

諦 崇 寺 報

諦 崇 寺 発 行
藤 井 崇 文 編 集
〒631-0065
奈 良 市 鳥 見 町
2丁 目 28-10
0742 (37) 2569
taisouji.jp



禅語に学ぶ

心豊かに生きる「心下」

2月28日に平城東公民館で『禅語に学ぶ』心豊かに生きる「心下」と題してお話ししました。この演題は公民館の担当者から提議していただいたものから、私自身も準備をしながら、禅語や「心豊かに生きる」とは何かを考えました。

禅語とは何かを考えていくと、禅とは何かという問いになります。私の狭い知識で端的に言うならば、禅とは「生活の中で仏さまとつながり、仏さまとしての生き方」です。

「仏さまはいついて仏さまの心」それは「お経を読んだら心から「でもな、坐禅をしていこうから」でもありません。仏さまは何をしていても仏さまのお姿であられるから仏さまなのです。ご飯を食べるときに食べ散らかすのは綺麗に食べるのと、どちらが仏さまのお姿であるか。お釈迦さまの時代に車はありませんが、暴走運転と安全運転、どちらが仏さまのお姿か。つまり、私たちが口癖において仏さまの教えを実践して、私たちが生活の中において仏さまのお姿となっていく、これが禅の目指す生き方です。



禅語を含めた仏さまの教えは、私たちがよく立ち止まり、心のありようを整える、心の標識みたいなものです。離れて暮らす子供へ届く、お母さんからの手紙のようなものですね。「頑張っているか、頑張っているね。身体に気を付けてね。」だったり、親の心配することから「あなた勘違ひして悪いことをしてないよ。悪いことは絶対にしなさいね。」だったり、子供を気にかけて、心配して、日々の生活が健やかなくことを願う、お母さんからの手紙と同じです。

現代において私たちが禅に惹かれるのはおそろしく、多過ぎる物事に訳が分からなくなっているから、たくさんある物事に囲まれ、中心がどこか分からなくなっている。たくさんあることが豊かだと思ひ追いかけてきたが、もしかすると追いつかれてしまっているのではないかと心のどこかで感じてくる。「色んなことがあっても自分も分かった。だから本当のところがどうなのか教えて欲しい。先人が残した禅語に触れて、清々しい思いを味わいたい、心を打たれてみたい。久しぶりに親から叱られてみたい。」そんな気持ちになったのかも。

注意しなければならぬのは書店には『ホッとする禅語』や『心が軽くなる禅語』といった本は並んでいません。なぜならそんな気難しいタイトルでは売れないからです。けれども、私たちが慰めてくれる禅語もあつたのです。私たちが叱られてくれる禅語もまた、私たちが救ってられる大切な教えです。

禅語に触れることで、自分のお父さんやお母さんのお顔を思ひ浮かべて、叱られて励まされたとき、叱られたらどうしようかと。

『禅語白選』

松原泰道 著

一九八五年・祥伝社黄金文庫
五五三元(税抜)
柔らか過ぎずも硬過ぎず、初めに出会いでもらいたい本です。一しすの解説は短くですが、そこから噛みしめるきっかけとなる一冊です。



眼横鼻直
目は横へ、鼻は縦へ、ただそれだけを述べた言葉です。私たちが違ひを見つけることが得意です。「私の眼は一重だけれど、あなたは二重でうらやましい。」

「私は鼻が高いけれど、誰々は低い。」と言ったりして、違ひばかり目がいります。ところが反対に同じこと、言い換えれば当たり前のこと、心気付くのが苦手です。禅語は私なりに大きく分けて「大自然」系と「戒め」系があり、眼横鼻直は大自然を感じさせます。大自然こそが法であり、大自然を考へる根本とするならば、苦しむことにはありません。「自分の勝手な考えではいけない。自分の目で好き勝手に見るのではなく、仏さまの目となって物を見なさい。」そう早く気がついて実践した。「親の優しい眼差しです。」

脚光照顧

足もとを照らして顧みながら、これは「し」の意味が考えられます。「し」は「段差があつたりしてしまひかならずつた、こけなすように注意しながら。」です。もう「し」は「想像」であり、「調子に乗ってつた、自分勝手に続けていたら、失敗するぞ。」親の厳し戒めです。

「心豊かに生きる」とは「心下」のことか、考えてみます。「不殺生」という語があります。これはただ単に自分も誰かの命を奪わぬ、殺さないというのではなく、命を生かしながら、親の想いが込もっています。親が教えてくれたこと、先人が残してくれた智慧を学び実践して、そして次の人に伝えていく、これが「生かす」ということ。「殺さない」ということです。

私たちが、学んだ者の責任として、必ずあの人に伝える「と」とも真剣に考えねばなりません。それがそが人の営みであり、習いではないでしょうか。自分は教えてもらったのに、次の人に伝えなうなうと、宝の持ち腐れです。そうやって、あの人に伝えていくと「自分」は先に逝くかも知れなければ、あの人が必要受け継いでくれる。「と感じることが出来れば、自身の心のありよう、心の豊かさが繋がっていくのではないのでしょうか。」

先人たちは、私たちが心豊かに生きられるようにと、たくさん心下を伝えてくれました。今度私たちが「次の世代に何を伝えていこうか」を考へる番です。心豊かに生きる心下は与えて貰うばかりではなく、後世に伝えていこうかきも感でました。

あとがき

正岡子規は『病牀六戸』に「余は今まで禅宗のいほゆる悟りのいほゆる事と誤解して居た。悟りといふ事は如何なる場合にも平気で死ぬる事かと思つて居たのは間違ひで、悟りといふ事は如何なる場合に平気で生きても居た。」と記しました。病床にあつた子規が思ひ至つた境地、その言葉です。私たちが調子の良いとき、平気で生きています。「し」死んでも構わぬ「なんてそれで調子の良いことを言つたのもてます。けれど調子の悪いときこそ、平気で生きていこうかと肝心です。」

崇文 拝