

坐禪儀に就て

近藤全忠

一般に宗教的信は相對の否定と絶對への轉入が主であつて、否定せらるべき相對のもつ媒介としての積極的意義には重要性を認めない。有限相對なる者から絶對への轉入が成立すれば宗教的信は成立つとせられる。斯くして宗教に於ては絶對に止揚せられて再び活かさるゝものは一樣平等となり得る。佛教も唯々この心靈の自覺を唯一の目的とする宗教であるが故に、佛教の功績は先づ第一に過去二千年來幾多の人を解脱せしめた點にある。この場合勿論解脱は人間界からの解脱である。佛教は人間界からの止揚を目的とするものである。禪宗に於ける目的も亦見性成佛のことをこゝに提示し得ると共に禪宗に於ける修行の要道もこゝに確立せらるゝものと思はれる。然らば我禪門に於ては如何にして之を把握するか

と云へば、其手段として擧げらるゝものに公案と坐禪とがある。是が坐禪の兩輪なるも今は坐禪儀を通じて如何にして見即性を體得し、この不二體なるものが如何なる妙用を以て表はれてゐるかを考察して見たいと思ふ。聖一國師は、それ坐禪の宗門といふは大解脱の道なり。諸法はこの門より流出し、萬行も皆この道より通達し、智慧神通の妙用もこの中より生じ、人天の性命もこの中より發したり。とある。これを以て見るも坐禪が如何に解脱を把握する要諦であるかがわかる。然らば坐禪とは如何なることであらうか。六祖大師は坐禪第五に「善智識何をか坐禪と名づく、この法門の中無障無碍外一切善惡の境界に於て心念起らざるを名づけて坐をなす。内に自性の不動を見る。名づけて禪となす。善智識何をか禪

定と名づく。外相を離るゝを禪となす。内亂れざるを定となす。」と云つてゐる。即ち三昧の端的を以て坐禪と名づけたのである。故に坐禪儀には「精修三昧誓度衆生」と示してゐる。即ち下化衆生の大悲心を以て上求菩提の願輪にむちうち一身の爲に解脱を求めざれといひ、それには精修三昧が最も強調されて居るのである。三昧とは如何なることか。三昧は言ふ迄もなく三學の一なる定に屬するものにして普通一般に心一境相と註釋されてゐるものである。智度論第七には「何等爲三昧善心一處住不動是名三昧」といつてゐる。故に三昧は心寂靜にして一點に集中することを意味するものである。今更に三昧が如何なる内容を有するかについて一言すれば禪に於ける三昧は般若系に屬するものが主位である。即ち六祖慧能は金剛經に依り大悟し、黃檗臨濟何れも空を提げてゐるのである。即ち坐禪儀の初めに「夫學般若菩薩」とあればこの般若は理であり、内容を空とするものである。故に理は人格となつて始めて、其の妙用を發揮し、般若が人格となれるものは佛である。空は一切畢竟堅固であり

妙用は「一切事を分別する」力を持ち、一切平等より現象界に働き出るものである。かゝる三昧が衆生を誓度すべきは必然なるもので、決して自己満足的な解脱であつてはならぬのである。坐禪三昧公案三昧は正に禪門修養の兩輪なるを一層明瞭に示すものといはねばならぬ。

さてその方法について坐禪儀に表はれた根本要諦を大別すると三となる。即ち調身調息調心である。この三法の中何れも互に相即して修せられる。住處は調心に、食物は調身に、影響するものである。加ふるに調心は虛堂和尚のいはれた如く「若達如來眞病之本無諸病不癒」にして解脱への一路をたどり得るのである。この三法の中、調心は最も根本要諦なれば今は主として調心を考究して見よう。

調心法について曹洞と臨濟との二つの見解がある。即ち臨濟は見性のための調心とし、曹洞は坐禪のための調心とする。道元の普勸坐禪儀には

「身相既調。欠氣一息。左右搖振。兀々坐定。思量箇不思議底。不思議如何思量。非思量此乃坐禪之要術也」

とあり。こゝに非思量と結ぶは即ち思量とは有心にして
 不思議とは無心なり。若しこの一方に偏せば正念正思惟
 は得らるべくもなく、思量の散亂と不思議の昏沈とを調
 達あるを非思量となづけたのである。普勸坐禪儀慧印の
 註に依れば「今結此段曰、非思量真是裂破古今也。大
 異乎。有心無心有語無語有知無知之度量；(中略)；正開
 不昏沈不怒張以得中和。口閉寂止默密天地萬物之大
 情。鼻息微通不舉不塞、守於其度不喘不澁者身安。不
 思不量者心胖。是則天地大度、州土水火之所安布、吾東
 爲身斯則吾一「天地」矣」とあり。非思量とは正しく正念
 正思惟の當體に名づけたるものであつて、三昧は正しく
 この境なるも手段と目的とがこゝに全く一致してゐるの
 を見るのである。又同じく普勸坐禪儀に

「凡夫自界他方西天東地等持佛印一檀宗風唯做打坐
 被礙兀地雖謂萬別千差祇管參禪辨道」

と、その註に

「是言先賢齊修打坐而住持佛法以是志干道者必務此

一事以爲道用不可謬焉。被礙兀地者暗用藥蟻之兀

々思量以勸後人古賢皆用兀兀坐不出此中故言被
 礙而奇語也。雖有佛法之多名字而唯修此一行莫願
 余緣是勸諭之至也。」

と、即ち坐禪はこの正念正思惟を相續させ非思量底の人
 となることであり、道元は只兀々坐禪をのみ勸諭してゐ
 るといふのである。坐禪用心記には「直ちに須らく煩惱
 を破斷して菩提を親證すべし」とあり、更に道元は「量
 り知りぬ坐禪はこれ悟來の儀なるを、悟りとは只管打坐
 のみ」と云つてゐる。これを以て見れば曹洞に於ける坐
 禪と悟りとの關係は臨濟のそれと異り、唯坐禪を以て直
 ちに作佛となしてゐることを知るのである。坐禪の外に
 悟りなしといふのが曹洞の坐禪觀である。然し初發心時
 便ち正覺を成ぜよとの正覺は、この坐禪の當體即悟りと
 云ふ曹洞禪に於て可能であらうか、これは理想的のもの
 であるから體得者にして初めて可能なのではなからうか
 初學者としての我々は更に臨濟の坐禪觀を眞究して見な
 ければならぬ。

坐禪儀に「身相既定、氣息既調、然後寬放臍腹、一切

善惡都莫思量。」と「又念起即覺、々之即失、久々忘緣、自成一片」とあり、これは曹洞に於ける非思量底となることであるが、坐禪により兀々打坐だけに依るのではない。其處には必ず公案の拈提によつて是非善惡分別を斷する點がある。其處に起る煩惱妄想は唯公案を一枚の鐵板障として拈提を續けることにより失了する。寛放臆腹の意義がこゝにあるのである。大惠禪師は「若存心在被處則永劫無有破時」といはれたのであるが、實に一切の思量を止めて公案三昧になるのである。然して眞に三昧になつた時には見るべき我もなければ見らるべき公案も無くなるのである。普通一般にいられる如く百尺竿頭一步を進むれば更に爆然として打發し、父母未生以前の本來の面目が現前するのである。

臨濟に於ける宗教體驗の本質は永遠なるもの、無限なるものへの還元であり、自我否定による眞我の體驗であり、これは父母未生以前の本來の面目である。或は本地の風光と云ふ。然してこの體驗自體は主客不二物我一體の三昧の境である。この三昧の精修は更に飛躍すること

によつて眞に一塵も止めないといふ境、即ち佛衆生菩提煩惱生死涅槃を皆超越した不二一如の境、胸中に何物も止めない心境に入らしめる。絶対無となる無聖論がこゝに成立つものである。所謂無聖なるものは三昧よりの飛躍ありての無聖の外あり得ない。これ等の宗教體驗は眞に臨濟の坐禪によりて得らるべく、只管打坐のみの理想よりの生起では困難である。故に臨濟に於ては公案を坐禪と共に拈提して、この三昧に於て公案三昧となりやがて公案をも放棄する佛の境涯に達する。即ち坐禪即成佛にあらず。坐禪に依りて先づ身體の調整をなし、次に調息更に次には有無の二見を超えて第一義的本性即ち法性の發動を體得せんがために、公案を調心と見性のために用ひるのである。故に悟りの内容の如きも自性獨創の無であり眞理體驗者の生命であり、宗教であらねばならぬかくの如く臨濟の坐禪觀はあくまで悟りの手段としての坐禪であり、同時に禪は生活なる故にすべては禪であるが、それは理想としてのものであり、實修は坐禪儀に依つて規定せられるものでなければならぬ。更に調心に附

帶して考へられるものに數息觀と内觀法とをあげる事が出来る。數息觀も求むべきなく、非の防ぐべきなき境に到達し得る。釋尊は諸の觀行の中數息觀を以て第一となすといはれたのである。内觀法は散亂の心を纏める法である。孟子の所謂求放心である。坐禪儀に風によりて火を吹くが如く力を用ひること多からずと云ふてゐるは之である。然して前述の坐禪の概念より工夫に二種あるを知る。即ち動中の工夫、靜中の工夫である。白隱禪師は動中の工夫は靜中の工夫に優ること數等といひ、又永嘉大師は證道歌中「行亦禪坐又禪語默動靜體安然」といふ。然れども靜中環境の宜しきに從ふは捷徑である。再言すれば坐禪は安穩解脫を得るの要道であるから、それは自心をあきらめて成佛を得ることである。自性を極めて解脫するを坐禪儀には「放捨諸緣、休息萬事、身心一如、動靜無間」とあつて、その境を體得せば「可謂如龍得水似虎靠山」と示してゐる。正念現前すれば一切は留礙することはないのである。然れども身心一如といふはこれを無心の境ともいつてゐる。傳光錄第十四には之を

説明して曰く「全身を見るはずなほち是れ心を見るなり。心をしるはこれ身を證するなり。全く身心二つなし。あらはるゝ時も一點を添へず。かくるゝ時も一毫も失はず。衆法を合成して此の身とす。萬法を泯絶して更に一心と説く故に道をあきらめ心を證することすべて分外に向つて求覓すること勿れ」と。無心とは一切愚痴の心なるを言ふ。相對的な心を無として究竟の絕對心は無心である。故に相對を超えた絕對轉入の無である。自我の意識作用を否定し更に否定の否定としての絕對否定である。この否定の作用を道と名づけ得るものである。然し自性は本來清淨なるものであるけれども、これが唯絕對としての無であつてはならない。本來清淨の成立を眞に意味づけるものは相對を媒介としなければならぬ。その否定を通じて絕對否定にのみ自己を實現する。無としての絕對である。此の意味に於て佛性はなくしてあり、直接に存在するものとしてあることよりも、凡ての存在する者に絕對否定的根柢を與ふるものとして存するものであると考へる。故に無は一であると共に多であり、その中に一

切を包擁するものであつて初めて無たり得る。即ち自心を明らかにすることは相対的な自己を内に掘下げてこの究竟となれるものであり、神祕主義のいふ如き陶醉を媒介とする絶対轉入の成立ではないのである。慧能の空觀に依れば「何期自性本自清淨、何期自性本不生滅、何期自性本自具足、何期自性本無動搖能生萬法」とこれは清淨の中心性たるものとせらるゝも已に無への透脱ありてのものなれば今は相對への機用であつて決して否定への道としての見解であつてはならぬ。いはゞ法樂の境である。故にこの所謂大解脫と稱する絶対無を體得するは坐禪と公案とによりて得るのである。禪は佛の内心といひ、坐禪は諸法の根源なりとせらるゝ所以はこゝにある。律は佛の外相であり、教は佛の言語であり、念佛は佛の名號である。是等は、蓋し佛心より出でたものである。禪は佛の内心自體である。こゝに達磨の不立文字教外別傳といへる旨趣が味はれるのである。故に「頓覺了如來禪、六度萬行體中圓」といひ妙用自在の發得が現前するのである。心若し異ならざれば萬法一如であり、一如の體玄

なれば凡爾として縁を忘るのである。故に即心即佛の相は一切の相に着することなく相を離るゝを以て實相となすと云ひ、行住坐臥四威儀の中坐を以つて安穩の義といひ又端坐思實相といふのである。端坐は如來の結跏趺坐であり、思實相とは坐禪である。眼を開けば紛飛の境に侵され、心散亂し、目を塞げば昏沈の境に落ちて心中明でない。眼を半目開くは實に念々念々ならず身心一如であり、明瞭なる爲である。その時は生死煩惱近傍すべからず、之を立地成佛大機大用といふ。自性を悟る人は自己本來の佛を見るのである。かくして坐禪儀に依る調身調息調心の三法が修業に當つての規定なると共に理想の解脫を得るの最も賢明な手段たるを明瞭に指示し得るのである。

以上により坐禪儀を中心とした修道の要道を述べ終つたのであるが、こゝに體得せられた定力は眞に法悅の相であり、境である。若し眞の佛心にふれ佛眼を開いて見るときは全宇宙が佛身であり、大慈悲の心も解脫の心も隨處に光を投げて萬法を生かし得るのである。其處に初