

第十四話

修行には身を使うが好き也

丸川 春潭

延時 真覚

いちにちせきへいざん ひ こ そうし じ ししめ いわ ま どう
 一日石平山に引き籠む僧師を辞す。師示して曰く、先ず道
 ちゆう ゆだん な しん まち ふるづか あ せ が き じゆ とむら とお
 中油断無く心を守り古塚に有らば施餓鬼を誦し申うて通る
 べし。塚に残る亡魂慥かに有る物也。疎かに思うべからず、
 こ ひと またかしか いた なん へん あ かわ こと
 是れ一つ。亦彼に至りても何の變も有るべからず。替る事
 あらんと 思ふ ことなか まこと なん へん ない ものなり
 あらんと 思ふ事莫れ。誠に何としてもなんの變も無い物也、
 こ ひと またいまどき しゅつけ ぶしんじん しょうよう のちて たら きょうがん
 是れ一つ。亦今時の出家無信心に小用の後手も洗わず経巻
 と ほとけ れい なり かしこ いた さよう かく な
 を取り佛を礼するつれ也。彼に至りて左様の格を作すべか
 らず。如何にも身心清浄にして礼拝誦経し佛神三寶に道心
 いの ばんれい とむら じ こ くどく つと ぜんあく もと むく
 を祈り万霊を申い自己の功德を勤むべし。善惡ともに本に酬
 り よ し こ ひと また わごうそう そう わごう
 うの理を能く知るべし、是れ一つ。亦和合僧とて僧は和合を
 まち かな るくわ ごう まち しゅう まじ そ ゆえ
 守らで叶わず。六和合を守りて衆に交わるべし。其の故は
 ひとあし もの ま いどころ ものなり ただひと ま
 人悪き者は先ず居處もつまる物也。只人に負けば、いづく
 あ す よ こ ひと またかしか じゅうしょ さだ
 に在りても住み好かるべし、是れ一つ。亦彼を住處と定め
 きんごく よ ひと たず ゆ あ かえ あ がえ
 近國の能き人を尋ね行き、逢いては帰り逢いては帰りすべし。
 じゅうにん 逢え どう とく あ ものなり こ ひと またへりくだ み お
 十人に逢えば十の徳有る物也、是れ一つ。亦謙りて身を惜
 くそいばり と たず つか す おも ばん じ
 しまず屎尿をも飛びかかって掴んで捨てんと思ふべし。萬事
 なまずけなうして叶うべからず。総じて修行には身を使う

が好き也、是れ一つ。右の趣き能々持ちて道心堅固なるべし。必ず抜すべからずと也。(上21)

一日石平山に引き籠む僧師を辞す。師示して曰く、先ず道中油断無く心を守り古塚に有らば施餓鬼を誦し申うて通るべし。

ある時、鈴木正三和尚のおられる石平山に籠っていた僧が、「私は、これから行脚に出とうございます。」と言って師の鈴木正三和尚のもとを辞去して出ようとした。すると、鈴木正三和尚は、行脚に出かけるに当たっての「心構え」について、説示された。幕臣を辞して出家した鈴木正三和尚は、諸国を行脚し、野山で眠り、衣食を詰め、律僧となつて、修行に励んだのであります。鈴木正三和尚は、『麓草分』という書物の中で、「諸方を行脚するということは、険難の道を過ぎ、身心を責め、業障を尽くすという徳がある。ここで業障とは、一切の我欲より生じる迷いと言っても良いでしょう。諸方を行脚して、体が疲れれば諸念が起こることもない。逆に色体安楽なる時は種々の念が増長する。この念により三界火宅の炎のやすむことはない。三界火宅とは、この世に生きることは、燃え盛る家の中で暮らすようなものである、念滅すれば自己清浄となり。清浄なれば仏心に近い。だから諸国を回り、山々を越え、浦々をつたい、大河小河を渡り、心を清め、靈仏・靈社に参詣して信心をおこし、靈性清浄の気を受けて自己清浄となすべし。」と言われている。行脚というのは、仏道修行のために旅に出るということで、単なる旅と違い、心地の風光、すなわち見性が目的の旅である。

鈴木正三和尚は、行脚に出かける僧に対して、「道中に油断のないように、何時でも何処でも、何をするにも三昧の境地を持ち続け、常に純一無雑にして、寸分のスキもあってはならない、また、もし途中で古いお墓や塚などがあつたならば、そこでは施餓鬼を誦んで申う

て通りなさい。ここで施餓鬼とは、お経の名前で、この経文を誦んでとむら 申いなさいと言われる。鈴木正三和尚は、『驢鞍橋』の中で、次のように述べられている。「自分は、六十余りになってから心の持ち方で一つ変わったことがある。それは何かというと、亡くなった人をとむら 申う際に、亡くなった人と自分とがピタッと一枚になるようになったことである。」と言われております。また、『麓草分』という書物の中で、「お経を誦んで亡くなった人をとむら 申う際に、仏語の中の真理、仏行の功德といったものが、まず自分自身に移り来たって、真実の心を生じ、自己清浄となる。すなわち、亡くなった人をとむら 申うことは逆に自分が亡くなった人にとむら 申われていることになる。」とされている。このあたりに、鈴木正三和尚の全身全霊を打ちこんだ誦す 經きょう 三昧ざんまいの道力のすごさが伺えるのであります。

つか のこ ぼうこんたし あ ものなり おろそ おも これ ひと
塚に残る亡魂慥かに有る物也。疎かに思うべからず、是れ一つ。

塚があるということは、厳然たる事実として、そこに葬られている人がいるということである。決して疎かに思っはいけない。」これが道中での注意の一つ。

またかしこ いた なん へん あ かわ こと おも ことなか
亦彼に至りても何の變も有るべからず。替る事あらんと思ふ事莫
れ。まこと なん へん な ものなり こ ひと
誠まことに何としてもなんの變も無い物也、是れ一つ。

次には、「ここの修行の仕方は分かったから他所に行こうと思って、あちらへ、こちらへ、移り変わって見ても、ことさらに変わったことがあるものではない。」

じんじつ
尽日春を尋ねて春を見ず

ぼうあい あまね ろうとう
芒鞋踏み遍し隴頭の雲

帰り来って梅花の下を過ぐれば

しとう
春は枝頭に在って既に十分

という詩があります。春が来たというからには、どこかでその春に会えるに違いない、どうかして春に会いたいものだ、朝から弁当持ちで尋ね歩いてみたが、徒勞に終わった。一日中、春を尋ねてみたが、どこにも春を見出すことはできなかったという。芒鞋踏み遍し隴頭の雲。向うの山、こちらの谷、あちらの丘とずいぶん歩いたが、徒に草鞋をすりへらしたばかりで、骨折り損のくたびれもうけとは、このことである。帰り来って梅花の下を過ぐれば、疲れた脚をひきずり、夕暮れ時に我家に帰って、ふと門前を見ると、梅の花が一二輪、いともふくよかに、良い香りを放って咲いている。春は枝頭^{しとう}にあつて既に十分。なんだ、春はここにあった。この梅の花の咲いている所に春は有るじゃないか、何も遠い所を、骨を折って探し廻らなくても、きわめて身近な所に、春はあったのだという詩であります。大へん味の深い、含蓄のある詩だと思えます。この春を尋ねるといことは、一つの寓意^{くうい}であり、道を尋ねると見てもよいし、真理を尋ねるとみてもよいし、佛を尋ねるとみても良いのであります。行脚僧があちらの寺、こちらの寺と草鞋をすり減らして佛を探し歩いても、生きた佛にお目にかかれる所は、どこにもない。「衆生本来佛なり、水と氷の如くにて、衆生の他に佛無し」である。佛を求めるといことに場所を選ぶ必要はない。ここで得られないものが、あそこで得られるというものではあり得ない。「佛はわが心に在り」。「是一つ。」このことを知ることが一つ。

またいまだき しゅっけ ぶしんじん しょうよう のちて あら きょうがんと ほとけ れい
亦今時の出家無信心に小用の後手も洗わず経巻を取り佛を礼する
なり かしこ いた さよう かく な
つれ也。彼に至りて左様の格を作すべからず。

又、今どきの出家は信心というものがないから、おしっこした後にも手も洗わずに、お経本^{きょうぼん}を持ち、仏の前で礼拝をするといった者がいる。よそに行ってそういうことをしてはいけない。こう言って戒めている。

如何にも身心清浄にして礼拝誦経し佛神三寶に道心を祈り万霊
 を弔い自己の功德を勤むべし。

とにかく、あくまで身も心も清らかにして礼拝・誦経しなければい
 けない。礼拝の中で最も丁寧な真心を尽くした最高の敬礼法は、大展
 礼拝（一般的には五体投地）です。大展礼拝は身体ごたいとうちの五ヶ所を地に付
 けて礼拝するのですが、その五ヶ所とは、頭つまり額と、両腕のひじ、
 両足のひざです。

この礼拝は、仏の前に自己をすべて投げ出す姿勢であり、すべてを
 まかせきるといふ敬虔な姿であります。中国の黄檗希運おうばくきうんという禅僧は、
 額にタコができるほど礼拝したといわれます。この黄檗が首座しゆそすなわ
 ち修行僧の代表を務めていた時、ある修行僧が黄檗の礼拝を見て、「仏
 について求めず、法について求めず、僧について求めず、長老、礼拝
 して何を求むるや」と質問をした。すると黄檗は、いきなりピンタを
 くらわせ、「仏について求めず、法について求めず、僧について求め
 ず、ただ礼拝することかくの如し」と答え、また礼拝を続けたという
 有名な話があります。求めるものはないが、ただ礼拝する。この「た
 だ」に広大無辺な仏法があるのである。鈴木正三和尚のいう「礼拝」
 とは、まさに、この「無所得の礼拝」であつたに違いない。皆さんが、
 参禅する時も、この大展礼拝をしますが、中には、額が畳に付かず、
 正しい大展礼拝になっていない者がある。鈴木正三和尚は、誦経い
 わゆる読経について、「体をすつくと正しくたもち、禅機を丹田に
 落ちつけ、眼をしっかりとすえて誦経せよ。このようにすれば、誦経
 することによって禅定に入る機を修し出すことができよう。ぼん
 やりと誦経したのでは、功德にもならないであろう。」と言われて
 いる。そういう礼拝誦経ずきようを勤めて、仏とか神とか佛・法・僧の三宝
 に帰依する。また、万霊ばんれいを弔い、人知れず陰徳を積まねばならない。

このことが一つ。

ぜんあく もと むく り よ し こ ひと
善悪ともに本に酬うの理を能く知るべし、是れ一つ。

ほうほん はんし
報本反始、即ち、根本に立ち返ってその恩を改めて肝に銘ずる。天地や先祖の恩恵や功績に感謝し、これに報いる決意を新たにすることを言いますが、善きにつけ悪きにつけ、この報本反始の本に報いるということを常に心がけねばならない。これが一つ。

また わ ごうそう そう わ ごう まも かな ろくわごう まも しゅう まじ
亦和合僧とて僧は和合を守らで叶わず。六和合を守りて衆に交わるべし。其の故は人悪き者は先ず居處もつまる物也。只人に負けば、いづくに在りても住み好かるべし、是れ一つ。

和合僧とは、僧伽のことで和合衆の意で、つまり教団の意味である。修行者みんなが仲良くやって行かねばならない。臨濟禅師は、「心法は、形無くして、十方に通貫す。眼にあっては見ると言い、耳にあっては聞くと言い、鼻にあっては香を嗅ぎ、口にあっては談論し、手にあっては執捉し、足にあっては運奔す。もとは是れ一精明、分かれて六和合となる。一心すでに無ければ随所に解脱す。」と言われる。鈴木正三和尚の「六和合を守って衆に交わるべし」とは、常にお互いが合掌し合ってお互いに仲良くするということである。皆と仲良く出来ない者は、どこにいても嫌われるから、自分の居場所がなくなって来る。そういう意味で、譲るべきは人に譲って、俺が俺がと出しゃばらなければ、どこにいても皆と仲良く出来て、住み良いであろう。これが一つ。

またか しこ じゅうしょ さだ きんごく よ ひと たず ゆ あ かえ あ
亦彼を住處と定め近國の能き人を尋ね行き、逢いては帰り逢いては帰りすべし。十人に逢えば十の徳有る物也、是れ一つ。

また、よその道場に行ったら、そこを生涯の住処と定めて、近くに

いる優れた人を尋ねて教えを受けるか、あるいは、ただお目にかかるだけでも良い。そういう優れた人には、しばしば逢って、逢っては帰り、逢っては帰りするようにしなさい。十人の人に遭えば十人のその人の徳があるから、学ぶところが多いものである。人は誰でも何か長所を持っているはずである。その余徳をいただいて勉強するということが必要である。これが一つ。

亦また謙へりくだりて身みを惜おしまくそいばりず尿とをも飛つかびかかすって掴おんで捨すてんと思おもうべし。萬ばん事じなまかなずけなそうして叶しゆぎよううべからみず。総つじて修つ行かには身みを使つかうが好よき也なり、是これ一ひとつ。

また、へりくだって自分の体を惜しまず、大便、小便でも飛びかかってつかんで捨てんと思うべし。臨濟宗の禅僧一休宗純は、華叟かそう禅師の法を継いだ人であるが、師の華叟かそう禅師が晩年リューマチにかかって、五体不自由になった。それで大小便の始末を弟子たちがすることになったのだが、弟子たちは何か道具を工夫して処理していた。それを知った一休宗純は十八・九歳だったが、大いに怒って、「あなた達は、師匠の大小便が汚いのか。なぜ手で始末できないのか」と言って、自分独りで始末したと言います。鈴木正三和尚もまた、へりくだって身を惜しまず、し尿といえども自分の手でつかんで捨てるようにせよと言われる。何事にせよ、ずばらをしないことが大事である。修行というものには、体を使うということが一番いい。なるべく体を楽にして、というようなことでは駄目だ。体をいとわず、労力をいとわず身を使うということが一番良いのだ。

道元禅師が、中国浙江省にある天童山景德寺におられたある日、一人の老僧が炎天下、敷き瓦の上にきのこ茸を並べて干している。よく見ると、その老僧は、典座ゆうの用和尚である。手に竹の杖をつき、暑いのに笠もかぶらず、汗だくになって作務に余念がない。暑さの厳しい中、若い人でさえ大変な作務の様子を見て、若き留学僧道元は、まことに

痛々しく思った。老僧の側^{そば}に歩み寄り、「ご高齢の方がそんなことをなさらずに、誰か若い者にやらせてはいかがですか」と、思いやりの言葉を述べた。すると、「他は是れ吾にあらず」（他人のしたことは、わしのしたことにならんでのう）まことに厳しく鋭い言葉が、はね返ってきた。道元はさらに、「まことに、あなたの言われる通りですが、なにもこんな暑い日の、しかも一番気温の高い炎天下でやらなくても良いではないですか」と言った。すると、用和尚^{ゆう}は毅然として、「椎茸^{しいたけ}を干すのは太陽の出ている時が一番よいのだ。今日のような日にやらずして、いつ干す時があるというのか」と答えて、作務の手を休めなかった。これに対して、道元禅師は、返す言葉がなかった。つまり、自分に出来る範囲の自分に与えられた仕事を、今ここの一点に生命^{いのち}を完全燃焼させ、最善を尽くして実行する事が大切なのである。この頃は、社会にあっても「如何に合理的に、要領よく、手抜きし、楽に金儲けができるか」ということに価値を求め、3K（きつい、汚い、苦しい）の仕事がきらわれる傾向にあるからこそ、鈴木正三和尚の言われる「萬事^{ばんじ}なまずけなうして叶^{かな}うべからず。……」という言葉が生きてくるのであります。

右の趣^{みぎ}き能^{おもむ}々持^{よくよく}ちて道心堅固^{どうしんけんご}なるべし。必^{かなら}ず抜^{ぬか}すべからずと也^{なり}。

行脚に出ようとする僧に、「以上、述べて来たことを肝に銘じて良く守り、道心堅固にして、そのどの一つもおろそかにすることがないようにしなさい。」と、鈴木正三和尚は言われた。

今日の提唱は、これで終わります。

（平成20年4月18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



しゅんたん
丸川 春潭（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、人間禅総裁・師家。庵号 / 葆光庵。



のぶとき
延 時真覚（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。