

## 初期修禪の二型態

木村 静雄

一

楞伽師資記は、四祖道信（五八〇—六五一）に入道安心要方便法門の述作ありと記し、その禪法を傳えること最も詳しい。道信は廬州黃梅縣の雙峰山に初めて定住して會下五百餘人と稱せられただけに、よく學者の機根に差別のあることを認め、之に相應する幾つかの禪法を設けて誘導された如くである。

先づ文珠般若經・小品般若經・觀無量壽經等によつて一行三昧即念佛三昧の法を説いた。即ち、心を一佛に繋ぎ、専ら佛名を稱え念念相續して、忽然澄寂、更に緣念する所無く、念佛即念心、是心是佛、終に安心の境に到らんとするものである。

又、晝夜を問わず、行住坐臥自身の空淨と六根の空寂を觀する空觀の法を説いた。

又常觀<sub>ニ</sub>自身<sub>一</sub>、空淨如<sub>レ</sub>影、可<sub>レ</sub>見不<sub>レ</sub>得、智從<sub>ニ</sub>影中<sub>一</sub>生、畢竟無<sub>ニ</sub>處所<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>動而應<sub>レ</sub>物、變化無<sub>レ</sub>有<sub>レ</sub>窮、空中生<sub>ニ</sub>六根<sub>一</sub>、六根亦空寂、所<sub>レ</sub>對六塵境、了<sub>ニ</sub>知是夢幻<sub>一</sub>、……常念<sub>ニ</sub>六根空寂<sub>一</sub>……身中常空淨

若初學坐禪時、於一靜處、直觀身心、四大五陰、眼耳鼻舌身意及貪嗔癡、若善若惡、若怨若親、若凡若聖、及至一切

諸法、應<sub>二</sub>當觀察<sub>一</sub>、從<sub>レ</sub>本以來空寂、不生不滅、平等無<sub>二</sub>、從<sub>レ</sub>本以來無所有、究竟寂滅、從<sub>レ</sub>本以來清淨解脫、不<sub>レ</sub>問<sub>二</sub>晝夜<sub>一</sub>、行住坐臥、常作<sub>二</sub>此觀<sub>一</sub>、即知自身猶如<sub>二</sub>水中月<sub>一</sub>、如<sub>二</sub>鏡中像<sub>一</sub>、如<sub>二</sub>熱時炎<sub>一</sub>、如<sub>二</sub>空谷響<sub>一</sub>、若言<sub>二</sub>是有<sub>一</sub>、處處求<sub>レ</sub>之不可見、若言<sub>二</sub>是無<sub>一</sub>、了了恆在<sub>二</sub>眼前<sub>一</sub>、諸佛法身皆亦如是。

次に更に具體的な禪法として、守一不移の攝心法を示している。即ち、晝夜を問わず意を注いで一物を看る法である。

守一不移者、以<sub>二</sub>此空淨眼<sub>一</sub>、注<sub>レ</sub>意看<sub>二</sub>一物<sub>一</sub>、無<sub>レ</sub>問<sub>二</sub>晝夜時<sub>一</sub>、專精常不<sub>レ</sub>動、其心欲<sub>レ</sub>馳散<sub>一</sub>、急手還攝來、如<sub>二</sub>繩繫<sub>二</sub>鳥足<sub>一</sub>、欲<sub>レ</sub>飛還掣取、終日看不<sub>レ</sub>已、泯然心自定、維摩經云、攝心是道場、此是攝心法。

又、心に煩惱の異境を緣念した時に、その起時と起處、即ち一念の起る根源を覺觀することによつて之を消滅する解脫看の法を説いた。

若心緣<sub>二</sub>異境<sub>一</sub>、覺<sub>二</sub>起時<sub>一</sub>即觀<sub>二</sub>起處<sub>一</sub>、畢竟不<sub>レ</sub>起、此心緣生時、不<sub>レ</sub>從<sub>二</sub>十方<sub>一</sub>來、去亦無<sub>レ</sub>所<sub>レ</sub>至、常觀<sub>二</sub>攀緣<sub>一</sub>、覺<sub>二</sub>觀妄識<sub>一</sub>、思<sub>二</sub>想雜念<sub>一</sub>、亂心不<sub>レ</sub>起即得<sub>レ</sub>麁住、若得<sub>レ</sub>住<sub>レ</sub>心、更無<sub>二</sub>緣慮<sub>一</sub>、即隨<sub>レ</sub>分寂定、亦得<sub>二</sub>隨<sub>レ</sub>分息<sub>一</sub>諸煩惱、畢故不<sub>レ</sub>造<sub>二</sub>新<sub>一</sub>、名爲<sub>二</sub>解脫看<sub>一</sub>。

他に、身體按摩氣息清冷の初學坐禪法や、捨身之法等も説いている。

これらの幾つかの禪法の施設は、學者取<sub>レ</sub>悟不同、又、根緣不同のためであつて、人の師と爲る者は善く識別すべしと説き、修道に方便有る所以であるとされる。

然るに又、道信の禪風には、他面これらの方便的禪法をすべてきびしく否定する直説の法門があつた。

云何能得<sub>レ</sub>悟<sub>二</sub>解法相<sub>一</sub>、心得<sub>二</sub>明淨<sub>一</sub>、信曰、亦不<sub>二</sub>念佛<sub>一</sub>、亦不<sub>レ</sub>捉<sub>レ</sub>心、亦不<sub>レ</sub>計<sub>レ</sub>心、亦不<sub>二</sub>思惟<sub>一</sub>、亦不<sub>二</sub>觀行<sub>一</sub>、亦不<sub>二</sub>散亂<sub>一</sub>、直任運。

問、臨時作若爲觀行、信曰、直須任運。

又曰、用向西方不、信曰、若知心本來不生不滅究竟清淨、即是淨佛國土、更不須向西方……、須知一方無量方、無量方一方、佛爲鈍根衆生令向西方、不爲利根人說也。

即ち、念佛看心乃至いかなる觀行の法をも排して、直に任運なれという。これらの觀行は坐禪に於ける内觀の法であるから、任運の一句は、これらの觀行と密着した坐禪そのものをも超えて、直に本來清淨の悟に立脚するものと言わねばならぬ。

道信における坐禪觀法の一面と、坐禪すら必要とせぬ直説心悟の一面とは、道信以後の禪思想史若くは禪法史に於いて、相互にからみ合い發展する修禪の二つの形態をなしている。

## 二

坐禪の方便として、念佛、看心、守一、空觀等の禪觀を取入れて學者の機根に對應した道信の禪法は、五祖弘忍（六〇二—六七五）の東山法門にも繼承されている。楞伽師資記には、「爾坐時平直端身正坐、寬放身心、盡空際遠看一字、自有次第、若初心人攀緣多、且向心中看一字」等の禪觀を傳え、修心要論（最上乘論—禪門撮要本）には、觀無量壽經による日想觀や、攝心、看心の坐禪法を懇切に示している。

若有初心學禪者、依觀無量壽經、端坐正念、閉目合口、心前平視、隨意近遠、作一曰想、守真心、念念莫住、即善調氣息、莫使乍麤乍細。（北平本）

諸攝心人、……心未清淨時、於行住坐坐中、恒懲意看心、猶未能了清淨獨照心源、是名無記心（全）  
端坐正念、善調氣息、懲其心不在內不在外、不在中間、好好如如穩看。（全）

弘忍のこのような禪風は、その門流に、智誥―處寂―無相―淨衆寺神會の淨衆宗系統の如き、又、牛頭四世となつた法持や、宣什、果州末和上、閩州蘊玉、相如縣尼一乘等の南山念佛門禪宗（圓覺經大疏鈔卷第三下）と稱せらるゝ一群等、多くの念佛禪の行者を輩出したことはすでに知られている。

北宗神秀（六〇五―一七〇六）の系統も亦、口稱念佛と看法を併せ行じたようである。

諸佛如來有入道大方便、一念淨心頓超佛地、和擊木一時念佛……向<sub>レ</sub>前遠看、向<sub>レ</sub>後遠看、四維上下一時平等看、盡虛空看、長用淨心眼看、莫<sub>レ</sub>間斷、亦不限多少看（大乘無生方便門）。

但し、觀心論（破相論）を神秀の作とすれば、神秀自身は稱名念佛を否定している。「夫念佛者、當須正念、……既稱念佛之名、須行念佛之體、口誦空言、徒爾虛功、有何成益」（敦煌出土本）

さて、このように應機の方便として盛んに用いられた坐禪法をきびしく批判し、「看心看淨不動坐禪」の漸修法門は禪の本質を見失うものとし「頓悟見性」「定慧不二」「無念、無相、無住」の禪を主張したのが六祖惠能（六三八―七一三）であり、「作爲修定」「凝心入定、住心看淨、起心外照、攝心內證」を徹底排斥し「無念、頓悟」を強調した神會（六六八―七六〇）であることはよく知られている。

これは禪の本質が、坐に在らず、又特殊な觀法に在らずして、「見<sub>レ</sub>自性」「見<sub>レ</sub>無念」に在り、漸修によらずして善知識の言下に頓悟すべしとするもので、禪思想史上多大の意義をもつ。禪の目的とする所を明確にし、純粹化し、簡易化し、理論的には禪を長坐から解放して日常動靜の生活の中で探究することを可能とし、方法としては師資の商量によつて端的に頓悟することを目指すに至つたのである。

このような主張は、さきに述べた道信の禪法の一面、「須<sub>レ</sub>任運」の一語にも含まれる所のものである。更に初祖達摩の理入壁觀の法や、楞伽師資記の傳える「指事問義」の手段も之に他ならないであろう。殊に二祖慧可の語と言われ

る四行論長卷子雜錄第一の安心法門は更に具體的に之を傳えている。

修道人、若欲<sub>レ</sub>壯大<sub>一</sub>、會<sub>レ</sub>寄<sub>二</sub>心規域外<sub>一</sub>、……不<sub>レ</sub>證<sub>二</sub>大小乘解<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>發<sub>二</sub>菩提心<sub>一</sub>、乃至不<sub>レ</sub>願<sub>二</sub>一切種智<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>貴<sub>二</sub>解<sub>レ</sub>定人<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>賤<sub>レ</sub>著<sub>二</sub>貪欲<sub>一</sub>人<sub>一</sub>、乃至不<sub>レ</sub>願<sub>二</sub>佛智惠<sub>一</sub>、其心自然閑靜……不<sub>レ</sub>願<sub>二</sub>凡聖<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>求<sub>二</sub>解脫<sub>一</sub>、復不<sub>レ</sub>畏<sub>二</sub>地獄、無心直作任<sub>一</sub>（無心直住―撮要本）始成<sub>二</sub>所規鈍心<sub>一</sub>（成<sub>二</sub>一箇規鈍心<sub>一</sub>―撮要本）（三二）

高臥放任、不<sub>レ</sub>作<sub>二</sub>一箇物<sub>一</sub>、名爲<sub>二</sub>行道<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>見<sub>二</sub>一箇物<sub>一</sub>、名爲<sub>二</sub>見道<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>行<sub>二</sub>一箇物<sub>一</sub>、名爲<sub>二</sub>行道<sub>一</sub>、亦名<sub>レ</sub>易知、亦名<sub>レ</sub>易行。（四五）

行處是菩提處、坐處是菩提處、立處是菩提處、擧足下足、一切皆是菩提處（五二）

若勤看<sub>二</sub>心相<sub>一</sub>見<sub>二</sub>法相<sub>一</sub>、勤看<sub>二</sub>心處是寂滅處、是無住處<sub>一</sub>：智慧處、禪定處、無碍處、若作<sub>二</sub>如此解<sub>一</sub>者、是墮<sub>レ</sub>坑落<sub>レ</sub>塹人。（六一）

更に緣師の説として七九則に「問、某甲斂<sub>レ</sub>心禪定、即不<sub>レ</sub>動。答、此是縛定、不<sub>レ</sub>中<sub>レ</sub>用」とし、七八則に、「問、何謂<sub>二</sub>鬼魅心<sub>一</sub>、答、閉<sub>レ</sub>眼入<sub>レ</sub>定」と言い、又九八則には「安禪師曰、直心是道、何以故、直念直用、更不<sub>レ</sub>觀<sub>レ</sub>空、亦不<sub>レ</sub>求<sub>二</sub>方便<sub>一</sub>、此是久行<sub>レ</sub>道人」の語がある。

これらの一連の語は、聖も凡も何物をも求めず行ぜず、勤めて看心看法せず、禪定を要せず、行住坐臥一切處に於いて無心無作、直心直用することを示すものであつて、遠く馬祖乃至臨濟の語に通ずるものであり、シナ禪の本質はすでにここに成立するのを見る。唯、四祖五祖は坐禪法と無心禪を機根によつて併用し、六祖は無心禪の本質を理論的に把握し確立したと言ふことが出来る。

しかし雜錄第一の無心禪にも全く斷惑の方便門が無いではない。

問、修道斷惑用<sub>二</sub>何心<sub>一</sub>智<sub>一</sub>

答、用<sub>二</sub>方便心<sub>一</sub>智<sub>一</sub>

問、云何方便心智

答、觀<sub>レ</sub>感知<sub>二</sub>惑本無<sub>一</sub>起處<sub>一</sub>、以<sub>二</sub>此方便<sub>一</sub>得<sub>レ</sub>斷<sub>二</sub>疑惑<sub>一</sub>、故言<sub>二</sub>心智<sub>一</sub> (二二)

心若起時、即依<sub>レ</sub>法看<sub>二</sub>起處<sub>一</sub>、若分別、依<sub>レ</sub>法看<sub>二</sub>分別處<sub>一</sub>、若貪若顛倒、即依<sub>レ</sub>法看<sub>二</sub>起處<sub>一</sub>、不見<sub>二</sub>起處<sub>一</sub>、即是修道 (二六)

この觀法は前記の道信の語録にも存し、又後來永く禪門に於いて受用された心法である。その守<sub>一</sub>、看淨の觀法と質を異にする點は、何かを對象として觀するのでなく、惑念の起る根源を見ようとするによつて、見るは、た、ら、き、を、強、く、呼、び、起、し、見る作用を自覺することによつて、却つて對象が消滅する點にある。即ち見性——無念の覺觀に通ずる禪法と云うことができる。

さて、六祖以後、無心禪、即ち無心無念の所に自性を頓悟自覺するの禪風が禪の本流となる。

馬祖道一 (七〇七—七八六) は、道不用<sub>レ</sub>修、但莫<sub>二</sub>汗染<sub>一</sub> (景傳卷二八)、取<sub>レ</sub>善捨<sub>レ</sub>惡、觀<sub>レ</sub>空入<sub>レ</sub>定、即屬<sub>二</sub>造作<sub>一</sub>、更若向<sub>レ</sub>外馳求、轉疎轉遠 (古尊宿語餘卷一) ……但無<sub>二</sub>一念<sub>一</sub>、即除<sub>二</sub>生死根本<sub>一</sub> (全上) とし、又逆に、六根運用、一切施爲、盡是法性 (全上) ともいう。

従つて自心是佛 (祖堂集卷第十四)、平常心是道 (景傳卷第二八) であり、不<sub>レ</sub>假<sub>二</sub>修道坐禪<sub>一</sub>、不<sub>レ</sub>修不坐、即是如來清淨

禪(全上)とも言われる。

百丈懷海(七二〇—八一四)は佛は無求人、無著人、無依人(古尊宿語錄卷第二)と言ひ、自心は佛を更に具體的に、如今鑑覺是(全上)と言つた。

除三鑑覺二外別有、盡是魔說、若守三住如今鑑覺二亦同三魔說、亦名三自然外道(全上)

即ち如今の六根の鑑覺上に眞性を見るのであつて、その他に別佛はない。佛教はここに徹底的に人間化日常化されるが、南泉普願(七四八—八三四)は更に無心の理想を、潛行密用、無三入覺知、……箇癡鈍人(古尊宿語錄卷十二)とし、不三會三佛法、只會三道(全上)と言ひ、遂に無心の象徴を動物に求めた。

問、和尚百年後……山下作三頭水牯牛、去(全上)

狸奴白牯、行履却快活(全上)

向三異類中三行……他無三情解(全上)

黃檗希運(八四七—八五九中)亦、但於三見聞覺知處認三本心、然本心不三屬三見聞覺知、亦不三離三見聞覺知(傳心法要)とし、直下無心、當下無心と示し、又、學道人、若欲得三成佛、一切佛法總不用三學、唯學三無求(全上)と言つた。

臨濟義玄(八六七寂)は目前歷歷底、面前聽法底(臨濟錄)に眞性を見、倘若能歇三得念念馳求心、便與三祖佛三不三別とし、無事是貴人を唱えた。

右に要約するように、六祖以後の禪風は、特殊な禪觀と長坐を媒介とせず、日常見聞覺知の中に於いて無心無念を覺知し、無爲無作の處に自己の眞性を見んとするものであるが、この頓悟禪は又他面實際に於いて師—善知識の協力を必要とされ、一棒一喝一句による師資の商量という形を取る。そして商量禪から、古人商量の言句機縁を禪觀の内容とす

る。公案禪——看話禪を生むに到るのである。看話禪に於いて、無修無求無念の禪と攝心守一の禪法が吸収綜合され、話頭の工夫によつて自性の頓悟に導かんとする禪法が成立することとなるのである。

註(一)

鈴木大拙博士の「少室逸書」及び「禪思想史研究第二」によつて校刊されたこの敦煌出土長卷子は、宇井博士「禪宗史研究」(四九—五六頁)、中川孝氏「菩提達摩の研究」(東北大學文學會編「文化」第二十卷第四号所收)によつて各々異なる立場から慧可の語と推定されたが、最近關口眞大博士は「達摩大師の研究」(三一—三七—三四頁)に於いて、宗鏡錄第九十九所收釋法聰の語を文証として、法聰(五八六—六五六)と推定されている。

註(二)

五祖法演(一一〇四)は室中常に趙州無字の則を擧して學人を接得した(五祖演禪師語錄六十八枚表)が、公案禪を方法的に詳述したのはその弟子圓悟克勤(一〇六三—一一三五)である。

初機晩學、乍爾要參、無三捫摸處。先德垂慈、令看古人公案。蓋設法繫住其狂思橫計、令下沈識慮到專一之地。驀然發三明心地、非二外得。向來公案乃敲門瓦子矣。(圓悟禪師心要卷下示三印禪人)

即ち、公案禪は、守一不移の禪定と、商量頓悟の古則とが大疑工夫の形で一つになつたものである事がわかる。この点更に改めて詳論を期したい。