源(へんぼんかんげん) : (源に還る)。悟了同未悟。
10. 入廓垂手(にってんすいしゅ) : 弥勒菩薩の化身と云われる布袋の姿を描いている。市井に入り、人の思惑や体裁に囚われず、自分を裸にして何のはからいも、こだわりも無く行動する。敢えて巧む事も無く、自然な慈悲心(利他の心)が現れる。(自利即 利他。自覚 覚他。同体大悲。大悲闡提。)

まず初めに根源的な迷いを自覚して 悩み・苦しみ その解決を探し求め(尋牛)、方法論に巡り合って学習し(見跡)、参禅修行を実践して遂に「見性」を体験し(見牛)、「悟後の修行」で悟りを深めて行く(得牛、牧牛)。

禅の第一関門は「見性」である。そして「本来の面目」などの初関を透過した後、「悟後の修行」によって悟りの内容を深めていくこととなる。このように参禅修行全体を俯瞰視する見方は、簡単で分かり易い。

またこの様に、再び一に帰って回帰しループする ものの見方や捉え方は、一生涯、社会の中で何らかの関わりを持ち続けて生きたいと願う、日本人が本来自然に持っている“和風の心性”にも通じているといえよう。



廓庵師遠禅師「十牛図」より

IV. 臨濟禪の了知に必要な基礎知識

(1) 大乘仏教の「心の構造」の見方

白隠慧鶴禪師やその弟子の東嶺円慈禪師による『毒語注心経』に詳述され、その解説本である立田英山述、『般若心経講話』にさらに微細に説かれている。ここでは ざっと その一部の概要だけを ごく簡単に記載した。

なお「五蘊皆空」については、その 色、受、想、行、識の各一つ一つの空じ方について詳しく室内の調べが有る。

唯 識 について

この世界の全ての存在・現象は、究極のところ唯、「識」（第八 阿頼耶識）だけであるとみる、瑜伽行唯識学派の基本見解。

一切は心のイメージであり、実態の無い幻影・夢にすぎない。色、受、想、行、識の五種のものが、仮に和合して、あたかも有るが如くに思えるだけで、畢竟、骨っこいものは何も無い。

外界の存在は、実は存在しておらず、存在しているかのごとく現われ出ているにすぎない。全ての存在現象は、認識することで、自らが認識し推論できる存在・現象と成り得ているのであって、自らが了承し分別しているだけの事である。

したがって全ての存在・現象は、自らの心の内に一切があり、全世界・全宇宙は心の中にある。

詰まる処、この自らの一心だけを解決する事が出来れば、全世界・全宇宙の一切全てを解決できる。

しかし同時に逆もまた真なれば、全世界・全宇宙一切全てを解決することが出来なければ、自らの一心を解決する事は出来ない事でもある。

不可得底 について

自分自身の心は、確かに必ず有るには有るのだが、その心そのものが一体何処にどうあるのか、自分自身でも「はい、これ。」と取り出す事も、「あ、ここに有った。」と取得する事も出来ない。

「自分」とはいったい何なのだろうか。畢竟その究極の「なに」を捉える事は出来ない。「自分」「自己」「私」といったものは、本当に存在するのだろうか。それは、ただ「思い」と「言葉」だけで描き作り出された「幻影」、「観念」に過ぎないのではないだろうか。「自分」と呼ぶ言葉に対応する実在など無いのである。存在するのは、唯だ 身体、唯だ 心 だけであって、自分の身体、自分の心、と考える「自分」など存在していないのである。

そして、その不可得なるが故に、心そのものは厳然としてあるのである。只、不可得そのものだけに徹した、不可得三昧にある。あたかも自らの右手で、自らの右手を掴むが如くにある。

三科の法門

	色、声、香、味、触（五境）、法 …（六境）
[十二処]	
十	眼、耳、鼻、舌、身（五根）、意 …（六根）
八	
界	眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識 …（六識）
[五 蘊]	色、受、想、行、識

五 蘊 …… 全て迷いの境や虚仮の相であり、蘊(うん)は集積の意味である。

色 蘊：五 境 … 物質界（積聚・虚仮の相。自分自身の肉体も含めた外の世界。）

受 蘊：五 根（前五識）… 感覚器官 …（領納・資貧の気。外界の情報を受得。執着。）

想 蘊：第六識 … 意識上の妄念 …（想像粉飛の念。胸中のもやもや。之乎者也（シコシヤヤ）。）

行 蘊：第七識 … 無意識の浅層、（伝送識、末那識）…（連想。愚痴、拘り、不安。）

識 蘊：第八識 … 無意識の深層・根源、（阿頼耶識）…（根源的な迷い。藻影からのぞく鱗（うろくず）。）

摩訶 般若 波羅蜜多 心経（玄奘三蔵 訳）

観自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 照見**五蘊皆空** 度一切苦厄 舍利子 色不異空 空不異色 色即是空 空即是**色**
受想行識亦復如是 舍利子 是諸法空相 不生不滅 不垢不淨 不增不減 是故空中 無色 無受想行識 無**眼耳鼻**
舌身意 無**色声香味触法** 無眼界 乃至 無意識界 無無明 亦無無明尽 乃至 無老死 亦無老 死尽 無苦 集滅道
無智亦無得 以無所得故 菩提薩埵 依般若波羅蜜多故 心無罣礙 無罣礙故 無有恐怖 遠離一切顛倒夢想 究竟
涅槃 三世諸仏 依般若波羅蜜多故 得阿耨多羅三藐三菩提 故知般若波羅蜜多 是大神呪 是大明呪 是無上呪
是無等 等呪 能除一切苦 真實不虛 故説 般若波羅蜜多呪 即説呪曰

羯諦羯諦 波羅羯諦 波羅僧羯諦 菩提薩婆訶

般若心経

(2) 金剛般若波羅蜜經 - 空の教えとその理解 -

『金剛經』は、大乘經典のなかでも禪宗と最も関係の深い經典とされている。「金剛」とはダイヤモンドのことであり、この世に存在する物のなかで最も固く、常に輝きを放ち続ける金剛石を指しており、心に根付いた煩惱、迷い、業障礙を打ち砕く「般若の智慧」に例えている。

しかし菩提達磨がインドから中国に伝えたと言われる禪宗の初期には、「楞伽宗」と呼ばれていたように、達磨大師が伝えたと言われる『楞伽經』を重んじていた。

それが六祖慧能以後には、『楞伽經』から『金剛經』にその基本主軸を移したといわれている。それは慧能が『金剛經』にある「応無所住而生其心」によって大悟したことに始まると伝わっている。こうして禪は、五祖弘忍まで重視された伝統的な禪定至上主義を説く『楞伽經』から、六祖慧能以後は『金剛經』の智慧重視主義へと成っていったとされている。

その反面、徳山宣鑑などは、禪僧になる前には唯識や俱舍論などの学問を研究していた学僧だったのが、竜潭崇信に師事してから、ある朝、それまで大切にしていた『金剛經』の注釈書を焼き捨てたという故事なども有名である。

このような例話でも象徴されるように、禪では、どんなに多くの經典を読み、文字や言葉の意味だけでその内容を理解したとしても、不立文字、教外別伝であるので、生きた真の仏法は会得できないと説いているのである。

これが禪宗を「仏心宗」と呼ぶ理由であり、また他宗派の教宗とは異なる点である。

ではあるが、この『金剛經』の言句から幾つもの公案の則（設問）が工夫され、採用されているのも事実であり、実に興味深い。

一切の諸法は、無常、無我であり、『空』である。ただし広く流布されている鳩摩羅什漢訳の金剛般若波羅蜜經典には、『空』の字は一字もない。まだ『空』という言葉で表現されるファクターの設定がなされていないままで、『空の教え』を表現せざるを得なかったのである。

そこで、「AはAであるが故に、Aではない。」というパラドキシカルな表現がこの経文の特徴であり、「論理的」に考えると『金剛般若經』は矛盾しており、理解できない。漢訳では「A即非A」となり、これを鈴木大拙らは「即非論理」とした。

しかし、ここにおいてこそ、「論理」以前、「言葉」以前の、本質的真理そのものから思惟された、本当にあらゆる囚われから脱した心の自由さ、自在格がある。

いくつかの表現を意識したものを、参考として列記する。

『現実と非現実を、超えたものが、真実である。』

『完成と未完成を、超えたものが、完成である。』

『一切の衆生は、いつまでも衆生ではない。』

『本来、我も無く、人も無く、衆生も居ない。仏土に至ろうとする者は菩薩ではない。仏土とは、至る、至らないを、越えているからである。』

『過去の心も、現在の心も、未来の心も、心は常に移り変わり、心として定まっていけない。』

『功德に実があれば、それは功德ではない。功德とは、その実体無きがゆえに功德である。』

『色身を具足するとは、具足しているのではない。それが色身の具足である。』

『如来は、微塵の法も得ていない。それこそが、最上の菩提を悟っていると云うことである。』

『如来の説く見解は、如来の見解ではない。まさに、こういう見解を如来は説いている。』

『この現象界は、夢、幻、泡のようなものであり、影、霧、雷のようなものである。』

(3) 大乘仏教における空の境涯とは

大乘仏教の教理の原則は「空」であり、禪修行の目的の一端は、この空の境涯を様々な角度から徹底的に実地に身に着け、ありとあらゆる諸々の心の執着を取り去ることにある。

一般に、小乗(上座部仏教)は 析 空 観 であるのに対して、大乘は「色体即空と観ずる」体 空 観 であるといわれている。

有る物を何処かに片付けなくても、ただ有るがままで空である。「引き寄せず結ばずとも庵にて、解かねど元の野原なりけり。」の古歌がある。

そして究極的には、凡俗の「迷い」はもとより、殊勝げな「悟り」などの不自由な手枷足枷、プロテクター、ガイドなどの道徳的な規範すらも一旦全て取り除き、凡正・迷悟を綺麗さっぱりすべて忘れ去って、内外共に一切皆空に徹し切り、順逆が逆巻く現実の世間を、スカット爽やかに、自由自在に、活潑潑地に、洒々落々な境涯で生きぬく事にある。

V. 臨濟禪の法理を了知するためのキーワード

我々の生きている現実社会は、全て例外なく差別相対の世界である。人に 男女、老幼、賢愚、美醜、貧富の別があり、物や事象にも 大小、長短、曲直、方円、前後、上下、左右、遅速があり、世の中は常に、利害、得失、是非、善悪、虚実、淨穢、毀誉・褒貶、健康・病氣、生死 と 渦巻いている。

そしてこの無常な二元相対差別を、不変なもの勘違いして「惜しい、欲しい、憎い、可愛い」と執着してしまうところ、利己心、自我執着心 から 全ての「苦しみ」は生じている。

だから、これを何とか克服することが、先ず禪修行の目的の一端である。

端的に云うと、つかみ得ない幻影の如き「自分」と云う意識を、まず投げ捨てて、ただ一心に三昧に徹して生きることである。剣道に鹿島神傳直心影流など「影」がつく流派が多数あるが、ここでいう「影」とは、おのれ自身の心の幻影の事を云っているのである。つまり古神道の教えなのであるが、これらも唯識に通じているとも云えよう。

それにはまず、迷いを自覚したら、当初は「自分なんかどうでもいい！！」と、常に心の中で言い続けるなり、心の中で叫び続けるなりして、心の深層に潜む 粘っこい 自我執着心 の 種子 を 焼き尽くし、念頭から振り切って、常に今やっていることに意識を集中させ、それ以外のことに念慮を働かせない習慣をつけることである。

絶対矛盾の自己同一(即非論理)などともいうが、ここで「即」が成立するのは、観念などではなく、只、深く三昧を修練し、これに徹し切って 経験上の現状の事実を生きることにある。(華嚴四法界 事々無碍法界)

<以下全て同様の意を表す語を列記>

平等 即 差別、差別 即 平等。 一 即 一切、一切 即 一。 色 即 是空、空 即 是色。 迷悟不二。
 平等中の差別、差別中の平等。 暗中の明、明中の暗。 正中偏、偏中正。 衆生 本来 仏。
 賓主歴然と賓主互換。 偏正回互。 一味平等と無差別。 明暗双々。 看脚下。 無礙自在。

唐や宋代の中国の人は、インド人やギリシャ人などと違い、形而上の哲学的な命題を論じるときも、抽象的な概念用語を用いず、どこまでも日常の具体的な事物に即して問答商量した。着語なども同様に漢詩からの流用が多い。

したがって禅語の妙味を本質的に理解して味わい、法理の深淺さを知るためには、多少の詩的な文学的感性や素養が必要である。

また下表は、芳賀幸四郎氏の『新版一行物』上下2巻に出てくる禅語の、絶対・平等 と 相対・差別 との系列を、試みに対照表で示したものである。左側の対比が、抽象的な概念用語であるのに対して、右側の対比は、具体的な事象に即して表現されているという一例である。ただし事象とその表現は、必ずしも固定されたものではない。

そしてこれらは、全て同じことであることから、一つでも徹底して了知する事が出来れば、全てを席捲して領得してしまうというのが、この表からも判る。「生死不二」を体得してしまうのである。

絶対・平等	即	相対・差別	絶対・平等	即	相対・差別
仏陀	=	衆生	山	=	雲
一	=	一切・万法・多・両	不動	=	去来
空	=	色	静寂	=	喧噪
暗	=	明	夜・闇	=	昼・灯
理	=	事	静	=	動
正位	=	偏位	和	=	敬
聖	=	俗	大地	=	落葉
無	=	有	尽	=	多・残
死	=	生	遠鐘	=	山路
真理	=	作用	松(常緑)	=	竹(上下の節)
無賓主	=	賓主	天空	=	群像
永遠	=	有限	大海	=	百川
非A	=	A	岳辺	=	千峰
悟り	=	迷い	水面下(水中)	=	水上
不滅	=	敗壞	真実の当体	=	現実の我が身
悟りの本体	=	悟りのはたらき	生前・死後	=	生後・現世・即今

VI. 坐禅の今日的意義の考察

(1) 禅者にとっての慈悲の行

十牛の図で云うと、第6段階の騎牛帰家や、第7段階の人牛俱忘に当たる境涯として、帰家穩坐、悟了同未悟がある。さんざん苦勞して禅を修行して来たが、結局は何の功德も無く、元も子も無くして無一文と成り、スッカスカの擦り切れ貧乏、無一物の乞食の境涯と成っただけのことだった。ただ持てる物も無く、反面、絶対に失うものも無い境涯である。無功德。没蹤跡。悟り尽くし、その悟りが身に付き、悟りの臭みが全く無くなり、得た悟りそのものをも脱却した悟了同未悟の境涯である。

一切の人々(衆生)と同体、同根であるという自覚に生き、大慈悲心の根源に至る。そして、この一切を空じ去って、元の木阿弥に帰った究極の境地の中から、一筋の露地を出でて、一点無縁の大慈悲心から自然に生じる衆生済度、向下の利他行へと出て行く事で、この生命の命脈、血脈はループする。大悲闡提といった語もある。

そこで禅者にとっての慈悲行(利他行)であるが、そもそも本来仏教は、「智慧」と「慈悲」の獲得と実践を目指す教えである。そして大乘仏教は、「慈悲」がその中心テーマであり、自ら悟りを求め(自利)、他を導く(利他)者は、誰でも全て成仏し仏陀になれることを説いたのである。

大乘仏教の一つである禅においても、一点無縁の大慈悲心から生じる衆生済度、向下の利他行に自然に向かうのである。有縁の誰かの為に、あるいは公的、普遍的な人類の利益の為に、自分自身の人生を活用し、捧げ尽くすことにある。そして「無我」なるが故に、自利がそのまま利他であり、利他こそがそのまま自利となる。

つまり「利他」の無い「自利」など、本来存在しえないものである。ただ共に同じ心に生きる。また知行合一。

したがって禅者の心境には、元来底抜けに明るいものがある。その慈悲行には、元来、暗くじめじめしたものは微塵も無い。それはそのまま、ごく自然な無心の遊戯三昧だからなのである。

それは例えば、キリスト教徒が、隣人のために、命を捧げて真摯に愛の実践をされることなどは、いさか趣が異なっている。隣人(他者)に対し、自己が発する憐憫などでは無い。ただ「空」なるが故に、自己犠牲や犠牲的精神、ボランティアなどでは無い。「自利即利他」、「自覚覚他」、「自他一如」、「同体大悲」などと表現されている。

(2) 参禅修行の実際の際に起きる基本的な疑問 — 「成りきる」と云うこと —

自分自身の拙い足取りを振り返ってみても、公案による参禅修行の初心の頃には、「いつまでも向こう側に客観視して、言葉や身振りや態度などで、それを説明しようとしていては全然ダメだ。もうこちら辺りで大いに三昧に徹し切って、そのもの自体に、全身全霊を投げ込んで成り切ってしまう。」などと指導を受けたものである。おそらく独参形式による参禅の経験者の中には、同様の指導を受けている人もあるかと思うのである。

しかしこの「全身全霊で成り切ってしまう。」と云うことが、当初はどうもなかなか理解できなかったものである。「ひたむきに一所懸命に成る。」ことなどは思ったものの、「成りきる」とはどう云う事なのか、いったいどの様に「成りきれば」いいのか…などと、何を云っているのやら、どうもじっくり解らなかつたものである。参禅指導を受けている師家に素直に尋ねればよさそうなものであるが、毎回の参禅では、とてもそんな余裕も無かつたのである。

そして結局のところ、こんな風に捉えて、自分で納得したものだった。

つまり「成りきる」とは、例えてみれば「役者が、舞台の上で、或はカメラの前で、今演じている“役(やく)”に“成りきって”演技する様なもので、その瞬間には自分は無いのだ。」と云うだけの事であった。

「そんなこと、人前で恥ずかしくて出来ない。バカバカしい。」と云う向きも、きっと有るかも知れないが、ただ性格的に内気であるとか、教養が邪魔するとか何とか色々理由を付けてみても、それは結局のところ、「我」を捨てていないと云うだけのことである。

参禅で見解を呈することとは、つまり表現形態の秘訣とは、結局その様なことなのではなからうか。もちろんこれだけ判ったところで、直ぐに真正の見解に辿り着くと云う訳ではないだろうが、いつまでも無駄な回り道をしたり、途中で参禅自体を諦めてしまったりすることは、かなり防げると思うのだが、いかがであろうか。

(3) 臨濟禪における自己発見の意義

現在、日本の臨濟宗・黄檗宗に伝えられている禪は、全て白隠慧鶴によって集大成された、独参形式で段階的に多くの公案を観ることでステップアップさせる看話禪の形態である。学人は、正脈の師家から授けられた公案(禪の問題)を、各自が自分で参究工夫し、一人ずつ師家の待つ室内に入って、一対一でその公案の見解を呈して、その可否を判定して貰う形態である。したがって「悟り(見性)」にも深浅の違いがある。これを「見性入理」、「見性悟道」、「見性了々底」と大きく3つに分けている。また「大悟十八番、小悟はその数を知らず。」などと云う様に幾度となく深く得心を得るのである。

臨濟禪の修養は、決して難しいものなどでは無い。通常の世俗の生活以外の処に有るような浮世離れしたものでもなければ、難行苦行などでも決して無い。また「禪」を始めるのに「遅い」ということも無い。決してこれまでの人生経験が全て無駄な訳ではない。むしろ禪寺以外で生まれ育って、若いうちから禪に入る人の方が稀なくらいである。

「禪」を修得するといっても、宗教を信仰するということではなく、人間としての自分を見つめる一つの手法を得るということである。死んだら地獄に落ちるとか、極楽に行くとか、そういう世界観ではなく、『この「今」を一生懸命に生きる』という考え方がその基本である。「この秋は 雨か嵐かしらねども 今日一日の 田草とるなり」と云う古い歌がある。

結局は、この苦難が連続するこの世俗の中の現実を、しっかりと噛みしめて味わい、生き抜いていくことでしか仕方がないのである。そして市中に生きる一介の素凡夫として、本当の人生をしっかりと味わって生きていくのである。そこにしか真実なんか無いのである。そしてそれこそが究極の仏道なのである。

しかし大切なのは、その事を順々と得心していく過程にこそ、むしろその要旨があると云うことである。プロセスが大事なのである。初めから「所詮は穢土の凡夫だからムリな事だ。」などと諦めると云うのではなく、一通りの景色を看て来てから、ようやく初めて「本当の凡夫だ。」と自信を持って行き着く事が大切なのである。

つまり何も誰しも、最初からいきなり究極の最終段階の境地に、境涯が到達出来るなどと云う事は、到底有り得ないのである。更には理論上では何とか解ったとしても、実際色々な現実の事象の上において、常に自由自在にいけるなどと云う事は、とてもあり得ないことである。当初は仮に聞いて知ったとしても、「一体、それがどうして深遠な仏道の究極の境地なのか到底解らない。何のこともまったく理解が出来ない。」と云うのが普通である。

それには、長年にわたって弛まぬ努力と修養を、死ぬまでずっと継続していくしか無いのである。しかしだからと云って、何も悲観などする事もない。

それを逆に云うと「その事を、ちょうど食事や睡眠を取ったり、また運動したり風呂に入ったり、時には皆で集まって行事をしたり、旅行に行ったりする様に、日々の生活の中で習慣として死ぬまでずっと継続してやっていきさえすれば、それで良い。」からである。

この事に「生きがい感」を持ち、継続していく事さえ出来たら、とても実践が不可能な事でもなければ、けっして難しいことでも何でも無いのである。むしろ究極的な深い喜びに満たされた楽しいことである。

つまり禪で云うところの「悟り(見性)とは、見方を代えれば、自己自身の心の深い奥底から湧き出して来た一筋の光明であり、義務感と使命感が一致した「生きがい感」や「やりがい感」に通じている。誰かの為に自分自身の人生を活用すること、即ち慈悲であり利他行である。

「悟り(見性)とは、自分自身の心の内側で、全てを圧倒する、極めて強い生き活きたした大いなる喜び(大歓喜)が、腹の底から、すなわち自己の存在の根源から素朴に湧き上がって来たものである。

したがってこれは、自分の心の中に向かって、つぶやく他に無く、人には説明できないものであり、また他の人には見ようが無いものである。そしてこれは本当に素朴で純真な小さな処に有るのである。「悟り(見性)」は、ずっと本気で求め続けていけば、何時、何処で、経験するか解らない。必ずしも坐禅中とは限らない。その多くは、むしろ坐禅中以外の時に、意外な契機で経験するものである。ただし、直ぐに明眼の師による検証を受ける必要がある。独りよがりでは誤るからである。

この根源的な経験から世界を眺めるのである。そして理屈から世界を観る事を戒めるのである。

思い通りに生きることが出来なくて悩む人は、世の中には沢山いる。しかしその事と、この自分自身の人生の創造性とは、まったく関係が無いのである。次元が違うからである。

唯、がむしゃらに走って、動いて、行っている時などには、決して観ることが出来無いのである。全てを停止し、考えることをやめ、唯、ひたむきに、積極的に、静かに「待つ」と云う道の奥にこそ「生きがい感」、即ち禪で云うところの「悟り(見性)」は潜んでいるのだからである。

そしてこれは、人間として生きとし生きる全ての人々に、平等に与えられている潜在的な最大の喜びである。人生にこの素晴らしい出来事があるのを知らずに、一人の人間としての生涯を終えるのは実にもったいなく、淋しいかぎりである。

おわりに

この度の試みは、これから参禅修行を始める人や、既に参禅修行を始めた人向けの一連の方向づけとして、公案修行を続けるために必要最低限度の基本的な知識について、若干は簡潔に集大成する事が出来たつもりなのだが、果たしていかがなものだろうか。

また従来の考え方からすると、一般向けとしては少し言い過ぎている部分もあるかもしれない。

しかし、ここでの対象である、高度な学識経験や、長年の深い社会経験が有る人達などは、まず「臨済禅」についての先入観を排除して、その全体的な概要を知った上で判断したいとの認識傾向を持つと思われるので、この様な解説の方が適切だと思うのである。当然のことだが、実際の参禅自体や、公案の見解などについては一切触れていない。また具体的な参禅修養の方策や、その機会についても、ここでは一切触れていない。

多くの禅会に行くと「何やかやと理屈を言わずに、まず黙って正しく坐って、数息観を修得する事。」と指導され、一応の数息三昧に入る事を修得する。ここまでは良いのだが、問題になるのは、独参形式による「参禅」からなのである。

少し坐禅に慣れてきたら、やがて参禅に導かれ、「本来面目」、「無字」、「隻手音声」、「庭前柏樹子」など、一番初めに授けられる公案、初関の公案を工夫し、ほとんどは、ただガムシャラに無我夢中のまま 初関 を透過して“見性”となる。

さらには、何か適当に参考になるものがないかと、禅の書物でも読もうとするならば「禅学をするな！ 全く無駄で無意味な逆の方向だ。」などと指導を受けてしまう。

二十歳前後の学生ならそれでも良いのだろうが、教養もあり社会経験も豊富な人達などは、当分の間は、何が何だかほとんど解らないまま、ただ信じて何とか突き進んだとしても、やがて全く訳が解らなくなったり、馬鹿らしくなったり、どうしても宗旨が得心いなくなってしまうたりして、途中で挫折してしまうケースも有るのではないのだろうか。そして遂には、全く無駄な労力と時間を費やしてしまったという、被害者意識さえ生じさせる結果にも成りかねない。これでは この人達にとっては、余りにも不親切なのではないだろうか。

おそらくこの小文での試みで充分と云うのでは無いと思うのだが、得心し、矜持をもって、公案修行を楽しく継続していくために、必要最低限の知識の習得の一助にはなっていると思うのである。

ひいては我々日本人にとっての本質的な心性であり、和風文化の根源的な精神性である、「臨済禅」について修得するきっかけとなり、そして「生きがい」のある自分らしい人生を最後まで得心して生き抜き、ついには大安心を得て天寿を全うされることの一助になることを ただ願うのみである。

— 以上 —

<参考文献>

- 立田英山 『般若心経講話』人間禅叢書、1965年。
- 同上 『十牛の図講話』人間禅叢書、1961年。
- 白田劫石 『槐安国語鈔講話、続、続々』人間禅叢書、1989/1993/1996年。
- 同上 『学道用心集講話』人間禅叢書、2003年。
- 鈴木大拙 『鈴木大拙全集(第14巻) 禅とは何か』岩波書店、1969年。
- 杉山 剛 「人間形成としての禅」香川正弘・鈴木眞理・永井健夫編『よく分かる生涯学習[改訂版]』ミネルヴァ書房、2017年、188-189頁。
- 芳賀幸四郎 『新版一行物』上下2巻、淡交社、1996年。
- 同上 『五燈会元鈔講話』淡交社、1996年。
- 同上 『禅入門』たちばな出版、1995年。
- 同上 『東山文化の研究』思文閣出版、1981年。
- 久松真一 『東洋的無』講談社学術文庫、1987年。
- 丸川春潭 『坐禅の効用』サンガ出版 2018年。
- 同上 『人づくり肚づくりと禅』サンガ出版、2018年。