

# 第十一話 佛道と云うは身心を 修し尽くす事也

丸川 春潭  
延時 真覺

いちにち さ とんせいじやくた しゆぎよう ようじん と ししめ いわ  
一日去る遁世者来りて修行の用心を問う、師示して曰く、  
ばんじ う お ただし なら つね し なら し ひま  
萬事を打ち置いて唯死に習わるべし。常に死に習って死の際  
あ まこと し ときおどろ ひと ど り わ  
を明け、誠に死する時驚かぬようにすべし。人を度し理を分  
とき ち え い わ じょうぶつ ため なに し あだ  
くるときこそ智恵は入れ我が成佛の為には何も知りたるは怨  
なり ただつち な ねんぶつ もっ し なら かのものいわ もう  
也。只土に成りて念佛を以て死に習わるべし。彼者云く、盲  
あんじょう つね ひけんつかまつ これら み こと あ しいわ み  
安杖を常に被見仕る、是等を見る事も悪しや。師曰く、見  
おほ こと みなあだなり ただねんぶつ もっ し がる またかのもの  
て覚ゆる事は皆怨也。只念佛を以て死を軽くすべし。亦彼者、  
あくしん や よくしん などなしと云う。師曰く、少しの處収まりぬ  
れば是となし居る物也。何程無欲に成り、人好く成りたりと  
こ しゃば たの んん またわ み おも ねん や  
も此の娑婆を楽しむ念、亦我が身を思う念は休むべからず。  
これ はな ぜ りん ね ごとなり こ ねん めつ しんじん  
是を離れずんば皆是れ輪廻の業也。是の念を滅するには身心  
こ おんけ なら つ ねんぶつ もっ せ ほる ばか  
は是れ怨家なりときと睨み詰めて念佛を以て責め滅ばす計  
なり べつ どうり い こと なら ちえ い こと なら ひと  
り也。別に道理の入る事にも非ず、智恵の入る事にも非ず、人  
たの じょうぶつ こと なら ひと ひ じごく お  
を頼みて成佛する事にも非ず、人の引いて地獄へ落とすに  
も非ず、地獄へも天道へも只今の念が引きて往く也。瞋恚は  
じごく よくしん が き ぐ ち ちくしやう これ さんあくどう い なり こ  
地獄、欲心は餓鬼、愚痴は畜生、是を三悪道と云う也。此  
うえ しゆら 人間 てんじやう さんぜんどう くわ るくどう い なり  
の上に修羅、人間、天上の三善道を加えて六道と云う也。  
みなこれいっしん うち あ るくどうなり このあいだ はな うえ のぼ した  
皆是一心の内に有る六道也。此間を離れず上に登り下にく

だり廻り休まざるを六道輪廻と云う也。是は只今其方の心の  
 輪廻するを以て知るべし。善念頓て悪念に成り、悪心も亦善  
 心に成る也。天道より地獄に往き、地獄より天道に往く証  
 拠是れ也。余の悪道を廻る事も如是。此の念を離れて不  
 生不滅なるを成佛と云う也。如是我れと念根を修し尽く  
 し成佛する事也。何として傍より其方の念を休めんや。強  
 く眼を着けて南無阿弥陀佛、南無阿弥陀佛と命を限りにひ  
 た責めに責めて念根を切り尽くすべし。忽而大きな悪、及  
 ばざる望みは休む物也。されども兎角なにか有る物也。念根  
 の切り尽す事難し。然間此の蠕袋を敵にし念佛を以て申  
 し滅ぼすべし。是の念根を切る修行也。彼者云く、然らば此  
 の身を離る事と心得て置くべきや。師呵し曰く、心得て置  
 くは悪き也。佛道と云うは心得て置く事に非ず。身心を修  
 し尽くす事也。(上-10)

いちにち さ とんせいじゃきた しゅぎょう ようじん と ししめ いわ ばんじ う  
 一日去る遁世者来りて修行の用心を問う、師示して曰く、萬事を打  
 ち置いて唯死に習わるべし。

ある日、鈴木正三和尚のところへある遁世者が来た。遁世者という  
 のは、世をはかなんで人里離れた深山の草庵にひっそりと暮らしてい  
 る人をいいます。そういう人が来て「禅の修行をするには、どうい  
 うふうに心を用いたらよろしいでしょうか？」と問うた。この問いに対  
 して鈴木正三和尚は「すべてのことをみんな捨ててしまつて、ただ  
 『死』ということ学べ。」と言われた。

つね し なら し ひま あ まこと し ときおどろ  
 常に死に習って死の際を明け、誠に死する時驚かぬようにすべし。

いつでも死ということ念頭において、その死を習え、すなわち生死  
 の一大事を全うせよ。「死の際を明ける」とは、生死の問題を解決し、  
 これに執着しないということでもあります。「平生から生死の問題を解

決しておいて、本当に死に直面した時、驚かぬようにするが良い。」  
と鈴木正三和尚は言われるのである。

ひとどりをわくるときこそ智慧は入れ我が成佛の為には何も知り  
たるは怨也。  
あだなり

「他人のために、自分以外の人のために仏法を施して衆生を済度する。そういう時にこそ、道理を尽くす知恵が必要である。しかし、ただ自分が見性成仏して、死を解脱するためには、物知りになる必要はない。むしろ、そんな知恵・分別はかえってあだになる。何も知らなくてよしい。」と鈴木正三和尚は言われる。

余談になりますが、人間禅に入門して、担当師家に初関の則を頂いて、これに挑戦している時、先輩から「初則を持っている者は、禅の書物を見てはいけない。」と厳しく忠告されたものです。道場には沢山の禅の本がありましたが、先輩の忠告通り、そういった書物は全く見ることはありませんでした。見性した後、初めて先輩達の忠告のありがたさが理解できたのであります。

ただちになんぶつもっしなら  
只土に成りて念佛を以て死に習わるべし。

「只土に成りて」とは、情を少しも起こさないで念仏を唱えて死に切るといふこと。万事を捨て置いて念仏三昧になって死に習う。ここでいう死は、すなわち「精神的な死」、邪険・驕慢なエゴ心の「息の根」が止まるという意味での「自我・エゴを殺し尽くすこと」であり、「肉体の死」を意味しているわけではありません。そのため禅では「肉体の死」と区別して「大死」といっています。禅の「死」というのは「大死」、すなわち「絶対的な死」であって「生」と「死」との相対的な死ではないのであります。「大死一番する」ということは、深い三昧に徹して一念不生の境に到るといふことであります。

禅では「大死一番絶後に再蘇する」といいますが、「絶後に再蘇す

る」とは、釈迦牟尼世尊しゃかむにせそんが約2500年前の臘月八日の暁ろうげつの明星を見て悟られた永遠の命（本来の面目）を徹見するということでもあります。「死に習って、死の隙ひまを明ける」すなわち生死しょうじの問題を解決し、これに執着しない境涯に到るということでもあります。大死一番して絶後に仏の命（本来の面目）をしっかりと悟ってよみがえることである。このところを至道無難禅師は、生きながら死人と成りて成り果てて、思いのままにするわざぞよきと歌っておられます。何でも「俺が俺が」と自我という自己中心の念を起こす。その自我というものを滅却するということが「死」ということでもあります。道元禅師の言葉で言うならば【身をも心をも放ち忘れて仏のかたに投げ入れる】ことであり、そうすれば、逆に【仏のかたより行われもてくる】。大死一番して絶後に再蘇すれば、今度は、仏の命として生きてゆくことができるのであります。これを「大死大活」というのであります。『葉隠』にも、【武士道とは死ぬことと見つけたり。】とありますが、これは「武士道」という「大きな道」の中に、身をも心をも放ち忘れて自我というものを投げ込んで死に切ってしまう。『葉隠』においても【万事を打ち捨てて、大死一番して誠に死することを稽古けいこせよ。】といているのである。

宮本武蔵の書の中に、『兵法三十五箇条』という書があります。後にこれを骨子として書き上げたものが『五輪書』であり、この『五輪書』の真髓まとを纏めたものが『独行道』という書であります。従って、この『独行道』の心こそが武蔵の真意を吐露した根源的なものであるといわれております。『独行道』は21箇条より成っており、第1項は【世々の道をそむく事なし】とあります。「世々の道」とは、古今の聖賢が苦心して積み重ね積み重ねして来た普遍的な大道であり、釈尊に始まる仏法が一器の水を一器に移すように仏々祖々に受け継がれてきた、その「誠の道」であります。武蔵は52歳で熊本の細川藩に仕官し、61歳の生涯を閉じるまで熊本の地で暮らしております。熊本では、

細川家の菩提寺泰勝寺の春山和尚に死ぬまで参禅している。武蔵は【世々の道をそむく事なし】ということをも第1項に掲げ、最後に【常に兵法の道をはなれず】といっている。すなわち、世々の道の中に自我というものを完全に投げ入れてしまう。そうして、世々の道の兵法者として生まれ変わる。

茶道にしても武道にしても、その道を極めんとする者はすべてそういうところに眼目を置くのであります。『葉隠』でもその通り、禅でもその通りであって、いつでも、どこでも、普遍的な世々の道を我が物として、今ここに私が如実に実践する。そこに道というものが形成されるのであります。

かのものいわ 彼者云く、もうあんじょう盲安杖つねを常に被見ひけん仕る、これら是等を見る事みも悪ことしや。師曰あく、しいわ見て覚ゆる事あは皆怨し也。

『盲安杖』というものは前回も出てきましたが、鈴木正三和尚が書かれた書物である。彼の遁世者が言うのに「あなたがお書きになった『盲安杖』を常に読んでおりますが、これらを読むということも必要ないのでございますか？」すると鈴木正三和尚は「ただそれを読んで脳細胞に詰め込んで記憶しても無駄なことであり、むしろ逆に好ましくない。」と言われた。

ただねんぶつ 只念佛を以て死を軽くすべし。亦また彼のもの、悪心休あくしんみ欲心やくしんなどなしと云う。師曰く、少しの處ところ収まりぬれば是となし居る物也。

ただ念仏で命の根を断ち切れ、ひたすら念仏を唱えて自己の心身を放ち忘れよ。また、ある人が「私は、悪い心も、ああしたい、こうしたいという欲望もなくなりました。」と言った。すると鈴木正三和尚は、「それはお前さんが、ほんのちょっとした時に悪い心が起こらない、欲望が起きないというだけのことであって、それを自分で良しとして自己満足しているだけのことだ。」と言われた。

なにほどむよく な ひとよ な こ しゃ ば たの ねん また わ み  
 何程無欲に成り、人好く成りたりとも此の娑婆を楽しむ念、亦我が身  
 を思う念は休むべからず。是を離れずんば皆是れ輪廻の業也。

「いくら無欲になってお人好しになったところで、この娑婆世界に一時でも長く生きながらえたいと思う念、また人よりも自分の身を大切にするという念は止まないじゃないか。その娑婆世界を楽しむ念、わが身を後生大事に思う念がなくならなければ、結局みな輪廻の業である。」と言われた。

こ ねん めつ しんじん こ おん け なら つ ねんぶつ  
 是の念を滅するには身心は是れ怨家なりときつと睨み詰めて念佛を  
 以て責め滅ぼす計り也。

「そういう輪廻の因になる『念』を責め滅ぼすためには、この心身は仇敵だときつと睨みすえて、念仏をもって責め滅ぼさなければ駄目なのだ。『俺が俺が』という念慮、身心ともにこれが仇敵であって、それはどうしても念仏をもって責め滅ぼす他はない。」と言われる。身も心も仏のかたに投げ入れて、我というものがなくなると、宇宙の大生命がわが身心から流れ出してくる。自分が死に切るということ、自我を滅却するということは、実は却って大きな命に生きるということになるのであります。「俺が俺が」という自我を滅却して、すなわち大死一番して絶後に再蘇すれば、この五尺の体の中に宇宙の生命が躍動してくるのであります。

べつ どうり い こと あら ち え い こと あら ひと たの  
 別に道理の入る事にも非ず、智慧の入る事にも非ず、人を頼みて  
 成佛する事にも非ず、人の引いて地獄へ落とすにも非ず、地獄へも  
 天道へも只今の念が引きて往く也。

そのほかには別に道理を知らなければならないということでもないし、書物を読んだり、人に頼んだりして成仏することでもない。また人が地獄に突き落とすのでもなく、地獄へ行くのも天道に行くのも今生じている吾我の念が地獄なり天国なりに引っ張るのである。

瞋しん恚いは地じ獄ごく、欲よく心しんは餓が鬼き、愚ぐ痴ちは畜ちく生しょう、是これを三さん惡あく道どうと云いう也なり。此こ  
 の上うえに修しゅ羅ら、人にん間げん、天てん上じょうの三さん善ぜん道どうを加くわえて六ろく道どうと云いう也なり。皆みな是これ一いっ心しん  
 の内うちに有ある六ろく道どう也なり。此このあいだはなはなうえのぼ下したにくだりめぐやりまざる  
 を六ろく道どう輪りん廻ねと云いう也なり。

怒こるのは地じ獄ごく道どう、欲よく求もと不ふ満まんは餓が鬼き道どう、愚ぐかさは畜ちく生しょう道どうで、これらを  
 三さん惡あく道どうと云いう。この三さん惡あく道どうの上うえに修しゅ羅ら・人にん間げん・天てん上じょうの三さん善ぜん道どうを加くわえて  
 六ろく道どうと云いう。六ろく道どうを輪りん廻ねするというのは、みな我が心しんのななせる業わざであ  
 る。私わ共がの心しんは朝あから晩ばんまで怒こってみたり貪ねってみたり道どう理りに暗く  
 ななってみたりというふうに、六ろく道どうの間まを上に登のぼったり下くだりしているのであります。

是これは只ただ今いま其その方ほうの心しんの輪りん廻ねするを以もつて知しるべし。

これは、「お前まさんの心しんが泣ないたり笑わらったり怒こったり悲かなしんだりし  
 てグルグル回まわっている。」という事こと実じでももつて、六ろく道どう輪りん廻ねということ  
 を知しるべきであると、鈴木正三和尚しんずきしやうざんは教おしえられております。

善ぜん念ねん頓とんで惡あく念ねんに成なり、惡あく心しんも亦また善ぜん心しんに成なる也なり。天てん道どうより地じ獄ごくにゆき、  
 地じ獄ごくより天てん道どうにゆく証しょう 拋こ是これ也なり。

人ひとのためににじくそうという気き持もちちになることもある。それが今いま度どは  
 惡あく念ねんにかわることもある。そういうふうに心しんが六ろく道どうをグルグル回まわって  
 いる。

余よの惡あく道どうを廻めぐる事ことも如かく是ごし。此この念ねんを離はなれて不ふ生しょう不ふ滅めつなるを成じやう佛ぶつ  
 と云いう也なり。

仏教ぶつぎやうでいう六ろく道どう以外いにももつといいい道どうも沢山さんあるだらうが、そういう  
 道どうをまわることも自みづか分の心しんが回まわっているのである。そういう怒こりの心しん、  
 貪ねりの心しん、愚ぐかさというような念ねんを起おこさず「衆しゆ生じやう本ほん来らい仏ぶつなり」とい

う「不生不滅」の仏性に目覚めて生きることを「成仏する」というのであります。百歳にも満たないはかない命の人間に、即、永遠の命（本来の面目）が宿っていることを徹見し悟ることを「成仏する」というのであります。成仏とは、死んでから行く世界ではないのであります。

かくのごとくわ ねんこん しゅ つ じょうぶつ ことなり なん そば そのほう  
如 是 我れと念根を修し尽くし 成 佛する事也。何として傍より其方  
ねん や つよ まなこ つ なむあみだぶつ なむあみだぶつ いのち  
の念を休めんや。強く 眼 を着けて南無阿弥陀佛、南無阿弥陀佛と命  
かぎ せ せ ねんこん き つ  
を限りにひた責めに責めて念根を切り尽くすべし。

「このようにして、「俺が俺が」という自我の念の根元を断ち切って成仏するのである。どうして他人が 俺らからお前さんの持つ気持ちを変えることができようか。強く 眼 をつけて南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏と命の限り気を引き締め妥協を許さず、一念が生じてくる根源を断ち切るべし。」と鈴木正三和尚は極言されるのであります。

そうしておお あく およ のぞ や ものなり とかく あ  
惣而大きな悪、及ばざる望みは休む物也。されども兎角なにか有  
ものなり ねんこん き つく ことかた  
る物也。念根の切り尽す事難し。

すべてそういうふうにやっていけば、どんな悪い心であろうと、またああしたいこうしたいというできないことを要求する念というものも止むであろう。しかし、それでも何かが残る。瞬間・瞬間に起こる一念というものの根元を切り尽すということは、容易なことではない。

しかるあいだ こ うじぶくろ かたき ねんぶつ もつ もう ほろ こ ねんこん  
然 間 此の蠕袋を敵にし念佛を以て申し滅ぼすべし。是の念根を  
き しゅぎょうなり  
切る修行也。

だから、この五尺の体を仇 敵のように思って念仏の中に身心を投げ込んで滅ぼすほかはない。それが「念の元」を断ち切る修行である。

かのものいわ しか こ み はな こと こころえ お  
彼者云く、然らば此の身を離る事と心得て置くべきや。

とんせいじや  
彼の遁世者は「それならば、私のこの体を離れることと心得ておい

てよろしゅうございますか？」と質問した。

師呵し曰く、心得て置くは悪き也。佛道と云うは心得て置く事に非ず。身心を修し尽くす事也。

鈴木正三和尚は「心得ておくとは何事だ!! 禅というものは、心得ておくことではないぞ!! 自分の身をも心をも放ち忘れて、仏のかたに投げ入れることだ。大死一番、身も心も滅し尽くすことだ!! ただ記憶しておくことではないぞ!! 」と一喝した。「佛道と云うは身心を修し尽くす事也」、大死一番して絶後に仏の命としてよみがえることである。

今日の提唱は、これで終わります。

(平成19年7月14日、豊橋市金西寺における修禅会の提唱より)

## 著者プロフィール



丸川春潭しゅんたん(本名 / 雄浄)

昭和15年生まれ。大阪大学理学部卒業。住友金属工業技監、日本鉄鋼協会理事を歴任。元大阪大学特任教授。現在、中国東北大学名誉教授。工学博士。昭和34年、人間禅立田英山老師に入門。現在、人間禅教団総裁・師家。庵号 / 葆光庵。



延時真覚のぶとき(本名 / 道春)

昭和16年、鹿児島県生まれ。昭和40年、熊本大学理学部卒業。平成14年、ウエルファイド(株)退社。剣道教士七段。昭和52年、人間禅松崎廓山老師に入門。現在、人間禅師家。庵号 / 芳雲庵。