

しょう ねん く ふう
正念工夫



柳 幹康

今回は白隠が実践の要として度々強調する「正念工夫」について見て参ります。

白隠の言葉によれば「正念」は清らかな心（『子守唄』）、「工夫」は「自己本有の有様」を指し、しばしば「正念工夫」という四字で用いられます。「正念工夫」について白隠は、喜怒哀楽などの雑念が生じる前の状態であるとも説明しています（『夜船閑話』巻下）。これらのことを踏まえれば「正念工夫」とは、雑念が生じる以前の本来の清らかな心とすることができるとでしょう。

かかる「正念工夫」を保つことこそが修行の要である点について、白隠は次のように述べています。

「とにもかくにも正念の工夫ほど重要なことはない。正念の端的に未だ契合していない者は、正しい師に会い、まずは看取せよ。しかと見届けた後は、いついかなる時も正

念工夫を失わぬことを第一とせよ。大慧禪師は次のように言っている。「(正念を)失うのはいかなる時か、失わないのはいかなる時か。あらゆる場合において、このように点検せよ」と。このように古の聖人たちは我が身に即して正念相続してきた。これは永遠に変わることのない正しい修行である。

〔『遠羅天釜』巻中〕

白隠はこの正念工夫こそが、悟りへ至る正しい実践なのだと言います。「三乗(仏教の三つの立場)の賢聖や古今の智者のなかで、正念工夫の大事を離れて、法成就(修行の成果が現われること)に至ったものはただの一人もいない。これを不忘念智(忘れることなく真理を念じる智慧)といい、修行が成就する時まで片時も手放してはならない重要なことなのだ」(『於仁安佐美』巻上)。

もし正念工夫を手放してしまえば、迷いの世

界に落ち込んでしまいます。白隠は言います。「たちまち邪な対象に気を取られ、虚妄な縁に引かれて、気づかぬうちに正念工夫という主体としての心を失ってしまふ。「ふと念が起ることを無明(迷いの根源)という」(と仏典に説かれる)通りである」(『遠羅天釜』巻上)。

白隠によれば正念工夫の実践は、ありとあらゆるものを束ねて一つの公案(禪の課題)として意識を集中するものであり、「生も幻、死も幻、天堂・地獄や穢土・浄土など(の思い)を全て投げ棄て、いかなる思いも起らないところ、何者も窺い知れぬところに向かって「これはいかなることか」と参究していく」ことです。そうして妄念や睡魔、是非憎愛など一切の虚妄な対象を打ち破っていくことで、悟りを開くことができるのだといえます(『遠羅天釜』巻上、中)。

この正念工夫の実践は、あらゆる人々に開かれたものでした。白隠は次のように述べています。

相師そしは衆生しゆじやうを慰なぐさむ心と巧みな方便あひわれをお持ちであり、この正念工夫という途切れぬ坐禪の正しき路を指し示したのである。諸侯は参内して君主に見え国務に従事する際に、士人は弓術や乗馬、書写・算術を学ぶ際に、農夫は田畑を耕す際に、職人は材木に線を引き加工する際に、女性は糸を紡つむぎ機はたを織おる際に、(それぞれ)正念工夫があれば、それがそのまま諸聖しよじやうの大禪定なのだ。

(『遠羅天釜』巻上)

各種各様の人々が日々それぞれの作業を行うなかで、余計な雑念を抱くことなく、本来の清らかな心を保ち続けることができるのであれば、それこそが素晴らしい禪定に他ならないというわけです。

この点で正念工夫は前回ご紹介した動中の工夫に通じるものでした。白隠は言います、「石を引き土を運び、水を汲んで薪たきぎを集め野菜を作

る。あれこればたばたと様々に働くなかで、正念工夫を一瞬たりとも失わない。かかる綿密な修行こそが、諸仏の大禪定に他ならない。……(常に気を抜かずにいること、)これが正念工夫という途切れぬ坐禪であり、「動中の工夫は静中に勝る事百千万億倍す」と言うのも、このことなのだ」(『於仁安佐美』巻上)。

正しい心を保つという実践は、時間を区切つてするものではなく、常に行い続けるものなのです。

柳幹康(やなぎ みきやす)

一九八一年栃木県生まれ。二〇二三年東京大学大学院博士課程修了、博士(文学)。東京大学東洋文化研究所准教授・花園大学国際禅学研究所客員研究員(副所長)。著書に『永明延寿と『宗鏡録』の研究——一心による中国仏教の再編』(法藏館)。

お願い

花園俳壇・花園歌壇

俳壇・歌壇への投稿は、それぞれ別の郵便はがきを使用し、各三句(首)までを読みやすく書いてお送りください。

*ペ切りは毎月1日です。

『花園』へのご意見・ご感想など

本誌へのご意見・ご感想など、「編集室花園係」までお送りください。お待ちしております。

送り先

〒616-8035 京都市右京区花園妙心寺町64
妙心寺派宗務本所内編集室
俳壇／歌壇／花園 係

*住所、氏名を必ずお書きください。

*俳壇・歌壇ともに作品は未発表のものに限ります。(他誌投稿作品、転載は不可)

*なお投稿はお返しいたしません。

花園
hanazono

「いつもココロに花園を」
あなたとわたしのポケットエッセイ集

- 【花園】第71巻 第9号(通巻第841号)
令和3年9月1日発行(毎月1日発行)
定価55円
- 【発行人】野口善敬
【編集人】石田信行
【印刷人】喜田眞司
- 【発行所】京都市右京区花園妙心寺町64
妙心寺派宗務本所 教化センター
振替／01060-9-1400
電話／075-463-3121

表紙の絵

「彼岸花」



重なる赤…彼の岸を思う。
絵・正親 里紗(おおぎりさ)

月刊『花園』1冊送りの年間購読料は、1,560円(税・送料込)です。
下記のお電話か、ホームページでお申込みください。

【妙心寺派宗務本所 頒布課】電話：075-467-2990

【妙心寺派直売店 web shop】

<http://www.myoshinji-shop.jp/fs/myoshinji/g05-0002>

*乱丁、落丁本はおとりかえいたします。