現職研修
寺族研修

No.43'22
令和４年４月１日／第43号

3　宗歌
4　令和４年度　布教教化に関する告諭
6　令和４年度　布教教化方針
9　曹洞宗における信心に関する諸問題
73　ここから～東日本大震災から10年～
91　葬儀・法要執行に関してのお願い

曹洞宗宗務庁

令和四年度　資料

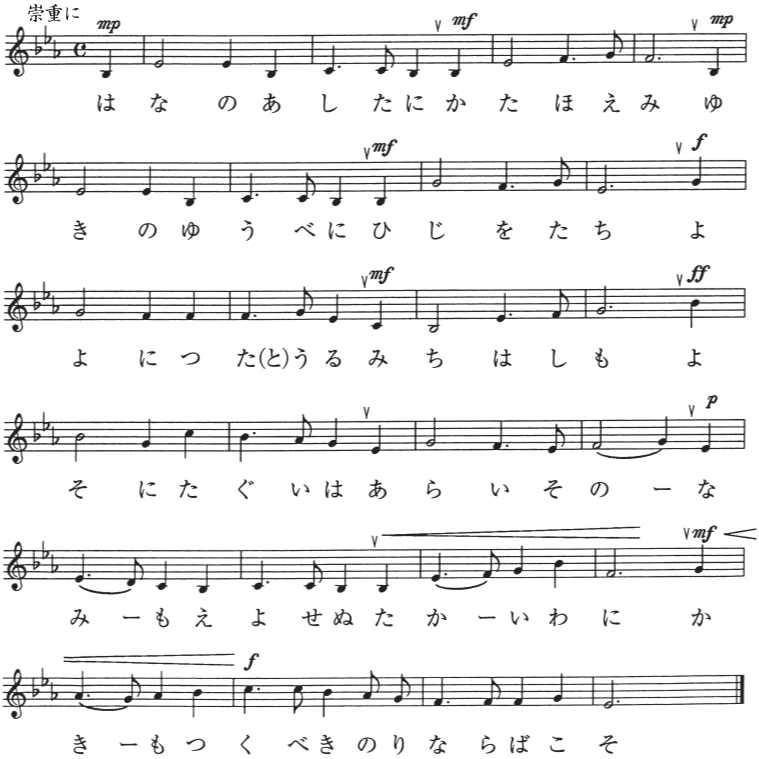
現職研修
寺族研修

曹洞宗宗務庁　教学部

曹洞宗宗歌

大内青巒　作詞／長妻宛至　作曲

花の晨に片頬笑み
雪の夕べに臂を断ち
代代に伝うる道はしも
余処に比類は荒磯の
波も得よせぬ高岩に
かきもつくべき
法ならばこそ



令和四年度　布教教化に関する告諭

今、私たちは多くの困難と不安に直面し、その生き方が問われています。

新型コロナウイルスの世界的な感染拡大により、多くの尊い命が失われ、人びとは深い混迷の中にいます。国際紛争や内戦、貧困・差別・格差・いじめ・命を奪う事件などの社会問題、近年頻発する自然災害・地球環境の変動などは、私たちに生存の危機をもたらしています。

一仏両祖のみ教えに生きる私たちは、どのような生き方を目指せば良いのでしょうか。

お釈迦さまは智慧と慈悲をもって生きることを示されました。智慧とは万物に生かされている生命の真理に気づく力です。慈悲とは限りない いつくしみの心をもって人びとの苦しみを除き安楽に導くことです。この時、私たちはさまざまな立場を認め合いながら、寛容になれるのです。

瑩山禅師は「たとい難値難遇の事有るも、必ず和合和睦の思いを生ずべし」と示され、人びとの悲しみも苦悩も我が事のように受け止め、相和して生きることをお説きです。

本年も四摂法の「同事」を実践の柱として、分かち合い、支え合い、思いを重ね合って、人と人との繋がりを深めてまいりましょう。

道元禅師は「この法は、人人の分上にゆたかにそなわれりといえども、いまだ修せざるにはあらわれず」と示され、み教えを、ていねいに日々の生活の中に生かしていくことをお諭しです。

仏さまに手を合わせ、坐禅に親しみ、世界中の人びとが誰一人取り残されることなく、安らかに暮らせるよう、祈り、念じ、皆ともに菩薩行を進めてまいりましょう。

令和六年には大本山總持寺開山太祖瑩山紹瑾禅師七〇〇回大遠忌が奉修されます。この遭い難きご法縁を感謝しともどもにご信心をさらに深めていただくことを願ってやみません。

合掌

南無釈迦牟尼仏
南無高祖承陽大師道元禅師
南無太祖常済大師瑩山禅師

令和四（二〇二二）年四月一日

曹洞宗管長　石附周行

令和四年度　布教教化方針

曹洞宗の布教教化は、一仏両祖のみ教えを実践する中で、信仰の生活から生まれる深い喜びと安らぎを願い、その実現を目指すものです。

本年度の布教教化方針は、管長告諭の「世界中の人びとが誰一人取り残されることなく、安らかに暮らせるよう、祈り、念じ、皆ともに菩薩行を進めてまいりましょう」とのお言葉を受け、これまで推進してきた「禅の実践」「一仏両祖への帰依」「菩薩行の実践」と共に、「菩薩行の実践としてのＳＤＧｓ（エスディージーズ）への取り組み」を推進することといたします。

宗門においては長い間「人権・平和・環境」のスローガンのもと、さまざまな取り組みがなされてきました。これらは貧困や差別、環境や平和の問題を包括的に理解し、連携して取り組もうとするＳＤＧｓと、理念を共有するものです。世界中の人びとのために、次世代の「いのち」のために、身近な生活を振り返り自分が出来ることを考え、歩みを進めてまいりましょう。

ＳＤＧｓへの取り組みと同じく、部落差別をはじめとするあらゆる差別の根絶、平和な世界の実現、地球環境の保全、東日本大震災及び原発事故、また多発する災害の被災地支

援、自死問題への対応などの取り組みも引き続き進めてまいります。

その基軸となる指針として、以下の項目を定めます。

一、禅の実践をすすめます。

私たちは、寺院の内外を問わず、さまざまな機会において坐禅の実践をすすめます。より多くの方が坐禅に親しめるよう、いす坐禅をはじめ、インターネットを活用した坐禅会や動画の配信等を通して、坐禅の普及につとめます。

不安で落ち着かない社会の中にあっても、身と息と心を調える坐禅を中心とした「禅の生き方の実践」が、智慧と慈悲を育み、確かな人生の基軸となることを人びとに伝えひろめます。

二、一仏両祖を敬い、おとなえの普及につとめます。

私たちは、日々「南無釈迦牟尼仏」「南無高祖承陽大師道元禅師」「南無太祖常済大師瑩山禅師」とおとなえし、そのみ教えを学び、日々の行いに生かしていくことの大切さを伝えていきます。

三、『修証義』「四大綱領」に基づく菩薩行の実践をすすめます。

私たちは、本宗の教義である『修証義』「四大綱領」に基づき、布施・愛語・利行・

同事の四摂法に代表される菩薩行の実践をすすめます。
世界中の人びとの幸せと安寧を願い行動することが、自身を菩薩として成長させる大切な修行になること、更には自分自身の深い喜びと安心につながることを伝えていきます。

四、人と人とのつながりを大切にして、全ての人びとが救われる関係づくりを目指します。
私たちは、寺院を場とした教化活動にとどまらず、積極的に地域社会に働きかけることで、人びとの悲しみや苦悩に学び、寄り添い、支え合う関係を築けるようつとめます。人と人との接触が制限される状況にあっても、手紙や電話、インターネットなどのさまざまな方法を活用して、分断の無い、こころが通う温かな関係を大切にします。
また、仏事が簡略化されがちな世情の中で、改めて、生き死にを超えたつながりの大切さを伝え、出来る限りのご供養が営めるよう力を尽くします。

※ＳＤＧｓ（Sustainable Development Goals）は「持続可能な開発目標」と訳され、二〇一五年の国連サミットで加盟一九三ヵ国の全会一致で採択された「貧困や飢餓の解消」「平和的社会の実現」などに関連する十七の課題を、統合的・包括的に解決していこうとする国際目標です。

曹洞宗における信心に関する諸問題

―多様な宗教情勢に惑わされないために―

目　次

〈令和三年度〉
一、はじめに
二、実態の把握と問題発生の要因
三、『曹洞宗宗制』の規程
四、曹洞宗における信仰の土台
〈令和四年度〉
五、前年度の概要
六、曹洞禅の基線と特性
七、曹洞禅と他の教えとの違い
八、おわりに

五、前年度の概要

前年度（令和三年度）と今年度（令和四年度）の現職研修会・寺族研修会は、「曹洞宗における信心に関する諸問題―多様な宗教情勢に惑わされないために―」を統一のテーマとしています。研修内容の中で特に重要となるのは、昨今の新宗教・新新宗教（以下、新宗教）やカルト団体などの動向、及びこれらで説かれるところを含めた、本宗以外の教えに対する曹洞宗教団関係者（主に教師・寺族・後継者）の認識や姿勢になります。両研修会で共通の問題を扱い、同じ年度に開催するのは、はじめての試みといえましょう。このような態勢となったのはさまざまな理由によりますが、とりわけ次のような状況が大きく影響しています。

まず、少子化や高齢化（人口減少）などの影響もあり、近年は新宗教などの活動が積極化していると見られます。たとえば、昨年、某県某市で開かれた成人式（オンライン）では、新成人の代表に選ばれた人物が某新宗教の信者であり、代表スピーチの際に、突然、事前に予定されていた内容を無視し、自分が所属する新宗教の教えを高らかに語りました。この事態に関する同市の対応としては、「事前に確認していたスピーチ内容（原稿）と異なる」という認識のもと、公開予定の動画から該当部分を削除しただけでした。しかし、新宗教側は、「その新成人は本教団の学生であり、成人式という公の場で自らの信仰を熱心に語ったことは素晴らしい」と評し、当事者に対して最大級の

賛辞を送ったのです。なお、某メディアは、「この状況は特定の宗教による〝成人式ジャック〟といえる。公の場を利用した騙し討ちのようなもの」と批判し、新成人や新宗教の態度について厳しい見解を示しました。

次に、近年は、伝統仏教教団に向けた新宗教側からの接近が盛んになってきていると見られます。各寺院などに対する新宗教の接触は、かねてより見られました。ただし、その大部分は檀信徒などにとどまっていたと思われます。けれども、近頃は宗教の主体者（住職・寺族・後継者など）への接触・布教・説得・勧誘などが頻繁に行われているといえます。某新宗教では、伝統仏教教団の寺院に信者を赴かせ、住職や寺族に自らの教えを説いて勧誘することが「修行」の一つとしてカリキュラム化されているとのことです。この活動を実践した信者は、教団内部でのステータスが上がり、もしも勧誘に成功したならば、確固とした地位が保障されるような仕組みになっているとさえいわれています。また、住職や寺族に対する直接のアプローチがなかったとしても、目に見えないところでは、以前にも増して、檀信徒に対する勧誘が行われていることも想定しておかなければなりません。実際、「ある日、檀信徒から唐突に墓地の移転や離檀の話を持ちかけられた」という報告も寄せられております。これは、一部の地域に限られることではなく、全国的に見られる問題です。

さらに、新宗教側の勧誘方法には、極めて注意すべき点が見られます。新宗教側にとって、最も有益であり、かつ効率的な方法は、「住職や寺族といった寺院の担い手を信者にすること」と考えら

れます。なぜなら、寺院の担い手に信仰を抱かせることができれば、その人を利用し、寺院を使って活動の範囲を広げられます。また、住職などに自らの教えを説かせることにより、その寺院の檀信徒を信者にすることが可能となるのです。こうなってしまうと、住職・寺族・後継者・檀信徒という、寺院の全てが新宗教に取り込まれてしまうことになりかねません。事実、このような手法は、一九九〇年代に勢力を伸ばしていた新宗教やカルト団体で行われていたとされます。新宗教などが接触してくる背後には、少なからず相手側の強い意志や思惑が潜んでいる可能性を予測しておかなければならないでしょう。

近年の事例に基づくと、新宗教などが寺院の担い手を引き入れる方法には、大きく分けて二つの傾向が見られます。一つは、住職や寺族などに直接接触する方法です。こちらは、新宗教などの信者がさまざまな手段を駆使して、直接、寺院の担い手を勧誘し、教えを信じ込ませ、信者とします。もう一つは、寺院内部のものと特に親しい人物（親友など）を経由する方法です。最初に、寺院側と親密な関係にある人物を勧誘し、信者にします。そして、信者になったその人が住職や寺族などを誘うように仕向けるのです。

この二つの手段は、新宗教などと接触するきっかけが、直接的か、間接的か、という点で異なります。しかし、両者には共通する問題点が潜んでいます。それは、住職や寺族などが新宗教の教えに触れて信仰を抱いてしまった場合、同じ寺院内のものや檀信徒を説き伏せたり、勉強会と称する

セミナーに同行させたりするようになることです。こうなると、問題の中心が、寺院の対外的な面から、対内的な面へと移ることになります。

ここに、本テーマが両研修会の共通課題として設定された目的があります。現在、曹洞宗寺院の多くは血縁相続ですから、大多数の寺院の内部関係は家族といえます。新宗教などとの接触があったとき、最も重要な位置を占めるのは、普段の生活状況や、家族間の日常会話になります。よくいわれるような、「自分は大丈夫だと思っていた」「気がついたときは、すでに遅かった」というような事態にならないよう、日ごろのやり取りをとおして、意識的なそなえをしておくことが大切になります。日々の中で、今回の研修内容や感想などを話し合い、問題意識を高めるとともに、お互いの認識を共有していただければ幸いです。

以上のような趣旨のもと、前年度は、最初に、「実態の把握と問題発生の要因」として、実際に全国で起きた事例、及び人々が新宗教などに傾倒してしまう原因について確認しました。情報を集めてみると、一般を含めて、さまざまな状況が見られました。そのため、特に伝統仏教教団の担い手（住職・寺族・後継者など）が新宗教やカルト団体に傾倒してしまったり、入信してしまったりした事例に注目しました。その中には、情報が制限されている内容もあったため、書誌（『月刊住職』興山舎など）において世間的に公示され、広い範囲で問題の詳細が把握できるものを五つ取り上げた次第です。各事例を見てみます。

〈実例の概要〉

一つ目は、某宗派の教師（副住職）と寺族（副住職の妻）が世界基督教統一神霊教会（以下、統一教会）に入信してしまった事例です。統一教会はカルト団体とされており、欧州（フランス・ドイツなど）では、法律によってセクト（カルト）と定められています。特に注意されるのは、「僧侶（宗教者）の入信者や協力者を増やすことにより、影響力を拡大しようと目論んでいること」といわれます。なお、現在は名称を変え、世界平和統一家庭連合などと自称しています。さらに、宗教者平和大使協議会（平和大使協議会）を創設し、宗教者平和大使フォーラム（超宗教フォーラム）を立ち上げた経緯があります。

この事例では、はじめに寺族が友人の誘いによって入信してしまいました。副住職は、当初、寺族を脱会させようと尽力していたとされます。しかし、説得のためにセミナーに同行する中で、自身も信仰を持つようになってしまったということです。さらに副住職は、「職業と信仰とは別である。そのため、仕事として寺院の務めは続けるが、統一教会の信仰は捨てない」という意志を持っているとのことです。ちなみに『月刊住職』は、この事例について、「統一教会ははじめから副住職を洗脳する目的で接近してきた」と指摘しています。

二つ目は、某宗派の寺院（以下、A寺）が、単立化の後、浄土真宗親鸞会（以下、親鸞会）に譲渡されかねないという事例です。親鸞会は、浄土真宗本願寺派（以下、本願寺派）の僧侶であった

高森顕徹（一九二九～）が、同宗派に対する批判をもって興した団体です。本願寺派からは、「異安心」として非難されており、世間的にはカルト的な組織と見なされています。

A寺は、人口減少・過疎化などの問題が積み重なり、経済的な困難から今後の維持が難しい状況にありました。そのため、県や包括法人に合併・解散の相談をしていたとされます。当初は、行政などの適切な対応を期待していたようです。しかし、実際はNPO法人などへの譲渡を勧められるばかりで、有効的な提案は示されなかったとされます。その時、親鸞会が親身になって協力してくれたため、単立化の後、同会に譲渡する意向ということです。

三つ目は、本宗の教師（以下、B師）が統一教会に入信し、同教会の重要な役職にも就いていた事例です。統一教会の概要については、先述したとおりです。B師は、かつて同教会が立ち上げた宗教者平和大使フォーラムの会長を務めていました。また、宗教者平和大使協議会の中央副会長にも就任していました。B師が入信したきっかけは、息女が信者になったこととされます。まず、友人の勧誘によって息女が入信しました。B師は、当初、息女の脱会を試みていたようですが、統一教会の教えを聞くうちに心惹かれ、次第に傾倒するようになってしまったということです。

四つ目は、本宗の教師（以下、C師）が小林正観（一九四八～二〇一一）の主張を信奉し、活動に協力していた事例です。小林正観は、文筆家・心学研究家とされ、自己啓発・スピリチュアル・超常現象・人間の潜在能力などに関する講演活動などを行い、さまざまな方面に影響力を拡大した

人物です。亡くなった後も信奉者や支援者が活動を続け、講演会や出版物の販売などを行っています。C師は、長らく小林正観の主張を信じていたとされます。ときには、仲間の信者に施食会の講話を務めさせたり、寺院内でグッズや書籍を販売したりするなど、団体の活動に寺院を提供していたとのことです。こうした状況に対し、同寺の護持会が懸念を抱き、宗務所に実状を訴え出ました。これにより、一ヶ寺では収まらない問題に発展してしまったのです。

五つ目は、本宗の寺院（以下、D寺）の住職（以下、E師）が日本テーラワーダ仏教協会（以下、T協会）に傾倒し、積極的な協力を行うようになった事例です。T協会は、一九九四年にスリランカ出身の僧侶アルボムッレ・スマナサーラ長老（以下、スマナサーラ長老）を囲む信徒を中心に設立され、二〇〇三年に宗教法人として登記された上座仏教系の宗教団体です。概要については、前年度のテキストに記したとおりですが、特に留意すべき点があります。T協会は「テーラワーダ仏教」の名を冠してはいるものの、学術的に見ると在地のテーラワーダ仏教（上座仏教）とは異なる面が多いため、歴史的なテーラワーダ仏教とは相容れないという評価があることです。いわば、テーラワーダ仏教を土台としながら、実際は日本で独自に発展した、「テーラワーダ仏教を標榜する団体」と見なされる場合があるということです。そのため、宗教学的には、新宗教に振り分けられることもあるのです。

T協会との親密な関係が取りざたされたのが、某県に所在する本宗のD寺です。住職のE師は、

T協会（スマナサーラ長老）の熱心な信奉者でした。その活動に境内や伽藍を提供し、定期的にT協会の信者を対象としたスマナサーラ長老の講演会や瞑想会などを開催していたということです。また、曹洞宗のお経とT協会の教えとを併せた独自の経本を作成したり、落慶法要にスマナサーラ長老を招いて役に就けたりするなど、積極的な支援を行っていたとされます。このような状況に対して、護持会の会長（責任役員・総代）が疑念を抱き、D寺の責任役員であったF寺の住職（以下、G師）に相談を持ちかけました。現状を重く見たG師は、檀信徒の不安や懸念を慮り、宗務所に報告したところ、是正に向けた対応が行われたということです。

以上、五つの事例をとおして、新宗教などへの傾倒や入信に関する実態を確認しました。ただし、これらは氷山の一角に過ぎません。さらに、スピリチュアル・ヨガ・マインドフルネスといった、「宗教的なもの」への欽慕までをも含めると、問題の範囲は量り知れないものとなります。

では、なぜこうした事態が起こるのでしょうか。そこには、どのような原因があるのでしょうか。さまざまな事例などを分析すると、おおよそ次の六点が浮かび上がってきます。

〈問題が生じる原因〉

一は、宗教者自身の「信心（しんじん）の決定（けつじょう）」に関することです。端的にいえば、宗教者自身が、自分の所属する宗派（教団）の教えに対して、信仰を持てていない、心が定まっていないということです。

二は、自らの力量を高めようと思い、兼学の（勉強する）つもりで他の教えなどと接触しているうちに、相手の主張に感銘を受け、傾倒してしまうことです。

三は、十分な精査もなく、布教教化などに使いやすい「世間の流行」や「（自分が）わかりやすいもの」を安易に取り入れることです。最初は多くの人を集める「手段」として導入していたはずのものが、気がつけばそれ（手段）を行うだけで満足するようになってしまい、ついには自宗の教えよりもその「流行」「わかりやすいもの」が（布教教化などの）中心になってしまうということです。いわば、「よりよき布教教化」という「目的」を達成するための「手段」であったはずのものが、いつの間にか「目的」にすり替わってしまうということです。

四は、自宗の宗旨や教義についての基本的な理解を深め、その特徴や他の教えとの違いなどを、しっかりと見極める必要があるということです。

五は、昨今のブームといえる、自己啓発やスピリチュアル、あるいはヨガ（ここでは、伝統的な宗教行法ではない、単なるエクササイズや瞑想などを行うヨガのこと）やマインドフルネスといった「宗教のようなもの」の影響です。特に、ヨガやマインドフルネスは、世間的な需要があります。しかも、瞑想の姿形が坐禅と似ているため、参加者を増やす目的で坐禅会などに活用されることも少なくありません。ところが、はじめは坐禅を勧めるきっかけであったはずのヨガやマインドフルネスが、次第に活動の中心になってしまっている状況も見られます。さらには、これらと坐禅とが

混同され、場合によっては同一視されたり、「坐禅の新境地」であるとか、「最先端のあり方」などと語られたりすることもしばしばです。

確かに、ヨガやマインドフルネスには一般からの需要があり、その看板を掲げることで人が集まる可能性は高まります。しかし、これらは本来的に坐禅とは異質なものであり、本宗の教えとは異なることを肝に銘じておく必要があります。しかも、あまりにもヨガやマインドフルネスが前に出てしまうと、坐禅会の参加者などに、「曹洞宗の実践＝ヨガ」とか、「曹洞宗の坐禅＝マインドフルネス」といった誤解を与えてしまう恐れも考えられるのです。

六は、人口減少や過疎化などの社会的な問題が影響し、寺院の運営が逼迫することです。すでにその影響下にある寺院は数多く存在しますが、維持や存続が困難になった寺院を獲得しようと目論んでいる新宗教やカルト団体はいくつもあります。そればかりでなく、反社会勢力による接触も報告されています。これらは全て、各寺院が有している「宗教法人格」の獲得を目的としているといえます。中には、多額の譲渡金額を提示されたことにより、二つ返事で唯諾（いだく）してしまった事例も確認されています。こうした寺院の多くは、後に犯罪の温床になってしまう傾向にあります。それは、宗派自体が世間から、「あの宗派（曹洞宗）は犯罪に加担している」と見られることにつながります。今のうちから、危機管理の意識や、確かな見識を養っておく必要があるでしょう。

これまで、実際の事例に基づき、新宗教などに傾倒したり、入信したりしてしまう原因について

見てきました。ただし、さまざまな事情が確認されるため、この六つが全てではありません。では、本宗においては、関係者が新宗教などに傾倒することを、どのように見ているのでしょうか。『曹洞宗宗制』（以下『宗制』）に基づいて確認してみます。なお、具体的な「曹洞宗規程」（以下「規程」）の条文は前年度のテキストに掲載したため、ここでは要点を絞って記すこととします。

〈『宗制』の定め〉

『宗制』は、曹洞宗の法規といっても過言ではありません。全体は、「曹洞宗宗憲」（以下「宗憲」）・「宗教法人曹洞宗規則」・「規程」・「付録」の四つで構成されています。この「規程」の中、「総務部関係規程」に、「曹洞宗懲戒規程」（以下「懲戒規程」）があります。

「懲戒規程」では、宗内擯斥・分限剥奪といった処分の種別（五種類）とともに、処分の対象となるさまざまな行為が記されています。このたびの問題については、特に次の条項が関係するといえます。

◇宗旨に違背し異説を唱えて管長若しくは貫首の教裁に遵わず、又は他の教説を信奉する等、本宗の目的に違反する行為があった者（第八条の二）

◇違規の法要を修行した者（第一一条の六）

◇正当な理由がないのに、境内地又は境内建物を目的以外の目的のために使用し、又はさせた者（第一三条の二）

こうした規定からしても、新宗教やカルト団体の主張はもとより、他の教えを信奉したり、傾倒・入信したりすることは、本宗に身を置くものとして相応しくないあり方といえます。

〈信仰の土台〉

また、『宗制』では、本宗に身を置く上で、「信仰の礎」となる基本的な事項も記されています。主に、「宗憲」に記されている宗旨や教義などの内容が対象となります。

◇本宗は、釈迦牟尼仏から以心伝心正法を嫡嗣し、歴代の諸祖が相続不断に継承してきた伝統をもつものである。（第二条）

◇本宗は、仏祖単伝の正法に遵い、只管打坐、即心是仏を承当することを宗旨とする。（第三条）

◇本宗は、修証義の四大綱領に則り、禅戒一如、修証不二の妙諦を実践することを教義の大綱とする。（第五条）

これらは、宗教法人である本宗の基本的な姿勢を表明するものといえます。いわば、新宗教など、他の教えに対する、われわれの矜持として受け取られましょう。また、こうした宗旨や教義に基づいて、儀礼や教化のありようも記されています。そこでは、「本宗の儀式は、基本的に仏祖の示訓、及び『曹洞宗行持軌範』によるべきこと」であるとか、「本宗の教化は、全ての曹洞宗関係者の責務であり、坐禅や言説（説教・法話など言葉を用いる方法）などによって行うこと」などが定められています。

もちろん、宗教的な信心というのは、こうした規則・規律などによって養われるばかりではないでしょう。最終的には、自身の経験や心持ちから生じるものと思われます。しかしながら、これらの規定は、本宗に身を置く上で一つの標準となるものです。その意味において、原則として把握しておく必要が求められます。

道元禅師が『正法眼蔵（しょうぼうげんぞう）』「礼拝得髄（らいはいとくずい）」巻の中で、「髄をうること、法をつたふること、必定（ひつじょう）して至誠により、信心によるなり」と示していることに照らしても、信心は、釈尊の教えが歴代仏祖の手によって、いま、ここに伝わり、こんにちに本宗が根付いていることの土台といえます。それは、「曹洞禅に対する信心が、いまのわれわれを支えている」ということに他ならないでしょう。上述のような新宗教などへの傾倒の状況を見ますと、いま、改めて信心の重さを熟思する必要があると思われます。

六、曹洞禅の基線と特性

それでは、本宗の礎となる教えの根幹とは、どのようなものなのでしょうか。ここでは特に、「行（修行）」に対する認識や理解に注目し、先に記した「宗旨」や「教義」のさらに奥に根差している、曹洞禅（本宗の禅）の根本的な姿勢や特徴をとらえたいと思います。

〈修証一等・証上の修〉

「行」について、曹洞禅の基礎となる立場は、道元禅師が説かれた、「修証一等（しゅしょういっとう）」「証上の修（しょうじょうのしゅ）」といえます。これらはともに、道元禅師が中国より戻られた後、はじめて和文（仮名）で著された「弁道話（べんどうわ）」の教えに基づく言葉です。なお、同じような意味の言葉として、しばしば「本証妙修（ほんしょうみょうしゅう）」という語句を耳にします。しかし、これは「修証一等」「証上の修」とは異なり、道元禅師が明示されたものではありません。また、瑩山禅師が説かれたものでもありません。「弁道話」の一部分にのみ、「本証」や「妙修」という単語は見られますが、両祖の著作の全体をとおして、「本証妙修」という成句は存在しないのです。

では、なぜこの言葉が本宗の中で使われるようになったのでしょうか。その理由や発端は定かではありませんが、明治期に発行された『曹洞扶宗会雑誌』第一号（明治二一年一月二九日）には、

「本証妙修」が頻出します。また、上図のとおり、同誌の見返しには、「本証」と「懺悔滅罪・授戒入位」、及び「妙修」と「発願利生・行持報恩」が結ばれた上で、さらにこの二つが「修証不二」としてまとめられた標識が掲載されています。加えて、『修証義』の礎を築き、同誌の編集長も務めた大内青巒居士の『修証義講話』にも「本証妙修」が散見されます。こうしたところから、「本証妙修」は、本宗の伝統的な言葉ではなく、明治初～中期以降、具体的には大内青巒居士あたりから宗内で広く用いられるようになった言葉と見られているのです。そのため、このたびは、本宗の伝統的な要語といえる、「修証一等」と「証上の修」に軸足を置くこととします。

それでは、「修証一等」「証上の修」の基本的な意味や、その関係性をひもといてみます。両語の源である「弁道話」には、次のように記されています。

仏法[1]には、修証これ一等なり。いまも証上の修なるゆえに、初心の弁道すなはち本証の全体な

り。

「弁道話」（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、一一頁）

まず、「弁道話」は大きく分けて、①道元禅師の説示（せつじ）（序説）、②一八種類の問答（一九種類に区分されることもある。道元禅師の自問自答）、③道元禅師の説示（結語）の三段で構成されています。この文章は、②一八種の問答の中、「正しき坐禅・修行のあり方や、とらえ方」を主要テーマとする第七番目の問答に見られます。[2] 第七問答では、はじめに、「坐禅は、さとっていないものが、さとりを得るために行うこと（手段）であって、さとったものには不要ではないか」という問いが設定されています。この問いに続けて、道元禅師の答えが記されています。先の文章は、答えの中の一文となります。そのため、「修証一等」「証上の修」は、坐禅の本質、その正しき理解やあり方を表す言葉といえるのです。ただし、曹洞禅（禅）は、坐禅のみならず、日常のあらゆる行いにさとりの実現を見出し、その境地の実修実証を旨とします。従って、「修証一等」「証上の修」というあり方は、現実の坐禅だけでなく、究極的には一つ一つの行いの全てに展開することになるのです。

さて、「修証一等」を簡潔にいえば、「修行と証果（しょうか）（さとり）は、一つであり、等しい」というほどの意味です。先述した第七問答の問いのように、通例、修行は証果にいたる（さとりを得る）ための手段として理解されます。つまり、多くの場合は、「修行によってさとる」と弁えられるのです。しかし、曹洞禅においてはそうではありません。修行と証果は別のものではなく、修行は証果を実

証するもの、証果は修行によって発露するものとして、等しくとらえます。いわば、修行は証果に裏付けられた仏法の具現であり、証果は修行の当処にはじめて真実として発現するということです。

このような「修証一等」の修行は、単なる手段やトレーニングではありません。証果の発揮であり、実現であり、法と自己とが一つであることの証明に他なりません。そのため、この修行をもって「妙修（みょうしゅう）」と称します。そして証果は、修行を妙修たらしめる真実の礎とされるのです。

〈八九成の行〉

こうした「修証一等」において、修行と証果の関係は、「修を離れぬ証、証を離れぬ修」となります。そのため、修証（妙修）に窮まりはなく、際限もないことになります。よく、「修行に完成（終わり）はない」などといわれるのも、このためです。つまり、曹洞禅とともに歩む命終までの（命終に到っても）一日一日、一瞬一瞬の行いが、全て修証であり、さとりの実証であり、仏法の具現であるということです。従って、道元禅師は、修行上のある一点のみをもって十成（じゅうじょう）（円満な完成）と見なさず、常に八九成（はっくじょう）（八割九割の成就＝先がある）と説かれます。修証（妙修）においては、この点が非常に重要であり、要点になります。

「八九成（先がある）」とは、要するに「伸び代がある」「さらなる向上の余地がある」という意味です。一瞬であっても十成として円満に成就し（たと思い）、そこに安住してしまえば、その瞬間に

修行は停滞し、自己の向上はかなわないことになります。古来、禅では、とりわけこのあり方に注意が払われてきました。禅語で「百尺竿頭進一歩」といわれるように、――たとえ十成であったとしても――いつも自己の仏道を「八九成」と銘じ、向上的に歩みを進めることが禅者の基本であり、至当なあり方と見たのです。道元禅師はこの点を重んじ、「仏向上」や「証仏」[3]などと示されました。この境涯を最もよく表しているといえるのが、『正法眼蔵』「現成公案」巻の文章です。

諸仏のまさしく諸仏なるときは、自己は諸仏なりと覚知することをもちいず。しかあれども証仏なり、仏を証しもてゆく。

「現成公案」巻（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、三一頁）

この文の意味を簡潔にいえば、「仏が真に仏であるときは、〈自分が仏である〉と自覚したり、認識したりすることはない。けれども、自分自身の全てでもって、仏（としての真実のあり方）を実証し、体現し、証明してゆく、〈証仏〉としての仏である」ということです。

ここでいう「証仏」とは、「而今（いま）に釈尊のさとりを無窮に実証している仏」というほどの意味です。ただし、その証仏（としての自己）は、自分自身を「仏」と自覚することはありません。ひたすらに、仏としてのあり方を営むのみであると道元禅師は説きます。

仏であるということは、自身が判断することではないということです。自身は、ただひたすらに、仏法に照らされ、仏の教えを実践してきた仏祖（ぶっそ）の行いに基づき、そのあり方にかなうように、仏道を歩むのみであるとされます。だからこそ、道元禅師は「証仏」というのです。また、この「証仏」とは、「仏の行いを実践するもの（＝仏）」という意味で、「行仏（ぎょうぶつ）」ともいわれます。

このため、道元禅師の説く修証（妙修）は、「仏向上（仏の向上）」であり、真理を実践する「さとりの位における行道」として、仏に親しく同ずる「証上の修」とされるのです。

「証上の修」とは、よく「さとった上での修行」とか、「悟後の修行」などと理解されます。確かに、そのような解釈も成り立ちますが、「修証一等」という教えからすれば、そればかりに限られません。

「弁道話」のはじめには、次のように記されています。

この法【妙法】は、人人の分上にゆたかにそなはれりといへども、いまだ修せざるにはあらはれず、証せざるにはうることなし。

「弁道話」（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、一頁、【　】は補足）

道元禅師は、「いまの我々は、すでに仏法に照らされている」「仏のさとりの中にある」という立場を前提とします。いわば、何よりも先に法があると見ているのです。この見方は、仏（釈尊）に

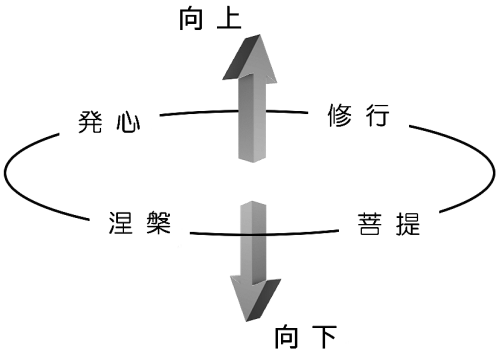
対しても同様です。仏（釈尊）は、世においてはじめて真理をさとり、真理を説いた存在とされるのです。これを、法前仏後とか法先仏後などといいます。また、仏祖は、仏（釈尊）のあり方に基づきながら、同じように仏法をさとり、証明し、実証し、後世に（一器の水を余すことなく一器に注ぐように）伝えてきた存在とされます。「証上の修」とは、こうしたまなざしに基づき、「法に照らされ、さとりの中にあるいま（＝証上）になされる、真理・仏祖のさとりを実証する修行（＝修証）」というほどの意味に理解されます。従って、「証上の修」は「仏道を歩む真実のありよう」として、「修証（妙修）」に通じることになります。

〈行持道環〉

さて、道元禅師はこうした修証（＝妙修）について、著述の各所で「行持道環（ぎょうじどうかん）」といい、論理的にも示しています。例えば、『正法眼蔵』「行持（ぎょうじ）（上）」巻は、次のようにはじまります。

仏祖の大道、かならず無上の行持あり、道環して断絶せず、発心・修行・菩提・涅槃、しばらくの間隙あらず、行持道環なり。

『正法眼蔵』「行持（上）」巻（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、四〇五頁）



ここに記されているように、道元禅師は、発心から涅槃（成仏）までが円環のようにわずかな間隔もなく行持（修証の当処）に具現され、向上（仏向上、自己の練磨）と向下（法の敷衍）のはたらきを見せるとされます。通例、発心から先は、「発心し → 仏道に入って修行を進め → さとりを得て → 仏となり解脱する」と理解されます。しかし、道元禅師はそのように見ません。発心からさとりまでがわずかな隙間もなく「即」の関係で結ばれ、その全体が自己の行履に現れるというのです。試みに、これを図式化してみると、上図のようになります。ここで注意しておかなければならないことは、発心から涅槃までは、互いに結ばれてはいますが、「一体ではない」ということです。発心は発心、修行は修行などとして、各々は個別に立ちながら、それぞれが離れずにあるのです。

そして、この修証（行持道環）は、「幾度となく発現するもの」と道元禅師は説いています。たとえば、『正法眼蔵』「発菩提心（発無上心）」巻では、「発心は百千万発であり、修証も同様である。発心は一度だけ、修行は量り知れず、証果も一つのみと見るのは、仏法に正しく参じていない」（宗務庁版『正法眼蔵』中巻、三六五頁、意訳）と、行持道環のありようが示されています。要するに、

行持道環の修証（妙修）は、「一続きの直線的な自己の営みにベッタリと張り付いているもの」と理解されるのではなく、「修行（修証）の一瞬一瞬に発せられるもの」ととらえられます。いわば、図のような行持道環のまとまりが、数珠のようにつながっているようなものです。

このような、常に法とともにある「修証一等」「行持道環」の境涯において、修行は証果と離れることのない修証（妙修）となります。そのため、はじめから証果（さとり・真理）を実証する仏行（証上の修）となります。従って、向上や深まりはあっても、修行（修証）の初・後に優劣が立つことはありません。法に合致するよう、仏の教えに従い、仏祖の行履（さとりの行い）に基づき、坐禅を中心として仏道を歩み続けている以上、どの時点においても、その時々にかなって自己は証仏であり、行仏であり、実践によって正法を実現し、これを発揮させることになります。これは、正師の如浄禅師によって示された教えでもあります。道元禅師は、歴代の仏祖が正しく伝えてきた釈尊の成道の境地が、「正伝の仏法」として而今（いま）の修行に現成（円かに現れる）すると見極め、これを本旨とします。だからこそ、先述した「弁道話」の文章に記されているとおり、「仏法には、修証これ一等なり」として、仏道の本質を「修証一等」と看破したのです。このまなざしによれば、修行（修証＝妙修）は、正法とされる真理・仏祖の営みに照らされ、導かれ、自らが日常底（仏道を歩む中の日々の行い）に実践する、「さとりの証明」「仏法の身体化」に他なりません。ここに、道元禅師が説き、いまのわれわれが実践する、曹洞禅の基礎があるといえるのです。

〈曹洞宗禅における坐禅の特徴〉

ときに、曹洞禅の行（修行＝修証）は坐禅を根本とします。この点については論ずるまでもありませんが、只管打坐・身心脱落などといわれるように、曹洞宗の坐禅にはいくつもの特徴があります。ここでは、次の四つの点に注目し、坐禅に関する理解を深めてみたいと思います。四つとは、第一には「云為」であること、第二には「莫図作仏」であること、第三には「自性を認めない」こと、第四には「仏祖の坐禅」であることです。

云為の禅

第一の「云為」とは、「恣意的ではない、自然なはたらき」というほどの意味です。一歩進めていえば、「法に導かれ、自ずとなされる仏道の歩み」ということです。対義語は「強為」です。

上述のとおり、道元禅師は、「法に照らされ、導かれている」という立場を前提として、仏道の本質（道理）としての「修証一等」や、その真実のありようとして「証上の修」を高調します。われわれは、こうした真理を実践する「証仏（行仏）」としてあるべきことを明示しています。この志向は、坐禅をはじめとする修行（修証＝妙修である日常の行いの全て）の全体に及びます。しかも、その見方は、いまの自己（われわれ）だけに限られるものではありません。「歴代の仏祖も、みな、

そのようであった」というのです。たとえば「弁道話」には、次のようにあります。

ここをもて、釈迦如来・迦葉尊者、ともに証上の修に受用せられ、達磨大師・大鑑高祖、おなじく証上の修に引転せらる。

「弁道話」（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、一一頁）

ここに記されているように、釈尊や摩訶迦葉尊者をはじめ、達磨大師や慧能禅師も、「証上の修」に方向づけられ、牽引され、さとり得たとされます。いわば、修行（修証＝妙修）は、真実のありよう（証上の修）によって推し出され、実現されるということです。坐禅に重ねてみると、自分が坐っているのではなく、「仏法のはたらきによって、修証一等・証上の修という真実の境地（仏の境涯）に坐らされている」と理解されます。それは、坐禅に何らかの効果を求めたり、坐禅を何かの道具（手段）にしたりするような方向ではありません。まして、「坐禅によって仏に成る」というような見方でもありません。このような見方は、全て、「わたくしが～」という、自分の意識によって仏法や坐禅をとらえる「強為」のあり方になります。曹洞禅は、自己を先とする「自己 → 仏法・坐禅」という向きではないのです。この点については、第四の「仏祖の坐禅」にも関係します。

莫図作仏

第二の「莫図作仏」は、「作仏を図る（こと）莫かれ」などと訓みます。簡潔にいえば、「仏に成ろうとする図らいがない」という意味です。これは、南岳懐譲禅師（師）と馬祖道一禅師（弟子）との問答に由来する言葉です。ある時、南岳禅師が坐禅をしている馬祖禅師のところに赴き、次のような問答を交わしました。

南岳禅師「お前さんは坐禅をしてどうなろうというのかね」

馬祖禅師「仏になります」

南岳禅師「なるほど」

そういって南岳禅師は、不意に瓦を取り、石に当てて磨きはじめた。

馬祖禅師「お師匠さま、何をされているのですか」

南岳禅師「なに、瓦を磨いて鏡にしようと思ってな」

馬祖禅師「瓦を磨いて鏡になるわけがないでしょう」

南岳禅師「そのとおりだな。では、お前さんは、坐禅をしてどのように仏に成るというのだ」

馬祖禅師「…。何が正しいあり方なのでしょう」

南岳禅師「たとえば、牛車が進まないとき、車を叩くのと、牛を叩くのと、どちらが正しいと思うかね」

馬祖禅師「……。」

南岳禅師「お前さんは、坐禅を学んでいるのか、それとも坐仏を学んでいるのかな。もし坐禅を学んでいるというのなら、禅というのは坐ったり横になったりすることではないぞ。もし、坐仏を学んでいるというのなら、仏には定まった姿形などないぞ。仏とは、仏法に住まう（身を置く、一体となっている）、何ものにもとらわれない真理（のありよう）なのであって、取ったり捨てたりしてはならないのだ。お前さんが、もし坐仏するというのであれば、それは仏を殺すことになる。もし坐禅の姿形にとらわれるのであれば、真理に到達することなどできないぞ」

『景徳伝灯録』巻五「南岳懐譲章」（『大正新脩大蔵経』五一巻、二四〇頁、下段、意訳）

このやり取りは、従来、「磨甎作鏡（ませんさきょう）」とか「南岳磨甎（なんがくません）」などといわれ、禅の重要な問答の一つに数えられています。道元禅師も著述の随所に引用しており、特に『正法眼蔵』「坐禅箴（ざぜんしん）」巻（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、三六七頁以降）に詳しく掲載されています。

問答の要点は、坐禅に対する「とらわれ」や、坐禅を「仏に成るための手段」とする見方を打ち払うところにあります。そもそも、禅に限らず仏教では、煩悩の原因となる、ものごとに対するとらわれ（執着（しゅうじゃく））を退けます。いうまでもなく、坐禅は釈尊以来の伝統的な修行方法ですが、馬祖禅

師のような、「坐禅によって仏に成る―坐禅をしていれば仏に成れる」という見方は、逆に「坐禅をしなければ仏に成れない」という理解を招き、坐禅に対する執着を生むことになります。だからこそ、南岳禅師は、「お前が参じているのは、坐禅なのか、坐仏なのか」と問い、「坐禅というのであれば、禅は行住坐臥に限られないし、坐仏というのであれば、仏に定まった形はない（真理そのもの）」などと示して、坐禅に対する固定観念を払拭するのです。

道元禅師は、著述の中でこの問答を何度も用いています。ただし、そこで示されている理解は、原意のとおりではありません。元々の意味内容を十分に踏まえた上で、上述した「修証一等」などの立場から、さらに一段深めた見解を打ち出しています。それは、特に南岳禅師が最後に示した教え、「もし坐禅の姿形にとらわれるのであれば、真理に到達することなどできないぞ」という部分に見られます。道元禅師は、この文意を読み替え、「仏や仏祖が伝えてきた（修証＝妙修の）坐禅を徹底するところに、真理が円かに現れている」と解釈し、坐禅の営みにこそ仏法が発揮されるとします。そのため、坐禅をもって、「仏仏祖祖の要機（仏や祖師における肝心要のところ）」と見て、坐禅の実践そのものが「行仏」であり、「坐仏（仏の境涯を坐り抜くこと）」であるというのです。

「莫図作仏」は、さまざまな祖師が説いてきた坐禅のあり方です。言葉は違いますが、慧能禅師の「不染汚（本質的に汚されることのない真理）」、薬山惟儼禅師の「非思量（非の思量。思量を超えた先の思量）」なども同様の境地といえます。このように曹洞禅は、習禅（達成の度合いを設け、成仏

やさとりの手段とする坐禅）ではない坐禅の系譜を本意とします。そのため、道元禅師は坐禅を説くに当たり、必ずといってよいほど、これらの機縁を根拠とするのです。

無自性

第三の「自性を認めない」こととは、仏性（ぶっしょう）（仏の性質・仏の素因）や法性（法の本質・真理の当体）などを自己の内面にそなわる珠玉の真実として認めないことです。

よく、「坐禅は、自分自身の内面を見つめ、そこにある本性をとらえる」とか、「真理や仏をつかむ」などと語られることがあります。しかし、こうした方向は適切とはいえません。また、「自己の本性は、もともと光り輝く玉のようなものであるが、普段は曇っているため、修行（坐禅）によって磨き、輝かせる」といわれることもありますが、これも当を得た見方ではありません。つまり、法や仏といった真理・真実は、自己の内側に存在しているようなものではなく、仏法の世界において、それぞれのあり方にかなって本来の営みをなしている一切のものごと（諸法）のそれ自体に他ならないとされるのです。たとえていえば、自然の草花や木々のようなものです。花は、時節や環境に応じて芽吹き、蕾をつけ、花開き、枯れてゆきます。木々も同じように、それぞれのあり方で成長します。そこに恣意はなく、わずかの図らいもありません。人の手が加えられない以上、自然のものは、ただひたすらに、そのもののいのちを体現するばかりです。歴代の仏教者、特に禅者は、

こうした無作為さを非常に重んじ、そのあり方（はたらき）に真実の営みを見出したのです。これは、諸法実相とか、当体全是などといわれます。従って、諸法実相（特に曹洞禅でいうところの諸法実相）とは、ただ単に存在（諸法）が真実（実相）であるということではありません。そのもの（諸法）が本質のはたらきをなしているからこそ真実（実相）としてあるのです。

では、人間についてはどうでしょうか。人の、そして仏道を歩むものの根本的な然るべき営みとは、どのようなものでしょうか。これについては、さまざまな見解があるといえますが、たとえば、霊雲志勤禅師は、一面に咲く桃の花を目の当たりにしてさとりました。如浄禅師は、桃の花が枯れゆくのを見てさとったと伝えられています。特に、道元禅師が頻繁に取り上げる仏祖のさとりは、その多くが自然のありように結ばれています。それは、自然なるものごとの営みと、禅者における禅（坐禅）の境地とを同一に見たことによるといえます。つまり、図らいのない坐禅こそが、無作為な自然の営為に即通する、禅者にとっての根本的な真実のあり方ということです。

この境涯こそ、「身心脱落」に他なりません。別の言葉でいえば、『宝慶記』の中で如浄禅師が示している「諸法実相の坐禅」ともいえます。それは、身と心、自己と他己、自己と世界などといった一切の隔てがなくなり、全てが仏法として等しくある境地といってよいでしょう。いわば、何の意図も念慮もなく、そのもの自体の本面目（真実のありよう）を自然に発揮し、あらゆるものごとと一等であり、その全てと通い合う坐禅ということです。わたくしも、あなたも、草花も、木々も、世界も、宇宙も、そ

れぞれが、それぞれのあり方で真理をはたらかせているため、真実の存在として等しいということです。

また、こうした坐禅は、「大慈悲の坐禅」ともされます。自己と他己とがともに真実として等しく、さらに何の強いるところもなく、真理を実現しているということは、各々が互いの真実を証明し合っていることでもあります。従って、そこには少しも優劣や浅深がありません。わたくしも、あなたも、ともに真実の存在として素晴らしいということです。

釈尊は、菩提樹の下で成道したとき、「大地有情同時成道（いまこのとき、この世の全てが、さとり（真実）の存在であることが明らかとなった）」と示されました。また、「この世は美しい」ともいわれたと伝えられています。もちろん、これらの教えは、さとりに到った釈尊のまなざし（仏の立場）から発せられた言葉ですが、先述した「身心脱落」「諸法実相の坐禅」「大慈悲の坐禅」といった道元禅師の坐禅は、いまのわれわれがこうした境地を坐り抜くことといえます。「修証一等」の坐禅が体現されるところに、真実でないものはなく、証仏ではないものもいないということです。つまり、曹洞禅の坐禅は、われわれが実証する真実の営みそのものといえるのです。これは、次に記す仏祖の坐禅につながります。

仏祖の坐禅

第四の「仏祖の坐禅」とは、平たくいえば、「釈尊以来、歴代の仏祖が身をもって実証してきた、

さとり（真理）の坐禅」というほどの意味です。坐禅には、看話禅（問答公案を中心としてさとりを目指す）や黙照禅（言葉を用いず、ひたすらに自己の清らかな本質を照らし出す）などの系譜があります。道元禅師の坐禅は、どちらかといえば黙照禅の流れに連なると見られますが、厳密には、同一のものではないといえます。正しくは、この仏祖の坐禅として位置づけられるでしょう。

仏祖の坐禅とは、もともと、道元禅師が中国の天童山で学んでいるとき、正師の如浄禅師より与えられた教えです。如浄禅師と道元禅師とのやり取りがまとめられた『宝慶記』には、次のように記されています。

> 仏祖の坐禅は、初発心より、一切諸仏の法を集めんことを願う。故に坐禅の中において、衆生を忘れず、衆生を捨てず、ないし、蜫虫にまでも、常に慈念を給して、誓って済度せんことを願い、あらゆる功徳を一切に廻らし向けるなり。
>
> 『宝慶記』第三一条（春秋社『道元禅師全集』七巻、三九頁、原漢文）

ここに記されているように、仏祖の坐禅とは、「そのはじめから仏法にかなっているため、人々のみならず昆虫にまでも慈愛の心を致し、救いを願って、あらゆる功徳を全てに廻らす坐禅」とされます。また、如浄禅師は、続けて、「仏祖とは、あらゆる仏法の功徳を修めて、心の柔軟なること

（柔軟心）を会得した身心脱落のもの」とも教えています。つまり、「身心脱落」の境涯における坐禅こそ、仏祖の坐禅ということです。先に、曹洞禅の基礎となる道元禅師の坐禅は、「身心脱落」「諸法実相の坐禅」「大慈悲の坐禅」と記しましたが、まさにその坐禅こそ、如浄禅師の説く仏祖の坐禅に他ならないのです。

道元禅師は、こうした如浄禅師が説く仏祖の坐禅などに基づいて本宗の坐禅の礎を築きました。ただし、その説くところには、一段の深みがあると見られます。いわば、如浄禅師の教えのさらに奥底にまで言及しているといえるのです。『正法眼蔵』を見るだけではわかりづらいのですが、例えば『永平広録』には次のようにあります。

この坐禅や、仏仏相伝し、祖祖直指して、独り嫡嗣なるものなり。余者はその名を聞くといえども、仏祖の坐禅に同じからず。所以は何となれば、諸宗の坐禅は、悟りを待つを則となす。…吾が仏祖の坐禅は然らず、これ乃ち仏行なり。…当に知るべし、仏法は初中後一なり、初中後善なり、初中後無なり、初中後空なり。這の一段の事、未だこれ人の強為にあらず、本より法の云為なり。

『永平広録』巻八「法語」一一（春秋社『道元禅師全集』四巻、一六三―一六五頁）

これを要約すると、「この坐禅（仏祖の坐禅）は、仏や祖師の一人一人が正しく伝えてきたものである。他にも坐禅を行っているものはいるが、それらはさとりを期待する（さとりを得るために行う）坐禅であって、仏祖の坐禅ではない。仏祖の坐禅とは、仏行（ぶつぎょう）である。それは、仏法がはじめから終わりまで等しく真実であるからに他ならない。坐禅の本義は、人の図らいが介在せず、この法によって行われるものである」ということです。

このように道元禅師は、坐禅というのはさとり（成果・効果）を期待して行うものではなく、歴代仏祖の一人一人が伝えてきた、「真理にかなう、それぞれのさとりのありよう」をいまに実証する仏行であり、法によってそのようにさせられること（仏法によって坐らされている）と見なしています。この境地からすれば、「ただ、自己のあるがまま、法によって坐らされ、仏の境涯を証するのみ」となりましょう。そうすると、坐禅以外にさとりを実証する道はないことになります。だからこそ、「只管打坐」といわれるのです。

〈只管打坐〉

「只管打坐」は、「ひたすらに坐禅するだけ」とか、「ただ坐ることが正しいあり方」などと解釈されることもしばしばです。確かに、煎じ詰めればこのように表現することもできるでしょう。しかし、「ただ坐る」というのは、決して日和見的に坐っていてよいということではありません。さら

に、坐ればホッと心が安らぐなどということでもありません。このようであっては、いくら姿形が坐禅であったとしても、本宗の坐禅にはならないといえます。いわば、その土台に、上述のような曹洞禅の基礎がそなわっていなければならないということです。道元禅師の教えに基づけば、「法に照らされ、仏祖のさとりを標準とし、これを実証する坐禅」がなされて、はじめて「只管打坐」がかなうと見られるのです。それは、いまのわれわれ（の行）は、仏祖が脈々と伝えてきた、さとりによって成り立っていることに他なりません。いわば、「仏祖がいなければ、いまのわれわれはない」といっても過言ではないのです。

七、曹洞禅と他の教えとの違い

それでは、このような曹洞禅（本宗）の立場と他の教えとは、どこが、どのように異なるのでしょうか。ここでは特に、近年、本宗との関わりが顕著であるマインドフルネス、並びにT協会の基礎となるテーラワーダ仏教の立場に注目してみたいと思います。ただし、それぞれの細かい教理や思想にまで踏み込むと、内容が膨大なものとなってしまいます。従って、このたびは概括的な対比にとどめることをお断りしておきます。

まず、曹洞禅とマインドフルネス、並びにテーラワーダ仏教の立場を対照するに当たり、全体を

大まかに把握します。ここで特に重要なことは、それぞれが坐禅や瞑想を重んじているため、「脚を組んで坐る」という外見上の姿形が似ているということです。この、「実践の見た目」が似ているため、曹洞禅―マインドフルネス、曹洞禅―テーラワーダ仏教、マインドフルネス―テーラワーダ仏教というそれぞれの関係が、同一にとらえられてしまう場合があるのです。しかし、各々は、「似ている」からといって、「同じ」ではありません。当然のことですが、「似ている」ということと、「同じである」ということは、全く別のこととして弁える必要があります。この点が混同されてしまうため、ときには「曹洞禅とマインドフルネスとは親和する」とか、「曹洞禅とテーラワーダ仏教の根幹は同一」などと理解されてしまうのです。

それでは、各々の実態はどのようなものなのでしょうか。細かい点は後述することとし、三者の概括的な把握から違いを見てみたいと思います。

宗教的まなざし

曹洞禅・マインドフルネス・テーラワーダ仏教を対比するとき、最初に考えなければならないことは、それぞれが「宗教であるか否か」という点です。これを判断するには、「宗教とは何か」ということについて、一つの基準を立てなければなりません。知られますように、この問いに対しては、古今東西、無数の回答がありますが、種々の辞書類や論攷の多くに共通している要素からすると、

「人格的・超人格的であるかを問わず、あるものに聖性（完全・純粋・神秘・無垢などといった究極的な性質）を認め、その聖なるものに対し、信仰・信心・信頼をもつこと」といえましょう。この仮定に基づいて三者を区分すると、曹洞禅とテーラワーダ仏教は「宗教」になりますが、マインドフルネスは「宗教ではない」ことになります。この理由については、以下の〈マインドフルネスと曹洞禅〉に記してあります。

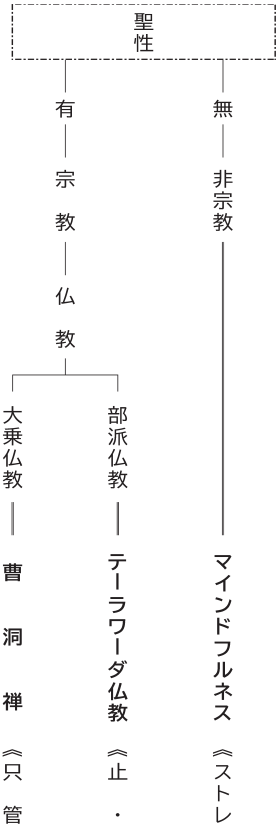
大乗仏教と部派仏教

次に「宗教」である曹洞禅とテーラワーダ仏教について見てみます。両者はともに「仏教」です。しかし、知られるように、仏教思想史的に見ると、曹洞禅は「大乗仏教」に、テーラワーダ仏教は「部派仏教」の系統に属しています。すなわち、仏教としての展開の流れが異なるのです。

また、これはテーラワーダ仏教に限られませんが、仏道修行の基本的な目的は、「成仏（成阿羅漢）」にあります。つまり、「出家して―修行して―功徳を積み―さとり―解脱する」という過程上に「修行」があり、「さとり」があることになるのです。これは、「凡から聖へ」という「転凡入聖」、「迷から悟へ」という「転迷開悟」の立場であり、諸宗の多くに共通する基本的な立場といえます。しかし、曹洞禅はそうではありません。前節で見たように、道元禅師が説くところは、「法に照らされている」という前提のもとに、「修行＝法の体現＝仏の実証＝証仏＝行仏」であり、各々が真理を

具現する一等のものとして並列的にとらえられています。つまり、通例は「修行」の進展上に据えられる「さとり」の境涯を仏道会入（ぶつどうえにゅう）の当処に見出しているといえるのです。いわば、曹洞禅における「転凡入聖」「転迷開悟」は、修行の過程にあるのではなく、発心（出家）の段階に措定されていると見られるのです。このように、道元禅師は「転凡入聖」「転迷開悟」といった従来の立場を十分に踏まえた上で伝統的な基礎をさらに深め、発心の時点からの「真理の実証」を定位としているのです。

極めて大まかな対比ですが、このように三者を比べてみると、それぞれが異なるものであることが判明するでしょう。以上を簡単な図にすると、次のようになります。



この点を踏まえ、続けてマインドフルネスやテーラワーダ仏教と曹洞禅との異同について、具体的に見てみたいと思います。

〈マインドフルネスと曹洞禅〉

さて、はじめはマインドフルネスについて見てみます。なお、マインドフルネスの概要については前年度のテキストにも掲載しています。そのため、重複する部分も多くありますが、再確認の意味も含めて再述することと致します。

最も基本的なことですが、先述のとおり、マインドフルネスはそもそも仏教ではありません。まして、曹洞禅の教えと関係があるわけでもありません。そのため、本来は仏教や禅と同列に扱われるものではないといえるのです。では、なぜマインドフルネスが仏教や禅に紐づけられて理解されるのでしょうか。まずは、従来の研究成果[4]に基づいて、「マインドフルネス」という言葉の起こりから見てゆきたいと思います。

マインドフルネスの語義と形成

マインドフルネスの基になる「マインドフル」という言葉は、「よく覚えている」という意味で、一四世紀頃から使われるようになったとされます。その後、「心をとどめる」「配慮する」「気づか

う」といった意味が与えられ、一九世紀の初頭に、現在の“mindfulness”という綴りの単語が登場したと見られています。このマインドフルネスに仏教の意味合いが加えられたのは、一八八一年にイギリスの東洋学者トーマス・ウィリアム・リス・デービッズ（一八四三～一九二二）が『東方聖書』の「仏教経典」を英訳する際、パーリ語“sati（サティ）”の訳語に“mindfulness”を充てたことにはじまるということです。なお、“sati”は、「念」「憶念」、または「気づき」「注意」などと訳されます。

こうして誕生したマインドフルネスという訳語は、その後、さまざまな人によって用いられるようになりました。特に、“sati”の訳語であることから、仏教徒の間で使われるようになったのです。ここに到ってマインドフルネスという言葉は、当初の「念」「気づき」といった意味を含めながら、仏教の用語として拡大的に解釈されるようになりました。マインドフルネスという言葉を仏教的に解釈し、盛んに活用した人物は多くいますが、中でも次の三者は、マインドフルネスの発展や普及を見る上で、特に注目すべき人物とされます。

まず、タイの森林僧である、アーチャン・チャー（一九一八～一九九二）です。アーチャン・チャーは、アーチャン・マン（プーリタットー比丘（びく））に師事して修行を重ね、二〇世紀最後の阿羅漢と称されました。仏教の伝統的な教えや戒律に基づいた生活様式などを大切にし、仏・法・僧（三宝（さんぼう））を中心とした戒・定・慧（三学（さんがく））の実践を重んじたとされます。そこでは、アーチャン・マ

ンの影響もありながら、「呼吸における気づき」「食事における気づき」「歩く瞑想」が強く打ち出され、一日の行いを観察・洞察することが重要視されたといわれています。そして、この中の「呼吸における気づき」がマインドフルネスに当たるとされます。

なお、アーチャン・チャーは、この気づきを非常に重視し、瞑想の基軸に据えました。後述しますが、その指導を受けた弟子が、後にアメリカで「インサイト・メディテーション」という瞑想団体を創始しました。そして、ここに所属していたのが、現在のマインドフルネスの基盤を築いたジョン・カバット・ジンです。つまり、マインドフルネスは、気づきの瞑想を中心とするアーチャン・チャーの系譜に連なっているともいえるのです。

次は、ティク・ナット・ハン（一九二六～二〇二二）です。ティク・ナット・ハンはベトナム中部の省都フエで生まれ、一六歳のときにフエ郊外に所在する臨済正宗柳館派の慈孝寺で出家し、経典の学習、公案、坐禅など、伝統的な修学を行いました。しかし、当時のベトナムはフランスの統治下にあったため、それまでは西洋式の先端教育を受けていたようです。その影響もあり、伝統的な修行内容に不満を抱いていたとされます。一九五〇年代には禅道場を開き、西洋教育を導入した新たな修行方法を考案し、後に「行動する仏教」を唱えはじめました。一九八〇年代には、欧米各国に僧院や瞑想センターなどを創設し、瞑想を中心とした「気づきと目覚め」の実践として、マインドフルネスを伝えるようになったとされます。欧米圏で、マインドフルネスが瞑想（による気づ

き）として普及した最初は、ここにあると見られるのです。

最後は、先に触れたジョン・カバット・ジン（一九四四～）です。ジョン・カバット・ジンはアメリカのニューヨークに生まれ、マサチューセッツ工科大学で分子生物学の博士号を取得した医学者です。彼は、欧米に仏教・禅を広めた鈴木大拙（一八七〇～一九六六）や鈴木俊隆（一九〇四～一九七一）に影響を受け、瞑想を中心とした活動を行う集団、「インサイト・メディテーション・ソサイエティ」に所属していました。この集団は、「インサイト・メディテーション」という団体の内部組織です。

元来、「インサイト・メディテーション」という言葉は、仏教の「ヴィパッサナー（＝観・観察）」の訳語です。団体としての「インサイト・メディテーション」は、テーラワーダ仏教を基にした仏教系の団体であり、瞑想を重視しています。基本的な考え方は、次の二つと見なされています。

・次生ではなく、この世こそ最も重要である。仏教の本望は解脱（さとり・成仏）ではなく、現世のあらゆるものごとを明らかに観察して、在家者として日常を懸命に生きること。

・“sati（憶念）”の瞑想が特に大切であり、特に「いま、この瞬間」を重視する。

簡潔にいえば、「この世」と「この瞬間」のみに焦点を置く瞑想を主張しているということです。

一見してわかるように、ここでは仏教の基本である「三世（過去・現在・未来）」「仏（成仏）」「仏法」「戒律」などが重視されていません。そのため、この団体は仏教全体の中で最もアメリカ化された集団として評価されてもいますが、一方で、仏教の伝統的な教えや修行を軽んじすぎているという指摘もあるとされます。その結果、心理療法の世界と結びつくようになったと見られています。

この「インサイト・メディテーション」の内部にある集団の一つが、ジョン・カバット・ジンが所属していた「インサイト・メディテーション・ソサイエティ」です。この集団は、一九七〇年代に東南アジアで修行した、ジャック・コーンフィルド（一九四五～）と、ジョセフ・ゴールドスティーン（一九四四～）によって立ち上げられました。特に、ジャック・コーンフィルドは、上述のアーチャン・チャーに師事し、欧米にヴィパッサナー瞑想（自分の心を観察し、無常・無我などを洞察する瞑想法）を広めた人物とされます。当時、在籍者は全て在家の人々であり、七〇名ほどいた指導者のうち、三分の一は心理療法の専門家であったといわれています。

ジョン・カバット・ジンは、ここで瞑想（ヴィパッサナー瞑想）を学び、マインドフルネスの造詣を深めました。そして、マインドフルネスを、「意図的に、いまこの瞬間に、判断することなしに、注意を向けることによって引き起こされる気づき」と定義し、これを西洋科学と融合させ、「マインドフルネス・ストレス低減法」を開発したのです。これは、人々が抱えるストレス・悩み・精神的な疾患などに対する心理療法であり、一種の医療法として位置づけられます。

以降、「マインドフルネス・ストレス低減法」は、医療のみならず、さまざまな分野で用いられるようになりました。その過程で、もともと希薄であった宗教色が一層排除され、単純に「精神的な安定を得る手段」としての性格が強まるようになったと見られています。そして、「マインドフルネス瞑想」、あるいは単に「マインドフルネス」として広く普及することになったのです。現在、われわれが触れているマインドフルネスは、この「マインドフルネス・ストレス低減法」に端を発しながら、「精神的な安定を得る手段」となった心理テクニックの一つといえます。

マインドフルネスと仏教・曹洞禅

以上のことから、マインドフルネスの中心や土台に、仏教がそなわっているとはいえません。はじめに、「マインドフルネスは、そもそも仏教ではありません」と述べたのは、こうした実状によります。それにも関わらず、なぜマインドフルネスは仏教や曹洞禅に関連づけられるのでしょうか。

一つは、その言葉自体が仏教語“sati（念）”の訳語であるためでしょう。確かに、「念」が伝統的な仏教語であることはいうまでもありません。それは、八正道支（正見・正思・正語・正業・正命・正精進・正念・正定）に「正念」があることからも明らかです。しかし、“sati（念）”があるから仏教であるとはいえないのです。つまり、“sati(念)”は仏教（の言葉）ですが、仏教は“sati(念)”のみで完結するわけではないということです。

また、仏教というのであれば、「法」「仏」「さとり（成仏）」「帰依」など、多くの要素がそなわっていなければなりません。特に、仏教の根幹には、「三宝帰依（仏法僧に対する帰依）」があります。また、自分ばかりではなく、他者に対する救いのまなざしも重要です。しかし、マインドフルネスでは、これらが十分に包含されているとはいえません。自分の精神的な安定を基準とするマインドフルネスには、仏教が説くような広く平等な世界観や時間観、あるいは仏教の基本的な教え（縁起や空など）は担保されていないといえます。

加えて、仏教では、「よき生き方」とともに「よりよき寂滅（解脱・涅槃・死）」が説かれます。しかし、マインドフルネスではこの点が考慮されていません。すなわち、宗教の基本となる「死」の概念が含まれていないと見られるのです。こうした単純な対比によっても明らかなように、マインドフルネスと仏教（宗教）は、全く別のものとして理解する必要があります。いわば、マインドフルネスは「宗教のようなもの」ではあっても、「宗教」ではないといえるのです。

次に、曹洞禅との関係について見てみます。すでに見てきたように、マインドフルネスは、その内容も、志向も、曹洞禅が説く坐禅とは一線を画すものです。それにも関わらず、なぜ曹洞禅とつながりがあるものとして理解されるのでしょうか。これに関する一番大きな要因は、ジョン・カバット・ジンが、「道元禅師に多大な影響を受けた」として、訳書『マインドフルネスストレス低減法』（二〇一六年）という著書の「日本の読者の皆さんへ」という箇所で「道元の言葉」を記載している

ためと見られます。しかし、同書で「道元の言葉」とされている文章は、道元禅師のものではありません。『正法眼蔵』や『永平広録』など、道元禅師の著作に照らして検証を行いましたが、いずれの典籍にも同様の文は見当たらないのです。また、先行研究によって、原著の“Full Catastrophe Living”には、「道元（Dogen）」「曹洞（Soto）」といった言葉は使われておらず、さらに「坐禅（Zazen）」の単語もないことが明らかにされています。もちろん、ジョン・カバット・ジンが何らかの形で曹洞禅（道元禅師の教えとして身の回りでいわれていた内容など）に触れていた可能性はあるでしょう。しかし、状況から判断すると、本人が直接『正法眼蔵』などを学んだことはなかったと見られるのです。そうであっても曹洞禅とのつながりが語られるのは、「道元禅師に多大な影響を受けた」というジョン・カバット・ジン自身の言葉が一人歩きしているためといえるでしょう。マインドフルネスが取り上げられるとき、表向きには曹洞禅との関係がほのめかされながらも、その実、極めてテーラワーダ仏教の色が濃厚なのは、こうした事情によるとされます。

〈テーラワーダ仏教と曹洞禅〉

それでは次に、T協会の基礎であるテーラワーダ仏教と、曹洞禅の立場との違いについて見てみたいと思います。まず、根本的に異なる点は、上述のとおり、テーラワーダ仏教と曹洞禅とは仏教の系譜が別であるということです。いわゆる、部派仏教（上座仏教）と大乗仏教との相異というこ

とです。ちなみに、T協会は、スリランカ・東南アジアにおけるテーラワーダ仏教の流れを受けたものです。

この時点で、すでにテーラワーダ仏教と曹洞禅との間には、いくつもの大きな違いが想定されます。両者に同一的な部分を見出す方が困難といえるのですが、まれに、「テーラワーダ仏教（T協会）と曹洞禅は、根本的に同一」などと理解されることもあります。そのため、ここで敢えて両者の異同を鮮明にしたいと思います。相違点は多々ありますが、互いの差異が最も明白と見られる、「仏道を歩む人間（衆生）をどのように見ているか」という部分、すなわち、「人間（衆生）におけるさとり（成仏）の達成をどのように設定しているか」という「人間（衆生）観」に照準を絞り、曹洞禅との違いを見てみます。なお、以降の内容は、多分に人権問題に関わるため、十分にご注意下さい。

仏教における「成仏の可能性」の広がり

衆生の成仏（さとり）を考えるとき、要点の一つとなるのが、「その人（衆生）は、さとりを得て仏に成る（解脱）ことができるかどうか」という、衆生における「仏道成就の可能性」についての考え方といえます。古来、仏教では、この点に関する思索が深められ、諸地への伝播や教説（経典）の展開に伴い、多様な解釈や理解が生み出されてきました。その様態は多岐に渡りますが、全体的

な傾向としては、時代の経過とともに仏道を成就し得る衆生の範囲が拡大したといえます。つまり、初期であればあるほど成仏（さとり）の可能性は限定され、後世になればなるほど拡大したということです。

たとえば、初期大乗の著名な経典の一つとして、『妙法蓮華経』（以下『法華経』）があります。同経の重要な教説はいくつもありますが、その中の一つに「授記（受記）」があります。これは、記莂などともいわれ、簡潔にいえば、「仏が与える（仏によって与えられる）成仏の証明」ということです。『法華経』は、この「授記」を仏の説法を聴聞するあらゆる衆生（仏弟子）に与えるため、「万善成仏」の経典として「経王」などといわれることもあるのです。しかし、よく教説を見てみると、全ての衆生（人間）がその対象とされているわけではないことに気がつきます。同経の編纂史上、最古層に位置づけられる第二「方便品」の中で、仏が会座の衆生に向かって説法をはじめようとする直前、五千人の増上慢（本当はさとっていないのに、自分はさとったと思い、仏の説法など聞く価値はないと思い上がっている）比丘（声聞）が退席する場面が描かれています。この教説を「五千起去」といいますが、この五千人の修行者は、ついに仏の説法を聴くことがないため、「授記」が与えられない、つまり成仏の確証が得られないことになります。このように、『法華経』は「万善成仏」の経典といわれながらも、実際にはその対象に漏れがあるとも解釈されるのです。(5)

こうした後、衆生における成仏の可能性はさらに進展します。特に、中期大乗経典の『大般涅槃

経』（以下『涅槃経』）で明示され、象徴的に説かれた「仏性」の思想は、後世において重要な位置を占めることになります。

『涅槃経』と称される経典、あるいは同様の内容をもつ経典には、諸種の異本があります。それこそ、大乗仏教系のものだけでなく、部派仏教（説一切有部など）系のものなどもあり、多岐に渡ります。経典の内容としては、題名のとおり、釈尊最期の旅路から般涅槃までの場面が中心となっており、事実的な側面と教理・思想的な側面との連動によって全体が編まれています。各本によって両面の比重は異なりますが、どちらにおいても教理・思想的な部分が重要な位置を占めることに変わりはありません。先の『法華経』にしてもそうですが、多くの経典には、それぞれに主旨や特徴があります。これが、その経典の性格を決定づける重要な因子となるのです。『涅槃経』では、特に、「仏身の常住」「涅槃の常楽我浄」「一切衆生悉有仏性」が思想的な枢要とされます。

この中、「一切衆生悉有仏性」の一文はつとに有名であり、教家・禅家・宗派などを問わず、大乗仏教のあらゆる方面に影響を与えてきた教説といっても過言ではありません。この「仏性」は諸宗においてさまざまに咀嚼され、多くの見解が示されてきました。「仏性」とは、平たくいえば「仏の性質」ということです。ただし、それをどのように把握するかについて、理解は一律ではありません。われわれに内在するものなのか、それとも外在するものなのか、あるいは顕在するものなのか、そもそも、われわれを主体として考えてよいのか、仏性自体の存在性をどのように見るべきなのか、

ある（有）のか、ない（無）のか。こうした徹底的な思索が果てしなく積み重ねられ、「仏性」の意義や可能性が追求されてきたのです。いうまでもなく、「仏性」のとらえ方は、「われわれは、どのようであって、いかにして、さとれるか」という、衆生における仏道成就の可能性に直結することです。従って、「仏性」をどのように措定するか、どのレヴェルで認めるかということは、結果的に諸宗各々における一つの特性になったともいえるのです。

それでは、このような「衆生における仏道成就（さとり）の可能性」の潮流を視野に入れ、テーラワーダ仏教と曹洞禅における「人間（衆生）観」を中心として、両者の立場を見てみます。

テーラワーダ仏教の人間観

まず、テーラワーダ仏教では、あらゆる人々に対して、禅定（坐禅・修行）による得道（さとり）を認めているわけではありません。端的にいえば、「誰もが現世において禅定（三昧）に入り、阿羅漢果・涅槃に到達して解脱できる」とは説かないのです。

このようにいうのは、特に、仏道を成就する上での障りとされる、三障（煩悩障・報障〈異熟障とも〉・業障）の報障を問題とするためです。

テーラワーダ仏教（T協会も同じ立場）では、はじめに、「その人には、報障があるか、報障がないか」という見方をもって人間を「不能者」と「可能者」の二種類に分けます。そして、「どちらの

人間として現世に生まれるかは、過去世に積んだ善業（ぜんごう）によって左右される」というのが仏教学的な素地となります。この点は、特に注意されるべきテーラワーダ仏教の基本的な人間観なのですが、あまり強調して説かれることのない部分です。

また、さとりを得ていないものを凡夫（ぼんぷ）といいますが、これを「悪趣無因者」「善趣無因者」「二因者」「三因者」の四種に分類します。

各々を簡略にいえば、「無因者（悪趣無因者・善趣無因者）」とは、貪（とん）・瞋（じん）・痴（ち）（三不善根（さんふぜんこん））を滅除する素因（素質）がないものを指します。

次の「二因者」とは、貪・瞋・痴の中の「痴」を滅除する素因がないものを指します。従って、この「無因者」と「二因者」は、差異はあっても、ともに貪・瞋・痴を完全に除くことのできないものということになります。

他方、「三因者」とは貪・瞋・痴を滅除する素因があるものを指します。すなわち、「無因者」「二因者」とは、全く素質の異なるものとされるのです。

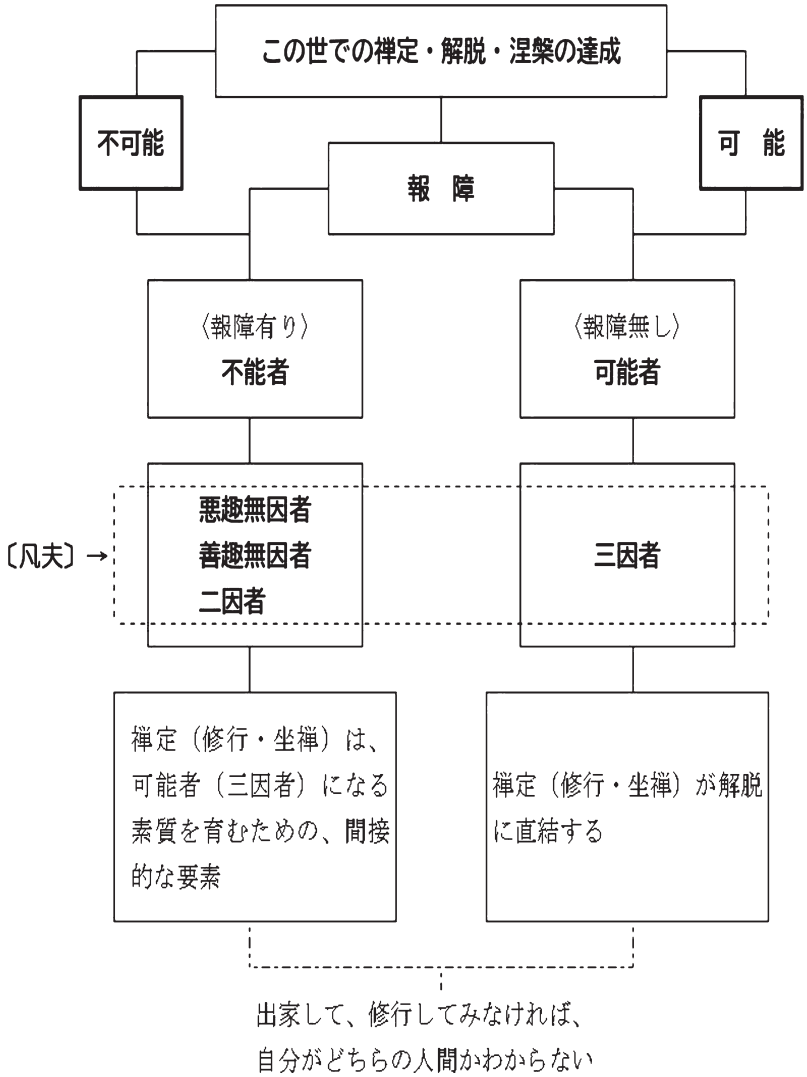
そして、この四種類の凡夫と、先の「不能者（報障があるもの）」「可能者（報障がないもの）」とを関連させ、現世における人間の仏道成就が規定されています。すなわち、「無因者」と「二因者」が報障を具えた「不能者」に相当し、「三因者」のみが報障のない「可能者」に相当するのです。

このように、現世において禅定（三昧）に入り、貪・瞋・痴を消除して解脱・涅槃に到達できる

のは、「可能者―三因者」のみとされます。従って、禅定（坐禅・修行）は「過去世に積んだ善業の結果」として、三因者（阿羅漢果・涅槃を達成できる素因があるもの）にとっては、解脱に結びつく直接的な要因となります。しかし、それ以外のものにとっては、解脱のための素因を開発し、育むための間接的な実践にしかならないとするのです。

ちなみに、このようなテーラワーダ仏教においても、万人に向けて禅定（坐禅）などの修行を勧めてはいます。しかし、その性質については、「修行者の生来的な素質によって異なる」という立場をとります。要するに、報障を基準として、「生まれながらに、仏道を成就する能力に長けたものであるか、そうでないものか」という、人間の能力（利・鈍）を問題にするのです。そして、その人が「不能者（この世で仏道を成就できないもの）」であるか、「可能者（この世で仏道を成就できるもの）」であるかは、とりあえず出家して修行してみなければわからないとしています。つまり、仏道に入り、修行を進めたからといって――理念や理想としてすら――現世での得道が確約されているわけではないということです。

以上のテーラワーダ仏教における人間観を図式化すると、次のようになります。


この世での禅定・解脱・涅槃の達成
不可能
可　能
報　障
〈報障有り〉
不能者
〈報障無し〉
可能者
〔凡夫〕→
悪趣無因者
善趣無因者
二因者
三因者
禅定（修行・坐禅）は、可能者（三因者）になる素質を育むための、間接的な要素
禅定（修行・坐禅）が解脱に直結する
出家して、修行してみなければ、
自分がどちらの人間かわからない

曹洞禅の人間観

一方、曹洞禅はテーラワーダ仏教のような立場を取りません。あらゆるものに得道（さとり）の可能性を開き、仏道の成就を認めています。たとえば、『正法眼蔵』「仏性」巻には、次のように明示されています。

> 世尊道の一切衆生悉有仏性は、その宗旨いかん。…あるいは衆生といひ、有情といひ、群生といひ、群類といふは、衆生なり、群有なり。すなはち、悉有は仏性なり、悉有の一悉を衆生といふ。正当恁麼時は、衆生の内外すなはち仏性の悉有なり。
>
> 『正法眼蔵』「仏性」巻（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、二七九頁）

これは、『涅槃経』の「一切衆生悉有仏性」に基づく道元禅師の教えです。「仏性」の基本的な意味は、「仏の性質」ということですが、さらにいえば、「さとりを得て、仏の営みをなすことができる可能性」といっても差し支えないでしょう。

『涅槃経』では、この「仏性」を「あらゆる人間がそなえているもの」とします。いわば、「誰もが仏の（仏に成れる）性質を持っている」と説いているのです。しかし、道元禅師はこの原意を踏まえた上で、もう一段、解釈を深めています。すなわち、「仏性とは仏法であり、真理・道理であ

る。人間（衆生）に限らず、あらゆるいのちはこの仏性に摂（おさ）められたものであるため、全ての存在、それぞれの全体（内面も外面も）が仏性に他ならない」というのです。つまり、法に準じた個々（の営み）そのものを、「仏性＝仏の真性」と見ているのです。

こうした、仏法・さとりを全てに認める道元禅師の立場は、著述の随所に見られます。たとえば、「弁道話」では、「人みな般若の正種ゆたかなり」と説かれていたり、「仏法を会すること、男女・貴賤をえらぶべからず」などと示されていたりします。他には、「人、まさに正信修行すれば、利・鈍をわかず、ひとしく得道するなり」などの教えも見られます。

瑩山禅師の『伝光録（でんこうろく）』を含め、こうした教示は枚挙に暇がありません。曹洞禅では、世のあらゆるいのち（全ての存在のはたらき）が仏性そのものとして認められ、真理を実現する当体と見なされているのです。ある意味、ここに本宗の伝統的な立場があるといっても過言ではないでしょう。

このような考え方は、先述したテーラワーダ仏教にはなく、大乗仏教の教学的な展開に照らしても特徴的と見られます。確かに、テーラワーダ仏教にも、仏性思想の礎となった、「心性本浄説（しんしょうほんじょうせつ）（自心の本性は本来的に清浄であるとする説）」を説く経典は存在します（増支部（ぞうしぶ））。しかし、それは非常に素朴なものであったといえます。大乗仏教で説かれる仏性思想のように、はじめは「人間」を対象とするところから出発して、後に「有情（うじょう）（いのちあるもの）」の全体に範囲を広げ、さらに中国仏教における論理的な仏性思想の発展に見られるような、「無情（むじょう）（いのちなきもの）」にまでも仏の

性質を認めてゆくような拡大的な展開は認められないのです。こうした仏道成就の素地となる「人間（衆生）観」だけに注目しても、テーラワーダ仏教と曹洞禅が全く異なることは明らかでしょう。

八、おわりに

二年間にわたり、「曹洞宗宗における信心に関する諸問題―多様な宗教情勢に惑わされないために―」と題して、現職・寺族の両研修会を行って参りました。本テーマが設定された大きな理由は、近年、新宗教やカルト団体などの勢力が拡大しているとともに、曹洞宗に身を置きながらこれらの教えやマインドフルネスなどの「宗教のようなもの」に傾倒したり、他の教えなどを信奉したりしている状況が広く見られるからに他なりません。翻って考えると、それは、われわれ自身が、「何を矜持として本宗に身を置いているのか」という基本的な姿勢と併せ、「われわれが本来よりどころとするものは何か」といった本宗の礎を、改めて見つめ直さなければならない事態に直面しているということでもありましょう。いまだからこそ、原点回帰が求められるといえるのです。

それでは最後に、二年間で扱った全体の内容を振り返りながら、このたびの課題の要点を再確認したいと思います。

新宗教やカルト団体への傾倒・入信といった事態は、一般の人々のみならず、さまざまな伝統仏

教教団の関係者（教師・寺族・檀信徒など）にも見られます。その中には、本宗も含まれています。

各宗派には確かな教えがありますが、それにも関わらず他の教えなどを信奉してしまう原因を探ると、いくつかの要点が見えてきます。一つ目は、宗教関係者側の問題です。自宗の教えに魅力が持てなかったり、理解を深めることができなかったりする中で、自身で仏教を学ぼうとしたり、布教教化に関する新たな手法を求めたりすることを目的として、自ら進んで他の教えに触れているうちに、相手に魅力を感じてしまうことです。二つ目は、新宗教やカルト団体の情勢です。昨今は、今後の人口減少による信者数の減少を見据え、以前にも増して伝統仏教教団の教師や寺族に対する勧誘を積極化させ、檀信徒を含めた寺院全体の信者化を進めているとされます。三つ目は、人口減少や過疎化といった社会的な問題です。寺院を取り巻く環境の変化によって、寺院の運営が困難になり、新宗教などに助けられる場合もあります。これは現実的な問題として受け取られますが、その背後には各種の法律（宗教法人法・法人税法・所得税法）が定めるところの宗教法人に対する優遇措置などが関係しています。つまり、相手側には困窮した寺院を助けることによって得られるメリットがあるということです。

こうしたさまざまな原因を勘案すると、特に重要となるのは、われわれ自身が本宗の教えについて理解を深め、ゆるぎない姿勢を持つことと思われます。それとともに、相手側の目論みや主張（説くところ）の内容についてもよく知り、本宗との立場の違いや、教えの異同を峻別できる見識を養

う必要があるといえましょう。それではおわりに、曹洞禅の教えと、他の説くところとの違いを簡潔に確認し、全体を結びたいと思います。対象となるのは、最近、特に本宗との関係が語られる、マインドフルネス、及びT協会の基礎となるテーラワーダ仏教です。

まずマインドフルネスは、はじめは“sati（サティ、念）”という言葉の訳語でしかなかったものが瞑想（ヴィパッサナー瞑想）と結びついて拡大し、後にジョン・カバット・ジンの手によって「マインドフルネス・ストレス低減法」として確立され、世に広まりました。従って、仏教（上座仏教）との関係は皆無ではないものの、現在のマインドフルネスの基礎は医療法であり、仏教とは見なされません。この意味において、マインドフルネスは「宗教のようなもの」ではあっても、「宗教ではない」といえるのです。そのため、そもそも曹洞禅（本宗）と関連づけて理解したり、本宗の坐禅に導入したりすることは不可能なものとしてとらえなければなりません。いわば、マインドフルネスは、自分の精神的な落ち着きを得るための一時的な調整の手段（メンタル・コントロールのテクニック）としての範囲を出ないのです。

次に、テーラワーダ仏教についてです。テーラワーダ仏教も曹洞禅（本宗）も、ともに仏教であることに変わりはありませんが、両者は仏教の系譜が異なります。この時点で根本的な相違があり、同じ仏教ではあっても同一に扱うことはできないといえるのです。このたびは、仏教的に極めて重要な「人間（衆生）観」に焦点を絞り、簡略な比較を行いました。結果として、両者の立場に同一

性を見出すことはできませんでした。

テーラワーダ仏教において、人間（衆生）は生まれながらに、「仏道を達成できるものと、できないもの」とに分けられていますが、曹洞禅の立場はそうではありません。少なくとも、両祖の所説や意志に基づく限り、仏道成就というさとりの境地は一切に開かれているといえます。人間（だけではなく世の全て）は、「誰もがさとりを現し、仏を実現できる」とされるのです。

その立場から説かれる本宗の坐禅は、自分だけでなく、他（世界・全てのいのち）を包摂しており、一切を照らす「仏の所行」としての意義をそなえています。そのため、坐禅は日常の中に開放されるのであり、常に仏や祖師がなしてきたあり方に準じて、心のありよう（確信）を定めることが重視されるのです。

昨今、テーラワーダ仏教と本宗との関係が謳われたり、ときには、「T協会と曹洞禅との根幹は一つ」などといわれたりすることもあります。そこで主張されている理論は、「仏教の根源は釈尊である。T協会は釈尊の教えをそのまま現代に伝えている。曹洞禅は釈尊に直結する正伝の仏法を基準とする。従って、T協会と曹洞禅は釈尊に直結する教えとして同一である」とのことです。これまで見てきた内容に照らすと、これは全く当を得ていない見解といえるでしょう。なお、T協会では瞑想の会場に『正法眼蔵』の文言や禅の熟語を掲示したり、来場者に対してあたかも曹洞禅の坐禅と同一であるかのような内容を伝えたりしている場合があるといわれています。こうした状況から

しても、本宗との違いを明確に把握しておく必要が求められます。

こうした中で特に注意したのは、曹洞禅（本宗）の教えに対するT協会側の理解や評価です。概略を記すと、次のようになります。

> 只管打坐になったら修行の完成である。しかし、禅（曹洞禅）には釈尊ゆかりの確かなテキストがない。そのため、只管打坐という最終目標が示されていたとしても、曹洞宗の僧侶はどうしたらよいかわかっていない。禅の実践体験とマインドフルネスは同じものであるから、マインドフルネス瞑想法の実践が、結果として只管打坐の境地であり、修行の完成である。このマインドフルネスは、我々が二〇〇〇年以上も前からいっていること。T協会（テーラワーダ仏教）的にいえば、「マインドフルネス瞑想法（ヴィパッサナー瞑想）を行えば、只管打坐に達する」という説明になる。[6]

この見解は、全く正鵠を射ていません。上述のとおり、道元禅師は「只管打坐が修行の完成（終着点）」とは説いていませんし、マインドフルネス（ヴィパッサナー瞑想）のような習禅的なあり方によって只管打坐の境地が実現するなどとも示していません。どのような根拠によって曹洞禅がこのように解釈されたのかは不明ですが、少なくとも『正法眼蔵』や『伝光録』など、両祖の典籍に

T協会がいうような内容は記されていないのです。

これが、T協会の純粋な誤解であるのか、それとも意図的なものであるのかは、定かではありません。ただし、「なぜ、T協会は、ことさらに曹洞禅との関連性を高調するのか」、この点については熟思する必要があるでしょう。

マインドフルネスやテーラワーダ仏教を含め、これからの時代は、予期せずして他の教えに触れることになったり、いきなり新宗教やカルト団体などと接触せざるを得なくなったりする事態も想定されます。自身との直接的な関係はなかったとしても、ある日突然、檀信徒から、「○○教に入るので、檀家をやめます」といわれる可能性も皆無ではありません。どのような状況に巡り会うかわからない以上、まずは本宗についての理解や自己の信心・信念を確認しておくことが大切になるでしょう。各自が危機感を持つところから出発する必要があると見られます。

注

（1）仏教には、いくつもの多義語（複数の意味をもつ語句）があります。「法」もその一つです。「法」はdharmaの漢訳です。もとは、たとえば天体の運行のように、普遍的かつ規則的な理を「たもつもの」が原意とされます。従って、その理（法則）に準拠しているかどうかによって、「法」であるか否か、また正義（正しい）か否か、などが判断されました。これが、特に「人間」に充てられ、古来、

インドの世間一般では、秩序・慣習・なすべきこと・善行・世の根源などの意味として用いられたのです。仏教にあっては、これらの語義を前提としながら、理法など、種々の意味が与えられ、解釈の幅が拡大したのです。ここで最も注意したいのが、「法」には、「理（真理・理念）」的な側面と、「事（事実・現実）」的な側面が併存していることです。たとえば、理的な意味としては真理・真如・真実・理法など、事的な意味としては存在・現象・事物・事象などがあります。また、両方に通じる意味として、さとり・教法・道理・摂理などがあります。なお、「諸法」「万法」など複数的に表記される場合は、「一切」の概念を含みながら、存在という事物的な意味に比重が置かれて把握される傾向が強いと見られます。このように、「法」の語義は多岐に渡るため、「法」を含む文章を理解する際には、都度、文脈に応じて適切な意味を判断する必要があります。

（2）　とふていはく、この坐禅の行は、いまだ仏法を証会せざらんものは、坐禅弁道してその証をとるべし。すでに仏正法をあきらめえん人は、坐禅なにのまつところかあらん。

しめしていはく、…　それ、修・証はひとつにあらずとおもへる、すなはち外道の見なり。仏法には、修証これ一等なり。いまも証上の修なるゆえに、初心の弁道すなはち本証の全体なり。かるがゆえに、修行の用心をさづくるにも、修のほかに証をまつおもひなかれ、とをしふ。直指の本証なるがゆえなるべし。

すでに修の証なれば、証にきはなく、証の修なれば、修にはじめなし。ここをもて、釈迦如来・迦葉尊者、ともに証上の修に受用せられ、達磨大師・大鑑高祖、おなじく証上の修に引転せらる。仏法住持のあと、みなかくのごとし。すでに証をはなれぬ修あり、われらさいはひに一分の妙修を単伝せる、初心の弁道すなはち一分の本証を無為の地にうるなり。

「弁道話」（宗務庁版『正法眼蔵』上巻、一〇～一一頁）

（3）「仏」は、「仏陀」とも表記されるBuddhaの音写です。漢訳は覚者となります。通例は、「完全無欠の人格者」と理解され、「煩悩を滅して一切の理を看破し、迷妄を脱してさとりを得た人」などと解釈されます。古来、インドでは、あらゆる聖者をBuddhaと呼んでいました。それが仏教の発展に伴い、仏教における最高の聖者に対する呼称となりました。もとは、釈尊（ゴータマ・ブッダ）のみを指していましたが、後世にはさとった人について広く用いられるようになったのです。この「仏」について、古くから思考されてきたのが、「仏の特性（性質）」です。つまり、「何をもって仏というのか」ということです。それは、「仏」（成仏）の標準となる「真理に目覚める」（自覚）ということ以外に、「仏」の要件はあるのかということでもあります。これについて定説はありません。ただし、「真理に目覚める」（自覚）と同じ比重で重視されるのが、「他を真理に導く」（覚他）という要素です。たとえば、釈尊の生涯に重ねて見ても、初転法輪（梵天に促されて鹿野苑で行った初めての説法）や四十余年の普説（各地での説法）など、命終の間際まで他をさとりに導く姿が伝えられています。また一例を上げれば、『法華経』「方便品」で開示される「仏出世の本懐（仏が世に現れ出た根本的な理由）」のように、多くの仏典において、「仏は衆生をさとらせ、迷妄から脱出させるために現れた」と明示されている点も見過ごせないでしょう。「仏」の本義を考えるとき、「自覚」と「覚他」が等しくあるということは、重要な位置を占めるのです。「証仏」とは、こうした仏のさとり・仏の営みを、身をもって不断に実証し、仏たるあり方を維持存続して、仏に親しく一等であること、また、これを実現しているものをいいます。

（4）田中仁秀「「マインドフルネス」とは何か：マインドフルネスの展開と禅の関連について」『曹洞宗

総合研究センター学術大会紀要』二〇、二〇一九年三月

（5）「五千起去」の教説については多様な解釈があります。たとえば、経文では「五千起去」の場面に続けて、「なぜ仏は立ち去るのをやめさせ、会座に着かせないのか」という質問があります。これに対して、「増上慢のものたちにむりやり説法を聴かせても、そのものたちは仏を誹謗中傷し、救いの手が届かないような大坑に堕ちる」という回答が記されています。このことから、「仏は、増上慢のものたちを大坑に堕とさないために（今すぐでなくとも、いつの日か自分の意志で仏の教えを聞き、得道の機を得る可能性を信じて）、敢えて退席を黙認した」という解釈が立てられています。この観点までを含めるのであれば、悠久の未来における成仏の可能性を担保しているという意味において、『法華経』は「万善成仏」の経典というに堪え得るとする理解もあります。

（6）スマナサーラ長老『ブッダに学ぶほんとうの禅語』（アルタープレス、二〇二〇）、『只管打坐とマインドフルネスとの対話』（総合研究センター、二〇一八）、佐藤哲朗氏（T協会編集局長）「ブッダの瞑想法―その実践と気づき（sati）の意味（一）～（四）」（https://dananet.jp/?p=7166）

ここから～東日本大震災から一〇年～

曹洞宗人権擁護推進本部

二〇二一（令和三）年は、東日本大震災から十年の年でした。その一年間を岩手県、宮城県、福島県に伺い、被災地の「あの時」から「今」までのこと、ずっと続いていく「ここから」を、取材しました。二〇二二（令和四）年度教区人権学習は東日本大震災をテーマに視聴覚映像を制作、全寺院へ配布いたしました。

本稿においては曹洞宗東日本大震災災害対策本部復興支援室分室・久間泰弘主事と、曹洞宗総合研究センター・久保田永俊常任研究員より寄稿していただいております。

久間師から、現在も各地域で継続されている行茶活動などで得られた知見、被災地域での支援の現場をレポートされました。また、久保田師からは、長年被災地を訪れ、ビーズ・ブレスレットやにおい袋作りなど、現地の人々に寄り添う取り組み続けてきた研究者としての執筆を頂きました。お二人の視点を通し、皆様の日常を見直す一つのきっかけにしていただきたいと思います。

復興支援活動の現場から

曹洞宗東日本大震災災害対策本部復興支援室分室　久間　泰弘

一、はじめに

令和三年三月一一日、東日本大震災・東京電力福島第一原子力発電事故から十年を迎えました。津波被害のあった被災地沿岸部では、地域住民の高台移転が進み、その風景は震災前に比して一変しました。

放射線量の高い帰還困難区域では現在も立入り制限がなされており、旧警戒区域の各町を高速道路で通過するたびに、震災・原発事故から時間だけが止まったままの傷んだ住居や農地が目に入ってきます。

被災地の復興といえば、仮設住宅から災害（復興）住宅などへの住環境の変化による医療福祉の提供、被災地での就労・経済活動などが引き続き課題となっていますが、十年が経過した中で変わらず言えることは、「そこには確かに人々の暮らしがあった」「未だに帰還できない人々がいる」と

いうことです。

二、復興支援活動の実態

曹洞宗では、平成二三年三月の発災以来、岩手県、宮城県、福島県をはじめとした被災各地に向けて復興支援活動を展開してきました。曹洞宗青年会、寺族・婦人会など、これまで連携した団体は、全国百五十余（一般個人・団体含）、現地活動者数約九千人（令和三年一二月末日現在）を数えます。

その活動内容として、物資支援、地域復旧ボランティア、寺院復旧活動、読経供養、炊き出し、行茶活動（傾聴ボランティア）、電話相談窓口『観世ふぉん』の被災地版の開設、孤立防止の「文通プロジェクト」、仮設住宅での自立支援ワークショップ、慰霊復興祈願の写経・写仏活動、原発事故による避難者への保養キャンプ開催、除染ボランティア、引越しボランティア、十八歳までのこども支援団体「チャイルドラインふくしま」運営協力などがあげられます。

三、復興支援活動の理念

活動にあたり、「ボランティアは触媒である」（故 有馬実成・社団法人シャンティ国際ボラン

ティア会専務理事）という言葉を大切にしています。その物質（触媒）は自ら何ら変化することはなくとも、周囲の物質に反応をもたらし、より良い物質への変化を促していく。ボランティアは黒子として自らが主役になることを厳に慎み、常に被災地・被災者を主人公として、相手と「共に生き、共に学び、共に歩む」存在であるという伴走者の意識・理念を相互理解し共有するように努力しています。

支援活動において最も重要なのは、被災者の自立（自律）助力・エンパワメント（湧活：当事者が自身の置かれた状況に気づき、問題を自覚し、自らの生活の調整と改善を図る力をつけることを目指す意）なのです。

四、行茶活動について

〈行茶とは〉 行茶は、禅宗の修行道場（禅林）や寺院における儀式などでお茶を頂くものです。そこでは、お茶をありのままに頂戴し、日々の自分自身の在り様やその修行を客観的に見つめ直し、静かな時間を過ごします。それは、宗教的〝気づき〟や、本来の自己への回帰など、修行者にとって非常に重要な時間でもあります。

〈被災地での行茶活動〉 行茶活動（傾聴ボランティア）は、曹洞宗の災害復興支援における中心的な活動となってきました。災害によって、物理的、心理的にストレスを抱え、先の見通しがない不

自由な生活を余儀なくされる人々へ、心休まるひと時を提供し、その時々の心情を傾聴・対話を通じて、お互いに確かめ合います。

僧侶が修行道場での行茶によって自分自身に気づいていくのと同様に、お茶を飲むという日常が崩れた被災地において、共にお茶を頂戴し、共に厳しい現実を受け止めることによって、被災者が自分自身と自らの日常をゆっくりと取り戻していって頂くことに心掛けて活動しています。

〈行茶活動の目的と特徴〉 行茶活動には、具体的に以下の大きな目的と特徴があります。

1）被災者へ物理的に温かいお茶を届ける

震災から二ヶ月目の五月に伺った宮城県某避難所では、ある女性から「震災以来、はじめて温かい飲み物を頂きました」との言葉を頂いたように、被災地ではライフラインの破壊や燃料不足によって、温かい飲食物を手配するのが困難になることが多いため、被災者の健康面にも十分留意して活動します。

2）ニーズ報告書の提出

被災者ニーズを社会福祉協議会・ボランティアセンターや行政などの関係機関に届けます。例えば、被災初期の避難所（体育館など）に「布団一枚で腰が痛い」という声に対して布団マットの手配、「女性が着替えし難い」という声には簡易更衣室等の設置などの対応があります。また、時間が経過して生活復興期の仮設住宅での暮らしになると、日常生活における物理的な心配や精神的な苦

しみなど、被災した場所や内容によって、そのニーズは一層多様化し対応が難しくなってきます。

しかし、私たちの活動を地道に継続していくことによって、被災者の非日常的な立場に寄り添い、その生活が関係機関との連携によって、多角的に少しでも改善が図られるよう様に心掛けていきます。

3）避難所と仮設住宅・災害（復興）住宅等における行茶活動の違い

被災地では、発災してから時間の経過とともにその状況は刻々と変化していきます。居住空間も、避難所から仮設住宅、災害（復興）住宅などへ変遷していきます。行茶活動では、それら居住空間の変化にも配慮して活動します。それは、避難所では「一対一」、仮設住宅以降では「横の連携の契機作り」を重視するということです。避難所での「一対一」では、活動時間中の傾聴・対話で、被災者の方が一定に安心されるまで、基本的に傍から離れません。避難所の開設時期は被災してから間もなく、当時の恐怖や悲しみの中に居られる方が少なくありません。その中では、吐き出すように恐怖や悲しみを語られる方、その時間のほとんどが沈黙の方などそれぞれです。活動者はそういった方々に対し、一杯の温かい飲物と静かに寄り添う姿勢によって、その時間を被災者とともに過ごすことが重要になります。

一方、仮設住宅以降での行茶は、緊急救援期から三ヶ月程経過した生活復興期に移行しているため、物資もある程度充足し、被災者の生活も一見落ち着きを取り戻したように見える中での活動に

なります。行政側でも阪神淡路大震災での被災者の孤立・孤独死という経験をもとに、なるべく被災地域毎に同一仮設への入居を調整してきた場所もあります。

しかし、それでも仮設入居者の日常には、体力的、経済的、就労的に問題もあって、自室に引きこもることが多くなり、入居して何ヶ月が経過しても隣人が判然とせず不安な毎日を過ごしている方もいます。

このような時期での行茶活動は、これまでの一対一の関係性を大切にしながらも、活動実施を契機に被災者同士が知り合い、その関係を深めていく「横の繋がり」を手助けしていきます。また、この時期の行茶では、活動者自身の地域性（地元話・特産物など）や特性（法話、紙芝居、狂言、落語、歌唱などの各種ワークショップ）を用いた活動によって対話の促進を図ることも多くなります。

加えて、行茶活動の副次的特性として〝不在者〟にも配慮します。当日の活動では被災者全員に会える訳ではありません。しかし、行茶参加者との対話の中で、不在者の現状やニーズの確認も可能ですし、傾聴・対話により女性参加者の心理状態が軽くなることで、不在者であるその夫との日々の口論が減るなどの効果もあり、「眼前の人が全てでもあり、眼前の人が全てでもない」ことに留意しています。

五、宗教者による復興支援活動

本稿の最後にあたり、宗教者として今後留意すべきところを記します。

先ずは、時間の経過と共に出現する風化への対応です。風化は時間の経過とともに個人・団体の関心が薄れ、報道機会の減少などの理由も加わり震災事象と社会全体との関わりが低下。結果的に復興の遅れや差別・分断などを発生させる一因ともなります。同時に、被災者自身も落ち着かない生活の中で、被災当初の記憶や痛み（悼み）を忘れていくこともあり、私たちは老いるという性質を持つ存在として、風化とはある意味で前提ともいえるかも知れません。

しかし、本来、無関心と対極にあるのが宗教の姿であり、宗教者は、日々の生活の中で社会が忘れている（いく）ものを喚起し続ける重要な役割を担っています。生老病死という根源的問題や縁起、無常という真実、そして被災地の現状、被災者の思いを伝えていくこと、アドボカシー（社会的弱者・マイノリティー等の代弁と権利擁護の啓発）への主体的関与が私たちの使命ともいえます。

これらに対する具体的な方策として、震災・原発事故の現況をそれぞれの地元災害の話につなげ、地域住民の防災・減災意識を高めることで、これまでの支援活動のあり方を広く共有することができます。また、感謝や感動などの被災者との具体的な感情の遣り取りを伝える事で、今後の支援活動に関与する人を増やすことも可能となるでしょう。そのためには、世の中の苦悩と正面から向き合う姿勢、継続的な他者への洞察力を働かせた行動が求められます。

その実現は、単に風化防止となるばかりでなく、結果的に四摂法（布施、愛語、利行、同事）をはじめとする仏教教義の実践者としての宗教的地域貢献を意味します。より良い活動者になることは、より良い仏教者への体現にも繋がり、そこには宗教と社会との連結協働への新しい可能性や広がりも秘めています。

これまでの復興の現場では多くの光と影がありました。電話の先で「これから家出（仮設住宅）します、探さないでください」と私に言った女子生徒。今もその声が耳の奥に残っています。同時に、様々な復興プログラムや防災教育などによって、能動的に意思表示ができるように成長した子どもたちや、語り部活動を通して、大切な人・故郷を失った人間がどのように必死で生きてきたかを伝えている学生の使命感溢れる姿を頼もしく感じます。

この十年の道筋には、復興へ努力している人々の苦悩があり、変化した日常を生きる子どもたちがいました。そして、今後もその道筋を忘れず、ともに歩み、ともに語り続けることが、被災地復興の未来につながると信じています。

合掌

よりそうとはなにか

曹洞宗総合研究センター常任研究員　久保田　永俊

東日本大震災・二〇一一年（平成二三年）三月一一日〈金曜日〉一四時四六分、大津波、東京電力福島第一原子力発電所の事故から十年が経過しました。しかし現在も依然として、多くの方がたが悲しみと不安を抱え、それぞれがおかれた中で生活をしている現実があります。

これまで支援活動を通じて、さまざまな背景をお持ちのかたと出会い、抱えた想いを傾聴する中で苦悩の現実を知り、時には聴くだけでも苦しくなることもありましたが、その現実を直視し受けとめながら活動してきました。

曹洞宗は「ＳＤＧｓ（二〇一五年の国連サミットで加盟一九三ヵ国の全会一致で採択された『貧困や飢餓の解消』『平和的社会の実現』などに関連する一七の課題を、統合的・包括的に解決していこうとする国際目標の理念のこと）「誰一人取り残さない社会の実現」を「菩薩の誓願に生きる信仰実践」として、今までも、これからも、多くの人々と共に活動を進めていきます」と、標榜しています。ここで示すことの多くは、全国の宗侶や寺族、婦人会、一般ボランティアとともに、同じ時

間をともにし、同じ想いを共有し活動してきたことの一部分と言えます。仏教や禅の教えを背景としながらも、一人の人間として、現地に行って何ができるのか分からないですが、各自が突き動かされたのではないか、と捉えています。

仏教とボランティアを繋ぐ論理の構築は、多くの研究者によって論究し尽くされた感さえあります。本稿では、教理、教説の提示に特化するのではなく、あくまでも現場というものに軸足を置き、僧侶としての特性を活かし得る支援について提示していきます。机上にて語ることに抵抗感がありますが、文字に起すことの重要性を指摘してくださった、全ての宗侶に感化され執筆させていただきました。

宗教による集団

日本において、様ざまな災害が人びとの記憶とともに永く伝えられてきたことに関して、宗教という存在をはずすことはできないでしょう。そして集団において、宗教が人と人を結びつける意味をもち、それを安定的に持続させています。

そもそも宗教（religion）の語源は、ラテン語の「再び」を意味するreと、「結びつける」意である（ligare）との組み合わせに求められるといいます。

宗教が介在して、人と人とを結びつけて集団を形成するのは、本来的なことであるといえるでしょ

う。宗教あるいは儀礼というものが、人びとを繋ぎ、そうすることにより安定し、持続できる集団に変容するのではないかと思われます。

①定点で関わることの重要性

これまで、東北三県（岩手県、宮城県、福島県）を定期的に訪問し、現在も続けています。発災当時、ある宗侶から示された言葉を今でも忘れることは絶対にありません。「来るなら、覚悟をもってこい。その覚悟でもって、ずっと関われ。一時的な気持ちなら被災者に関わるな」と。あのときの厳しい言葉から覚悟をもって訪ね十年経過しましたが、関わることの中で、その意味を痛感しました。

仏教は出家性を貫き、自らの悟りを求める修行を続ける宗教であると、捉える面もあります。そのような捉え方も可能でありますが、釈尊よりこれまで、僧侶が人びとに教え（法）を説き、悩み苦しむ人びとを救ってきた一面も存在し、仏典に見ることができます。

出家をすることにより、社会との関わりを断絶するだけではなく、悟りを得た教えを以て、社会で苦しむ方がたを救っていくことも、僧侶としてなすべきことの一面でしょう。

『増一阿含経』巻四〇には、釈尊がサンガ内で病に苦しむ僧を看護する場面が記されています。ある時、王舎城内で比丘が病に苦しみ、臥したまま自ら起き上がることができず、この比丘を看てくれるものがいなかった。そこへ釈尊が通りかかり、その比丘に「あなたは恐れなくてよい。私たち

はこの世界に独歩して伴侶もない。ともに全ての病人を看護し、救いのないものには、ともに助けあい、諸々の病人を救わなければならない」と示され、釈尊自ら病にある比丘のまわりを清潔に掃除し、汚れた衣服を洗い、清らかな水で沐浴をさせたといいます。また釈尊は病にある比丘に自ら食事を授けたと、示されています。

また、「看護」を表わす「ウパスターナ」（upasthāna）というサンスクリット語があります。「近くに、傍らに立つ」という原意があるといいます。その他に、ケアの訳語の一つである「世話」は「セーバー」（sevā）の音写であり、「親しみをもって相手に近づく」という意味を持つといいます。こうした説示や原意からも分かるように、釈尊は同じくともに生きる人間として、ともに助けあうことの意義を、身をもって当然のこととして示されているのではないでしょうか。なにかができる、できないではなく、宗教者が「ただ」そばにいることの意味は非常に大きいと考えられます。

これは、岩手県下閉伊郡山田町でのことです。ある保育園に発災後から訪問し続けていました。地元住民からの要望と紹介をうけて、教育委員会を通じて訪問した放課後児童クラブにて偶然にもその園を卒園した園児と再会しました。

「あの、〇〇保育園に来てくれた和尚さんですよね？」私は「そうだよ。覚えていてくれてうれしいです」と応えました。すると彼は「僕の話を最後まで聴いてくれて、忘れるわけないよ。もちろん覚えているさ。あの時、一緒にビーズ・ブレスレットを作ってくれたよね。僕は津波で家にあった宝物が何もかも流されてしまって、あの時一緒に作ったブレスレットが、ようやく宝物になった

子供たちとのビーズブレスレット作りの様子

んだ。あの時のブレスレットは、ぼくの机の中に大切にしまっているよ。そして、今日も一緒に作れるなんて。宝物がまた一つふえます。ありがとう」と話してくれたことは、現在も活動の支えとなっています。その子だけでなく、数えきれない子どもたちから「また会ってください。来てください」と、あのキラキラした眼差しで見つめられ、熱い言葉をいただいて、また会える日を信じ遠隔地でも思いを馳せていました。

当時を振り返れば、その覚悟という決定（けつじょう）に揺らぎがあったかもしれない自分。指摘して下さった宗侶に感謝し、今でも関わり続けることの中で、宗教者の意義を活動から得ています。

②忘れさられてしまうという不安

死によって故人の肉体は失われますが、遺されたものにとって故人の痕跡が消え去るわけではありません。しかし震災による死、いわゆる震災死や関連死では、状況が異なります。何もかもが海に消えてしまったケースもあるのです。全てにあてはまることでないですが、「人は二度死ぬ」と言われるように、肉体の死が訪れても、人の記憶から消えないかぎり、故人は生き続けられるとも捉えられます。故人との絆を大切にしている遺族にとって、姿や形が目の前から消えてしまったとし

ても、故人と生き続けているのです。

かつて哲学者の西田幾多郎は、二人の愛娘を亡くした体験を述べています。

「人は死んだ者はいかにいっても還らぬから、諦めよ。忘れよという、しかしこれが親にとっては耐え難き苦痛である。（中略）何としても忘れたくない、何か記念を残してやりたい、せめてわれ一生だけは思ひ出してやりたいといふのが親の誠である」

風化がしばしば問題視されますが、風化があったとしても、その事実背景にある死者の存在を忘れてはならないでしょう。生きるもの、あるいは亡くなったもの、両者が対話を通じ、そこに「生きること」の意味が問われています。人間を人の間と書くことが示すように、われわれは常々複数の他者との関係性の中で生きています。

「生き残った生者が一人で複数の「死」を受けとめなければならないといった凄惨な話は珍しくない。さらに、自分が手を離したために津波に呑まれた死者が出た場合など、その「死」の原因を生き残った自分の至らなさに帰して責任を感じている人も多く、身近に生じた震災死は悔やんでも悔やみきれない「負い目」というストレスとなって癒えないままに継続している」（鈴木岩弓「震災被災地における怪異の場」『口承文芸研究』第38号）

先ほど宗教の語源を提示しましたが、この宗教というものには、死者と生者あるいは生者同士をも再び結びつける働きがあり、そこに救いというものが、宗教者を介してあるのではないでしょうか。

③人とは、どういう存在なのか

人は、それぞれ誰でも大なり、小なり、何らかの辛い想いを抱えています。また、その辛さを誰かに打ち明けたくても、打ち明けられないことさえあります。

仏教の四苦八苦に代表されるように「ままならないこと」は、信仰の有無に関わらず、誰にでもあるはずです。それに伴う悲しさ、苦しさも等しくあります。宗教者が、こうした苦悩を受け止めるには、宗侶自らも専門の研修が必要不可欠ではないでしょうか。かつて私は、浄土真宗本願寺派が主催した「被災地仮設住宅居室訪問活動ボランティア養成講座」を受講したことがあります。この研修のもとになったのは、阪神淡路大震災で多くのかたが、自死（自殺）でなくなり、高齢者の孤独死が社会的な問題となったことでした。この経緯があるからこそ、東日本大震災でも同様のことが課題であったのです。寂しさや悲しみを抱えている方を一人にしない、この学びは体系的に学ぶ必要があったと感じています。研修と実際の活動と合わせて、自己を振り返ることが必要であり、共有することも必要です。ややもすると、宗教者が独りよがりになり、心ない発言と対応により、二次被害を与えてしまう可能性があるからです。

曹洞宗総合研究センター・こころの問題研究プロジェクトで発刊した『安心へと導くには―対機を観、法を伝えるとは―』の中で、増田友厚老師（長野県蕃松院住職・特派布教師※発刊当時）の言葉に「菩薩行が菩薩行を呼ぶ」この過程で広がっていく、とあります。

この十年の月日で見聞したことの中で、それは僧侶が中心になって動き、それがまた僧侶とも

に、時には、志を等しくした一般のかたと、ともに行なうことがありました。これこそが菩薩行が菩薩行をよぶ連鎖ではないでしょうか。

訪問したあの日の約束を信じて、どの人もそれぞれ、時を重ねて来ています。それぞれの夢や希望を決して消させないようにすること。自分の夢に自信が持てないときに、応援してくれる、気にしてくれる、支えてくれる、そんな存在がいることは、心強いのではないでしょうか。生きるというなかで何度でも「挑戦」し続けられるのは、そんな人がそばにいてくれるからかもしれません。

釈尊は、お悟りを開かれてから八十歳で亡くなられるまで四十五年間、一日も休まず諸国を遊行し、人びとのこころに智慧の光を灯し続けられました。その教えは倒れた人があれば抱き起すように、息苦しさを感じている人には、その覆いを取り除くように、迷っている人には正しい道を示すように、暗闇にあかりを灯すように、さまざまな方便を用いて説き示されてきました。教えを示すだけでなく、その姿、行動で、法を具現化し伝道してきたのではないでしょうか。

道元禅師が如浄禅師のもとで参究されたことを記録した『宝慶記』には、

いわゆる仏祖の坐禅は、初発心より、一切衆生の法を集めんことを願う。故に坐禅の中に於いて、衆生を忘れず、衆生を捨てず、乃至、昆虫にまでも、常に慈念を給して、誓って済度せんと願い、あらゆる功徳を一切に廻らし向けるなり。是の故に仏祖、常に欲界にあって坐禅弁道す。

瑩山禅師は、『坐禅用心記』に、

常に大慈大悲に住して、坐禅無量の功徳、一切衆生に回向せよ、

と示されています。

歴史が進み時代が変わり、科学技術の進歩というなかで、新たに起こった感染症の問題があります。このコロナ禍という時代の中で病の苦しみ、死に対する恐怖、生きづらさが、なかなかなくならない。こうした不安の中にいようとも、あるいはいなくても、抱えた想いに対して、どう受けとめ、自他ともに救われていく活動が求められているのではないでしょうか。しかし、一ケ寺の住職ともなると、寺院の事情や行事（お盆、お彼岸など）によって、災害直後の被災地へ赴けない事も少なからずあります。被災地に「行った」「行かない」ということを美化されがちですが、そうした判断基準のみでボランティアの価値を計るのではなく、檀務との両立をはかり、被災地および被災者へ想いを馳せ、持続可能ができる支援を念頭に、宗侶各自が行ずることを通して真実を生き、意識と行動をともなう日常底を歩むことを願いたいものです。

葬儀・法要執行に関してのお願い

近年、インターネットを利用した定額での僧侶派遣や、葬儀社から直接僧侶を紹介するサービスが行われ、派遣された僧侶が菩提寺の有無を確認せず葬儀や法要を執行したことを原因とする係争が発生しております。

曹洞宗懲戒規程第十二条第一号に、正当な理由がないのに、他の檀徒に対し引導師若しくは焼香師となり、または戒名その他の諡号を授与した者は、一年以下の分限停止又は謹慎に処すると規定されております。

他寺院の檀信徒の葬儀や年回法要を菩提寺の住職（兼務住職等）の許可なく勝手に執行することは、右の曹洞宗懲戒規程に抵触する行為です。

宗侶・寺族の皆様におかれましては、他寺院の檀信徒の葬儀等を勝手に引き受け執行することがないよう徹底してください。また檀信徒の方々に対して「菩提寺」の存在と役割をあらためて教導されますようお願いいたします。

現職研修
寺族研修　43

発行日　令和四年四月一日
発行者　鬼生田　俊英
発行所　曹洞宗宗務庁
〒一〇五―八五四
東京都港区芝二―五―二
☎　〇三（三四五四）五四一一（代）
印刷所　三協美術印刷株式会社

教学部