

信仰体制の形成と修行の意義

——道元禪師の修行観——

上 田 祖 峯

一 序

宗教信仰の形成にあたって修行の意義が重要であることは論ずるまでもない。とくに、東洋の宗教においては、修行をはなれて信仰体制を形成することは殆んどできない、といってよい。それでは修行とは一体どのようなことなのか、あるいは、信仰体制の形成と修行との関係はどのようなものであるか、ということになると比較的明確でない点があるようである。一般の宗教学においては、信仰体制の形成に果す修行の役割については、すでに論ぜられているが、仏教の立場、なにかんずく、道元禪師の立場から修行の意義を明確にするのが本論のねらいである。

仏教はインドに発し、中国に受容され、さらに、日本において究極的な展開をとげたのであるが、その間、思想の発展は勿論であるが、さまざまな修行の形態を生むにいたった。インドにおいては、禪定は

最も重要な根本的な修行であった。また、小乗仏教では、禪定や、観法の内容を詳細に論ずるにいたり、深い分析を生むにいたった。これらのインド仏教の禪定に関する学説は『坐禪三時経』や『修行道地経』などの禪経となって結実し、インドの禪観思想は大成されるにいたった。

インドの禪経が中国に伝訳されたのは、後漢、三国の時代からであって比較的古い時代である。中国の仏教者は禪経によって坐禪の実修をおこなった。とくに、釈道安にいたって修禪の方法は一般化していったとみてよいであろう。このような禪経にもとづく禪観思想の系統を受け継ぎながら、それを集大成するとともに、中国仏教独自の禪観を大成したのが天台止観であった。『天台小止観』によって、坐禪の方法の根本的基礎づけがなされ、この天台小止観が坐禪の実施方法の根本となった。禪宗においては、坐禪のみが修行ではなく、日常生活の一切こそが、坐禪の精神によって貫かれておらねばならず、行もま

た禅、坐もまた禅でなければならぬのであった。このような修証観をぎりぎりの線にまで押し進めたものが道元禅師の宗教であり、ここにおいて修行の意義というものが、究極的な完成を見たといつてよい。本論ではこの道元禅師の修証観の特質を明確にすることによつて、信仰体制の形成に果した修行の意義を明らかにしたいと思う。

信仰体制の形成と修行の意義を道元禅師の立場より明らかにしてみたいが、そこで、まずはじめに、信仰体制はどのようにして形成されるのか、という点を明らかにし、さらに、宗教経験の諸相について考察し、さらに、禅一般の立場から修行について考え、最後に道元禅における行の意義を明らかにしたいと思う。

二 信仰体制の類型

宗教における信仰体制について論ずるには、宗教とは何か、宗教そのものを知ることから出発しなければならないであろう。宗教とは何か、といつても宗教現象は複雑多岐であつて、これに単純な統一的理解を出すことはすこぶる困難であるが、宗教をどのような立場からとらえるかによつて、おのずから宗教に対する理解は異なってくるのである。宗教を個人的、或いは社会的文化現象の面からとらえたり、宗教と芸術、道徳学問等余他の諸文化現象との関係からとらえたり、いろいろのところから把握されるであろうが、宗教経験これこそ宗教の本体を形成するもっとも重要な要素をなすものである。実に宗教を宗教として可能ならしめるものは、この宗教体験でなければならぬ。個人個人がこの体験という最後のところまで到達するプロセスにおい

ては、宗教の社会活動や儀式、知性、道徳などの諸要素が、いずれも相交わっているのであるが、ぎりぎりの体験にいたつては、生命そのものの動きという以外はない。宗教を理解するにあたつて、この宗教体験そのものを体得しなければ、真の把握はえられない。生命そのものの活動が現成してこそ、宗教が人間存在の意義を明らかにすることができるのであり、また、人間の問題を究極的に解決する力となりうるのである。宗教の問題のぎりぎりはまさに生命の問題であり、内的生命の活動を離れて、宗教は存在しないといつてよい。

そのような宗教経験を体得するにはどのような信仰体制が必要であるか、普通、宗教⁽¹⁾では信仰体制の類型を三つに分けている。第一は請願態、第二は希求態、第三は諦住態である。取意すれば第一の請願態はもっとも日常的な宗教行動である。雨乞いや、病気の治療などについて、超自然的な力にたよる信仰体制のあり方である。未開社会の原始宗教においては、この傾向が普通一般におこなわれていたのであるが、現在においても、ごく普通に、この種の信仰が行なわれている。御利益信仰の基盤になる信仰体制の大部分はこれである。文化的衣装は、もっと高度に洗煉されているようにみえるものにも、実質は、この類型に属するものが、なかなか多い。第二の希求態の信仰体制というのは、さらに、宗教的立場に問題が深まって生ずるところの信仰体制である。たとえば、ある人が、宗教聖典を読んだり、宗教者の説教を聞いて深い感銘を受けた、その人の心のなかの目が開いた、そうして、その宗教の教えを忠実に守つて、自己の精神生活を改めて行こうとするようになった、宗教的理想を心のなかに設定し、それに

むかって努力するようになる、その人の心のなかには宗教的価値が生まれ、それによって精神生活が再編成されるようになる。超自然的な力に解決を求めるよりは、自分の行動自身の中にある意味や価値の方が重要になってくる。さらに、この形態の信仰体制が進展すると、かつては日常的問題として、とりあげていた事柄も、その性格をかえて、宗教的問題に移行する。自分の経済生活を支えるために、働いていた職業が、一つの使命をもった天職に変わってくる。天理教で用いる「道一条」や、金光教の「信心生活」が生れてくるのである。第三の諦住態の信仰体制とは、もっとも高度な信仰体制の形成に現われるものであって、肉体的な生と死の問題を超えた永遠の生命の把握に基づいた信仰体制である。永遠の生命は現実の生死の世界に住しながらも、しかも、それを超えたものとして把握される。そして、そのなかに住しながら、日々の生活をいとむことができるようになる。「究極的価値」というべきものが、直観的に把握された状態である。仏教でいえば禪家のさとり境地も、親鸞の絶体他力の信仰もこの類型のなかに入る。生死の世界をこえたといっても決して、日常的な価値を否定するのではない。日常的な価値はそのままに受け入れながら、これに加うるに、それよりも高い次元の価値を見出してその中に住するのである。生死と仏とは決して別のものではない。道元禪師が『正法眼蔵』生死の巻のなかで、

この生死はすなわち佛の御いのちなり。これをいとひすてんとすれば、すなわち佛の御いのちをうしなわんとするなり。これにとどまりて、生死に著すれば、これも佛の御いのちを失ふなり。佛のありさまをとどむるな

り。いとうことなき、したふことなき、このときはじめて佛のころにいる。ただし心をもてはかることなかれ。ことはもていふことなかれ、ただわが身をも、心をもはなちわすれて、佛のいへになげいれて、佛のかたよりおこなはれて、これにしたがひもてゆくとき、ちからをもいれず、こころをもつひやさして、生死をはなれ佛となる⁽²⁾。

といわれているが、この現実の世界、煩惱の世界こそ仏の御いのちの現成する世界なのである。といって、生死の世界に暮してばかりいて、それを超えた世界を知らなければ、それも仏のいのちを失なうことになる。諦住態は信仰体制としてはもっとも理想的に道元禪師の教えは領解せられると思う。

それでは、このようにもっとも高度な信仰体制である諦住態に住するには、一体どのような宗教体験をへなければならぬか、ということが、つぎに問題となるであろう。そこで次節において「宗教体験」とは何か、ということについて述べてみたい。

三 宗教体験とは何か

宗教体験とはこの心、すなわち、われわれの主観が一定不変のある態度を持して、内外の境界に対してゆく。その呼吸が自分の手にはいるということである。内の境界というのはわれわれの心の奥深くあると考えられるようなものに對しても、その主観が一定の態度をもってこれにのぞむということなのである。そして、この内外の境界に對してわれわれの主観の持する一定の態度が確定して、始めて、そこに眞の宗教体験が成立するのである。⁽³⁾

何らかの条件による心の激変は宗教的意識の発芽を意味している。すべて人間は自己分裂を感じ始めたところに宗教心の芽えがある。心理学者は、何らかの自覚のなかった子供の時代がすんでから、始めて、外界の抵抗に際会して翻って自己を見つめる時、始めて宗教意識がそこに発生するのであると教えている。宗教意識の発生は自己の分裂、自己のなかに主観と客観が分れるところにはじまる。矛盾対立のない人生はない。そこからわれわれの生活は矛盾に満ちて苦悩をせおうこととなる。満たされない欲望にうごめき、自我を主張し、他と衝突して生きている。われわれが生れ、働らき、死にゆく世界とは、まさに、このような世界である。宗教の世界はこの矛盾と対立にうごめく世界のなかにいて、しかもそれを統一し、止揚しようとするところに成り立つのである。矛盾の満只中に生きながら、それを止揚するということは一体どのようなことか。

われわれの意識は分化発展するに従い、主客相対立し、物我相背き、人生是にいて要求あり、苦悩あり、人は神より離れ、樂園はどこしなへにアダムの子孫より鎖されるようになるのである。しかし、意識はいかに分化発展するにしても到底、主客合一の統一から離れることはできない。われわれの知識において始終この統一を求めているのである。意識の分化発展は統一の他面であって、やはり意識成立の要件である。意識の分化発展するのは反って一層大なる統一を求めるのである。統一は実に意識のアルファであり、またオメガであると言わなければならない。宗教的要求はこのような意味における意識統一の要求である。

かくして、宗教的要求は人心の最深最大なる要求である。われわれは種々の肉体的要求や、また精神的要求をもっている。しかし、それらの要求は自己の一部の要求にすぎない。ひとり、宗教は自己そのものの解決である。われわれは知識において、また意志において、意識の統一を求め、主客の合一を求める。しかし、これらの統一はなお半面の統一、部分の統一にすぎない。宗教はこれらの統一の背後における最深の統一を求めるのである。知情意未分の統一を求めるのである。われわれのすべての要求は宗教的要求より分化したもので、またその発展の結果これに帰着するといつてよい。人智の未だ開けない時は、人々のかえって宗教的であって、学問道德の極致はまた、宗教に入らなければならないのである。宗教はおのれの生命を離れて存在するものではない。宗教的要求は生命そのものの要求である。真摯に生きんと欲する者は必らず熱烈なる宗教的要求を感じずにはいられないのである。⁽⁴⁾

何らの罪惡もなく、何らの不満もない平隠無事な世界は極めて平凡であって、かつ、浅薄な世界と言わねばならない。罪を知らざる者は真に神の愛、仏の慈悲を知ることにはできない。不満のない、苦悩のない者は、深き精神的旨趣を理解することはできない。罪惡、不満、苦悩はわれわれ人間が精神的向上の要件である。されば、真の宗教はこれらの者において、神の矛盾を見ずして、かえって、深き神の恩寵を感ずるのである。これらのものがあるがために、世界はそれだけ不完全となるのではなく、かえって豊富深遠となるのである。われわれの矛盾は対立、苦悩の世界がそのまま、絶対的統一の世界に転ずるのが

宗教的な「回心」であり、「悟り」でなければならぬ。

宗教体験の内容が「回心」であり、「悟り」であるとすれば、それは一体どのようなものか。回心ということは俗にいわゆる「窮して通ずる」ということの「通ずる」という意味であって、われわれの内面的な精神生活においても、矛盾が矛盾のまま通ずる世界が開けてくる。われわれの心が窮し、窮し極まって、どうにも行けないところへ追いつめられた時、その窮地から忽然と脱出する、これがその回心の意味の内容である。ところが、この回心は他から与えられたものではなく、必らず自己自身の内心から溢れ出たものである。自己自身において本心一変するところに真の回心があるといわねばならない。禅宗においては、このような宗教体験を「悟道」とも「安心」ともいうのである。

宗教体験の究極は真の自己を知るといい方でもよい、宗教の極致はここにつきていえるといえよう。しかし、真の自己を知り、仏と一になる方法は、ただ主客合一の力を自得するにあるのみである。この主客合一の力を得るには己をむしろしなければならぬ。「無心」に徹しゆくのである。

四 信仰体制形成の方法

——修行の宗教的意義

真の自己を知るといふ究極的な宗教体験を得るにはどのような方法によいか、そこに信仰体制を形成する方法が問題となる。信仰体制と宗教的行動——經典の読誦、念仏、礼拝、坐禅、作務など——は表裏一

体的な密接な関係にあって、相互に作用して、それぞれ強化され、増進される。とくに、強烈な宗教体験が営まれたりすることによって、信仰体制の形成は、強化される。たとえば、禅僧の見性体験の如きものや、キリスト者の見神の事実などがそれである。そのような究極な宗教体験にまでゆかなくとも、宗教教育なども、その本来の目的は信仰体制の形成にあることは論をまたない。宗教教育といっても二つの意味に用いられる。第一にはある特定の宗教体系のなかの宗教教育であり、特殊な宗派のカラーを持った宗教的価値体系を植えつけることが、その目的となっている。第二はもっと広い一般的な宗教教育である。特定の宗教体系に属さない、誰にでも共通する基礎的な信仰体制の準備をしようとするものであり、普通に宗教的情操教育といわれるものである。これらの宗教教育も宗教への入門にすぎないものではあるが、信仰体制の形成に何らかの役割を果たすものといえる。

それでは、信仰体制はどのようにして強化されるか。その役割を果たすのが修行である。修行とは信仰体制の形成と強化だけにその目的をおく宗教的行為というのである。修行は宗教的行為としては、極めて重要な一形態といえる。

東洋と西洋とはその伝統を異にする。西洋はギリシャの哲学に源流を発する愛知の体系であり、東洋思想は仏教や儒教、老莊などに代表されるものである。西洋思想の体系においては、理論と実践とは二つに峻別されて、体系が構築されるが、東洋思想においては、理論と実践が一つになっている。理論と実践とが不即不離になっているところに東洋思想の特質がある。西洋哲学においては理性の果たす役割が

大きく、信仰体制の形成にあたっては、実践的修行よりも、如何に信仰箇条を理解し、それを信ずるかが重要な役割を果たす。もともと、キリスト教の神学的哲学的組織づけが完成したのは、ギリシャ哲学と融合してからである。一方、東洋思想の場合には、理論と実践は不即不離、不二であるから、体験智、直観智によって根本真理を把握する場合が多い。仏教で智慧を意味する「般若」は一種の直観知。行為的直観であるといえる。知は単なる理性として意志や感情からきりはなされて存在しない。どこまでも行為に媒介されてこそ存在できるのである。従って、宗教的行為が重視され、仏教の坐禪、道教の胎息、儒教の静坐などの瞑想法が、信仰体制形成の根本となったのである。

神に対する信仰を中心とするキリスト教では信仰体制を形成し、それを深めるものは、神と神の恵みとであって、そこには人間の努力や、人間自身が絶対者になろうとする努力は全くない。人間はすべてをあげて、神に頼りきることが強調される。一切の人間的な営みが神のものとして理解されるところに信仰の深まりがある。しかし、仏教の場合は、神を立てないで、人間の心を造り変えることを中心とする。自己の心を造りかえるには、自己自身において改めもてゆく学道に励まなければならない。そこには、一種の努力主義、人間中心主義の立場が生かされてゆく。人間を超越した神は仏教の仏ではない。仏はどこまでも衆生に即してあるからである。『涅槃経』の「一切衆生、悉有仏性」は人間と仏との関係を端的に表現しているものとなる。

『大方広仏華嚴経』は、

心、佛、衆生、是三無差別。

と説き、人間の心と仏と衆生は決して別のものではないという。仏教のねらうものはどこまでも人間の心を問題とする。心の持ち方によって人生や世界の見方が異なってくるというのである。人間の心は単なる表面的な意識的自己より成りたつのではない、もっと深い根元的な自己が存在するという。それは人間の心の深層をえぐった思想であるといえる。

また、『華嚴経』

一切衆生、悉く皆如來の智慧徳相を具有す。只妄想執着あるが故に證得せず。

と述べている。われわれ衆生は本来からいえば、如來の姿をそなえた本来仏なのだという主張である。

『華嚴経』はまた、「三界虚妄、但是一心作」を説く。三界このわれわれが現に生きている世界、苦悩の世界、この現実の世界は仮りのものに過ぎない。虚偽に満ちたものに過ぎない、この現実の世界を造作するのは、われわれの心の働らき方にほかならない。心の持ち方によって、世界も変ってゆく。浄らかな心をもって、人や世間に接する時には、そこに理想の世界も現われる。『維摩経』に「心浄なれば、仏土浄なり」とするのは、まさに、このことをいうのである。『法華経』の「観世音菩薩とは何か」というならば、それは「汝自心これなり」でなければならない。

このように、仏教では、自己自身のなかに、仏を求めてゆく立場にたつのであるから、修行も自己自身の努力においてなされてゆかなければならない。そのため、仏教においては信仰体制の形成に、人間の

意識的な努力が必要欠くべからざるものとなる。その努力が修行である。信仰体制の形成の決め手を修行に求める。修行はどこまでも、信仰体制形成の手段にすぎないものであるが、しかし、それを手段と見る立場をさらにこえるならば、手段は単なる手段ではなく、それ自体一つの価値とみられるようになる。道元禪師の「修証一如」はまさに、そのような方向の究極的な立場を示すものといわねばならない。

つぎに、修行の具体的な方法についてのべてみよう。人間の人格構成は、肉体と精神、生理と心理という二重構造から成り立つ、修行はこの二重構造を極めて有効に活用するものといえよう。とくに、身体の宗教的鍛練によって、その精神をも鍛えなおすところに重点がおかれる。東西両宗教とも、修行の方法を工夫するにあたっては、長い歴史的な過程をへてきたのであった。多くの種類の修行方法も、歴史的発展の途上において、もっとも有効適切と思われる形態にそれが統一されていったとみてよい。たとえば、仏教における坐禅、念仏などはその最もよい例であろう。

それでは、修行という精神身体的行為の特徴は何かというと、それは、人間が全力をこめて行うことができるような簡単な行動様式を設定してそれを繰返し繰返し行うことである。簡単な行動様式でなければならぬし、また、精神をその一点に集中できるものでなければならぬ。それによって心は統一され、精神が深まり、心が鍛えられてくる。その結果として信仰体制の強化が達成される。

つぎに、修行の方法の種類を簡単にみてみよう。

第一は発声の行動様式である。発声の行為が定形的な形を与えられ

ると、修行のための行動様式となる。すなわち、修行の方法として、唱え言、念仏、唱題、読誦などがそれである。宗教行動にはこれらのことは不可欠といってよい。浄土宗、真宗の念仏や、日蓮宗の唱題は、心理学的に言えば、それ自身が「純粹経験」であり、三昧である。これは発声によって信仰体制を形成する最も重要な行為といえる。中国の仏教者でも、華嚴經の「三界虛妄、但是一心作」の文を唱え言したりしながら、華嚴經の核心に迫ろうとした例もあるのである。道宣が撰した『統高僧伝』を見ると、「読誦」によって超自然的な力を得ることができ、神異をあらわし、民衆から尊敬されたことが言われているが、高僧伝のなかで読誦篇が作られていることをあわせて考えてもその重要性が理解できると思う。

第二には書くことによる行動様式である。人間がものを書く場合には、指先の微細な筋肉運動に、精神を集中しなければならない。そしてそれは、単純な反復的な行動である。その書くものの内容に、宗教的理想が盛り込まれれば、これも修行の方法となる。写経がもっともよい例である。『高僧伝』にえがかれている「書写」の功德はこれをあらわすものである。中国仏教においても經典の書写は南北朝時代から既に行なわれていたようである。

第三は歩くことによる行動様式がある。それはただ漠然と歩くのではなく、宗教的理想を目的として歩くことが肝要である。歩くということが、全意識に透徹するほど、多量に歩かねばならない。巡礼や山岳修行の修験道などはそれをあらわしている。その他、西国三十三ヶ所めぐりなども歩くことを宗教的行動として高めたものである。

第四に祈りがある。信仰体制の形成や強化を目指して営まれる場合に修行の意味をもつ。精神集中を主目的とする場合、極めて効果的である。祈りは自からの努力を捨てて神にすべてを任せるという方向に心が動いてゆく。当事者の心の中には、他の修行の場合のような葛藤が起らない、祈りは修行といった特別な意識なしに、修行を行ない得るような理想的な修行の方法である。

第五に呼吸による行動様式である。呼吸を適当に制御して精神集中をつかさどるやり方である。インドにおいてはヨーガの呼吸法があり、さらに、仏教においては数息観として独得な観法を形成するにいたった。西洋においても瞑想法としてある神秘主義の一派においては用いられているものである。さらに、この呼吸法と身体を正しく保ちながら坐相を調えるやり方が一つになり、仏教の坐禅が発達するにいたった。中国の道教においても呼吸法は『莊子』などにも見えているが、のちには「胎息法」として発達した。道教の胎息法は唐代にて司馬承禎の『坐忘論』として結実し、さらに、南宋の張君房の編になる道藏集成ともいわれるべき『雲笈七籤』のなかでは、「達磨大師胎息法」「曇鸞大師胎息法」など、多くの胎息法が収録されている。ただし、道教の胎息法のねらいはどこまでも人間の長生、すなわち、不老長生にいたる手段であり、仏教の坐禅とはその性格や目的が異なっていると言ってよいであろう。

ところで、坐禅は静かに坐りつづけて、意識集中、精神統一に、修行の焦点をおくものであるが、宗教的修行のなかでは人類文化が生んだ最も洗練されたものの一つであり、東洋の宗教の生んだ世界に誇る

べきものである。坐禅によって得られた一つの「さとり」は宗教経験のなかでは最も勝れた究極的なものであり、それによって信仰体制の根本的な変革が迫られるのである。東洋宗教における修行の極致はまさに禅であるといえよう。

五 禅の行的性格

禅は中国人の生んだ最も中国的な宗教であり、東洋文化の精華の一つである。仏教は中国に伝わり、長い時代をへて、隋唐仏教として、中国的特質をもった仏教が成立したのであるが、そのなかで禅は、天台、華嚴などと比較してきわめて実践的性格が強いものと言わねばなるまい。

禅宗を中国にはじめて伝えたのは達磨大師であると言われている。しかし、『坐禅三時経』などの禅経が中国に伝訳されたのはかなり古く、後漢の安世高までもさかのぼりうるのである。かくして、伝訳された禅経に基づいて禅観を修した人々が現われ、それは西晋の道安によって代表される。この禅観の伝統は南北朝時代にいたってもずっと受けつがれ、それは天台止観として大成された。天台宗は教観二門が車の両輪の如くそなわっているものであるが、特に、『天台小止観』『摩訶止観』などは、止観門の集大成であり、天台宗によって禅観思想は最高の発達段階を示したとみてよいであろう。

一方、北魏の時代のインドから渡来した達磨の禅法はことにユニークなものであった。その禅法の詳細については、当時の記録や達磨の著書がなにもないので殆んど分ってはいないが、六五〇年頃、道宣の

書いた『続高僧伝』のなかに「二入四行」の説が引用されているので僅かにその片鱗をうかがうことができる。それによると、同一真性を信じ、それに基いて修行をし、真理と冥符することが説かれているが、その立場は如来藏自性清浄心の立場であり、一乗の道である。また、道宣は「大乘壁觀」の達摩をえがいているが、それがのちの面壁九年の伝説の根拠となったものである。達摩が渡来してきた時、洛陽の仏教文化は燦然として輝くばかりであった。金銀をちりばめた仏教寺院が目もくらむように洛陽城内にそびえている。その仏教文化を見た達摩は、インドにおいてもこのような仏教文化はない、と嘆じたという。しかし、達摩はこのようなところに真の仏教の生命はないのだ、と言い、嵩山少林寺に入り、面壁の生活についた。この達摩の姿こそ禪宗の行的性格を如実に示している。真実の生命はかくして中国の社会に一滴の水となってしたたりおちたといえよう。

弟子慧可は儒者であったが、一切の学問的教養をふり捨てて、只管に坐禅をしている道人達摩の姿にうたれ、ついに弟子となり禪宗第二祖となった。時あたかも北周の廢仏が行なわれ、仏教寺院は沒收されて貴族の邸宅となり、僧侶は還俗させられて、軍隊や農奴として使われた。經典はすべて廢絶された。この時、仏教の生命を伝えようとした一群の人々があつた。それが「坐禅衆」であつた。經典はなくとも、寺院はなくとも、真の生命は、人間の内実の叫びを通じて必らず、人から人へ通じるものであることを明らかにした。かかる外的因縁もあつて、仏教は坐禅の宗教であるが、その宗教として仏教が清冽な一筋の泉として次第に水かさを増し、ついに、八世紀にいたって中

国禪宗として洋々たる大河をなすにいたつたのである。

ところで、禪宗のねらいは、坐禅という行を通じ、端的に真理を把握するにある。不立文字、教外別伝とも言われるように經典や文字にしばれることなく、直觀的に仏となることをめざした。それは行為を通じて、身心をもって仏性の真理を顯現しようとするのである。すなわち、「見性成仏」がそのスローガンとなった。自己自身の本性を徹見するのである。そのためには坐禅が重視され、多くの「坐禅儀」が選述されるにいたつた。中国禪の行的性格を最も如実に現わすものは、『清規』の判定である。八世紀の後半、百丈懷海が出ずるにおよび、禪林の集団生活がはじまった。それまでは律院などに寄遇していた僧侶の生活が、新しい清規によって集団生活する規律として作られたのが清規のはじまりである。百丈禪師はまた、労働を仏作仏行として意義あらしめた。従来、仏教の戒律の規定では、僧侶は労働をして生産に従事してはならない、と言われたが、労働することによって自給自足体制を確立するとともに労働はたんなる労働ではなく、それ自体、仏行であることを明確にした。かくして、一切の行為が宗教的意義を持つようになり、日常生活のすべてにわたって、綿密な行事が行なわれるようになるとともに、「少欲知足」に徹し、感謝報恩のまこととをいたせるようになった。

六祖下の諸流は蘭菊の美を競うのであるが、五家七宗といわれるが如き諸流を展開するのである。例えば、臨済の禪風ぜんふうの如き『臨済録』に「無位の真人」をあらわしている。

赤肉團上に一無位の真人あり。常に汝等諸人の面門より出入す。まだ證據

せざらん者は看よ、看よ。

臨濟禪師はそのような位をたたき破り、自由自在に躍動している生命そのものの動きを把握しようとしたのであった。何ものにも拘束されるところのない真人の動きとは何か、それを端的に示したのが臨濟の行的性格にほかならない。そこに禪宗の行的性格は究極的な展開を示したものである。一行一行が絶対の行となり、「仏の御いのち」となるのである。修行は単なる方便の手段としての意味だけではなく、絶対の意味をそこに現成させるにいたった。

六 道元禪における行の意義

すべての生活が仏作仏行であるとの、究極的立場に立つものが道元禪師の宗教である。道元禪師の坐禅はそのままそれが「仏の坐禅」であり、「仏の三昧」である。悟りを目的とする有所得の禅ではない。坐禅を悟りの手段とするものもあるが、道元禪師の坐禅は、仏の坐禅であり、無所得の坐禅である。真の意味における「如来清浄禅」であると言ふことができる。

道元禪師の坐禅を最も端的に現わしたものは、『普勸坐禅儀』や『正法眼藏』の諸卷等であるが、その各所において坐禅についての説示が見られる。

「弁道話」のなかには坐禅に関する説示は多く見られるところである。そのほか「谿声山色」の巻には

これ一色の正修行なり。正信心なり、正信心なり。

とあり、「三昧王三昧」の巻には、

結跏趺坐は直身なり、直心なり、直身心なり。ほとけほとけをみる、この時節なり。これ衆生成佛の正當恁麼時なり。

驀然として盡界を超越して佛祖の屋裏に大尊貴生なるは結跏趺坐なり。

佛祖の極之極を超越するはただこの一法なり。

などに見える。この本論では『正法眼藏隨聞記』にあらわれた説相を中心に、道元禪師の坐禅についてのべてみたい。

道元禪師は「只管打坐」をもって根本とする。『隨聞記』では

是れによりて法の悟りを得んと思ふは僻見なり。佛子といふは、佛教に順じて直に佛位に到る爲なれば、只教に随つて工夫辨道すべきなり。その教に順する實の行といふは、即今の叢林の宗とする只管打坐なり。これを思ふべし。⁽⁵⁾（以下頁は大久保道舟註、『校註正法眼藏隨聞記』による。二頁）

と述べて、只管打坐がその核心たるべきことを説いている。さらに、中世の禪林の清規を判定した百丈の清規を守るべきことをいって、

師云く、しかなり、學人最も百丈の規繩を守るべし。然あるに其の儀式は、受戒護戒坐禪等なり。晝夜に戒經を誦し、専ら戒を護持すといふは、古人の行履に随つて祇管打坐すべきなり。坐禪の時、向れの戒か持たざる、何れの功德か來らざる。古人行じおけるところの行履皆深き心なり。私の意樂を存せずして衆に随ひ、古人の行履に任せて行じゆくべきなり。

（四頁）

と言っている。只管打坐の当体そのものが仏成であり、戒律を守ることは只管打坐につきるという。打坐一行主義が見事にあらわれている。さらにいう。

禪僧のよくなる第一の用心は、只管打坐すべきなり。利鈍賢愚を論ぜず坐禪すれば、自然によくなる。(六頁)

只管打坐の実践をはなれて禪僧の用心はないということを痛烈に主張している。あるいは、

坐はすなわち佛行なり、坐はすなわち不爲なり、是れ便ち自己の正體なり、此の外別に佛法の求むべき無きなり。(六頁)

という。打坐こそ仏道であり、道元禪師の坐禪は仏の道であり、凡夫のうかがうところではない。坐の姿は人間の正体であり、真人人体であり自己の正体でなければならぬ。仏法を別に追い求めても何ものならない。仏法とは打坐であるから。

この道元禪における坐禪は「無所得」「無所悟」をもって生命とする。懷辨禪師が、公案を用いてはどうかという質問を道元禪師に発した時は、それに答えて、

公案話頭を見て聊か知覺有るやうなりとも、それは佛祖の道にとほぎかる因縁なり。無所得無所悟にて端坐して時を移さば、即ち祖道なるべし。古人も看話、祇管坐禪ともに勤めたれども、猶坐をもはらにすすめしなり。また話頭に依つてさとりをひらきたる人あれども、それも坐の功に依りてさとりのひらくる因縁なり。まさしき功は坐によるべし。(一四五〜六頁)

とのべている。仏祖道とは何か。「無所得、無所悟にて端坐」することであり、それを離れて仏祖道があるものではない。無所得、無所

悟にて端坐ということはすばらしい姿勢である。宗教の根本義は「無功德」なるものでなければならぬ。極楽に生まれるために念仏する。お金がもうかるために唱題するとうようなものは真の宗教ではない。それは功利主義の変形に過ぎない。「無所得」の行こそ無限の宝蔵であると言うことができる。禪師はさらにいう。

佛道に入り、佛法の爲に諸事を行じて、代りに所得あらんと思ふべからず。内外の諸教に、皆無所得あらんとのみ勸むるなり。(一三頁)

仏法のために仏法を学すという、無目的の目的こそ人間の生き方のぎりぎりでなければならぬ。

七 結 言

道元禪師の修行は只管打坐をもって根本となし、無所得の行であることを述べたが、その思想的な根柢は「現成」「本証妙修」等である。さらに、その無所得の行にむかしめるものは、無常感であった。『随聞記』にもいたるところ無常感が説かれている。

吾我を離るるには無常を觀する是れ第一の用心なり。(五頁)

無常迅速なり、生死事大なり、且らく存命の際、業を修し學を好まば、ただ佛道を行じ、佛法を學すべきなり、(一四頁)

夜話に云く、古人の云く、朝に道を聞いて夕に死すとも可なりと、いま學道の人も、此の心あるべきなり。(五九頁)

只須らく萬事を放下して、一向に學道すべし、後時を存することなかれ。

學道の人は、後日をまちて行道せんと思ふことなかれ。ただ今日今時をす
 ぐさずして、日日時時を勤むべきなり。(一五四頁)

これらの教えのなかには、きびしい人生に対する姿勢が示されている。
 この今日只今が「而今の現成」となる。只管打坐の絶対のいのち
 となる。

宗教における信仰体制の形成に修行が如何なる役割を果たすか、とい
 う点を明らかにしつつ、さらに、禅の行的性格に触れ、最後に、道元
 禅師の修行観について述べたのであるが、道元禅師の修行観が無常感
 にうらうちされていることを明らかにした。修行は単なる悟りに向う
 手段でもなく、修行は仏行であった。しかも、日常生活の一切が仏行
 であると共に、その一瞬一瞬の行為が絶対の意味をもつ。「而今の現
 成」であり、「仏のおんいのち」でなければならない。このような修
 行観を打ち出した道元禅師の宗教は仏教思想史の全体を通じてみて
 も、きわめて根元的な思想であるばかりでなく、世界宗教史から見
 て、極めて特異な思想と言えよう。

註 1 岸本英夫著『宗教學』(昭和四二年三月、大明堂) 三七—四一頁參
 照。

2 正法眼藏卷九 二(大正藏八二卷三〇五頁中下)

3 鈴木大拙著『禪とは何か』(鈴木大拙。續禪選集2、昭和三七年二
 月、春秋社) 六一—五五參照。

4 西田幾多郎著『善の研究』(昭和二五年、岩波文庫本、岩波書店)
 一八四頁參照。