

## 禪那波羅蜜（禪定）

禪定

六波羅蜜の講話もだんだん進みまして、すでに

布施

持戒

忍辱

精進

と相續いて来ました。布施は人間生活の正しい生き方である。人生に於ける生活は、徹頭徹尾、布施行でなくてはならない。然るに布施行は、持戒——即ち道義的生活の把持者において可能である。この点、持戒によつて、布施は浄化せられます。生活のない者の布施は、真の布施ではない。その持戒は、やがて必ず忍辱を孕んでいきます。内と外とに対して、忍ぶことによつて、持戒は浄化せられ、如実のものとなる。しかし、忍辱も、唯消極的に忍んだというだけでは、真の忍辱ではない。それには、積極的な精進、即ち理想に向かつての大精進があつて、忍辱は意味を持つのであります。更に遡つて、布施、持戒等も、菩提に対する精進、仏道精進なしの布施は真の布施ではないのであります。

この無上道を精進するにあつて、これを可能ならしめるものは何であるか。それが次に説かれる禪定であります。大涅槃の覚を得ようとするものは、必ず禪定に入らなくてはなりません。

禪那波羅蜜、禪那を略して、禪と言います。定とは、三昧のことです。三昧とは三摩耶又は三摩地とも言われていますが、定という字が表すように、心を一境に定め住して、全く散乱せしめないことでもあります。

禪那をば又、思惟、静慮なども訳しますが、身を安静に保ち、大法を静かに思惟観念することです。

### 禪定と生活

禪定と言えませんが、禪宗の坐禅を思い出します。そこで禪定は、唯禪宗の僧侶のみ用事のあるもののように考えている人があります。しかしそれは、大變な考え違いであります。

凡そ生きてゐるのに、外界から来る雑然たる八万四千の刺激のみを受け入れて、その雑音のままに八万四千の騒々しい煩惱にかき乱されて生きていたのでは、真の生活のあらうはずがありません。そこに「その静かなること林の如き」一面、何ものにも動ぜない一面がなくて、周章者の火事場の体たらくで一生を過ごしたのでは、人生の本質にふれた願も、歓びも持たないで一生を徒勞におわらねばなりません。のみならず、遂には大墮落を遂げなくてはならないのであります。ですから正しく人生を生きる者は、誰でも必ず、禪定に住しなくてはなりません。

### 三昧の真意義

しかし禅定といえ、すぐべったり坐って動かないのが禅定だと思っている人があ  
る。若し坐って動かないのが禅定ならば、蝦蟇がまも亦禅定でしょう。

三昧、念仏三昧、読書三昧、聴聞三昧等と言え、すぐ肯けるように、三昧とは、心  
がここにあることです。心ここにあらざれば、聞けども聞こえず、食えどもその味を  
知らずで、人生五十年、三昧の境を失つていたならば、人生の真味は知らずに終わる  
でありましょう。されば釈尊は、「心、定じょうに住すれば、よく世間生滅すげの法相すうがたを知り得  
ることを教えていられます。

今日（三月五日石州益田町、支部会館）は外には、雪が降っています。寒い日であ  
ります。私は生来雪が好きであります。雪の日を嫌とは思いません。若し、冬の日  
に、春暖を求め、炎然の夏の日に冬の寒冷を求むるならば、寒熱共に味わうことは出来ま  
せん。寒暑到来、不足満々は人生の常、春の陽気の日さえ、眠気が嫌になり、秋の快  
晴さえ、散る紅葉に寂しきがある。時計の振子は左にふり右にふって定まらず、若し  
左右を嫌って、中道を求むれば時計は死より外はあり得ない。左右動の中に、厳然と  
して存する中道に参徹することは出来ないか。

来るものは寒、訪れるものは暑、追尋つしんせよと言われても、無寒暑の処のあらばこそ、  
心頭を滅却すれば火も亦涼しとうそぶいて見ても、火は依然として熱く、氷は依然と  
して冷たい。如何なるか三昧、何処なるか大安樂処、三昧禅定とは、畢竟ひつぎよう炬燵こたつに背を  
丸くする御隠居様の風流でしょうか。

## 煩惱と禅定

けだし、仏道は、仏教者のみが知ればよい教えにあらず、学者のみ入り得て愚者無  
学者の除かれる道にあらず、善人のみの救われる世界でもなく、万機ふえき普益、いやしく  
も求めてかかれれば、一切衆生一人残りなくこれを得て得々、十人は十人、百人は百人、  
悉しつがい皆成仏の道路であります。若し、禅定が禅宗になくはならぬものなら、一切衆生  
になくはならぬはずのもの、上根上智の者にのみ許される禅定ならば、大乘、仏法  
の中より廢除可なりであります。

五欲、煩惱より外に生命なき、無仏法、無道義、無求道、無精進、無信心、無念仏  
の箸にも棒にもかからぬ輩には、五欲の恐るべきこと、猛火、猛獸の如く、毒蛇、毒  
薬の如しと説くことも必要であります。仏法を求めず、生活を知らず、正法を聞かず、  
自他共に損うて無明煩惱に狂うて、無間地獄を作るからであります。万斤まんきんの大鉄槌を  
食わすのでなければ、到底眼はさめますまい。五欲に執着しては、禅定に入れな  
いと説かれる所以であります。

確かに、五欲煩惱は決して、如何にこれを修養、修繕した所で、決して禅定ではあ  
り得ません。煩惱は、それ自体、有為うゐであり、動乱であり、生死波瀾の外決して何も  
のではありません。この大波小波の生死無明海を一時静めたとして、決して、禅定ではあ  
り得ないのであります。

然るに、煩惱即菩提、生死即涅槃は、仏家の通説、如何に上は弥勒みろくより、大菩薩、聖  
人、聖者、賢人、達磨だるまも、釈迦も、日蓮も、法然も、道元も、誰も彼も、一人として、

煩惱の身、煩惱の心のなくなったはずはない。然らば、こここの所、禪定とは一体、何であるのか。

### 乱想

大智度論に、龍樹は、「不亂、不味の故に禪那波羅蜜と名く。」と言われますが、やれやれこれで禪定を得た。何と禪定とは楽しいものと、禪定の樂たのしみに愛着するのが「愛多」の乱想、禪定と想ったのが化の皮、何時の間にもやらまんまと煩惱悪魔に一ぱい食わされておられます。

禪定はなかなか得られぬもの、愚者や阿呆の手にあうか。然るに、今や、我こそこの得難き禪定を得たとて、人を見下す心こそ「慢多」の乱想、禪定と思ったのが、化の皮、何時の間にもやらまんまと煩惱悪魔に一ぱい食わされておられます。

折角、多年の修業で、禪定を得たりと得意でも、「我は得たり」と思ったり、「これが誠で、これが偽」と微塵のはからいがはいつても、「見多」とよばれる乱想で、禪定と思ったのが化の皮、何時の間にもやらまんまと煩惱悪魔に一ぱい食われておられます。

以上の、愛多、慢多、見多は、禪定を得たはずの者の心におこる煩惱の乱想で、御本人は知りませんが。これは乱想は乱想でも「微み」の乱想と言われます。ところが、多くはそこへも至り得ず、やれこれから禪定だぞと、心を静めにかかれれば、二百十日の雨か、風か、三毒の大魔王の大騒動で、太平洋の怒濤も、これより甚しくはありません。はしからはしからこの静かな心を打ちくだきます。そこでこの乱想を「鹿そ」の乱想と言われます。こうした、微やら鹿やら乱れる想をはなれて「不亂、不味の故に禪那波羅蜜と名く。」何と六ヶ敷い注文であります。

こんな六ヶ敷い注文は、とても出来ぬ、出来ぬことならやめてしまえと言われた処で、一度この乱想の散乱鹿動が気にかかりはじめると、じつとしてもいられず、捨てられもせず、と言つていよいよ精進すればするほど、見えて来るものは、散乱鹿動、放逸無慚、これではいよいよ助からない。ここを一体どうしたものでありましようか。

### 五欲

前には、龍樹の大智度論に

「不亂、不味の故に禪那波羅蜜と名く。」

と言われたのに対して述べました。即ち、禪定の樂に執着するのが「愛多」の乱想、禪定を得たりと人を見下す心が「慢多」の乱想、微塵でもはからいが入つて、これが誠これが偽と我見が入れば「見多」の乱想で、以上の愛多、慢多、見多の三の乱想が、微の乱想、若し禪定中、三毒がおれば、鹿の乱想であります。

「不味」というのは、味とは「初め禪定を得て、一心に愛着する、これを味となす。」で、愛着心のないのを不味というのであります。禪を得て、禪に愛着するは、眞の禪でないのであります。

さて、龍樹菩薩の大智度論、第十七巻には、この禪定について極めて詳細に説いてありますが、先ずこれを得るの方法として、五欲の離るべきことを詳しく説かれています。

五欲とは、眼は色を、耳は声を、鼻は香を、舌は味を、体は感触をと、色声香味触の五欲に執着することであり、眼に女色を見て色欲をおこすことはもちろん、愛する人を見れば、喜愛の心を生じ、怨家や悪人を見れば、怒害心をおこす等、眼に見ておこす一切の煩惱欲心をはなすべきを説き、次に声を愛着すべからざるを説いて、昔仙人は、山中において山中の池に浴する女の美しい歌声を聞いて、禪定を失ったが如く、声に執れて禪定を忘れることを誡め、次に、香によって墮落し禪定を失うことを詳説せられ、次に、美味に愛着することの恐ろしさを言い、最後に体の感ずる「触」の執着について、妃耶輸陀羅の愛欲、誘惑について、実に徹底せる本生譚（前世物語）を出して、釈尊に対する耶輸陀羅の誘惑の正体を暴露して、体の感触に愛着すべからざるを説いてあります。

以上の五欲を「欲蓋」と名けてあります。欲の蓋でおおうて、禪定に入らしめないからである。

龍樹は五欲の恐るべきを説いて、  
 「五欲の苦しみ激しきことは、疥癬を火に炙るが如きもので、その時は気持がよくても後では、痛みたえないが如く、五欲の益なきことは、犬が骨をかむが如く、五欲の争いを増すことを鳥の肉を競うが如く、五欲の人を焼くことは、逆風に大炬を執るが如く、五欲の人を害することは、悪蛇をふむが如く、五欲の実なきことは、夢に宝を得るが如く、五欲の久しからざることは、須臾の間である。然るに凡夫は愚かにも五欲に執着して、死に至るまで捨てず、これがために後には無量の苦がある。五欲の樹に上つて下りようともしない間に、樹を倒されて身体を破る。しばらくの間の楽しみみ4 によつて後に大苦惱を得ることは、密の塗られたる刀をなめるが如く、舌を傷つけて苦しむに等しい。」等、厳しく五欲の執着すべからざるを説き、その最後に、

「若し能く善法を樂しめば、この欲自然に息まん

諸欲の解くべきこと難し 何を以つて能く之を釈かん

身を觀じ実相を得れば 則ちために縛せられず

是の如き諸の觀法 能く諸の欲の火を滅せん

譬えば大じゆう雨に 野火在るものなきが如し。」

と法を觀すべきを教えてあります。誠に五欲のみに執着して、仏を求めず、法を求めず、無常を觀ぜず、道を求める心の少しもない者に禪定や信心のあらうはずがありません。

## 五法

滅除欲蓋を説いた。

龍樹は次に「瞋恚蓋」の恐るべきを説かれました。

「瞋恚蓋」は、諸の善法を失うの本、諸の悪道に墮するの因、諸樂の怨家、善心の大賊、種々悪口の府蔵。」と誡められ、速やかに生老病死を觀じ、慈悲心をおこして、瞋恚を滅すべきを教えられました。

つぎに「睡眠蓋」について誡めて「睡眠蓋は、能く今世の三事、欲樂、利樂、福德を破り、能く今世後世の究竟樂を破る。死と異なるなく唯氣息あるのみ。」と言ひ、

「汝起きよ、臭身を抱いて臥する勿れ。種々の不浄を仮に人と名く。重病を得れば箭の体に入るが如し。諸の苦痛集まるに安ぞ眠るべけんや。一切世間を死火は焼く。汝当に出でんことを求むべし。安ぞ眠るべけんや……………」

等と偈を説いて、睡眠によつて道を忘れ、法を求めることなき、睡眠蓋を呵責し、次には「棹悔蓋」を挙げていられる。棹悔の棹は、心を棹かし散らすことである。心を棹散すれば、出家の心を破り、心を撰めようとしても、一処に住せず、棹散の人は、無鉤の醉象、欠鼻の駱駝の如く、これを禁制することが出来ないと言われている。

悔は「大罪を犯して、人常に畏怖を懐くが如し。悔の箭心に入つて堅く抜くべからず。」と言ひ、作すべきを作さずして悔い、作すべからざるを作して悔ゆと、教えられてあります。この棹悔の蓋におおわれている処には、静かなる心は保たれません。

第五は「疑蓋」であります。

「疑覆心を以ての故に、諸法中に於て定心を得ず、定心無きが故に、仏法中に於て、空無所得なること、譬えば人の宝の山に入つて、若し手なければ能く取る所無きが如し。」

と説き、更に偈の中には「汝若し疑心を生ずれば、死王獄吏に縛られ、獅子鹿をうつが如く、解脱を得べからず」ときとされ、疑の岐路に立つて迷うべからざるを教へていられます。親鸞聖人に至れば、この疑蓋こそは、最重、最悪、生死輪転の因は、かかつて疑蓋に存することを示し、この疑蓋雑ることなき大信こそ、涅槃への唯一の道たることを示されました。

以上、貪欲、瞋恚、睡眠、棹悔、疑蓋の五法を除かなければ、禪定に入ることは出来ないと言われるのであります。

### 疑問

以上の説を聞けば、五蓋ともに我等は持つています。仏道を求めず、み法を聞かないのならばいざ知らず、すでに念仏の天地に出されれば出されるだけ、自己を知れば知るだけ、この五法を我等の内に発見せざるを得ません。これは確かに古より言われるが如く、上根上智の大菩薩にのみ可能であるのかも知れません。

しかし、龍樹菩薩は、大智度論中に、「禪波羅蜜を言え、一切皆撰す。復次に禪の最大なること王の如し。禪を説けば則ち一切を撰す。」とあります。

これによれば、禪定によれば一切を得、一切を撰ることが出来ると言われますから禪定によらざれば一切を失う所以であります。かかる重要な問題が上品上生の菩薩にのみ許されるのでありましようか。

しかし仏法が大乗と言われる所以は、善悪、智愚等によつて差別づけられないで、いやしくも真剣に求めてかかれれば一切衆生悉く入り得る法でなければなりません。龍樹もすでに、九種上中下を断すべきを説いています。機の差別、衆生の特殊を全て否定しつくした処にのみ、顕現するのが仏道であることを思えば、禪定も亦衆生の差別、個の特殊性を超えて、古今一同風の平等なる天地でなくてはなりません。かかる

禪定は一体如何にして成立するのでありましょう。而して龍樹の説いたさきの五法と禪定とは如何なる関係があるのでありましょうか。はたして禪定に住すれば、一切の煩惱は無くなるのでありましょうか。

内に求むれば

禪那波羅蜜について述べてきましたが、大智度論に於て龍樹は、禪定を得んとすれば、五欲を離れよ。瞋恚を滅ぼせよ。睡眠をむさぼる勿れ。心を掉し散らし、悔いを感ずることをなす勿れ。疑いの心ある勿れと、五法をすすめられました。

ここに我等は、禪定に対して、根本的な疑いを持たざるを得ません。

龍樹は、

「禪には、極妙の内樂あり。衆生之を捨てて外樂を求む。譬えば大富の盲人の如し。多く伏蔵すれども、知らず見ずして、求めて行乞す。……衆生も亦かくの如し。心中種々の禪定の樂あるに、発することを知らずして、反つて外樂を求む。」と誠められています。禪定の樂は外に求むべきではなくて内に求むべきであります。誠に内に内にと求めて自己を開発する処に仏道があるのであります。

しかし、教法を聞いて、内に内にと眼を転ずれば転ずるほど、我等はそこに発見するものは、清浄真実、平和寂靜等々でなくて、限りなく拡る、煩惱の海であります。わけても、色、声、香、味、触の五欲に根強く執着する、欲心以外には、何ものをも発見することは出来ません。

美しい女性を見れば心を動かし、悪罵を聞けば腹を立て、名誉に慄れ、利養に傾き、味を貪り、睡魔にやられ、如何なる悪党が持つほどの心も全て、私の中に見出されます。心の波の静まらばこそ、静まったと思えば、欲の奴が微笑しているのであり、一朝外部からつつかれると平和は破れて怒濤狂乱、心内の樂しみが生まれると、それを逃がすまいと考え、なすべからざるを為し、なすべきをなさずして、後悔又後悔、我等は遂に長大息と共に、禪定は我等のものに非ずと、胃をぬいて降伏、禪定の門にも入らずして、あわれ生死の波にのまれてしまう外、道はありません。

智慧と慈悲

真実の菩薩は、必ず禪定に入るとせられています。

「復次に菩薩は、諸法の実相を知るが故に、禪中に入れば心安穩なれども、味に着せず、諸余の外道は禪定に入るといへども、心安穩ならず。諸法の実を知らざるが故に、禪味に着す。」

と、禪定には必ず、諸法の実相を知るの智慧の必要なること、若し、この法を知るの智慧なくして禪に入らば、その味に執着するから、真の禪定でないと言われるのであります。

又更に

「問うて曰く、阿羅漢辟支仏は俱に味に着せず。何を以て禪波羅蜜を得ざるや。答て曰く、阿羅漢辟支仏は味に着せずといへども大悲心無きが故に、禪波羅蜜と名けず。」

ここでは、禅と禅定とを、はつきりわけてあります。禅那波羅蜜の、波羅蜜は、到彼岸であり、度であります。生死の海を度って彼岸に到るのであります。即ち、大悲心を持てる菩薩のそれは、禅定であり得ても、その他のものは、禅定と名づけないのであります。

「是を以ての故に菩薩心中、禅波羅蜜と名け、余人は但禅と名く。」  
とあります。何故でありましょうか。

「外道禅中、三種の患あり、或は味に着し、或は邪見、或は驕慢なり。声聞禅中、慈悲薄し。諸法中に於て、利智を以て、諸法の実相に貫達せず、独り其の身を善くして、諸の仏種を断ず。菩薩中このことなし。」

外道は、心が静かになれば、その禅の味に執着し、或は邪見、驕慢の三種の患を出して、正しい禅定を失います。二乗の人は、慈悲うすく、諸法の実相を知る智慧がなく、我が身ひとりの独善に閉じこもってしまうので、仏になる種を断滅すると言われます。これを要するに、正しい禅定に入つて、菩薩たり得ることが出来ず、外道又は、声聞、縁覚（独覚又は、辟支仏）にとどまるのは、智慧と、慈悲がないからだということになります。

遂に如何

以上の説を受け取つて、我等は更に、大きな絶望の谷底に沈まなくてはなりません。何となれば、我等は、智慧の眼のくらきものであり、慈悲心なき者であるからであります。若し禅定が、五欲の離るべきを命じ、散乱鹿動を除くべきを求め、邪見驕慢を以て、禅定にあるまじき心相をする以上、我等は、如何に禅定が人間真実の悟証の必然の相であろうとも、永久に、我等には見放された空想にすぎません。噫。禅定よ、そは我等にとつては遂に、何等の価値を持たざるか。我を必墮無間の谷底につきおとすだけの役目より以外に、我には交渉を持たざるか。

我等は聖人と共に

「然れども色塵、声塵、猿猴の情尚忙しく、愛論見論麤膠の憶彌々堅し。断惑証理愚鈍の身成じ難く、速成覚位未代の機およびがたし。」

見るにつけ（色塵）聞くにつけ（声塵）煩惱の心のおこる相は、猿猴のごとく、麤（とろもち）や、膠のごとく、様々な煩惱や見識に囚えられて、遂に我と我が心さえ如何とも出来ざる現実を如何にすべきでありましょうか。我等はここに絶望のこの身を抱いて救われる日はないでしょうか。

念仏道

ここに開いた道が、念仏道であり、如来本願の道であり、金剛不壊の大信心海でありました。

如来他方本願の念仏道は、我等のありのままの現実の中に開かれます。そしていよいよ如来に徹すれば徹するほど、底なき三毒煩惱の淵を我等の内に発見します。しかも、如何に底なき貪愛瞋憎の水火二河を見出そうとも、それ故に破壊する念仏でなく、それ故にいよいよ鮮やかに光る信心であります。本願の深きは、煩惱の深きが故であ

り、業苦はてなきが故に、如来の智慧光も、盡十方無碍であります。人間性の本性は、これを探れば探るだけ、掘れば掘るだけ、廃悪修善も間に合わず、智による悟りおぼつかなきを知らされず。

しかるに念仏は、いよいよこの煩惱妄想を、煩惱妄想と自照せしめつつ、それに徹すれば徹するだけ、絶望を与えるかわりに、懺悔と喜びを感じしめ、そして、如来金剛の大信に安住せしめ、五欲をはなれるのでなくて、五欲の深さを知らしめ、しかも十悪煩惱、散乱放逸の業風、波浪にも断じて、動かず、変わらず、破れない正念に住せしめます。

### 菩薩道

我等は、智慧なき者であり、慈悲なき凡夫であります。けれども「然るに煩惱成就の凡夫、生死罪濁の群萌、往相廻向の心行を獲れば、即の時、大乘正定聚の数に入る。」とは聖人の断言でありました。念仏も亦大乘の至極であります。

聖人は、この他力の大信心の天地において、如来の智慧を肯定し、慈悲を語り、仏性と言ひ、菩提心と言ひ、清浄、真実、大乘、大智海、真如一実の功德宝海、等々の尊厳神聖なる言語の全てを生かされたのであります。失われたものの全ては、念仏道において廻向せられました。しかもこの世界を聖人は、菩薩、等正覚の位とまで宣言せられました。

### 一か異か

翻つて私は思うのであります。禅定は、何によつて成立つのであろうか。それは智慧と、大悲とによつての悟証にちがいない。然れば智慧とは何であるか。智慧は、無明にあらざるものである。即ち、不滅の真如界よりの光明であらねばならぬ。智慧によつてのみ、真如界を憶念するのである。この真如界への交流融合をぬきにしては、禅定はないのである。されば、唯心を静めるだけでは、禅とは言われても、禅波羅蜜とは言われないことはすでに学んだ。そこで涅槃界よりの、或は涅槃界への、帰入によつてのみ、禅定がありとすれば、禅定を豎出じゆしゅつの聖道門なりとしてすてた聖人こそ最も、正しい禅定に住していられたのではあるまいか。

もとより禅定の教えが、あくまで、すでに述べた如く、煩惱を離れたる相となされる以上、我等は、禅定の文字及宗派とはお別れしなければならぬ。我等は徹頭徹尾凡夫である。けれども、若し無功德の境、無間地獄底に開かれる火裏かきの清泉若し禅定であり、山なす煩惱の波を見つめつつ、しかも大信に安住すること禅定ならば、念仏道は、至極の禅定ではあるまいか。

聖道元は「鳥飛んで鳥の如く、魚行いて魚の如し」と言われたそうだが、若し、火を火と見、水を水と見、煩惱を煩惱と見、凡夫は迷うて凡夫の如く、仏は悟つて仏の如しと見ることが禅定なりとの道元禅師の言葉であるならば、我等は又何を可言わんやであります。夏は暑きこと夏の如く、冬は寒きこと冬の如し。禅定というも可なり、禅定にあらざりとも可、唯煩惱泥中でいぢゆうの白蓮華びやくれんげ、泥愈々深く豊かに、念仏の蓮また、今を盛りと咲く処、一心と言ひ、正念と言ひ、正定と言ひ。唯憶う。禅家の経も亦「煩

「一異不可得、這裏の一獸、何処にか友を求む。言うべからず、語るべからず。南無阿彌陀仏。これで禪那波羅蜜をおわります。」との一喝も亦存するであろう。唯、