



朝のこない夜はない

山首 鈴木正修

心こころを変かえれば道みちは開ひらけます

「公案こうあん」に学まなぶ

公案こうあんという言葉ことばをご存知ぞんじでしょうか。公案こうあんとは俗ぞくにいう「禅問答ぜんもんどう」のことです。

公案こうあんには有名ゆうめいなものが3つあります。

一つ目は「隻手せきしゆの声こえ」、これは白隠はくいん禅師ぜんじの公案こうあんで「両手りょうてをうち合あわせると音おとがするが、片手かたてでどんな音おとがするか」というものです。

二つ目は「狗子くし仏性ぶつじやう」、これは「犬いぬにも仏性ぶつじやうはあるのか」というものです。

三つ目は「祖師そし西来意せいらいい」、祖師そしとは達磨だるま大師たいしのこと



です。これは「達磨大師がインドから中国にやって来られた真意は何か」というものです。これは中国・唐の時代に一人の僧が趙州從諗という禅僧に尋ねたものですが、これに対し趙州和尚は「庭の柏檣だ」と答えました。

私などは正に禅問答という気がしますが、公案には完全な定まった答えがあるわけではないそうです。大事なのは「答える人の心」だということです。

執着

続けて趙州和尚のお話を紹介します。

修行僧が和尚に「私は今一切を捨てつくして、何も持っていないません。さあ、私はこれからどうするべきでしょうか」と尋ねると、和尚が「捨ててしまえ」と言



います。「捨ててしまえと言われても、もう何も持っていないのです。何を捨てるのですか」と言うと「その捨てるべき何もないというところを捨てるのだ」と重ねて言います。この問答は少しわかるような気がします。

〃執着を捨てた〃という思いが逆にとらわれとなって強い執着となることがあります。例えば、自分は世間の人々とは違い、執着を離れた崇高な境地にいるのだ〃と思うことは、これまた強い執着です。本来に執着を離れることは並大抵ではありません。

「断捨離」という言葉が流行ったことがあります、その極致は「ミニマリスト」と呼ばれる人たちではないでしょうか。生活に必要な最低限の物以外、何も持っていない人々です。そういう人の部屋に入るとモデルルームみたいに何も無いようですが、実際には、モ



デルルームよりも物が少ないと言っ人もあります。

映画監督の紀里谷和明さんが、最近ミニマリストになつたと聞きました。紀里谷さんが言われます。

「僕も昔は、数十万円もするスーツを30着など、たくさん華美な洋服を持っていました。車も数千万円のものに乗っていました。これらが必要ないと思えるまでには、時間がかかりました。しかし冷静に考えると、それらのモノには、他人の価値観が入っていました。

人から格好いいと思われたいゝとか、誰々が良いと
言っていたからゝなどの理由で購入してしまい、自分が
本当に必要としているモノではなかったから、無駄な消費
だったわけです。僕自身は、ミニマリストやミニマリズム
という言葉を意識して生活しているわけでは
ありませんが、ある時、すべてのモノに対し、これは
本当に必要なのかと自問するようになりました。



スーツなども全部で1000万円分になっていたわけ
で、今思うとゾツとします。10年以上かけて少しずつ
モノが減っていき、今の状態に至ったという感じですが
お釈迦さまは言われています。

「人間に苦しみをもたらすものは欲望にとらわれる心
である。すなわち執着である」

執着を捨て切るのはなかなかにおむずかしいことですが、
日々努力しなければいけません。

ひびこれしゅうよう 日々は修養

もう一つ趙州和尚のお話を紹介します。

入門したばかりの弟子が「私は修行に入ったばかり
のものです。どうか仏教の根本を教えてください」と尋ねました。
和尚は「朝御飯は食べ終わったかね」



と聞きました。それに対して弟子は「はい、食べ終わりました」と答えました。和尚は「それならば、自分の茶碗を洗いなさい」と言われただけでした。つまり、日常の基本的なことをきちんとしてることが仏教の根本だということです。道元禅師は「日常の行住坐臥を究めることによって、禅を究める」と言われています。

私が中学生の頃、ある人に「どうすれば勉強ができるようになりますか」と聞いたことがあります。

その人は「3つのことをすると良い」と言われました。た。

一つ目は毎日お父さんの靴を磨くこと。

二つ目は玄関の掃除をすること。

三つ目は食事の後片づけをして食器を洗うこと。

今振り返ると、とても良いことだったと思います。



父親の靴を磨くというのは「頭面撮足帰命礼」です。
お釈迦さまのおみ足をいただくのと同じように、親を
敬う気持ちが大それたことを教えられました。
掃除や食器の後片づけをすることも、本当に大事な
ことだと思っています。

世界的プロテニスプレーヤーの杉山愛さんのお母さんが「ああいうお子さんに育てるにはどうしたらよいのですか」という質問を受けました。それに対して「特別なことを教えるのではなくて、普段が大事ですよ。普段ちゃんとした生活を送っていると、その成果が出るのです。練習ばかりしていても本番で力はなかなか出ないものです。本番で力を出すためには、普段の生活が大事です。玄関の靴を揃えるとか、本を毎日15分読むとか、そういった毎日の目標を自分で決め



て、それをコツコツ積み重ねていくことによって試合
で力が発揮できるのです」と言われていました。
特別な時に力を発揮するには、日常の積み重ねが大
事なのだと思わされました。

虻からの悟り

次は曹洞宗師家会長の青山俊董法尼の法話集から
のお話です。これは公案ではありませんが、聞き手の
心次第という事で公案に近いものと思います。

江戸末期、風外禅師という方が、大阪の破れ寺に住
んでいました。ある日、川勝太兵衛という富豪が人生
相談にやってきました。太兵衛がいろいろと悩みを訴
えていると、そこへ一匹の虻が飛び込んできました。
建てつけの悪い戸の隙間から飛び込んできた虻は、



ここから出ようと**思う窓に勢いよくぶつかっては落ち**
るといふ愚を繰り返しました。風外禅師は太兵衛の**話**
を聞いているのか**いないのか**、**蛇ばかりを見て**いまし
た。たまりかねた太兵衛が、**思わず**「**禅師さまはよほ**
ど蛇がお好きとみえますなあ」**と**言**うと**、**風外禅師は**
「やあ、これはすまん**こと**でした。**しかし**あまりに**蛇**
がかわい**そう**で**なあ。**この**寺は有名な破れ寺で窓も障**
子も破れているし、建て**つけもガタガタ。**ど**こから**で
も出て**いく**と**ころ**は**ある**の**に、**こ**こから**しか**出**られ**ぬ**
と思**って、**そ**こへ**頭**をぶ**つ**けて**は**ひ**つ**くり**返**る。**こ**ん**
なこ**と**を**し**て**い**たら**死**んで**しま**う**わ**い**な。**し**か**し**、**か
わい**そ**う**な**の**は**蛇**ばかり**じ**ゃ**な**い**の**。**人**間**も**よ**う**似**た
こと**を**や**っ**て**お**り**ま**す**な**あ**」**と**語**り**ま**し**た。**

蛇に**こ**と**よ**せ**て**の**教**化**に**太**兵**衛**は**ハ**ッ**と**気**づ**き、**思
わず**「**あ**り**が**ご**う**ご**い**ま**し**た**」と**、**畳**に**頭**を**す**り**つ



けてお礼を言って帰ったということです。

この話を澤木興道老師から聞いた評論家の田中忠雄という人が、ある会社の講演会で話したところ、数日してその会社の女性社員から手紙が届きました。

「私は一人の男性を愛しております。事情があつてどうしても結婚できず、絶望して死のうと思ひました。会社の仕事も整理し、帰って死のうと思つておりましたら、課長さんが『今日は講演会があるから受付をすように』と言われました。ぼんやりと受付に座つてゐる私の耳に、蛇の話が飛び込んできました。その瞬間、『アッ！私は蛇だった』と気づいたので。私は蛇だったと気づいたら、生きて行く勇氣が湧いて参りました。先生は命の恩人です」

この手紙に対して田中氏の返事は「あなたの命の恩人は、私ではなく蛇です。これからの人生にも、いろ



いろいろな山坂があるでしょう。行き詰ったと思ったとき、蛇を思い出してください」でした。

誰も、太兵衛やこの女性のように蛇になっただけの時があるものです。そういう時にこの蛇の話を思い出すと、執着や思い込みから離れて新たな道や出口が目の前に現れてくるのではないのでしょうか。

心を変える

窮地に陥ると人間は、なかなか物事を冷静に見ることができないものです。そして、思いつめて自殺をしてしまう人が残念なことに少なくありません。

私が同窓会に行った時、自殺をした二人の同窓生の話を聞きました。一人は失恋し、電車のホームから飛び込んだのです。「その人しかない」と思いつめて



しまったために起きた、悲しい出来事です。

上智大学名誉教授の渡部昇一先生は、恋人に振られて落ち込んでいる学生がやってくる、「良かったな」と声をかけられるそうです。そして「これは吉兆だよ。もっと良い人が現れるということだよ。前祝いに一杯の飲みにいこう」と言われるのだそうです。するとその後、「先生の言われる通り、良い人に出会えました」という報告が必ずあるそうです。思いを変えることによって、物事の見方が変わり、人生は開けていくものです。

もう一人の同窓生は、商売で失敗して車の中で練炭自殺をしていました。アメリカの大統領になられたトランプさんは、4回も倒産を経験されているそうです。4回倒産されましたが、奮起してまた億万長者となり、大統領にまでなられました。



人生は「七転び八起き」と言いますが、NHKの朝ドラ「あさが来た」のモデルとなった広岡浅子さんは「九転び十起き」を座右の銘としていたそうです。先年ノーベル医学生理学賞を受賞された大村智さんも「成功した人は、人より倍も三倍も失敗している」と語っておられます。かのエジソンは言っています。

「それは失敗じゃない。その方法でうまくいかないことがわかったんだから成功なんだ」

人生に起こることはすべて「捉え方」次第です。自分の心次第なのです。

