

道元禪師の坐禪觀（三）

『上封仏心才禪師坐禪儀』について

一 問題の所在

昨年の宗学大会では「道元禪師の坐禪觀（一）」『杭州五雲和尚坐禪箴』について」として、道元禪師の坐禪觀と杭州五雲和尚の坐禪觀の相違を考察したが、前回では「道元禪師の坐禪觀（二）」『龍門仏眼遠禪師坐禪銘』について」として、道元禪師の坐禪觀と仏眼清遠禪師の坐禪觀の相違について考察した。今回は「道元禪師の坐禪觀（三）」『上封仏心才禪師坐禪儀』について」として道元禪師の坐禪觀と仏心本才禪師の坐禪觀の相違について考察するものである。この分野の纏まった先行業績としては樽林皓堂先生の『道元禪の研究』や、石井修道先生の『道元禪の成立史的研究』や、同『坐禪箴』考などが挙げられる。

道元禪師は一二三三年（二十四歳）から一二三七年（二十八歳）までの約五年間にわたり入宋求法されたのであるが、当時の宋朝禪林をまのあたりに見聞された結果として次のよ

うな見解を持たれたという。

しかあるに、近年おろかなる杜撰いはく、功夫坐禪、得胸襟無事了、便是平穩地也。この見解、なほ小乗の学者におよばず、人天乘よりも劣なり、いかでか学仏法の漢といはむ。見在大宋国に、恁麼の功夫人おほし、祖道の荒蕪かなしむべし。¹⁾

ここに登場する「近年おろかなる杜撰」が言っているのは「功夫坐禪、得胸襟無事了、便是平穩地也。」ということである。これは「²⁾ひたすら坐禪に努める目的は胸中に雜念妄想をなくして平穩であることを得るにある」という考え³⁾である。これは「胸襟無事禪」と呼称されるものである。このような考えの者が「見在大宋国に、恁麼の功夫人おほし」であった。また、次のようにも説示されている。

又一類の漢あり、坐禪辨道は、これ初心晩学の要機なり、かならずしも仏祖の行履にあらず、行亦禪、坐亦禪、語黙動靜体安然なり、ただいまの功夫のみにかかはることなかれ。臨済の余流と称するともがら、おほくこの見解なり。仏法の正命つたはれることおろそかなるによりて、恁麼道するなり。なにかこ

清藤久嗣

れ初心、いづれか初心にあらざる、初心いづれかこころにかお(3)

つまり、「一類の漢」と「臨済の余流と称するともがら」の多くの見解とは、「坐禅辨道とは、初心者または晩学者の要機なのであって、必ずしも仏祖の行履では無いのであるから、行もまた禅であり、坐もまた禅であり、語黙動静の日常が大事なのであって、坐禅だけが大事なのは無い」と言うものである。つまり端的に言えば、坐禅辨道とは初心者あるいは晩学者の要機であり、坐禅軽視の立場である。この考えは「行住坐臥禅」と呼称されているのである。この語は永嘉玄覚和尚の『証道歌』の一節である。このような宋朝禅は「正伝の坐禅」では無いことを、「こころに述べられたのである。」

また、本文中に、

しかあればすなはち、古来なりといへども、坐禅を坐禅なりとしれるすくなじ。いま現在大宋国の諸山に、甲刹の主人とあるもの、坐禅をしらず、学せざるおほし。あきらめしれるありといへども、すくなじ。諸寺にもとより坐禅の時節さだまれり。住持より諸僧、ともに坐禅するを本分の事とせり。学者を勧誘するにも、坐禅をすすむ。しかあれども、しれる住持人はまれ(4)なり。

と説示されるが如く、「いま現在大宋国の諸山に、甲刹の主人とあるもの、坐禅をしらず、学せざるおほし」といふ状況

の中で、「あきらめしれるありといへども、すくなじ」であり、「諸寺にもとより坐禅の時節さだまれり。住持より諸僧、ともに坐禅するを本分の事とせり。学者を勧誘するにも、坐禅をすすむ」のではあるが、しかしながら「正伝の坐禅」を「しれる住持人はまれなり」というものであった。

つまり、この当時の大宋国の現状とは、甲刹の主人であっても坐禅を知らない者が多く、その坐禅の道理を明らかにする者は、少なかったのである。また更に、諸寺では元々坐禅の時間が決まっていって、自らも坐禅を行じ、他にも坐禅を勧めるのではあるが、「正伝の坐禅」の内容を知っている住持人は、稀であったのである。つまり、形式のみであったことが窺われるのである。

中国南宋の宗朝禅林を参学していた道元禪師は、まのあたり見聞し、その「坐禅観」を具体的に次のように述べている。

「このゆえに、古来より近代にいたるまで、坐禅銘を記せる老宿一兩位あり、坐禅儀を撰せる老宿一兩位あり、坐禅蔵を記せる老宿一兩位あるなかに、坐禅銘、ともにとるべきところなし、坐禅儀、いまだその行履にくらし。坐禅をしらず、坐禅を単伝せざるともがらの記せるところなり。景德伝燈録にある坐禅蔵、および嘉泰普燈録にあるところの坐禅銘等なり。」

つまり、これらの『景德伝燈録』や『嘉泰普燈録』にあるところの、「坐禅銘」「坐禅儀」「坐禅蔵」等を実際に参学さ

れたのである。しかしこのように『正法眼蔵坐禅蔵』本文には具体的な書名までは示されていないのであるが、そこで道元禪師が実際に読まれた上で批判されるものとして考えられるであろう書とは、

一 『景德伝燈録』卷三〇の『杭州五雲和尚坐禅蔵』法眼宗。五雲志逢（九〇九〜九八六）撰述。

二 『嘉泰普燈録』卷三〇の『龍門仏眼遠禪師坐禅銘』臨濟宗。仏眼清遠（一〇六七〜一一二〇）撰述。

三 『嘉泰普燈録』卷三〇の『上封仏心才禪師坐禅儀』臨濟宗黄竜派。仏心本才（不詳）撰述。豊源惟清（？〜一一一七）の法嗣。

四 『禪門諸祖師偈頌』の『察禪師坐禅銘』曹洞宗青原下。同安常察（不詳）撰述。九峰道虔（？〜九二二）の法嗣。

五 『禪門諸祖師偈頌』の『天台大静禪師坐禅銘』曹洞宗青原下。天台大静（不詳）撰述。玄沙師備（八三五〜九〇八）の法嗣。
の五書が確認されている。

道元禪師は臨濟宗への批判が多いという先学の意見もあるが、これを見ればわかるように「法眼宗」「臨濟宗」「曹洞宗」の祖師が撰述したものであり、かならずしも「臨濟宗」にのみ限定して批判するものではないのである。また称讃される

ものとしては、宏智禪師の『坐禅蔵』のみ道得是とされておられ、それに同和されて道元禪師御自身で『正法眼蔵坐禅蔵』を撰述されているのである。

ここでは、この中の（三）の仏心本才禪師撰述である『上封仏心才禪師坐禅儀』を取り上げ、道元禪師の坐禅観と仏心本才禪師の坐禅観を比較考察するものである。

二 熟語の出典解明

その『上封仏心才禪師坐禅儀』については後述するが、道元禪師はこれらの書の内容について、どのようなものであったのかを、次のように説示されるのである。

あはれむべし、十方の叢林に經歷して一生をすこすといへども、一坐の功夫あらざることを。打坐すでになんぢにあらず、功夫さらにおのれと相見せざることを。これ坐禅の、おのが身心をきらふにあらず、真箇の功夫をこころざさず、倉卒に迷醉せるによりてなり。かれらが所集は、ただ還源返本の様子なり、いたづらに息慮凝寂の経営なり。観練薰修の階級におよばず、十地・等覺の見解におよばず、いかでか仏仏祖祖の坐禅を単伝せん。宋朝の録者、あやまりて録せるなり、晩学、すててみるべからず。⁽⁵⁾

と、その内容を評しておられる。つまり、十方の叢林に遍参遍歴して形の上では修行形態を取って一生涯をかけるのでは

あるが、一坐の坐禪の内容を明確にすることが無きに等しいことを、同命として「あわれむべし」と言われている。その「かれらが所集」の内容とは、「ただ還源返本の様子」であり「いたづらに息慮凝寂の終嘗」であり「觀練薰修の階級におよばず」「十地・等覺の見解におよばず」ということなのである。だから、どうして「仏祖の坐禪を単伝」出来るのであるうか。これは「宗朝の録者」が、誤って収録してしまったのである。だから「晩學者」はこれを參學すべきでは無い、と指摘されたのである。以下、この熟語の出典の解明を試みるものである。

(一) 還源返本

まず「還源返本」「返本還源」であるが、この熟語は『天台止觀』あるいは『十牛圖頌』に見出すことが出来る。

返本還源とも、還源も返本も、もとに帰ること。転じて、外に流転する心を停めて内なる本源に返すこと。⁽⁶⁾

「十牛圖頌」の第九位。本源のところに返る当体。本家の郷里に坐する大安心のところ。悟った結果、本来成仏であることを知ること。⁽⁷⁾

「十牛圖」で、学人の見性の階級を示すため牛と牧童の関係になぞらえて設けた十種の機関のこと。一、尋牛。二、見跡。三、見牛。四、得牛。五、牧牛。六、騎牛。七、忘牛。八、人

牛俱忘。九、返本還源。十、入塵垂手。⁽⁸⁾
この『十牛圖』の成立についてであるが、『禪宗四部録』の中に『信心銘』『証道歌』『坐禪儀』『十牛圖』があることは周知の事実であるが、柳田聖山氏は次のようにいう。

『禪宗四部録』が編せられた時代については、必ずしも明らかでないが、鎌倉の末期に、すでに日本で開版されていることは確かである。五山版とよばれる一連の禪録の出版が、通例として舶載された宋版の覆刻より出発している事実を見れば、あるいはすでに中国で、これら四つを一括したものがあつたと考えなくてはなるまい。たとえば、わが国で最初期の禪の著述の一つである道元の『普勸坐禪儀』は、言うまでもなく『禪苑清規』の「坐禪儀」を承けたもので、道元自らそのことを明記している通りであるが、その本文は『禪苑清規』のままではなくて、道元独自の創意が加わっている。そうした道元の新加した部分に、「信心銘」や「証道歌」の用語や考え方が、顯著に見られる事実をどう理解すべきか。たとえば、道元が「毫釐も差有れば天地懸かに隔つ、違順纒かに起れば粉然として心を失す」と言い、「速かに絶学無為の真人と成る」と言うのは、「信心銘」や「証道歌」を前提することなしには、理解し得ぬ句である。道元の『普勸坐禪儀』は、『禪苑清規』の「坐禪儀」を承けたと言つよりも、『禪宗四部録』を承けたと見てよい。こう考えることによつて、「普勸」の意が了解できるであろう。後に言つよう

に、日本で「信心銘」と「証道歌」がセットにされる先例は、すでに平安時代に見られるが、「坐禅儀」とのくみあわせは、やはり『禅宗四部録』のほかにはない。道元が「十牛図」を見ていたかどうかは確かでないが、『禅宗四部録』の三つの作品を知っていたことは、明らかである。それらはすでに中国で、一つにまとめられていたと考えられ、「十牛図」が成立する十二世紀の末ごろに、『禅宗四部録』の原型を求めてさしつかえあるまい。⁽⁹⁾「このように報告されておられる。さてこの『十牛図』の内容については、西村恵信氏が次のようにいう。

また「十牛図」というこの固有の一書は、修行の深まりを十の階程で示すという論理的体系性(特に廓庵の序文に見られる思想的表明)、浅から深へと漸進的に進む運動性、全体を牛(実在的自己)と牧童(先実在的自己)の葛藤と和解の物語りによって構成するというドラマ性、更に図と頌によって禅修業の苦難の行程を和らげ親しませるという審美性など、多くの点で他の語録に見られない精緻な内容を含んでいる。⁽¹⁰⁾

「ここで注目すべきは、「修行の深まりを十の階程で示す」とこと、「浅から深へと漸進的に進む運動性」である。その第九番目に「返本還源」があるのである。「この「返本還源」について柳田聖山氏は次のように説明される。

元来は天台止観の用語。すなわち、六妙法門とよばれる数息観の中に、数、随、止、観、還、淨の六法を説くうち、還の段

階を修と証の二つに分ち、証還のところに、「心恵開發して功力を加えず、任運に自ら能く破析して反本還源する、是れを証還と名づく」と言っていて、『釈禪波羅蜜次第法門』にもその説が見える。⁽¹¹⁾

つまりこの「返本還源」とは「十牛図」から捉えれば、修行の進み具合を「浅から深へと段階的」に進むあり方として「証を直指す修」という考え方で、その第九番目(心を本源に返還する)に当たるといふことである。また「天台」から捉えれば、「数息観」の中に「証還」という修行方法があるといふことであり、「息を数えて心をととのえる」「巧力を加えず自己を反省して心をととのえる」といふ修行方法であり、どちらにしても道元禅師の坐禅観とは、異なるものである。

また『禅宗四部録』の他に「十牛頌」が所収されるものとして『禅門諸祖師偈頌』がある。この「禅門諸祖師偈頌」とは、

七仏の伝法偈を初め、『信心銘』『証道歌』『心王銘』『參同契』『馮山警策』『十牛頌』『坐禅銘』『箴銘』等八〇余篇の古徳垂誠の歌頌を集めたもの。⁽¹²⁾

であり、この中にある『坐禅銘』とは、巻四に所収の『仏心和尚坐禅銘』であり、『嘉泰普燈錄』巻三〇の「上封仏心才禅師坐禅儀」と同一の文献である。この『坐禅銘』も、道元

禪師によって批判されるものである。

また『永平広録』卷十の三五、「王侍郎に与つ」として、

咨參絶処識院、本自清明莫琢磨、返本還源猶滞路、伶併閑
道笑人多。⁽¹³⁾

とあって、「返本還源」について述べられている。この部分を現代語訳すれば、

大道は参究し尽くしてなお到ることの難いものであることがわかる。もともと仏法は清明な世界であって、やみくもに修しさえすればそれでよいというものではない。この本源に還るをめぐす修は、なお中途に滞るものである。修道の上にはあれこれとさまよって笑われるものが多い。⁽¹⁴⁾

と、「返本還源」について、「返本還源猶滞路」(この本源に還るをめぐす修は、なお中途に滞るものである)との確に指摘しておられる。道元禪師の坐禅観は、あくまでも「修証一等」「只管打坐」であり、「証を目指す修」「や」「心をとこのえる」ものではないのである。道元禪師は「かれらが所集は、ただ還源返本の様子なり」と指摘されたのである。

(二) 息慮凝寂

二番目に道元禪師は「いたづらに息慮凝寂の経営なり」と指摘されたが、その「息慮凝寂」の類似語に「息慮凝心」が

あり、『発無上心』巻には、

しかるに小乘愚人はいはく、造像起塔は有為の功業なり、さしおきていとむへからず、息慮凝心これ無為なり、無生無作これ眞実なり、法性実相の觀行これ無為なり、かくのことくいふを西天東地の古今の習俗とせり。⁽¹⁵⁾

と示されている。尚、この「息慮凝心」という熟語は、道元禪師と同時代を生きた親鸞上人の著述にも引用され興味深いものがある。

しかるに常没の凡愚、定心修しがたし、息慮凝心のゆえに。散心行じがたし、魔悪修善のゆえに。ここをもって立相住心なほ成じがたきがゆえに、「たとひ千年の寿を尽すとも、法眼いまだかつて開けず」(定善義)といへり。いかにいはんや無相離念まことに獲がたし。⁽¹⁶⁾

この「息慮凝寂」あるいは「息慮凝心」という熟語の典拠は非常に難しいものがある。「凝寂」「凝心」などの語句が目立つのはやはり天台の『六妙法門』であるが典拠の断定とまでは及ばない。ちなみに今はこれを俯瞰するに留めたい。

息慮は思慮することを止息すること。凝寂は静寂の氣に止定すること。無意識状態になる一種の坐禅の仕方という。灰身滅智の無余涅槃を標榜する二乗声聞の坐禅観法。⁽¹⁷⁾

この「息慮凝寂」という熟語は出典自体が不明であり、道

元禪師の造語でも無さそうである。

(三) 観練薫修

次に「観練薫修の階級におよばず」と指摘されているが、これは明らかに天台止観の熟語である。この「観練薫修」とは『摩訶止観』巻第九に典故が認められる。

若不壞法人九想者。從初脹想來住骨想。不進燒想。得有流光背捨勝處。観練薫修神通變化。一切功德具足成俱解脫人也。⁽¹⁸⁾

これについて俯瞰すると次のようである。

世間・出世間・出世間上上禪の三種の禪の中、出世間禪の四位。観禪・練禪・薫禪・修禪をいう。⁽¹⁹⁾

というものである。この三種禪を敷衍すれば、

天台で説く三種の禪。一、世間禪。外道及び凡夫の有漏禪であり、これに根本味禪(四禪・四無量・四無色)・根本淨禪(六妙門・十六特勝・通明禪)の別がある。二、出世間禪。無漏智を発する大小乗の聖者の禪で、これに観禪(九相・八背捨・八勝処・十一切処)・練禪(九次第定)・薫禪(獅子奮迅三昧)・修禪(超越三昧)の別がある。三、出世間上上禪。最高の出世間無漏禪。自性禪乃至清淨禪の九種がある。(『法華玄義』四)⁽²⁰⁾

とこうなのである。

この「観練薫修」については『釈禪波羅蜜次第法門第十』

『法華玄義四上』などに説かれているが、それを俯瞰すれば次のようである。

観禪とは境相を觀照するの意にして、即ち不淨等の境を觀じて婬欲等を破するを云う。九想、八背捨、八勝処、十一切処の如き是れなり。練禪とは無漏禪を以て諸の有漏味禪を練し、其の滓穢を除きて皆清淨ならしむること、猶お練金の法の如くなるを云う。九次第定の如き是れなり。但し阿毘曇薫禪の法も亦無漏を以て有漏を練すと雖も、彼れは唯だ四禪を練するのみにして無色界に及ばず。今は初禪より乃至非想悉く皆之を練し、一切諸禪をして清淨調柔にして功德を増益せしむるを果とす。薫禪とは能く徧く諸禪を薫熟して皆悉く通利し、轉變自在ならしむるを云う。獅子奮迅三昧の如き是れなり。修禪とは超入超出順逆自在なる禪にして、超越三昧の如き是れなり。此れ最頂の禪なるが故に又頂禪とも云うなり。⁽²¹⁾

つまり端的に言えば「観禪」とは不淨觀を行することであり、「練禪」とは淨穢を除いて清淨になることであり、「薫禪」とは諸禪を薫熟して自在に行することであり、「修禪」とは超入超出順逆自在なる最頂の禪のことなのである。つまり天台における「観練薫修」とは、不淨觀などを行する段階的なものであることがわかる。これがすなわち「観練薫修の階級」とであると表現された。

（四）十地・等覚

次に「十地・等覚の見解におよばず」と指摘されている。「の語については、

十地の内容については経典によつて差異があり、ことに大乘と小乗を区別する不共十地と、小乗をも包摂する共十地とに大別され、後者は前者に遅れて成立したものとみなされる。⁽²⁾

と言われるように繁雑になりすぎるところから簡潔に俯瞰する。

十地

菩薩修行の五十二位（十信・十住・十行・十回向・十地・等覚・妙覚）中の第四十一位から第五十位までを指す。⁽³⁾

等覚

菩薩修道の五十二位中の第五十一位を指す。これは第十地法雲地の上にあり、最高の位位としての妙覚の下に位している。⁽⁴⁾

つまり、この「十地・等覚」とは菩薩修行の段階的であり方を指すのである。

（五）まとめ

道元禪師は在宋中に持たれた坐禅観とは次のようである。

一「胸襟無事禅」(ひたすら坐禅に努める目的は胸中に雑念妄想をなくして平穩であることを得るにあるとい

う考え)。この考え方への批判。

二「行住坐臥禅」(何をやっても坐禅であることから、坐禅軽視の立場である)。この考え方への批判。

そして『坐禅儀』などの五書を閲読された結果に、思った感想とは次のようである。

三「還源返本の様子」外に向かう心を内なる本源に返還することの意。この考え方への批判。

四「息慮凝寂の経営」諸の念慮を止息し、心意識を凝寂ならしめるところに無心となる。この考え方への批判。

五「観練薰修の階級におよばず」天台智顛の説く三種禅（世間禅・出世間禅・出世間上上禅）のうち、出世間禅で説明する観禅・練禅・薰禅・修禅の四種をいい、禅定の進み行く階位を示すもの。これらにも及ばないと指摘されている。

六「十地・等覚の見解におよばず」段階的な菩薩修行の見解。これらにも及ばないと指摘されている。

このようなことから、道元禪師はこれらの五書を『正法眼蔵坐禅儀』中で「このゆえに、古来より近代にいたるまで、坐禅銘を記せる老宿一兩位あり、坐禅儀を撰せる老宿一兩位あり、坐禅箴を記せる老宿一兩位あるなかに、坐禅銘、ともにとるべきところなし、坐禅儀、いまだその行履にくらし。

坐禅をしらず、坐禅を単伝せざるともがらの記せるところなり。景德伝燈録にある坐禅蔵、および嘉泰普燈録にあるところの坐禅銘等なり」と批判され「晩学、すててみるべからず」と指摘されたのである。

なお、この『坐禅蔵』、『坐禅銘』、『坐禅儀』についての区分であるが、『坐禅蔵』とは、坐禅の内容について針をさすことで、坐禅の病を治療することを述べた書である。また、『坐禅銘』とは、座右銘とも言われるもので坐禅に関することとして自己へのいましめとして述べた書である。そして、『坐禅儀』とは、坐禅に関する威儀作法を述べた書である。この『上封仏心才禅師坐禅儀』では、『坐禅儀』としての区分がなされているが、その他には、長蘆宋贖（不詳・宋代の人。雲門宗）の『坐禅儀』、蘭溪道隆（一一二二—一一二七、臨済宗楊岐派）の『坐禅儀』、無本覺心（一一〇七—一一九八、臨済宗法灯派）の『法燈国師坐禅儀』、道元禅師（一一〇〇—一一五三）の『正法眼蔵坐禅儀』、『普勸坐禅儀』などがある。

三 仏心本才禅師伝

次に仏心本才禅師の略伝を見ていきたい。この仏心本才禅師とは臨済宗黄竜派であり、まず最初に嗣承関係であるが、黄竜慧南（一〇〇二—一〇六九） 晦堂祖心（一〇二五—一〇〇） 黄竜惟清（？—一一一七） 仏心本才（不詳）と

なっている。

仏心本才禅師は、福建省長溪県の出身で、俗姓を姚氏という。幼くして得度、受戒し、遊方して福州の大中寺の海印徳隆に参じた。徳隆は正覚禅師智海本逸の法嗣で雲門宗に属す。大中寺において老宿の指導で悟るところがあり、老宿に黄竜派の廬山東林寺の常総（一〇二五—一〇九一）に参学することを勧められた。東林寺に至ると既に常総は示寂していたので、豫章の黄竜山に死心禅師悟新（一〇四三—一一一四）に久しく参じたが機縁は契わなかつた。更に豊源惟清の下に参禅し、三年して徹悟し、その法を嗣いだ。後に舒州の真乗寺に分座した。次いで潭州の上封寺の命に応じ、さらに道林寺に遷住した。その後福建省に帰り、大乘・乾元・豊石・鼓山を歴住した。示寂の年月は不明であるが、紹興年間（一一三一—一一六二）に大衆に遺偈を残し示寂したと伝える。

この仏心本才禅師には語録が存在する。

『仏心才禅師語要』一卷。宋、仏心本才撰。嘉熙二年（一一三八）刊。黄竜派の宗風を挙唱した人。この語要にはその上堂・小参の語および頌古など二十数種を収めている。『続古尊宿語要』四に収む。『続蔵』二、一四、一。

なお、本発表では仏心本才禅師の坐禅観に限定するもので

あり、語録に関しては今後の課題としたい。

四 『上封仏心才禪師坐禪儀』について

次に『上封仏心才禪師坐禪儀』について、本文をあげ、訓読文を付すものである。

【本文】

上封佛心才禪師坐禪儀

夫坐禪者、端心正意、潔己虚心。疊足加趺、收視反聽。惺惺不昧、沈掉永離。縱憶事來、盡情拋棄。向靜定處、正念諦觀、知坐是心、及返照是心、知有無中邊内外者心也、此心虚而知、寂而照。圓明了了、不墮斷常。靈覺昭昭、揀非虚妄。今見學家、力坐不悟者、病由依計。情附偏邪、迷背正因、枉隨止作。不悟之失、其在斯焉。若也斂澄一念、密契無生。智鑑廓然、心華頓發。無邊計執、直下消磨。積劫不明、一時豁現。如忘忽記、如病頓瘳。内生歡喜心、自知當作佛、即知自心外無別佛、然後順悟增修、因修而證。證悟之源、是三無別、名爲一解一行三昧、亦云無功用道。便能轉物、不離根塵。信手拈來、互分主伴。乾坤眼淨、今古更陳。觀體神機、自然符契。所以維摩詰曰、不起寂滅定、而現諸威儀、是爲宴坐也。然當知水澄月現、鏡淨光全。學道之人、坐禪爲要。苟不爾者、情途輪轉、汨没四生、酸鼻痛心、難以自默。聊書大概、助發

眞源、果不廢修、即同參契。

【訓読】

それ坐禪は、心を端し意を正して、己を潔くして心を虚しくす。足を疊ねて加趺し、視ることを収め、聴くことを反す。惺惺として昧さず、沈・掉を永く離る。縦い事の来るを憶うも、情を尽して拋棄し、静定の処に向て、正念して諦觀せば、坐は是れ心および返照は是れ心なるを知り、有無、中辺、内外は心なりと知るなり。此の心は虚にして知り、寂にして照す。円明了了として、断常に墮せず、靈覺昭昭として、虚妄にあらざるを揀ぶ。

いま学家を見るに、坐を力めて悟らざるは、病は依計に由り、情は偏邪に附し、迷は正因に背き、枉く止作に隨う。悟らざるの失は、其れ斯に在り。若也し斂めて一念を澄ませば、密に無生に契う。智の鑑は廓然として、心の華は頓に發ぶ。無辺の計執は、直下に消磨し、積劫の不明は、一時に豁現す。忘れたることを忽ち記ゆるが如く、病の頓に瘳ゆるが如し。内に歡喜の心を生じ、自ら當に作仏すべしと知る。

即ち自心の外に別仏無しと知り、然後に悟に順じて修を増し、修に因りて証す。証悟の源は、是の三は別無きを、名づけて一解一行の三昧と爲し、亦た功用無きの道と云う。便ち能く物を転じ、根塵を離れず、手に信せて拈來し、互いに主伴を

分つ。

乾坤の眼の淨きことは、今古更に陳ぶ。觀体の神機は、自然に符契す。

所以に維摩詰曰く、「寂滅定を起さずして而も諸の威儀を現わすは、是れを宴坐と爲すなり」。

然して当に知るべし、水澄んで月現われ、鏡淨うして光全きことを。

学道の人は、坐禅を要と爲す。

苟しくも爾らざれば、途を修して輪転し、四生に汨没し、鼻を酸にして心を痛め、以て自ら黙すること難し。

聊か大概を書し、眞源を助発す。果たして修を廢せずんば、即ち同參の契ならん。

【訳文】

それ「坐禅」とは、「端身正意」心を端し意を正して、おのれを潔くして心を虚しくすることである。

足を重ねて結跏趺坐して、視ることを収めて聴くことをやめることである。

惺惺（心が澄み切つて）として、はっきりとしていて、心が沈んだり揺れ動いたりする事を永く離れるのである。

たとえ、事の來ることを憶つても、情を尽して抛棄するのである。靜定のところに向かつて、正念して諦觀すれば、坐はこれ「心」および返照はこれ「心」であることを知つて、「有・無」「中辺」「内外」は「心」であると知るのである。

このことを虚心にして知り、寂照（煩惱を寂靜にする）するのである。

円明了了（円明としてはっきりして）、「断・常」の相對に墮落せず、靈覺昭昭（靈妙不可思議で明らか）であり、虚妄でないことを選ぶのである。

いま学道者を見れば、坐をつとめて不悟であるのは、その理由とは、病は依計によつて、情は「偏邪」に附屬して、迷つて正因に背いて、むなしくいたずらに止作に随うからである。不悟の失とは、ここにあるのである。もしも一念を収めて澄ませるならば、親密に無生に契つのである。智慧の鑑は廓然として、心の華は頓におこるのである。無辺の計執は、直下に消磨して、積劫の不明は、一時に豁現するのである。忘れたることを忽ちにおぼえるが如くであり、病氣が頓に癒えるが如くである。内側に歡喜の心を生ぜしめて、みずからまさに仏となると知るのである。即ち自心のほかに別仏は無

いと知つて、のちに「悟」に順じて「修」を増して、「修」に因つて「証」するのである。「証悟」の源とは、「この三つは別無いことを、名づけて一解一行の三昧となして、また功用が無い道と言つのである。すなわち能く物を転じて、根塵を離れないこと。手を信じて拈来して、互いに「主・伴」を分けるのである。「乾坤」の眼の淨きことは、今も昔もさらに述べるところである。まるゝこの師弟接得の手段は、自然にピッタリと合つのである。

ゆえに維摩詰が言われることは、「寂滅定を起さずして、しかも諸の威儀を現わすのは、これを宴坐と為すのである。」このようにまさに知るべきである。水が澄んで月が現われて、鏡が清く光が明るいことを。

学道人は坐禅をかなめと為すのである。苟しくもそつでなかつたならば、仏道を修行していながら輪廻を繰り返し、四生に沈んで、鼻の奥がつんとして心が痛んで、もつて自ずから黙することは難しいのである。いささか大概を書して、眞源を助発するのである。はたして修行を廢退しないことを願ひ、すなわち同參のちぎりとならんことを願つものである。

五 道元禪師と仏心本才禪師の坐禅觀の相違について

道元禪師の祖師批判については、既に先学によつて纏められている。それは、祖師を全否定するものではないのであり、例えば「行」あるいは「法」を重視する場合とがあり、是非々によるものである。仏心本才禪師の坐禅觀についても同様のことが言えるのである。

まずその儀則から肯定できる点とは、巻末にある「学道の人ば、坐禅を要と為す」と説き、坐禅修行の必要性を説いている部分については肯定しておられるであらう。『正法眼蔵坐禅蔵』に、「おほよそ仏祖の兒孫、かならず坐禅を一大事なりと參学すべし。これ単伝の正印なり」と示されるが如くである。

しかしながら道元禪師は在宋中に「諸寺にもとより坐禅の時節さだまれり。住持より諸僧、ともに坐禅するを本分の事とせり。学者を勧誘するにも、坐禅をすすむ。しかあれども、しれる住持人はまれなり」(『正法眼蔵坐禅蔵』)と説得されるように、坐禅修行をむやみに行するだけではいけないのであり、その内容こそが重要であると指摘されている所に注意を要するであらう。

次に批判される部分としては、「夫坐禪者、端心正意、潔己虚心。疊足加趺、收視反聽。惺惺不昧、沈掉永離」(それ坐禪は、心を端し意を正して、己を潔くして心を虚しくす。足を重ねて加趺し、視ることを収め、聴くことを反す。惺惺として昧さず、沈・掉を永く離る)と説かれるように、昏沈散乱する心を調える(調心)ところに重点が置かれている。

これは『正法眼蔵坐禪儀』本文中に批判されるところで、(四)の「息慮凝寂の経旨」諸の念慮を止息し、心意識を凝寂ならしめるところに無心となる、と言う、この考え方への批判なのである。このような坐禪観を(一)の「胸襟無事禪」であると道元禪師は批判されるのである。調心は古来「調身・調息・調心」と言つて、段階的なものと捉えられて来たが、道元禪師は調身を重要視する。その調身とは「正身端坐」のことである。この「正身端坐」は『普勸坐禪儀』、『正法眼蔵坐禪儀』、『辨道法』、『宝慶記』、『永平広録』巻五で主張されておられる。例えば『永平広録』巻五の三九〇上堂では、⁽²⁵⁾

上堂 衲子坐禪、直須端身正坐為先。然後調息致心。若是小乘、元有二門。所謂数息不淨也。小乘人以数息為調息。然而仏祖并道永異小乘。⁽²⁶⁾

と説かれ、あるいは『正法眼蔵坐禪儀』には、⁽²⁶⁾
正身端坐すべし。ひだりへそばだち、みぎへかたぶき、まへにくぐまり、うしろへあほのくことなかれ。かなら

ず耳と肩と対し、鼻と臍と対すべし。舌はかみの脛にかくべし。息は鼻より通すべし。くちびる・齒あひつくべし。目は開すべし、不張・不微なるべし。と説かれて、つまり数息観や不淨観などの「調息」を不是として、「正身端坐」「端身正坐」の「調身」を強調されておられるのである。

それでは数息観や不淨観などの「調息」に関して言えば、前の『永平広録』巻五の三九〇上堂で説かれている他に『辨道法』では、

鼻息任通、不喘不声、不長不短、不緩不急。(鼻息は通ずるに任せ、あえがず声せず、長からず短からず、緩ならず急ならず)。

とされて、鼻息は通ずるに任せることを説示されておられ、手段としての「調息」では無いことを強調されておられるのである。

また冒頭に「疊足加趺、收視反聽」と主張されているのであるが、「足をかさねて加趺し」と言うことに関しては肯定されるものである。道元禪師の『辨道法』、『普勸坐禪儀』、『正法眼蔵坐禪儀』、『正法眼蔵行持上』、『正法眼蔵発無上心』、『正法眼蔵三昧王三昧』等に「結跏趺坐」の重要性を懇切丁寧に説示されておられるからである。例えば『正法眼蔵坐禪儀』

に、

あるひは半跏趺坐し、あるひは結跏趺坐す。結跏趺坐は、右の足を左のものうへにおく、左の足を右のものうへにおく。足のさき、おのおのももひとしくすへし、参差なることをえざれ。半跏趺坐は、ただ左の足を右のものうへにおくのみなり。

と、結跏趺坐と半跏趺坐を勧めておられるのである。

しかし「視ることを収め、聴くことを反す」と言う儀則の主張には批判されるであらう。なぜならば『辨道法』²⁸では、「目須正開。不張不微莫以臉掩瞳」(目は須らくまさに開くべし。張らずほそめず、臉をもって瞳を掩うことなかれ)と言われて、この自己現成の事実を、はっきりと自覚し、安らう(安樂の法門)ことを重視されているからなのである。

次に、仏心本才禪師の坐禅觀の内容に触れるものである。まずその「修証觀」であるが、それは「頓悟漸修論」「待悟為則禪」である。「いま学家を見るに、坐を力めて悟らざるは、病は依計に由り、情は偏邪に附し、迷は正因に背き、枉く止作に随つ。悟らざるの失は、其れ斯に在り」とあり、学家の「不悟」を説いている。

そこで、「若世し斂めて一念を澄ませば、密に無生に契つ。智の鑑は廓然として、心の華は頓に発ぶ。無辺の計執は、直下に消磨し、積劫の不明は、一時に豁現す。忘れたることを忽ち記憶るが如く、病の頓に瘳ゆるが如し。内に歡喜の心を生じ、自ら當に作仏すべしと知る」と説かれて、調心することによって「始覺」より「悟」に至ることである。

そこで特殊な点とは、「即ち自心の外に別仏無しと知り、然後に悟に順じて修を増し、修に因りて証す。証悟の源は、是の三は別無きを、名づけて一解一行の三昧と爲し、亦た功用無きの道と云う」と説かれるように「悟」で終わるのでは無く、「悟」の自覚から「漸修」を増していくのである。このような「頓悟漸修論」は圭峰宗密(七八〇〜八四一)の理論でもある。これは、頓悟のためにはその前に漸修が必要である意味と、または、まず頓悟して然る後に漸修するという意味があり、『禅源諸詮集都序』に説かれるものである。

また、ここでは「悟」を強調して「待悟」しているが、道元禪師は『正法眼蔵大悟』²⁹で、

近日大宋国禿子等いはく、悟道は本期。かくのごとくいひて、いたづらに待悟す。しかあれども、仏祖の光明にてらされざるがごとし。ただ真善知識に参取すべきを、

懶墮にして蹉過するなり。古仏の出世にも度脱せざりぬべし。

と指摘される。これは待悟を戒めたものである。また『永平広録』巻八の十一法語^②では、

此坐禅也、仏仏相伝、祖祖直指、独嫡嗣者也。余者雖聞其名、不同仏祖坐禅也。所以者何、諸宗坐禅、待悟為則。譬如仮船筏而度大海、將調度海而可抛船矣。吾仏祖坐禅不然、是乃仏行也。所謂仏家為体者、宗説行一等等、一如也。

この坐禅や、仏仏相伝し、祖祖直指して、独り嫡嗣なるものなり。余者はその名を聞くといえども、仏祖の坐禅に同じからず。所以は何となれば、諸宗の坐禅は、悟りを待つを則となす。たとえば船筏を仮りて大海を渡るがごとし、將調えらく、海を度りて船を抛つべしと。わが仏祖の坐禅はしからず、これすなわち仏行なり。宗説行一等等なり、一如なり。とされて、待悟為則を却下されておられるのである。

また、このような修証観は、本師如淨禪師からの垂示でもあつたようである。草案本『正法眼蔵大悟』^③に、
先師、よのつねに衆にしめしていはく、參禪者心身脱落也、不是待悟為則。

この道得は、上堂の時は、法堂の上にしてしめす、十方の雲水、あつまりきく。小參の時は、寢堂裏にして道す、諸方衲子、みなきくところなり。夜間は、雲堂裏にして拳頭と同時に霹靂す。睡者も聞、不睡者も聞。夜裏も道す、日裏も道す。しかあれども、知音 まれなり、為問すくなし。

と、このように參禅とはすなわち身心脱落であり、待悟為則を不是とされているのである。

このように待悟為則を不是とされているものであるが、その道元禪師の修証観とは何かというと、それは「修証一等」である。『正法眼蔵辨道話』^④に、

それ、修・証はひとつにあらずとおもへる、すなはち外道の見なり。仏法には、修証これ一等等なり。いまも証上の修なるゆえに、初心の辨道すなはち本証の全体なり。かるがゆえに、修行の用心をさづくるにも、修のほかには証をまつおもひなかれ、とをしふ。直指の本証なるがゆえなるべし。

と示される如くに、「初心の辨道すなはち本証の全体なり」といつ「修証一等」の修証観なのである。この修証観について、同『正法眼蔵辨道話』^④に、

又、まのあたり大宋国にしてみしかば、諸方の禪院みな坐禅堂をかまえて、五百六百、および一二千僧を安じ

て、日夜に坐禅をすすめき。その席主とせる伝仏心印の宗師に、仏法の大意をとぶらひしかば、修証の、両段にあらぬむねを、きこえき。

と述べられているように、「修証一等」といつ修証観とは坐禅を手段とするのではないものである。

六 結語

如上の観点より、道元禪師と仏心本才禪師の坐禅観の相違は明確になったのである。まずその『坐禅儀』の儀則について纏めてみれば次のようである。

「坐禅」修行の重要性については肯定されるものである。「調心」については批判される。それが結局（四）「息慮凝寂の経旨」なのであり、「このような禅を」（一）「胸襟無事禅」であると指摘されているのである。道元禪師の場合、「調身」（正身端坐・端身正坐）に重要性がみられるものである。

「結跏趺坐」については肯定されるものである。しかし、「収視反聴」については批判されるであろう。なぜならば道元禪師は、「目須正開」を重視するからである。

次に『坐禅儀』の坐禅観の内容については次のようである。

「頓悟漸修論」「待悟為則禅」には批判されるものであ

る。道元禪師は「修証一等」の修証観である。

この結果より、

このゆえに、古来より近代にいたるまで、坐禅銘を記せる老宿一兩位あり、坐禅儀を撰せる老宿一兩位あり、坐禅箴を記せる老宿一兩位あるなかに、坐禅銘、ともにとるべきところなし、坐禅儀、いまだその行履にべからし。坐禅をしらず、坐禅を単伝せざるともがらの記せるところなり。景德伝燈灯録にある坐禅箴、および嘉泰普燈録にあるところの坐禅銘等なり。

と説示された『嘉泰普燈録』にある『上封仏心才禪師坐禅儀』の坐禅儀則および坐禅観が「いまだその行履にべからし」というものであり、

宋朝の録者、あやまりて録せるなり、晩学、すててみるべからず。

と接得されたことが理解できるものである。

道元禪師にとつての祖師批判とは、臨濟宗であるとか曹洞宗であるとかの宗派意識から出ているものではなく、あくまでも「正伝の仏法」から捉えた是々非々についての肯定であり批判するものなのである。

註

- (1) 『道元禪師全集』 第一卷、一〇四頁、春秋社。
- (2) 『道元禪師全集』 第一卷、一〇四頁、頭註參照、春秋社。
- (3) 『道元禪師全集』 第一卷、一〇四頁、春秋社。
- (4) 『道元禪師全集』 第一卷、一二二頁、春秋社。
- (5) 『道元禪師全集』 第一卷、春秋社、一二二頁。
- (6) 『禅学大辞典』 二八〇頁、大修館書店。
- (7) 『禅学大辞典』 一一一六頁、大修館書店。
- (8) 『禅学大辞典』 四八一頁、大修館書店。
- (9) 上田閑照・柳田聖山『十牛図』(筑摩書房、一九九二年十一月六日)二六六、二六七頁。
- (10) 上田閑照・柳田聖山『十牛図』(筑摩書房、一九九二年十一月六日)三一四、三二五頁。
- (11) 上田閑照・柳田聖山『十牛図』(筑摩書房、一九九二年十一月六日)二四九頁。
- (12) 『禅学大辞典』
- (13) 『道元禪師全集』 第四卷、春秋社、二六六頁。
- (14) 原文対照現代語訳『道元禪師全集』 第十三卷、春秋社、二四頁。
- (15) 『道元禪師全集』 第二卷、
- (16) 『定本親鸞上人全集』 第一卷、「教行信証」二八八頁、法蔵館。
- (17) 『禅学大辞典』 七六六頁、大修館書店。
- (18) 『大正大蔵経四六』 二二二頁。
- (19) 『禅学大辞典』 一九一頁、大修館書店。
- (20) 『禅学大辞典』 三九六頁、大修館書店。
- (21) 『望月仏教大辞典』 第一卷、八三〇頁、世界聖典刊行協会。
- (22) 『岩波仏教辞典』 四八〇頁、岩波書店。
- (23) 『禅学大辞典』 大修館書店。
- (24) 『禅学大辞典』 大修館書店。
- (25) 『道元禪師全集』 第三卷、二六〇頁、春秋社。
- (26) 『道元禪師全集』 第一卷、一〇一頁、春秋社。
- (27) 『道元禪師全集』 第六卷、四十頁、春秋社。
- (28) 『道元禪師全集』 第六卷、四十頁、春秋社。
- (29) 『道元禪師全集』 第一卷、九十七頁、春秋社。
- (30) 『道元禪師全集』 第四卷、百六十四頁、春秋社。
- (31) 『道元禪師全集』 第二卷、六〇九頁、春秋社。