

正法眼蔵第四身心学道

身心学道に参ずる

金子勝俊

2018年8月

仏道は不道^ぎを擬するに不得なり、不学を擬するに転遠なり。南嶽大慧禪師のいはく、修証はなきにあらず、汚染することえじ。

仏道を学せざれば、すなはち外道・闍提等の道に墮在す。このゆゑに前仏後仏かならず仏道を修行するなり。

仏道を学習するに、しばらくふたつあり。いはゆる心をもて学し身をもて学するなり。

心をもて学するとは、あらゆる諸心をもて学するなり。その諸心といふは、質多心、汗栗駄心、牟栗駄心²等なり。又、感應道交して、菩提心をおこしてのち、仏祖の大道に帰依し、発菩提心の行李を習学するなり。たとひいまだ真実の菩提心おこらずといふとも、さきに菩提心をおこせりし仏祖の法をならふべし。発菩提心なり、赤心片々なり、古仏心なり、平常心なり、三界一心なり。

これらの心^{しん}を放下して学道するあり、粘拳して学道するあり。このとき思量して学道す、不思量して学道す。あるいは金襴衣を正伝し、金襴衣を稟受す。あるいは汝得吾髓あ

仏道に外れた教えをいくら擬^{なぞら}えても真の仏道は得られないし^b、学ぶ姿勢がないとどんどん遠ざかってしまう。南嶽懷讓禪師^cが云う、「修行と悟りは一つである、しかし悟りに汚されてはならない^d」。

仏道修行をしなければ異教徒や仏教を誇る者の群れに墮してしまふ。この故に釈迦牟尼仏から始まって弥勒菩薩に至る全ての仏が必ず仏道修行をし続けるのである。

仏道を学ぶにあたり二種類の学びがある。いわゆる心をもつて学ぶこと、そして身をもつて学ぶことである。

心をもつて学ぶということは、あらゆる心をもつて学ぶのである。あらゆる心とは、何かを見てそれを思い計らう心、そのものの中心となるべき心、年齢を重ね経験を積み重ねた心等である。また仏道への心が通じて、真実を求めようとの願いを起こし、仏祖の教えに帰依し、真実を得る修行の方法を習うのである。例え未だに真実を得たいとの思いに至らずとも、既に真実を求めようと発心した仏祖の教えに習うべきである。その心とは真実を得たいと発願する心であり、あるがままなる純粋な一つひとつの心であり、仏祖の心であり、日常の心であり、この迷いの世界にある自己の真実なる心^fである。

これらの心^{こころ}を一切捨て去る修行の仕方がある、また様々に推考を重ねる学道がある。この時じっくり考えて仏道を修行し、あるいは何も考えずに修行する。(釈迦牟尼仏が)金襴製の袈裟を(摩訶迦葉に)正しく伝え、(摩訶迦葉は釈迦牟尼仏から)その袈裟を恭しく受領した、あ

a 原文に付された注は文末参照

b 「仏道は声に出して唱えないと身につかない」と訳すこともできる。

c 南嶽懷讓(677-744): 大鑑慧能の法嗣

d 悟ったと思って修行を怠ってはならない。「修証不無、染汚不得、仏道修行は見性のためではない、見性を忘却した行履、それじゃ。」正法眼蔵啓迪

e 釈迦牟尼仏入滅後 56 億 7 千万年後にこの世に現れて衆生を救うと言われている菩薩

f 心外に何か実在することはない。三界唯一心、心外無別法。

り、三^{さん}拜^{ばい}衣^え位^い而^に立^りあり、碓^{たい}米^{べい}伝^{でん}衣^えする、以^い心^{しん}学^{がく}心^{しん}なり。剃^{てい}髮^{はつ}染^{ぜん}衣^え、すなはち回^え心^{しん}なり、明^み心^{しん}なり。踰^{ゆう}城^{じょう}し入^に山^{さん}する、出^し一^{いつ}心^{しん}、入^に一^{いつ}心^{しん}なり。山^{さん}の所^{しよ}入^になる、思^し量^{りやう}箇^こ不^ふ思^し量^{りやう}底^{てい}なり。世^せの所^{しよ}捨^しなる、非^ひ思^し量^{りやう}なり。これ^{これ}を眼^{がん}睛^{ぜい}に固^こじきたること二^に三^{さん}斛^{こく}³、これ^{これ}を業^{ごう}識^{しき}に弄^{ろう}しきたること千^{せん}万^{ばん}端^{たん}なり。か^かくのごとく学^{がく}道^{だう}するに、有^{ゆう}功^{こう}に賞^{しょう}おのづからきたり、有^{ゆう}賞^{しょう}に功^{こう}いまだいたらざれども、ひそかに仏^{ぶつ}祖^その鼻^び孔^{こう}をか^かりて出^し氣^きせしめ、驢^ろ馬^ばの脚^{きゃく}蹄^{てい}を拈^{ねん}じて印^{いん}証^{じょう}せしむる、すなはち万^{ばん}古^この榜^{ぼう}様^{よう}なり。

しばらく山^{せん}河^が大^{だい}地^ち日^{にち}月^{げつ}星^{しょう}辰^{しん}、これ心^{しん}なり。この正^{しょう}当^{とう}恁^{いん}麼^も時^じ、いかなる保^{ほう}任^{にん}か現^{げん}前^{ぜん}する。山^{さん}河^が大^{だい}地^ちといふは山^{さん}河^がはたとへば山^{さん}水^{すい}なり。大^{だい}地^ちは此^{この}処^{ところ}のみにあらず、山^{さん}もおほかるべし、大^{だい}須^{しゆ}弥^み小^{しょう}須^{しゆ}弥^み⁴あり。横^{よこ}に処^{しょ}せるあり、豎^{たて}に処^{しょ}せるあり。三^{さん}千^{せん}界^{がい}あり、無^む量^{りやう}国^{こく}あり。色^{しき}にかゝるあり、空^{くう}にかゝるあり。河^がもさらにおほかるべし、天^{てん}河^があり、地^ち河^があり、四^し大^{だい}河^があり、無^む熱^{ねつ}池^ちあり。北^{ほく}俱^く盧^る州^{しゅう}には四^し阿^あ耨^{おく}達^{だつ}地^ちあり。海^{うみ}あり、池^{いけ}あり。地^ちはかならずしも土^どにあらず、土^どかならずしも地^ちにあらず。土^ど地^ちもあるべし、心^{しん}地^ちもあるべし、宝^{ほう}地^ちもあるべし。万^{ばん}般^{ぱん}なりとい

るいは「お前は私の髓^{ずい}を得た」と教えられ、その際「三^{さん}拜^{ばい}し私^しの面^{めん}前^{ぜん}に立^たつて」^hそれを受けた、(五^ご祖^そ弘^{こう}忍^{にん}が六^{りく}祖^そ慧^え能^に)米^{まい}つき小^{せう}屋^{おく}で法^{ぽう}を継^{つぎ}がせるべく袈^け裟^さを授^{おづ}けた。これらの伝^{でん}承^{じやう}は示^ししている、心^{しん}をもつて心^{しん}を学^{がく}ぶといふことを。髪^{かみ}の毛^けを剃^かり、衣^えを染^ぞめる、すなわち仏^{ぶつ}道^{だう}に帰^{かへ}依^よし、悟^ごりを得^えるのである。(お釈^{しやく}迦^か様が世^せ俗^{じやく}にまみれた)城^{じやう}を出^でて山^{さん}に入^いる、出^でるも一^{いつ}の心^{しん}、入^いるも一^{いつ}の心^{しん}である。山^{さん}に入^いるといふことは考^{こう}える対^{たい}象^{じやう}をなくそうとの思^しいである。世^せ俗^{じやく}を捨^すて去^さることは考^{こう}えること^{こと}の消^{しょう}去^{じやく}である。(仏^{ぶつ}祖^そは)これら^{これら}の心^{しん}を幾^{いく}度^たとなく真^ま実^{じつ}の眼^{がん}で捉^とえてきたのであり、(凡^{ぼん}夫^ふは)これら^{これら}の心^{しん}を幾^{いく}度^たとなく煩^{ぼん}悩^{のう}で弄^{ろう}んできたのである。このように仏^{ぶつ}道^{だう}を学^{がく}ぶとき、成^{じやう}し遂^{すい}げた修^{しゆ}行^{ぎやう}に對^{たい}する褒^{ほう}美^びは自^じ然^{ぜん}にやってくるし、褒^{ほう}美^びを得^えるにはまだ修^{しゆ}行^{ぎやう}が足^{たり}ないにしても、知^ちらず知^ちらずのうちに仏^{ぶつ}祖^その鼻^びを借^かりて呼^こ吸^{そく}し仏^{ぶつ}祖^そになつたやうな氣^きになり、驢^ろ馬^ばの脚^{きゃく}を拈^{ねん}じつめて悟^ごりを得^えたりすることもある、それは昔^{あき}から行^{あり}われてきた有^{あり}様^{よう}なのである。

ここで山^{さん}、河^が、大^{だい}地^ち、太^{たい}陽^{やう}、月^{げつ}、星^{しょう}について考^{こう}えてみよう、これらはすべて心^{しん}である。このように考^{こう}えた時^{とき}、それらはどのような有^{あり}様^{よう}として現^{あら}れるのであろうか。山^{さん}河^が大^{だい}地^ちといふのは、山^{さん}河^がは例^{れい}えばあらかゆる山^{さん}であり、河^がの水^{みづ}である。大^{だい}地^ちといふのはこ^こに^{ある}ものだけではない、山^{さん}も様^{よう}々^ざである、大^{だい}須^{しゆ}弥^み山^{さん}あり小^{しょう}須^{しゆ}弥^み山^{さん}あり。空^{くう}間^{かん}に横^{よこ}たわり、時^{とき}を越^こえる大^{だい}地^ちがある。須^{しゆ}弥^み山^{さん}を中^{ちゆう}心^{しん}とした一^{いつ}つの世界^{せかい}を千^{せん}倍^{ばい}し、さら^に千^{せん}倍^{ばい}した三^{さん}千^{せん}大^{だい}世界^{せかい}があり、計^{けい}り知^ちれな^いほ^どの国^{こく}がある。形^{かたち}ある大^{だい}地^ち、虚^こ空^{くう}なる大^{だい}地^ちがある。河^がもさら^に多^{おほ}いことであらう、天^{てん}にかか^る河^が、大^{だい}地^ちを走^はる河^が、須^{しゆ}弥^み山^{さん}の南^{なん}にある閻^{えん}浮^ぶ提^{だい}を流^{なが}れる四^しつ^の河^が、閻^{えん}浮^ぶ提^{だい}の中^{ちゆう}央^{やう}に炎^{えん}熱^{ねつ}の苦^くしが^{ない}といわれ^ら無^む熱^{ねつ}の池^ちがある。須^{しゆ}弥^み山^{さん}の北^{ほく}にある北^{ほく}俱^く盧^る州^{しゅう}には四^しつ^の池^ちがある。海^{うみ}もあり、池^{いけ}もある。大^{だい}地^ちは必^{かな}らずしも土^どではなく、土^どは必^{かな}らずしも大^{だい}地^ちではない。大^{だい}地^ちには土^どもあり、

g 初^{だう}祖^そ達^{だつ}磨^まが弟^{てい}子^し三^{さん}人^{にん}に皮^ひ肉^{にく}骨^{こつ}を授^{おづ}けたが、最^{さい}後^ごに二^に祖^そ慧^え可^かに對^{たい}し髓^{ずい}を与^よふ法^{ぽう}を伝^{でん}えたといふ
h 達^{だつ}磨^まの「如^に得^{とく}吾^わ髓^{ずい}」にあ^あた^たつて、慧^え可^かは「礼^{らい}三^{さん}拜^{ばい}後^ご、依^い衣^え而^に立^り」したといふ。正^{せい}法^{ぽう}眼^{がん}藏^{じやう}、葛^{くわ}藤^{とう}の卷^{まき}
i 自^じ分^{ぶん}の手^てと佛^{ぶつ}祖^その手^ての相^{さう}違^い、自^じ分^{ぶん}の足^{そく}と驢^ろ馬^ばの脚^{きゃく}の相^{さう}違^いにつ^いての拈^{ねん}提^{だい}が永^{えい}平^{へい}広^{くわう}録^{りく} 420 上^{じやう}堂^{たう}にある。驢^ろ馬^ばの脚^{きゃく}はあくまで驢^ろ馬^ばの脚^{きゃく}と比^ひべ^ることが求^{もと}めら^{れる}。道^{だう}元^{げん}禅^{ぜん}師^し全^{ぜん}集^{じつ} 11 卷^{まき} 147 頁^{ぺい} 春^{しゆん}秋^{しゆ}社^{しゃ}。

ふとも、地^ちなかるべからず、空^{くう}を地^ちとせる世界もあるべきなり。

日月星辰^{にちげつしょうしん}は人天^{にんでん}の所見^{しよけん}不同^{ふどう}あるべし、諸類^{しよるい}の所見^{しよけん}おなじからず。恁麼^{いんも}なるがゆゑに、一心^{いっしん}の所見^{しよけん}、これ一齊^{いっせい}なるなり。これらすでに心^{しん}なり。内^{ない}なりとやせん、外^げなりとやせん、来^{らい}なりとやせん、去^{きよ}なりとやせん。生^{しょう}時は一点^{いってん}を増^{ぞう}ずるか、増^{ぞう}ぜさるか。死^{いちじん}には一塵^{いっじん}のさるか、さらざるか。この生死^{せいじ}および生死^{せいじ}の見^{けん}、いずれのところにおかんとかする。向來^{きやうらい}はたゞこれ心^{しん}の一念^{いっねん}二念^{にねん}。一念^{いっねん}二念^{にねん}は一山河大地^{いっさんかたい}なり、二山河大地^{にさんかたい}なり、山河大地^{さんかたい}等、これ有無^{いうむ}にあらざれば大小^{たうくわう}にあらざらず、識不識^{しきふしき}にあらざらず、通不通^{つうふつう}にあらざらず、悟不悟^{こふこ}に変^へぜず。かくのごとく心^{しん}みづから学道^{がくどう}することを慣習^{かんしゅう}するを、心学道^{しんがくどう}といふと決定^{けつじやう}信受^{しんじゆ}すべし

この信受^{しんじゆ}、それ大小^{たうくわう}有無^{いうむ}にあらざらず。今の知家^{ちけ}非家^{ひけ}、捨家^{しゃけ}出家^{しゅつけ}(家家^{けけ}に非^ひずと知りて捨家^{しゃけ}出家^{しゅつけ}す)の学道^{がくどう}、それ大小^{たうくわう}の量^{りやう}にあらざらず、遠近^{おんこん}の量^{りやう}にあらざらず。鼻祖^{びそ}鼻末^{びまつ}にあまる、向上^{こうじやう}向下^{こうじやう}にあまる。展事^{てんじ}あり、七尺^{しちせき}八尺^{はつせき}なり。投機^{いけい}あり、為自^{いじ}為他^{いた}なり。恁麼^{いんも}なる、すなはち学道^{がくどう}なり。学道^{がくどう}は恁麼^{いんも}なるがゆゑに、牆壁^{じやうへき}瓦礫^{がらく}これ心^{しん}なり。さらに三界^{さんがい}唯心^{いしん}にあらざらず、法界^{ほっかい}唯心^{いしん}にあらざらず、牆壁^{じやうへき}瓦礫^{がらく}なり。咸通^{かんつう}年前^{ねんぜん}につくり、咸通^{かんつう}年後^{ねんご}にやぶる、挖

心もあり、宝もある。大地にはあらゆる様相があるとしても大地でないものはなく、空を大地とする世界もあるはずである。

太陽、月、星に対する人の見方と天人の見方には相違があるはずであり、あらゆる生類の見方も同じではない。だからこそ、一つの心の見方はそれぞれのハタラキに於いて平等なのである。これらはまぎれもなく心である。内であろうと外であろうと、来るのでも去るのでも心である。生きている時、心は一つ増えたことになるのかならないのか、死ぬ時、心は一つの塵を減らすことになるのかならないのか。この生死^{せいじ}および生死^{せいじ}についての見方がどのようになっているのか。今に至るまで全ては心のハタラキの一つひとつ。その一つひとつが山河大地であり、また別の山河大地である、それらの山河大地は有るとか無いとかの問題ではなく、大きい小さいというものでもなく、得るとか得ないとかの慮知^{りよち}分別^{ぶんべつ}を超え、認識^{にんし}するとかしないとかでもなく、何かに通じている通じていないということもなく、悟る悟らないの問題でもない。このように、心^{こころ}が自ら学び習慣^{しゅうかん}とすることを心学道^{しんがくどう}であると自身^{おのれ}で決め、己^{おのれ}の信念^{しんねん}として受け入れるべきである。

この己^{おのれ}の信念^{しんねん}は大小^{たうくわう}、有無^{いうむ}と関係ない。今住んでいる家が本来自分^{ほんらいおのれ}が住むべき家^{いへ}ではないと知って、家を捨てて行く学道^{がくどう}は大小^{たうくわう}という量^{りやう}で測れるものではなく、遠近^{おんこん}という量^{りやう}の問題でもない。初めもなく終わりもなし、悟りを得ようと向上^{こうじやう}するか、衆生^{しゆじやう}を救済^{きうさい}しようとして向下^{こうじやう}するかも関係ない。(弟子^{でし}が師^しに境地^{きんち}を示^しす)展示^{てんじ}を七、八尺^{はつせき}という量^{りやう}で示^しせようか、(師^しが弟子^{でし}を導^{どう}く)投機^{いけい}は自分のためであり相手のためでもある。その様な修行^{しゆぎやう}が学道^{がくどう}修行^{しゆぎやう}である。学道^{がくどう}はこの様なものであるが故に、目の前^{めさき}にある瓦礫^{がらく}が心^{こころ}なのである。三界^{さんがい}あるいは法界^{ほっかい}^kの全てが心^{こころ}だけによって実在^{じざい}するというような説明^{せつめい}は必要^{ひつやう}なく、瓦礫^{がらく}こそが心^{こころ}なのである。心の学道^{しんがくどう}によって始

j 三界：三種の迷いの世界、すなわち欲界、色界、無色界

k 法界：全宇宙を法の現れと見る。

泥滞水なり、無繩自縛なり。玉をひく⁷ちからあり、水に在る能あり。とくる日あり、くだくるときあり、極味にきはまる時有り。露柱と同参せず、燈籠と交肩せず。かくのごとくなるゆゑに赤脚走して学道するなり、たれか著眼看せん。翻筋斗して学道するなり、おのおの随他去あり。このとき、壁落これ十方を学せしむ、無門これ四面を学せしむ。

発菩提心はあるいは生死にしてこれをうることあり、あるいは涅槃にしてこれをうる事あり、あるいは生死涅槃のほかにしてこれをうることある。所をまつにあらざれども、発心のところにさへられざるあり。境発にあらざ、智発にあらざ、菩提心発なり、発菩提心なり。発菩提心は、有にあらざ無にあらざ、善にあらざ悪にあらざ、無記にあらざ。報地によりて縁起するにあらざ、天有情はさだめてうべからざるにあらざ。たゞまさに時節とともに発菩提心するなり、依にかゝはれざるがゆゑに。発菩提心の正当恁麼時には、法界ことごとく発菩提心なり。依を転ずるに相似なりといへども、依にしらるゝにあらざ。共出一隻手なり、自出一隻手なり、異類中行なり。地獄・餓鬼・畜生・修羅等のなかにも発菩提心するなり。

まる前に会得し、終わりの後にその会得を超越する。泥にまみれ水をかぶり、縄もないのに縛られて透脱の機を窺う。その学道には瓦を捨てて代わりに玉を取る力¹がある、水に入って水中の玉を見つける能力がある、その玉が溶ける日があり、砕けるときがあり、微塵に極まる時がある。この瓦礫である心は露柱のように独り悠然と立っているわけではなく、また燈籠と肩を並べることもない。このようであるが故に、心は裸足で走り回って学道するのであり、誰がそれを見るであろう。自己を投げ打って学道する、学道の一つひとつが真実に随い行く。このとき周りに何の立ちはだかる障壁もなく、あらゆる方向に向かって学ぶのである。

菩提心(真実を求める心)が生じるのは生まれ変わり死に変わりの輪廻を考えるとときに得られることがあり、あるいは煩惱が消えるときに得られることがあり、輪廻煩惱以外にもこれが得られることがある。その心が生じるのに場所を選ぶわけではなく、ここがいけないという所はない。環境によってその心が生じるわけでもなく、智慧によってそれが生じるわけでもない、菩提心(真実を求めようとする心)が自ずと生じるのであり、菩提心を生じさせるのである。菩提心が生じるのは有でも無でもなく、善でも悪でも無記^mでもない。過去の報いによって縁起としておこるものでもない。天人には苦がないので菩提心がないと言われているがそうではない。自分を取り巻く環境には関係なく、ただ時の到来と共に菩提心が生じるのである。その心が生じている時はまさに世界がすべて真実を求めようとしている。自分を取り巻く環境を変化させて真実を求めようとしたかのように見えるが、環境に係わっているわけではない。自分と取り巻く環境がともに片手を出しあつて変えるのである、自分が片手を出して変えるのである。獣などのあらゆる生き物の中に入れて行き救済する。地獄、餓鬼、畜生、修羅等のなかにあつても菩提心をハタラカせるのである。

¹ 凡夫の心を投稿うって仏心を獲得する(橋田邦彦)、文末脚注7参照。

^m 善でも悪でもない心性、人の性は三種あり善性、悪性及び無記性。

赤心せきしん片々へんぺんといふは、片々なるはみ
な赤心なり。一片両片にあらず、
片々なるなり。

荷葉かよう団々だんだん団似鏡、菱角りょうかく尖々せんぺん尖似
錐すい（荷葉かよう団々だんだん、団なること鏡に似た
り、菱角りょうかく尖々せんぺん、尖なること錐に似た
り）。かゞみににたりといふとも片々な
り、錐すいににたりといふとも片々なり。

古仏心こぶつしんといふは、むかし僧ありて
大証だいしょう国師こくしにとふ、「いかにあらむかこ
れ古仏心」。

ときに国師こくしいはく、「牆壁しょうへき瓦礫がりやく」。

しかあればしるべし、古仏心こぶつしんは牆
壁瓦礫しょうへきにあらず、牆壁瓦礫しょうへきを古仏心こぶつしん
といふにあらず、古仏心こぶつしんそれかくの
ごとく学するなり。

平常心びやうじやうしんといふは、此界しがい世界かいといは
ず、平常心びやうじやうしんなり。昔日せきじつはこのところよ
りさり、今日はこのところよりきたる。
さるときは漫天まんてんさり、きたるときは尽
地じんきたる。これ平常心びやうじやうしんなり。平常心びやうじやうしんこ
の屋裏おくりに開門かいもんす、千門せんもん万戸ばんこ一時開
閉びやうじやうなるゆゑに平常びやうじやうなり。いまこの蓋
天蓋てんがい地ちは、おぼえざることばのごと
し、噴地ふんちの一声いつせいのごとし。語等ごとう¹⁰な
り、心等しんとうなり、法等ぼうとうなり。寿行じゆぎやう生滅しやうめつの
刹那せつなに生滅しやうめつするあれども、最後さいご身しんよ
りさきはかつてしらず。しらざれども、
発心ほっしんすればかならず菩提ぼだいの道みちにす
すむなり。すでにこのところあり、さら
にあやしむべきにあらず。すでにあ
やしむことあり、すなはち平常びやうじやうなり。

あるがままの純粹じゆんじゆんなる心こころの一つひとつは、その一つひ
とつが皆あるがままの心こころである。一つ二つと数えられる
ものではなく、一つひとつなのである。

蓮の葉はまん丸で、その丸さは鏡のようである、菱の
角はすごく尖っていて、その尖り具合は錐のようであ
る。鏡に似ていると言っても一つひとつの純粹じゆんじゆんなる心こころ
である、錐に似ていると言っても一つひとつの純粹じゆんじゆんなる心こころ
である。

仏祖ぶつその心こころということについて、昔一人の僧が大証だいしょう国師こくし
（南陽慧忠ⁿ）に問うた、「仏祖ぶつその心こころとは一体どのようなも
のでしょうか」。

その時国師こくしは言った「瓦礫がりやくである」

であれば知るべきであろう、仏祖ぶつその心こころとは瓦礫がりやくであつ
て瓦礫がりやくではない、瓦礫がりやくは仏祖ぶつその心こころであっても仏祖ぶつその心こころ
とは言わない、仏祖ぶつその心こころとはこのように学ぶべきものであ
る。

平常心びやうじやうしん（常日頃つねひごろの心こころ）というのはこちらの世界こころ（娑婆）、
あちらの世界あちら（彼岸）を問わず平常心びやうじやうしんである。過去の日々
はこの平常心びやうじやうしんから去っていったものであり、今日のこの
日は平常心びやうじやうしんから来ている。去っていったあとは全世界が
去っており、来ている時は全世界が訪れている。これが
平常心びやうじやうしん（常日頃つねひごろの心こころ）である。平常心びやうじやうしんはこの自分の脳裏の
うちに開かれていて、全ての人々のうちにあつて開かれ
たり閉じたりしているが故にあるがままである。今この
天地の全体は思い出せない言葉のようである、くしゃみ
の一声いつせいのようでもある。常日頃つねひごろの言葉そのものであり、
心こころそのものであり、真理そのものである。我々の身みが生
じたり滅したりするその刹那せつな刹那せつなに平常心びやうじやうしんも生じ滅す
るのである。修行が完成して仏果に至ろうとする最後の
菩薩はよいとして、その菩薩より前の人人が仏果を得たか
どうかは知らないが、真実を得たいと発願したものは必
ず悟り（真実）の道に進むのである。我々はすでにこの心

n 南陽慧忠：大証国師（？～775）、大鑑慧能の法嗣。

o がらくた、がれき、あるいはつまらないもの。

p 思い出せない、思いがけない言葉、くしゃみの音など日常ふだんの音であるが、取り立てて特徴づける
ほどでもない音。

を起こしているのですから疑う必要はない。すでに疑いを持っている人もいるであろうが、それもすなわち平常(常日頃)ということである。

身学道といふは、身にて学道するなり。赤肉団の学道なり。身は学道よりきたり、学道よりきたれるは、ともに身なり。尽十方界是箇真実人体なり、生死去来真実人体なり。この身体をめぐらして、十悪¹¹をはなれ、八戒¹²をたもち、三宝に帰依して捨家出家する、真実の学道なり。このゆゑに真実人体といふ。後学かならず自然見の外道にどうぞることなかれ。百丈大智禪師¹³のいはく、「若執本清浄本解脱自是仏、自是禪道解者、即属自然外道(若し本清浄、本解脱、自は是れ仏、自は是れ禪道の解と執せば、即ち自然外道に属す)」。

これら閑家の破具にあらず、学道の積功累徳なり。勃跳¹⁴して玲瓏八面也、脱落して如藤倚樹なり。或現此身得度而為説法¹⁵なり、或現他身得度而為説法なり、或不現此身得度而為説法なり、或不現他身得度而為説法なり、乃至不為説法なり。

しかあるに、棄身するところに揚声止響するあり、捨命するところに断腸得髓¹⁶することあり。たとひ威音王¹⁷

身の学道というのは、身体で修行することである。素裸の修行である。身体は修行によって成り立っているのであり、修行によって成り立っているものは同時に身体である。すなわちこの世界は全て真実の身体である、生まれ変わり死に変わる永遠なるときは全て真実なる身体の現われである。この身体をつかさどって悪という悪を離れ、仏道で禁じる戒をたもち、仏法僧の三宝に帰依して家を捨て出家する、これこそが真実の修行である。この故に真実なる身体という。これから修行しようとするものは自然外道⁹の考えに同じくしてはならない。

百丈大智禪師が言う、「もし人は本来清浄で、本来悟りを得ていて、自己は仏であり、自己は既に禪の道を会得しているとの思いに執着するならば、それはすなわち自然外道というものである。」

学道する真実なる身体はあばら家の壊れた家具ではない、修行を積んで功德が積み重なっている。躍動して全てが光り輝いている、藤の蔓が樹に巻きつき身心脱落してそのまま一つになっているかの如くである。この身体を現して得度すべきものには(この身体を現してその人の)為に説法する、あるいは他人の身体を現して得度すべきものには(他人の身体を現してその人の)為に説法する、あるいはこの身体を現さずに得度すべきものには(この身体を現さずにその人の)為に説法する、あるいは他人の身体を現さずに得度すべきものには(他人の身体を現さずにその人の)為に説法する、あるいは(その人の)為に説法しない。

そうであるが故に身を棄てて修行する、そこに大きな声を揚げてその響きをとどめ説法する仏のハタラキがあり、命を捨てて修行する、そこに腸が千切れるほど辛

9 自然外道：因もなく縁もなく現れるとする無因論の立場、また何もしなくても成仏すると考える。

よりさきに^{ほっそく}発道すれども、なほこれみづからが^{じそん}児孫として増長するなり。

「^{じんじっぽうせかい}尽十方世界」といふは、十方面ともに^{しんがい}尽界なり。東西南北四維上下を十方といふ。かの表裏縦横の^{くうじん}究尽なる時節を^{しりょう}思量すべし。思量するといふは、人体はたとひ自他に^{けいげ}罣礙せらるといふとも^{じんじっぽう}尽十方なりと諦観し、決定するなり。これ^{みぞうもん}未曾聞をきくなり。方等なる^{かうとう}ゆゑに、界等なる^{かいとう}ゆゑに。「^{にんたい}人体」は^{しだいごうん}四大五蘊なり、^{だいじん}大塵ともに^{ほんぶ}凡夫の^{くうじん}究尽するところにあらず、^{しやう}聖者の^{さんきゆう}参究するところなり。又、^{いちじん}一塵に^{じっぽう}十方を^{ていかん}諦観すべし、十方は^{いちじん}一塵に^{のう}囊括するにあらず。あるいは一塵に^{こんりゆう}僧堂・^{こんりゆう}仏殿を^{じんかい}建立し、あるいは^{じんかい}僧堂・^{じんかい}仏殿に^{しんがい}尽界を^{しんがい}建立せり。これより^{いんも}建立せり、^{いんも}建立これよりなれり。^{いんも}憍麼の^{いんも}道理、すなはち^{じんじっぽうかいしんじつにんたい}尽十方界^{しんじつにんたい}眞実^{しんじつにんたい}人体なり。自然天然の^{じねんてんねん}邪見をならふべからず。界量にあらざれば^{かうきやう}広狭に^{かうきやう}あらず。尽十方界は^{せっぽうん}八万四千の^{せっぽうん}説法蘊なり、^{ざんまい}八万四千の^{ざんまい}三昧なり、^{だらに}八万四千の^{だらに}陀羅尼なり。八万四千の^{てんぼうりん}説法蘊、これ^{てんぼうりん}転法輪なるが^{ゆゑ}ゆゑに、^{てんじよ}法輪の^{こうかい}転廻は^{こうじ}互界なり、^{ほういき}互時なり。方域なきにあらず、「^{しんじつにんたい}眞実人体」なり。いまの^{なんぢ}なんぢ、いまの^{われ}われ、^{しんじつにんたい}尽十方界^{しんじつにんたい}眞実^{しんじつにんたい}人体なる人なり。これらを^{さか}蹉過^{さんだいあ}することなく^{さんだいあ}学道するなり。たとひ^{さんだいあ}三大阿

くとも^{しんじつにんたい}教の^{しんじつにんたい}眞髓を得る^{しんじつにんたい}仏の^{しんじつにんたい}ハタラキがある。例え^{しんじつにんたい}遠い^{しんじつにんたい}過去の^{しんじつにんたい}昔に^{しんじつにんたい}現われた^{しんじつにんたい}という^{しんじつにんたい}仏よりも^{しんじつにんたい}さらに^{しんじつにんたい}前に^{しんじつにんたい}発願し^{しんじつにんたい}修行を^{しんじつにんたい}始めて^{しんじつにんたい}いた^{しんじつにんたい}としても、^{しんじつにんたい}自ら^{しんじつにんたい}仏祖の^{しんじつにんたい}子孫とな^{しんじつにんたい}って^{しんじつにんたい}さらに^{しんじつにんたい}修行を^{しんじつにんたい}積む^{しんじつにんたい}のである。

尽十方世界というのは十方面全てが果てしない世界ということである。東西南北とそれぞれの間および上方と下方を十方という。その世界の表裏縦横を究め尽くしている時間を考えてみよう。考えるというのは、この身体が例え自分他人という概念に縛られていても、十方を尽しているとはっきりと観念し、心に決めることである。このようなことは未だかつて聞いたことがないであろう。それは身体があらゆる方角に向かって全ての世界と一如であるということである。身体は地水火風の四大元素^rと五蘊^sによって、またそれらの対象である六境^tによって成り立っているが、それらは共に凡夫が究め尽くせるものではなく、悟りを得た人によって究明されるものである。又、一つの塵の中に十方の本質を見、観じてみなさい。十方はその一つの塵に包み込まれるということではない。ある時はその一つの塵の中に僧堂・仏殿を建立し、ある時は僧堂・仏殿の中にあらゆる世界が建立される。あらゆる世界を体得することによって建立し、建立は身体の体得によって得られる。これがすなわちあらゆる世界における^{しんじつにんたい}眞実なる^{しんじつにんたい}身体^{しんじつにんたい}なのである。自然外道、天然外道の誤った考えに習ってはならない。世界を測量しているのではないので、広い狭いは問題にならない。あらゆる世界は八万四千の説法の集まりである、八万四千の坐禅である、八万四千の眞言である。八万四千の説法の集まり、それは仏の説法であるがゆゑに、説法は世界を跨ぎ、時を跨いでいる。それが現われている所がないのではない、それが^{しんじつにんたい}眞実なる^{しんじつにんたい}身体^{しんじつにんたい}なのである。今の^き貴方、今の^{わたし}私、あらゆる世界に^{しんじつにんたい}眞実なる^{しんじつにんたい}身体^{しんじつにんたい}なる人なのである。これらのことを間違^{まちが}うことなく修行するので

r 地水火風

s 色(物質)受(印象/感覚)想(知覚/表象)行(意志)識(心)

t 眼耳鼻舌身意の六根が認識する六つの対象：色(形)、声、香、味、触、法(意識の対象となるもの)

僧祇劫、十三大阿僧祇劫、無量阿僧祇劫までも、捨身受身してもゆく、かならず学道の時節なる進歩退歩学道なり。礼拝問訊するすなはち、動止威儀なり。枯木を画図し、死灰を磨転す¹⁸、しばらくの間断あらず。曆日は短促なりといへども学道は幽遠なり。捨家出家せる風流たとひ蕭然なりとも、樵夫に混同することなかれ。活計たとひ競頭すとも、佃戸¹⁹に一斉なるにあらず。迷悟善悪の論に比することなかれ、邪正真偽の際にとどむることなかれ。

「生死去来真实人体」といふは、いはゆる生死は凡夫の流転なりといへども、大聖の所脱なり。超凡越聖せん、これを真实体とするのみにあらず。これに二種²⁰七種²¹のしなあれど、究尽するに、面々みな生死なるゆゑに恐怖すべきにあらず。ゆゑいかんとなれば、いまだ生をすてざれども、いますでに死をみる。いまだ死をすてざれども、いますでに生をみる。生は死を罣礙するにあらず、死は生を罣礙するにあらず、生死ともに凡夫のしるところにあらず。生は栢樹子²²のごとし、死は鉄漢のごとし。栢樹はたとひ栢樹に礙せらるとも、生はいまだ死に礙せられざるゆゑに学道なり。生は一枚にあらず、死は両足²³にあらず。死の生に相對するなし、生の死に相待するなし。

ある。例え無限に長い時間の彼方にあつても身を捨て身を受け(生を得)ていく、まさしく修行の歩を進めては後戻りする、まさに修行である。合掌し頭を深く下げて敬礼する、即ち動いては止まるという仏道の作法である。枯れ木を描く寂然たる修行、冷たい灰で瓦を磨く無目的の坐禅。暫しの中断もない。曆の上の日々は短く瞬く間に過ぎていくが、修行は奥深く遙かである。家を捨て出家するという風流、例えそれがみすばらしい有り様であつたとしても単なる貧しい生活と混同してはいけない。例え日々の生活に困窮していたとしても貧しい小作人と一緒にしてはいけない。日々の修行を迷悟や善悪の議論と比べて考えてはならない、また正か邪か、あるいは真か偽かの問題として捉えてはならない。

生死去来真实人体とは何であるか。生死というのは凡夫にとっては生まれ変わり死に変わりの輪廻であるが、悟りを得た聖人にとっては解脱である。凡夫を超え聖人をも越えてみよう、生死を真实の身体とするのみではない。生死にはいろいろの種類があるが、それらを探究してみると、それぞれが生死であるから、特に恐れるようなものではない。何故なら未だ生きていながら、今既に死を見ている²⁴。死に囚われながら、今生きている、生と死は表裏一体である。生は死を妨げることはない、死も生を妨げない。生死ともに凡夫がはっきりと了解できるようなものではない。生は何処にでもあるがそれと気付かない庭先の栢の樹のようなものである、死は絶対不道の鉄漢のようなものである。栢の樹が例え栢の樹に邪魔されようとも、生は未だかつて死に邪魔されたことはない、であるが故に身をもって生を体得することが修行である。生は一つ、死は二つというような数える対象ではない。死が生に相對しているわけではない、生が死に対して向き合っているわけでもない。

²⁴ 生の中に死があり死の中に生がある。「人のしぬるのち、さらに生とならず。しかあるを、生の死になるといはざるは、仏法のさだまれるならひなり。」現成公案の巻

圓悟禪師いはく、「生也全機現、死也全機現。逼塞大虚空、赤心常片々（生も全機現なり、死も全機現なり。大虚空に逼塞し、赤心常に片々たり）」

この道著、しづかに功夫点檢すべし。圓悟禪師かつて恁麼いふといへども、なほいまだ生死の全機にあまれることをしらず。去来を参学するに、去に生死あり、来に生死あり、生に去来あり、死に去来あり。去来は尽十方界を兩翼三翼として飛去飛来す、尽十方界を三足五足として進歩退歩するなり。生死を頭尾として、尽十方界眞実人体はよく翻身回腦するなり。翻身回腦するに如一錢大なり、似微塵裏なり。平坦々地、それ壁立千仞なり、壁立千仞処、それ平坦々地なり。このゆゑに南州北州の面目あり、これを檢して学道す。非想非々想の骨髓あり、これを抗して学道するのみなり。

正法眼蔵身心学道第四

爾時仁治三年壬寅重陽日在干宝林寺示衆

仁治癸卯仲春初二日書写 懷讓

圓悟克勤禪師が言う、「生には全てのハタラキが現成している、死にも全てのハタラキが現成している。大宇宙を遍く満たしている露わな心は常に一つひとつがハタラキの現成である。」

ここで述べていることをじっくり調べてみなさい。圓悟禪師がかつてこのように言っていたが、しかし禪師は生まれ変わり死に変わる生死が全てのハタラキより大きいということを知らなかった^w。過去未来を学び行ずると、過去に生死があり、未来に生死があり、生に過去未来があり、死に過去未来があることが分かる。過去未来はこの世界を二つの翼、三つの翼をもって飛び去り、飛び来たる、またこの世界を大股で前に進み後ろに退くのである。生死を始めと終わりとして、生と死の間でこの眞実の世界にある眞実の身体はよく身を翻し、頭を巡らして修行の最中である。身を翻し、頭を巡らせると煩惱に塗れたこの身体は一錢の大きさの如くにもなり、さらに微塵ほどの小ささにもなる。平らで平穩である地(での易行)は一方で切り立った絶壁(での難行)であり、切り立った絶壁(での難行)は平らで平穩な地(での易行)である。この故に須弥山の南に住む我々と長寿で知られる北に住む人々々にはそれぞれに面目があり、これらをよく調べて修行する必要がある。天人の世界にある最高の地の教え、これを取上げて修行するだけである。

正法眼蔵第四身心学道

その時仁治3年(1242)水の兄寅、重陽(9月9日)、宝林寺にあつて修行者に示した。

仁治4年(1243)水の弟卯2月2日書写した 懷讓

^v 圓悟克勤 (1063~1135)、五祖(楊岐)法演(?~1104)の法嗣。

^w 道元禪師はここで、圓悟禪師の言葉「生死去来眞実人体(圓悟録六)」「生也全機現、死也全機現(拈古 51 則)」を發展させ活き活きとさせている。

^x 我々の住む土地は須弥山の南にあり、南州とも呼ぶが、北には北俱盧州があり、そこに住む人間は長寿であり、生死を問題にしないので菩提心を起こしにくいと言われている。

1 道という字には仏道のように教えの道筋という意味と、言うという意味がある。この不道は両方の意に解釈可能であるが、ここでは仏道に外れた教えという意味に理解した。

2 質多心は慮知心と訳され、対象を捉えて思いはからう、志向、思慕性、思考のハタラキを持つ心；汗栗駄心は草木心と訳され、心臓の意を持ちそのもの持つ本質、中心となる心；牟栗駄心は積集精要心と訳され、成長した、学を積んだ、励ましを受けた等の意味を持つ語。

3 眼を集めると4~50リットルにも及ぶ。斛は一升の十倍。

4 須弥山：仏教における世界観で世界の中心にそびえる山。頂上に帝釈天、山腹に四天王が住する。須弥山の南方海上に閻浮提(えんぶだい、南閻浮州とも、大雪山と香醉山が有り、その間に無熱惱池があり、そこから四大河が流れ出て閻浮提を潤すという、ここがインド亜大陸であり人間が住んでいる)、北方に北俱盧州(ほっくるしゅう、その中央に阿耨達池があり、竜王が住み清冷の水を出すという)。東に毘提訶州(びだいかしゅう)、西に牛貨州(ごかしゅう)。三千界：三千大世界ともいう、須弥山を中心としたひとつの範囲を一世界とし、これの千倍を小千世界、小千世界の千倍を中千世界、中千世界の千倍を大千世界とする。

5 上って成仏するも下って沈淪するも皆一心より生ずる也、故に心地といふ。(正法眼蔵聞解)

6 咸通は中国、唐代の年号、860年~874年。疎山光仁の語、真字下85 咸通年前(860年~874年)に法身辺事を会す、咸通年以後に法身の向上の事を会す。

7 抛輒引玉；かわらを投げ捨て玉を引く。煩惱妄想と菩提涅槃と交換する、思量と不思議と交易する、赤の素凡夫の修行が直に法身向上事ともなる(正法眼蔵啓迪)

8 依報のこと、過去の行為の報いとして受ける身の抛り所としての環境世界、⇔ 正報

9 牆壁瓦礫とはかきね、かべ、かわら、こいし、などのどこにでもあるつまらないものの代名詞であり、古仏心をあえてつまらないものとすることによって古仏心を尊崇なものにせず、どこにでもある普通のものとしようとする。その普通を学ぶことが心学道であろう。

10 等とは等均・等量の等にはあらずして、これ正等覚の等なり。(赴粥飯法一)

11 十悪：殺生、偷盜、邪淫、妄語、綺語、惡口、兩舌、貪欲、瞋恚、邪見

12 八戒：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒、化粧や歌舞に接しない、高くゆったりした床で寝ない、昼過ぎに食事しない。

13 百丈懷海(749~814)、馬祖道一の法嗣。

14 勃跳の勃の字は足偏に勃の偏をつくりとする。殆どの辞書には載っていない。

15 応以辟支仏身、得度者、即現辟支仏身、而為說法、応以聞声身、得度者、即現声聞身、而為說法・・・・(まさに辟支仏の身を以て得度すべきものには、即ち辟支仏の身を現じて、為に說法するなり、まさに声聞の身を以て得度すべきものには、声聞の身を現じて為に說法するなり。(以下33身を説く、法華經觀世音菩薩普門品第25)

16 断臂得髓の写し違いであるとの説あり、その場合、二祖慧可禪師が臂を切って達磨大師の弟子になり髓を得たことを示すことになる。

17 威音王：過去無量無辺阿僧祇劫に出現していた仏。得大勢よ、及往昔昔、無量無辺不可思議の阿僧祇劫を過ぎて、仏いませり。威音王如来・応供・正遍知・明行足・善逝・世間解・無上士・調御丈夫・天人師・仏・世尊と名付けたてまつる。(法華經、常不輕菩薩品第20)、

18 南嶽懷讓と馬祖道一の坐禅に関する問答、坐禅箴12に示される。磨輒作鏡。

19 中国の小作農家

20 二種：分断生死(衆生が迷いの世界でうける生死で、与えられた身体の大小や寿命の長短をもって、三界・六道に輪廻すること)と変易生死(菩薩や阿羅漢等が三界の、輪廻を超えた身をもって、その願力によって肉体や寿命を自由に変え、この輪廻の世界に現われて受ける生死のこと)。(日本国語大辞典)

21 七種：分断生死、流来生死(真如の理に迷って生死の迷界に流来する初めをいう)、反出生死(発心して生死より反出する初めをいう)、方便生死(見思の惑を断ち三界の生死から超出する入滅の二乗についていう)、因縁生死(無漏業を因とし無明を縁として生を受ける初地以上の菩薩についていう)、有後生死(有有生死ともいう。最後の一品の無明を残す第十地の菩薩についていう)、無後生死(無有生死ともいう。無明を断ちつくして後身を受けない等覚の菩薩についていう)。(仏教学辞典)

22 趙州因みに僧問ふ、「如何ならんか是れ祖師西来意」。師曰く、「庭前の栢樹子」。僧曰く、「和尚境を

以て人に示すこと莫れ。「吾れ境を以て人に示さず」。僧曰く、「如何ならんか祖師西来意」。師曰く、「庭前の栢樹子」。(真字正法眼蔵中 19)。

参考文献

日本思想体系 道元 上下 岩波書店 1970～1972
正法眼蔵 1～4 水野弥穂子校注、岩波文庫
正法眼蔵註解全書 神保如天、安藤文英共編 正法眼蔵註解全書刊行会
原文対照現代語訳 道元禅師全集 春秋社
西有穆残禅師提唱 正法眼蔵啓迪 西有穆残 大法輪閣
正法眼蔵积意 橋田邦彦 山喜房
正法眼蔵講讃 樽林皓堂 青山社
現代語訳 正法眼蔵 玉城康四郎 大蔵出版
典座教訓 赴粥飯法 道元 講談社学術文庫
道元辞典 菅沼晃編 東京堂出版
仏教学辞典 法蔵館
日本国語大辞典 精選版 小学館
広辞苑第六版

2018年8月1日

現代語訳 金子勝俊 東京都狛江市在住 東京都世田谷区耕雲寺坐禅会会員