

自心ヲ悟ラント思ハバ、
先念ノ起ル源ヲ見ルベシ...
『抜隊法語』

自分の心の本当の姿を悟ろうと決心したならば、まず心に浮かぶさまさまな思いがどこからやって来るのか、その源をしっかりと見極めなさい...

前回に引き続き、山梨県、塩山にある、向嶽寺の開山、抜隊得勝(1327—1387)禅師の言葉です。

今回は、「輪廻ノ苦」つまり、わたしたちの人生を彩るさまざま苦しみ、「迷いの生き方」からのがれようと思うならば、「成佛ノ道ヲ知ベシ」つまり「仏となる道」を知りなさい。そしてその道を自分の道として歩いて行きなさい、という抜隊禅師の教えをご紹介しました。

抜隊禅師は、「仏となる道」とは、「自心ヲ悟ル是ナリ」つまり、自分の心の本当の姿を悟ることなのだ、とも教えています。

それでは、「自分の心の本当の姿」を悟るにはどうしたら良いのか...

今回は、そこを教えている言葉です。

さて、「自分の心の本当の姿」を悟ろうと決心したならば、まず初めに「念ノ起ル源」をしっかりと見極めなさい、と抜隊禅師は言っています。

わたしたちの心には一日中、朝から晩まで、ひっきりなしに、さまざま思い、さまざま考えが浮かんで消え、浮かんで消えています。日常の何気ないこと、難しい仕事のこと...あるいは楽しいこと、悲しいこと、可笑しいこと...

心に思うこと、心に感じること、すべてひっくり返して、心に浮かぶものを「念」と呼びます。そして抜隊禅師は、わたしたちの心に浮かぶさまざま「念」が、一体どこからやって来るのか、そのやって来る「源」は、どこにあるのか...それをしっかりと見届けなさい、と教えます。

人生には、雨の日も、晴れの日も、風の日も雪の日もあります。しかし、天の運行、大地自然の営みは、ただ、あるがまま、そのままの世界です。良いも悪いも

ない... 雨を厭いとい、晴れを願ねがい、風や雪に心を悩なやますのは、わたしたち人間ですし、雨に感謝かんしゃし、晴れを喜よろこび、風や雪に心を弾はませるのも、やっぱりわたしたち人間。恨うらむのも、感謝かんしゃするのも、嫌きらうのも、楽たのしむのも、すべては、わたしたち自身の心の働き一つのことなのです。

苦くるしみも、楽たのしみも、それをこしらえているのは、わたしたちの心... この心の奥底にこそ、泣ないたり笑わらったり、怒いかったり悲かなしんだり... こうしたことのすべてが湧わき出てくる源泉げんせんがある。この源みなもと、自分の心の本当の姿を、抜隊じしん禪師は「自心」と呼んでいいます。

欲望しゅうちやくにとらわれ、執しつ着ちやくに苦くるしみ、怒いかりに駆かられ、悲かなしみに溺おぼれる... 辛つらく苦くるしい自分の状態から抜け出ようと思っても、なかなか簡単にできるものではありません。つまらないことにとらわれ、執しつ着ちやくしているのは自分自身だとわかってはいても... 自分を苛さいんでいるのは、自分自身であるとわかってはいても、心の奥底から湧わきあがってくる自分のどろどろとした「念ねん」を、どうすることもできない...

だからこそ、その自分自身の「念ねん」の起こってくる源みなもととしっかりと向き合まわなくてはならないのです。この源は、確かにわたしたちの心を苛さいんだりもするのですが、同時に、喜びの源泉げんせんでもあるのです。この源こそが、わたしたちの心の本当の在あり処か、わたしたちの心そのもの、「自心じしん」なのですから。

自分自身の心の源、「自心」と向き合うことは、とても大変なことです。そして、大変なだけではなく、とても難しい... わたしたちの心に浮かぶ「念ねん」は、形を取って現れてきますから、捉とらえやすい。しかし、その「念の源」は、念として形を取る以前のものですから、とらえようにも、手掛てかりがないのです。

形をもってとらえられるものは、ただの「念」です。そして「念の源」である「自心」「本当の自分」は、絶対に形にならない。しかし、決して姿をもって現れてはこない心の根源げんげん、「自心じしん」の正体を、自分の眼で、しかと見届みける... 肉眼では見ることができないのですから、心の眼を開いて、形のないものは形のないままで、ありありと見届みける。必ず見届みけてみせる、そう自分で決心して、自分でやり抜く以外に道はありません。

抜隊じしん禪師は「深く疑ぎって、寝ても覚めても、立ち居につけても」ひたすら、「自心じしん是レ何物なにものゾ」と「悟しゆぎョウりたいと望のぞむ」、その望みの深いところを「修業しゆぎョウトモ、工夫クワフトモ、志シトモ、道心ドウシントモ名付なづケタリ」と言っています。そして、このように「自心じしん是レ何物なにものゾ」と徹底的に疑ぎうことを「坐禅ざぜんトハ云いヘリ」と...

わたしたちも、強い願いと心を持って坐禅に臨んでいきたいものです。