

## 道元禪師の学道の構造

— A. H. マズローの成長的視点による正法眼蔵随聞記の分析の試み —

藤井 義博

(藤女子大学 人間生活学部 食物栄養学科・藤女子大学大学院 人間生活学研究科 食物栄養学専攻)

本論文は、A. H. Maslow の成長的視点からの正法眼蔵随聞記の分析に基づいて道元の霊性（スピリチュアリティ）に接近する試みであった。覚りの真如の世界に行く過程としての学道の往相は、必要性の階層の上昇であり、覚りの真如の世界からもう一度世間に戻って一切衆生を救済する過程としての学道の還相は、往相の頂点からの必要性の階層の降下、世間への回帰であった。この両過程は、龍門に喩えられる叢林（禅林）にて形成され、修行僧がとるべき方法は、ひたすら坐禅をすることすなわち「只管打坐」であった。学道の往相の推進力は、無常の実在的知覚であり、一旦この推進力を借りて道心を起こすと、その言動が眼に見えない世界にいる存在者達の心すなわち「冥衆の心」にかなうようになり、いわば重力場として働く「冥衆の心」において、その援助すなわち重力に導かれて、学道の往相および還相における自己実現の過程を歩むことになると考えられた。

キーワード：往相、還相、自己実現

### 1. はじめに

#### (1) 叢林（禅林）の成立

初期仏教においては、出家得度した者は田畑の耕作や賃金を得るための活動などあらゆる生産活動に従事することが禁止されていた。そのため、飲食・衣服・臥具・医薬の4種の生活必需品は、全て在家信者の供養（四事供養）に依存するという生活が営まれていた。出家者の食事は托鉢乞食によってまかなわれていて、自ら食事を調えることは禁じられていた。聖職者への供養ないし施与は、初期仏教が誕生する以前からのバラモン教社会の習慣であった<sup>1)</sup>。

6世紀中国にきた達磨によって伝えられたとされる禅宗は、多くは律宗という他宗の寺院において居住しながら、院を別にして生活する禅僧達により命脈を保っていた。こうした中で、百丈懐海（720-814）は、独立の禅院を立てて、大乘仏教、小乗仏教を「まさに博約折中して」、修業僧の集団生活による修道を開始した<sup>2)</sup>。この百丈門下の禅林においては、全員参加の勤労と自給的生産行為である普請が行われるようになった。

#### (2) 正法眼蔵随聞記の成立

道元禪師（1200-1253）は、中国から帰って数年を経て、日本で初めての独立の座禅道場である興聖寺を建てて（1236年）、弟子の養成を始めた。Steven Heine は、道元禪師の著作の成立と解釈についての文献学的研究と伝記の社会・歴史的展望とを統合するやり方で、その活動時期を3つの主要時期と7つの細分時期に分けた（表1）<sup>3)</sup>。

表1. Steven Heineによる道元禪師の活動時期分類

初期 1223-1233：形成期（中国・建仁寺時代）
a. 早期的初期 1223-1227（秋）：中国留学時代まで
b. 後期的初期 1227-1233（秋）：帰国後から興聖寺建立まで
中期 1233-1246：過渡期（興聖寺／正法眼蔵時代）
c. 早期的中期 1233-1241（春）：興聖寺建立から達磨宗徒の改宗まで
d. 中期的中期 1241-1244（春）：達磨宗徒の改宗から越前への移動まで
e. 後期的中期 1244-1246（夏）：大仏寺建立から永平寺命名まで
後期 1246-1253：発展期（永平寺／永平広録時代）
f. 早期的後期 1246-1248（春）：永平寺命名から鎌倉訪問まで
g. 後期的後期 1483-1253（秋）：鎌倉から帰ってから京都で死ぬまで

この期別分類によると、興聖寺の建立は、1233年から1241年春に渡る早期的中期（興聖寺建立から多くの達磨宗徒の改宗による参加に至る時期）を画期する出

来事であることが理解される。この時期は、興聖寺に集まってきた弟子達のために禅林での生活法を確立する必要があった時代である。実際、「我が日本国の寺院に典座の法初めて伝う、前来曾てあらず」と永平広録に記されているように、修行僧を供養する典座の法を記した典座教訓(1237年)は興聖寺建立の翌年に成立しており、また親しく道元禅師に随侍し、のちに永平二世を嗣いだ懐辨禅師(1198-1280)が、その四年間の教えを聞くにしたがって書きとめた正法眼蔵随聞記(1235-1238)もこの時期に著述されたものである。

道元禅師の研究者の水野弥穂子によると、正法眼蔵随聞記は、「道元禅師の丈室内における親しい教えの記録であり、かつ、筆録者懐辨禅師においてかつて公表の意志なく篋底秘せられていたものが、懐辨禅師入滅により、その遺物を整理した弟子によってはじめて世に出た書である」と見ることができる。」と云う<sup>4)</sup>。このように正法眼蔵随聞記は、元は「手控えの書」であった。正法眼蔵随聞記は、懐辨禅師が、1234年に道元の教えを初めて受けてから、自らも得法の人となって後進の指導に当たるようになる4年間の、「(道元)禅師の教えを全身で受け取った時期のことが、もとになってできた書物である。」さらに、水野弥穂子は、正法眼蔵随聞記は、「単に入門の書ではなく、得法の弟子が聞き取った永平室中の親密な教えを含んでいることを忘れてはならないであろう。」と述べている。このように、衣食という生活の基本的なことも、懇切丁寧に説かれているのは、正法眼蔵随聞記が入門の書であるからではない。それは、道元禅師の学道が生活の基本から始まる根本的な変革であるからである。また、正法眼蔵随聞記を書きとめた懐辨禅師は、日本達磨宗という禅宗の一派の印可をも受けた人であったが、自己のこれまでの学問の一切をなげうって、改めて道元禅師に師事することを願った求法の人でもあった。水野弥穂子は、「道元禅師の確実な嗣法の弟子はこの懐辨禅師ただ一人とも言われている。」とも、「のちに、懐辨禅師は、『自分は、道元禅師の方丈の室にあって、人が聞かないことを聞いたことはあっても、人の聞いたことで自分が聞かなかったことはなかった』と言われたという。」とも記している。

## 2. 目的と方法

### (1) 本研究の目的

本論文の目的は、A. H. Maslowの必要性の階層モデル<sup>5)</sup>に基づいて、道元の霊性(スピリチュアリティ)に接近するために、正法眼蔵随聞記の言葉から道元禅師の学道の構造を分析することであった。本

論文では、この必要性の階層モデルは、俗人だけでなく修行僧・出家者をも含む人間精神の発展過程のモデルになり得ると仮定した上で、検討を行なった。すなわちどのような生活形態を取ろうとも人間は社会的によりよい存在であろうとする向上ベクトルの場に置かれていると仮定した上で、俗人における向上ベクトルの場の形成と道元禅師の述べる学道の人における向上ベクトルの場はどのように相違するのか、もし違うとするならば、俗人としての生理的、安全の、帰属の、尊敬の、そして自己実現の必要性は、どのように学道の人々の必要性に変わり得るのかについて記述した。これは、禅林生活における諸問題を生活の必要性においてとらえる方法であることから、道元禅師の思想をテキストの上で一貫して考えることが必ずしも容易ではない正法眼蔵随聞記という「ノート」から、道元禅師の学道の思想を再構築するためには適した方法であると考えられた。

正法眼蔵随聞記の原文とその現代語訳は、「現在までに知られる最善の本である円長寺本正法眼蔵随聞記を底本」としている水野弥穂子訳<sup>4)</sup>を用いた。本文の引用は、(巻・章段)で示し、さらに細分した段がある場合は、(巻・章段・細分の段)で示した。

### (2) 正法眼蔵随聞記へのアプローチの方法

本論文における正法眼蔵随聞記へのアプローチは、Steven Heineの見解に基づいている<sup>6)</sup>。すなわち彼は、「道元禅師の数多くの著作の第一の目的は、テキスト自身を目的としてテキストを創造することではなく、禅林の環境を創設して、テキストの素材に反映されている複数のゴールを達成することであった。道元禅師の活動時期の転換点を形成する中心的関心事は、座禅の実践と学理的教えへの高度に儀式化された方策によって有効に導かれた全面的な禅林共同体の構築にあった。」と述べている。すなわち道元禅師の著作は思索の深化のためにあるいはテキストの構築のためにテキストを構築したのではない。道元禅師のテキストは、禅林共同体の構築のためのテキストであった。また、Heineは、「道元禅師の著作は、禅林の機能と日本における禅修行スタイルの形成への著作の影響という視点で見ない限り、成功裡に解釈されることはあり得ない。」とまで言い切っている。このように、本論文においては、正法眼蔵随聞記は、道元禅師が日本で初めての独立の座禅道場を得て弟子の養成を始めた時に、後にこの道場の首座となる懐辨禅師に、「全面的な禅林共同体の構築」を意図して語られた言葉の筆録と捉えている。正法眼蔵随聞記の言葉は、道元禅師の目指した学道の在り方を具体的に説き示したものである。

中国留学を終えて帰国した道元禅師が独立の道場を得て、弟子の養成を始めたその当初に、親しく禅師に随侍しのに永平二世を嗣いだ懐辨禅師が、その四年間の教えを、聞くにしたがって書きとめたのが正法眼蔵随聞記であるなら、この文脈を踏まえた上で正法眼蔵随聞記の言葉を理解する必要がある。例えば、正法眼蔵随聞記では、衣食住に関する生理的必要性に関する姿勢や無常を思うことへの促しなど、複数回に渡って出てくる同一テーマの存在に気づかされる。これは、道元禅師の教えの在り方が、系統講義のようにテーマを定めて学道の全体像を部分部分に分けて示されたものではないことを示している。その場その場で、弟子達の必要性に応じて、その意味で何回も繰返し教えられたものである。この繰返しの必要性は、「是ノごとキ、一度にはしがたし。心に懸けて漸々に習フべきなり。(1.3.)」とあるように、道元禅師自身が弟子達に教諭していることでもあった。

また、衣食住に関する生理的必要性のうち、衣と食については何度も繰返されたテーマであるが、住のテーマは正法眼蔵随聞記には記されていない。すなわち「学道の人尤も貧なるべし。(4.4.)」、「学道の人先づすべからく貧なるべし。(4.9.)」と教え示す道元禅師の言葉の中に、住についての言説が見当たらないことの説明は、学道の中心をなす座禅、食事、睡眠が、風雪を防いだ新しい僧堂の中において行われたという学道的前提を抜きにしては考えることが困難であろう。言い換えると学道のハード・ウェアは整っていた。足りないのは基本的なソフト・ウェアであった。修行僧を供養する典座の法を記した典座教訓(1237年)が興聖寺建立の翌年に記述され、また聞くにしたがって書きとめられた正法眼蔵随聞記(1235-1238)もこの時期に著述されなければならなかった必然性があったのである。

正法眼蔵随聞記には、「この国の人」という表現が幾度も出てくる(例えば、1.4.、3.8.、3.10.、5.7.1.)。いずれも「この国の人」は、反面教師として描かれている。また、「今の世の人(6.7.)」、「今の学人僧侶(6.23.)」という表現も同じ負の価値を帯びて表現されている。さらには「国に小人多し(5.12.)」という直接の否定的表現も見られる。これらの否定的な言葉の存在は、「道元禅師の丈室内における親しい教えの記録であり、かつ、筆録者懐辨禅師においてかつて公表の意志なく篋底秘せられていたもの」としての正法眼蔵随聞記の性格を垣間みさせてくれる。それだけに、正法眼蔵随聞記の言葉には、道元禅師が学道を通じてこの国の人とどのように折り合ってゆこうとしたのか、その姿勢を窺い知ることができる。道元禅師は、中国

で体得して、今興聖寺で実現しようとしている学道以外に、その当時の日本人の自己実現の道がないことを確信していた。

### 3. マズローの必要性の階層モデル

A. H. Maslow の必要性の階層は、以下のように要約されよう(図1)。最も低次元の必要性として生理学的な必要性(例、食物、衣類)があり、その上に安全の必要性(健康)があり、さらにその上に帰属的必要性(親子関係、友情、帰属感)があり、さらにその上に尊敬(成就、成功、認知の必要性)の必要性があり、そして最も高次元の必要性としての自己実現(創造性、自己表現、自己制御、自己充実の必要性)の必要性がある。そしてこれらの必要性の間には階層性がある。すなわち、より低次元の必要性程、より高い優先性があるので、個人は高次元の必要性を充足するよう動機付けられる前に、より低次元の必要性の充足が動機付けられる。しかしながら、その階層性の順次実現には、例外もあることを A. H. Maslow は指摘している<sup>9)</sup>。

### 4. 大乘仏教における往相・還相と階層モデル

覚りの真如の世界に往く過程が往相であり、そして覚りの真如の世界からもう一度世間に戻って、一切衆生を救済するのが還相である。この往相と還相を基に、A. H. Maslow の必要性の階層を見ると、往相はその階層を bottom-up に向上することであり、還相は、往相で到達した頂点から top-down に降下し、世間に回帰してくることである(図2)。往相は、「仏祖」という登山道からはいつも見えているとは限らない山の頂を目指して、自利の修行に集中して登山する求心的な過程に、還相は、世間という活動の場を目指して、衆生への利他の行為をしつつ下山してゆく遠心的な過程に喩えることができるかもしれない。

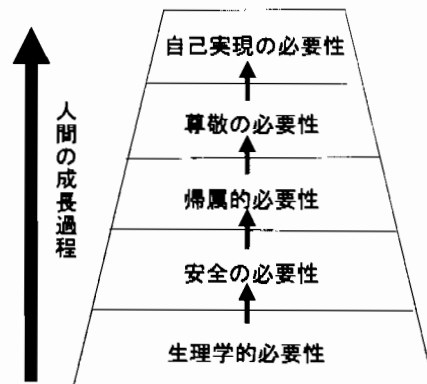


図1. A. H. Maslow の人間的成長における必要性の階層

往相と還相は、蟬の完全変態に喩えることができるかもしれない。幼虫としての蟬は外部からは全く見えないはねをすでに内部に有している。幼虫が幼虫として大きくなってゆく間に肢や触覚とともにはねも大きくなってゆき、何回かの脱皮を経てついに蛹になる。蛹の形は、本質的には成虫としての蟬と同じであり、肢や触覚とともににはねも外部から見える。蛹の期間に最後の仕上げがおこなわれる。このように完全変態をとげた成虫は幼虫の先につながるものではなく、幼虫は幼虫として完結しており成虫は成虫として完結しているものと捉えることができる。このように蟬の幼虫としての成長相を往相に喩え、完全変態を完了した蟬の成虫の活動過程を還相に喩えることができる。空中を飛翔する蟬と上の中から這い出て木に登ってゆく蛹の幼虫とは、体を被う殻の有無によって明確に区別されるが、殻の中の幼虫と殻を脱した成虫の姿は根本的には同じである。もしこの殻が透明であったならば、殻の中の幼虫と殻を脱した成虫を外部から見分けるのは困難であろう。「中々身をすて世をそむく由を以てなすは、外相計の仮令なり。ただなにとなく世間の人やうにて、内心を調べもてゆく、是レ実の道心者なり(3.8.)。」とあるように、還相の人は、往相の人ともそれ以外の世間の人とも、外部からは明確に区別がつかない。このような還相の人の透明性は、道元禅師の「礼拝」と題した和歌「冬草も見えぬ雪野のしらさぎはおのが姿に身をかくしつづ」に窺うことができる。

往相から還相への折り返し点あるいは転調の場は、龍門の比喩を用いながら叢林（禅林）であることが示されている：「海中に龍門と云フ処あり。…処も他所に似タれども、叢林に入れば必ず仏となり祖となるなり。(1.7.)」そして修行僧がこの折り返し点に至る方法は、「古人も看語、祇管坐禅ともに進めたれども、なほ坐をば専ら進めしなり。また話頭を以て悟りをひらきたる人有りとも、其レも坐の功によりて悟りの開くる因縁なり。(6.24.)」とあるように道元禅師にあっては「只管打坐」であった。

往相は、学道修行の比較的初期に取るべき生活態度であり、還相は、「心に懸けて漸々に習フべき」ことであると一応は区別することができるであろう。しかしながら、「学道の人、若し悟を得ても、今は至極と思つて行道を罷り事なかれ。道は無窮なり。さとりてもなほ行道すべし。(1.5.)」とあるように、道すなわち往相・還相の過程はスパイラルに循環しつつ向上しかつ深まりゆく過程とイメージすることも可能であろう。それゆえに、必要性の階層における往相・還相の区別はあくまでも相対的なものであることを踏まえたいうえで、本論文においては、生活態度における深淺を区別

することを試みた。往相において行き着いた後の世間との新たな関わり方の過程、世間への復帰ないしは世間との和解を還相であるとする、そこでは主に帰属と尊敬の必要性における具体的な在り方が課題になることが想像される。しかしながら、生理学的必要性、安全の必要性における還相は、還相における活動を支える心身の在り方の根本を形成する基本的な過程であると考えられる。また、正法眼蔵随聞記が記述された時期は、興聖寺に集まってきた弟子達のために禅林での生活法を確立する必要があった時代であったことから、正法眼蔵随聞記には還相よりも往相に関する記載が多いことも予想される。

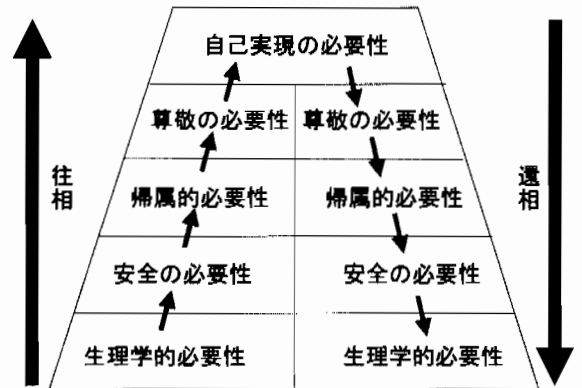


図2. 往相と還相における必要性の階層モデル

## 5. 生理的必要性の充足

### (1) 往相における生理的必要性の充足

道元禅師は、生理的必要性の充足に必要以上に執着するなど云う。「学道の人、衣食を食ることなかれ。(1.3.)」、[学道の人、衣食に勞することなかれ(1.4.)]、「学道の人、衣糧を煩ハすことなかれ。(2.13.)」、とあるように、その基準は、衣食を食る・勞する・煩わすことの有無であった。生理的必要性の充足に必要以上に執着しないためには、先ず「貧」に満足する生活態度が求められた：「学道の人には尤も貧なるべし。(4.4.)」、「学道の人には先づすべからく貧なるべし。(4.9.)」。貧に満足することには、衣食は「前々からあてを作っておいてはならない。」ことであつた：「衣食の事、兼てより思ひあてがふ事なかれ。(6.22.)」道元は、古い袈裟などをつぎ当てして捨てないことと、捨てて新しい衣を求めることは、どちらも貪り惜しむという点において欠点になるかならないかという問を發した(3.15.)。そして「むさぼり惜しむ心と、むさぼり求める心の二つさえなくせば、捨てても捨てないでも欠点とはならない。」と答えた。このように、道元禅師においては行為の結果の是非につ

いて判断するのではなく、行為の心の是非を問題にしている。食については、「僧は齋食等を調べて食スル事なかれ。ただ有ルにしたがひて、よければよくて食し、あしきをもきはらずして食すべきなり (3.18.)。」と云っている。さらに「味を思て善悪をえらぶご事なかれと云フナリ。(3.18.)」とも云っている。ここで考えなければならないことは、このような食事観には前提があるということである。すなわち、禅林においては、「施主の信心による供養の物」があり、典座による「世間の執着を離れた食物」の提供があるのである。その上で、「食物をもって餓えをしのぎ、命を支えて仏道を行ずるまでである。」と云う。すなわち禅林の修行僧には最低限の衣食住という生理的必要性の充足が制度として確立していたのである。であるからこそ、生理的必要性の充足に執着することなく、修行僧は修行僧として向上せよと道元禅師は教示したのであった。

## (2) 還相における生理的必要性の充足

還相における生理的必要性の充足として捉えるべき思想として、赴粥飯法の冒頭において述べられている「法は食であり食は法である (法是食、食是法)」という思想がある<sup>9)</sup>。道元は、法は食であり食は法である (法是食、食是法) すなわち仏法と食とは一体であると表明する。これは、仏法がそうであるように食は仏と仏のみが究め尽くすことができる (唯仏与仏) という意味である。食事は、仏道の修行者が、仏道修行のための身心を養う手段ではないという主張である。食の実践そのものがそのまま仏法の実践そのものである。それは、今までに培ってきた「これまでの身心をなげ捨てて、ただまっすぐに師匠の教えについてゆけば、それがとりもなおさず真実の仏道の人なのである (1.14.)。」ということを実践することである。仏法と食とは一体であるとは、食は供養、食事することすなわち受食は供養を受けることだと捉えることであると理解される。道元は云う、「学人、人の施をうけて悦ぶ事なかれ。またうけざる事なかれ。(6.6.)」と。その理由を、「我レに供養するにあらず、三宝に供するなり。」と述べている。それゆえに、「施主に対する返事には、『この御供養は、三宝もさだめし御受納あることでございましょう。はばかりながらお取り次ぎ申します。』と、こう言うべきなのである。(6.6.)」と述べている。このように修行僧の受ける供養としての食は、世俗の心身が受けるのではなく、往相・還相を歩む仏子が受けることになる。

道元禅師は、「人はめいめい一生にそなわった食べ料があり、寿命がある。分を越えた食(食分)や寿命(命分)を求めても得られるものではない (1.3.)。」と表

明している。人間の生死の観察から、寿命(命分)はわかるとしても、各人の一生にそなわった食分という食料の捉え方は、肉眼的観察(肉眼)では理解しがたい。それは洞察力でもって見えない物を見る(一眼)ことに属する。この食分の思想に基づいて、道元禅師は、「三衣と応量器のほかはすこしも貯えるな。乞食によって得た食物も余分があったら飢えている衆生に施すのである。」という仏の言葉を引用しながら、「まして食物のために奔走すること(馳走)などあろうはずがない(2.13.)。」と言っている。馳走は、人をもてなすために、あちこちかけ走る意から、おいしい食べ物や飲み物を出してもてなすこと、豪華な食事(ご馳走)を意味する。この意味において、「ごちそうさま」という食後の挨拶は、供養とは正反対の食事観から出た表現であると思われる<sup>9)</sup>。

## 6. 安全の必要性の充足

### (1) 往相における安全の必要性の充足

仏道修行と病気との関係について、道元禅師は「仏道を行ずるのをやめてまで、病気を第一に考え、病気がなかってから修行しようと思うのは、道のさまたげである。(1.6.)」と述べている。A. H. Maslowの必要性の階層によれば、衣食住が足りると、次に健康であることが必要になる。道元は、仏道修行は、安全の必要性の充足を待たないという。実際、「ただ身命をかへりみず発心修行する、学道の最要なり(1.2.)。」と述べている。前述したように禅林という制度により、修行僧は制度的に生理的必要性が充足された環境にいる。また、禅林という制度において、修行僧の安全の必要性も充足されていたと考えられる。このような前提において、修行僧に必要なことは、「発心」であった。「ただ思ひ切つて、明日の活計なくは飢エ死ニもせよ、今日一日道を聞いて仏意に随つて死ナんと思ふ心を先づ発すべきなり。そノ上ニ道を行じ得ん事は一定なり(3.13.)。」と、道元禅師はいう。すなわち学道の初心すなわち往相の初めにあたり、修行僧は死を思うことが必要であると言う：「学人は必ずしも死ぬべき事を思フベシ。(3.14.)」

しかし道元禅師は病気の治療を疎かにしてよいとは言わない。「しかるべきたよりがあれば、お灸の一所もすえ、病状にあわせて、下し薬の一種類など服用することは、仏道を行ずる邪魔にもならない。(1.6.)」と言う。その根拠は、「仏道には『命を惜しむ事なかれ。命を惜しまざる事なかれ。』と云フなり。(1.6.)」である。衣についての「むさばり惜しむ心と、むさばり求める心の二つさえなくせば、捨てても捨てないでも欠

点とはならない。」という論理と同じである。ここで否定されているのは、世間でいう「命あっての物種」の思想であり、「だから無理するな」という安全第一主義とでも言うべき態度である。きびしい修行に身体は耐えられるのかという修行僧が持つであろう不安に対して、中国での先師天童如浄禪師の門下における経験を根拠にして以下のように道元禪師は教え示している：「是ノごとく案じつづけて、思ヒ切つて昼夜端坐せしに、一切病作らず。如今各々も一向に思ヒ切つて修して見よ。十人は十人ながらに得道すべきなり。先師天童のすすめ是ノごとシ。(2.11.)」また、道元禪師は自らの経験に基づいて、「病は心に随つて転ずるかと思ユ。…是レをもって思ふに、学道勤学して他事を忘れれば、病もおこるまじきかと覚ユるなり。(6.16.)」とも述べている。

## (2) 還相における安全の必要性の充足

身命をかへりみず発心修行することを説く道元禪師の第一の根拠は、人はめいめい一生にそなわった食料があり、寿命があり、分を越えた食(食分)や寿命(命分)を求めても得られるものではないという思想にある(1.3.)。だからこそ「学道の人」は、思い煩うことなく、「命を軽くし生を憐れむ心深くして、身を仏制に任せんと思ふ心を発すべし(2.9.)。」となる。

## 7. 帰属の必要性の充足

### (1) 往相における帰属の必要性の充足

「出家」と帰属の必要性の充足との間の葛藤についての道元禪師の考えが、年老いた母の一人子の、「この母を捨てて仏道に入るのがよいという道理がございませぬならば、それはどんな事でございませぬ。」という質問への答えとして示されている(4.10.)。「この事はむずかしいことである。他人からさしずすべき事ではない。」が、道元禪師の答えの最初の言葉である。そして、「ただ、自分でよくよく考えて、ほんとうに仏道に入ろうという志さえあるならば、なんとか準備もし、てだても考えて、母御の財産を確保するなり、生活の手段を用意するなりして、その上で仏道に入るなら、母子、両方ともに結構なことである。」と続けている。さらに、「どんなに手ごわい相手でも、どんなに深窓の美人でも、どんなに大切にされている宝物でも、なんとかして思い通りにしようと思う心が痛切に深いときは、必ず手だても出てくるであろう。そこには天にも地にもみちている護法の善神の目に見えない加護もあって、必ず成就するのである。」と、励ましている。このように「出家」は、家族とくに親との絆という帰属の必要

性をどのように解決するかという困難な課題である。8歳のときに母を失い、13歳の春に出家を決意した道元禪師は、「わたしは、幼少の時、親の死にあって、いささか道心を起こし(5.7.1)」と言っている。つまり道元禪師自身の発心・出家は、母親への帰属の必要性の充足をその死によって断ち切られたことが源となっている。

懷昇禪師は、夜話のついでに、「父母に対する報恩などのことは、なすべきでございませぬか。(3.16.)」と道元禪師にたずねている。水野弥穂子は、「これも一般論のようにも見えるが、懷昇禪師にしてみれば、多分なくなっていたであろう父上と、一人暮しの母上の身の上が頭にうかんでいなかったはずはないであろう。」と述べている<sup>4)</sup>。この懷昇禪師の質問に道元は、「出家は恩を棄て無為に入つて、無為の家の説法は、恩を一人に限らず、一切衆生齊しく父母の恩のごとく深しと思つて、作ス所ノ善根を法界ニめぐらす。別して今生一世の父母に限らず。是レ即チ無為の道に背かざるなり。(3.16.)」と示している。たとえ出家の身となったとしても、家族とくに親との絆という帰属の必要性をどのように解決するかは困難な課題である。

### (2) 還相における帰属の必要性の充足

仏道修行と帰属の必要性の充足との間の葛藤についての道元の考えは、まず明全和尚の渡宋を巡る逸話(6.13.)を基にした道元禪師の判断として、次いでそれに対する懷昇禪師の質問とそれへの道元禪師の答えとして、2重に語られている。明全和尚が宋に渡ろうと思った時、その育ての師匠である比叡山の明融阿闍梨が、大病にかかり、危篤におちって、明全和尚に老病をみとり、死出の旅路を見送ってもらいたいとのんだ。明全和尚は、自分の弟子達等を集めて、事情を説明してみんなの意見をきいた。渡宋を中止するのが、みんなの意見であったが、末席の道元は、「仏法の悟りが、もうこのままでよいのだと思ひましたら、おとどまりになるのがよろしゅうございませぬ。」と言った。これに対して明全和尚は、「仏道の修行はここまでくれば、このままでもよからうと思ふ。」と答えたが、道元禪師の判断とは逆に、「一人の人のために、とりにがしやうい時をむだに過すことは、仏の心にかなうはずがない。」と、入宋を選択した。その心を道元はたたえた。この時、懷昇禪師は、「老病ではかに看病のし手もなく、自分ひとりが看病すべき人であるのに、自分の修行のことを考えて、瀕死の病人の世話をしないのは、菩薩の行にそむくのではございませぬまいか。」と、道元禪師に問かけた。これに対して、道元禪師は、「他のためにする行も、自分の修行の道も、劣った方をすて

て、すぐれた方をとるのが菩薩の善行である。」との判断基準の本に、「親の老病をたすけようと、貧しい食事の世話などをするのは、生きているこの世でのわずかな間、迷った心で喜ぶにすぎない。」と答えている。このように道元禪師は、往相の行も還相の行も、仏道修行の行としての価値を平等に評価している。これは、中国において初めて独立の禪院を立てて、大乘仏教、小乗仏教を「まさに博約折中して」、修業僧の集団生活による修道を開始した百丈懷海(720-814)の禪の精神に重なる<sup>9)</sup>。いずれにしても、道元禪師の周りの出家者自身にとっても、師弟関係における世俗的な帰属の必要性の充足と仏道修行の間には葛藤が存在していたことが窺われる。これに対して、仏道修行者における本当の師弟関係は、「唯だ仏と仏のみの究め尽くすなり(唯仏与仏、乃能究尽)」という法華経の言葉に集約されているような仏と仏との関係が基礎となった師弟関係であるということができようであろう。

## 8. 尊敬の必要性の充足

### (1) 往相における尊敬の必要性の充足

出家した少年道元を教え導いてくれた師匠は、世俗における尊敬の必要性を充足するように教訓したが、大陸の先達高僧の教えを読むうちに、それが仏道の心に反することに道元禪師は気づいた(5.7.1.)。すなわち「わたしを教え導いてくれた師匠も、まず第一に学問の面でその道の先輩と等しい立派な人となり、国家に名を知られ、天下に名声が上がるようにと教訓した。それで教義法文などを学ぶにも、まず、わが国の上古のすぐれた人と同じようになりたいと思い、大師号を受けた人々と同じようになりたいと思った。」と道元禪師は回顧している。それで、大陸の先達高僧の教えを読むうちに、「今の師匠の教えとは違っていた」ことを知り、師匠の教えを受けて「自分が起こした心は皆、経論や伝記などには、にくみきらっている心であったのだ」と思いいたった。そこで道元禪師がやっと気づいたことは、「たとえ名聞を思うにしても、当代の下劣の人に立派だと思われるよりも、上古の賢者や、将来の善人を恥じるべきである。肩をならべようと思うなら、わが国の人よりも、中国やインドの先達高僧と比べて、自分の劣っている点を恥じるべきであり、この人々と等しくなろうと思わなくてはならない。ひいては諸天の神々や目に見えない世界にいる神や、諸仏、菩薩などを恥じ、彼らに等しくなろうとこそ思うべきであった。」ということであった。そして、「この道理がわかってからは、わが国の大師号を受けた人々などは土瓦のように思われて、いままでの身心を全部かえ

てしまった。」と云う。これは、道元禪師の学道の原点の開示である。原典を虚心に読むことができたことにより、道元禪師は、仏教の長くてかつ国際的な歴史の発展過程において、結晶した先達高僧の教えを貫いて流れている本流(正法)に気づくことができた。これ以降の道元禪師の歩みは、この本流に自ら参加しかつそれを発展させることになる。

学道と尊敬の必要性の充足の間の区別のなさの問題は、種々の例について採り挙げられている。円長寺本の正法眼蔵随聞記が、「はづべくんば明眼の人をはづべし(1.1.)。」から始まるのは、出家者として仏の道場に入ったばかりの弟子達に対して道元禪師が先ず何を教え示そうとしたかを考えると示唆的である。この言葉は、「世人多く、我レは元米人に能シと言ハレ思はれんと思ふなり。ソレが即ちよくも成り得ぬなり(2.2.)。」や「我が心によしと思ひ、また世人のよしと思フ事、必ずよからず(3.4.)。」や「遁世と云フは、世人の情を心にかけざるなり(3.10.)。」に呼応している。すなわち世人の判断を気にかけることをやめて、道理の見通せる人の判断を気にかけることの必要性を説いている。そして「今之レを案ズルニ、昇進を望み、物の首となり、長老にならん事をば、古人是レを恥ヂしむ。ただ道を悟らんとのみ思ウて余事有るべカラズ(4.5.)。」の言葉は、間違っただけで教えられてきた仏道修行の本当の意味を大陸の道理の見通せる人々の言葉から読み取った道元禪師ならばこそその教示であるとともに、世間的な尊敬の必要性の充足を目的として仏道修行を志してきた弟子達が少なくなかったことが推測される。このような心は、「我れこノ事をせんこそ仏法者と人は見めとて、事に触れ能き事をせんとするもなほ世情なり(3.1.)。」とあるように、出家して学道の人となってもなかなか払拭されない習癖であったと推測される。「人は思ヒ切ツて命をも捨て、身肉手足をも斬ル事は中々せらるるなり。然れば、世間の事を思ひ、名利執心のためにも、是ノごとク思ふなり(2.12.)。」とあるように、むしろ世間を思う心があるからこそ、このような思い切ったこと、威勢のよいことのできるのだと道元禪師は云う。しかしながら、その一方で、「ただ身命をかへりみず発心修行する、学道の最要なり(1.2.)。」とも云う。それでは仏道を学ぶ者は結局どうすればよいのか。道元禪師は、「仏道を学ぶ者は、命を捨てる気になって、しばらく心を落ち着かせて、言うべきことでも、修行すべきことでも、道理にかなっているか、かなっていないかと思ひめぐらして、道理にかなっていれば言ひもし、修行もすべきである。」と云う。この道理、それは「明眼の人」の云う道理である。道理の理解は、「仏道に入りては仏法のために諸事を行



じて、代りに所得あらんと思フべからず (2.7.1.)。』の姿勢にて、「ただ自分に対する執着をだんだんに捨て、指導者の言葉に従ってゆけば、進んで行くのである (2.2.)。』

仏道修行における尊敬の必要性の対象が、世人ではなくて、「明眼の人」である理由は何なのであろうか。道元禪師は云う、「古人云ク、『霧の中を行けば覚えざるに衣しめる。』ト。よき人に近づけば、覚えざるによき人となるなり (5.3.)。』と。「仏々祖々皆本凡夫なり。凡夫の時はず悪業もあり、悪心もあり。鈍もあり、癡もあり。然レども皆改めて知識に従ひ、教行に依りしかば、皆仏祖と成りしなり (1.13.)。』とも云っている。また、「人の心元より善悪なし。善悪は縁に随つておこる。…故に善縁にあへばよくなり、悪縁に近づけばわるくなるなり。我が心本よりわるしと思ふことなかれ。ただ善縁に随ふべきなり。また云ク、人ノ心は決定人の言に随ふと存ず。 (6.15.)」とも述べている。このように道元禪師にとって、学道修行は凡夫がよき指導者という善縁によって仏祖となる過程であった。

## (2) 還相における尊敬の必要性の充足

よき指導者という善縁によって仏祖となる仏道修行者が尊敬の必要性を充足してゆくところの内容とは何であろうか。道元禪師は云う、「ただ仏祖の行履、菩薩の慈行を学行して、諸天善神の冥にてらす処に慚愧して、仏制に任せて行じもてゆかば、一切くるしかるまじきなり (3.10.)。』と。すなわちそれは、「諸天諸神が目に見えないところではっきりと見ていられることを思つて自らの欠点をかえりみること」である。道元禪師は、「人は必ず陰徳を修スベシ。必ず冥加顕益有るなり (4.8.)。』という。すなわち「たとえ泥や木や土で作ったそまつなお像でも、仏像をばうやまい礼拝すべきである。黄色い紙と朱塗りの軸のそまつな品でも、経典は帰依し敬うべきである。戒を破って恥ずかしくとも思わぬ僧でも、僧のすがたは信仰すべきである。心の内に信仰心をもってつつしんで礼拝すれば、必ず目に見えたしあわせをいただくのである (4.8.)。』と述べる。

仏道修行の難しさについて、道元禪師は次のように述べている：「ひとからそしりも受けず、また恨みも受けたくないような生き方をしている、どうして自分の道を行なっていけようか。力のありったけを出しつくした者のみが、はじめて自分の道を買ぬくことができるのである (6.17.)。』そしてそのためには、「人が自分をそしっても耳に入れず、その代わりに自分も人の悪いところを言い立てなくなれば、自分の思うところをなしとげることができるのである (6.17.)。』と云って

いる。より具体的には次の言葉が見える：「今、学道を学ぶ人も、自分が、仲間の学人に比べてすぐれた智慧を持っていても、議論や言い争いを好んではいけない。また、口ぎたなく人をののしり、怒った目つきで人を見てはいけない (6.7.)。』そしてその理由を以下のように述べている：「今の世の人はたいてい、財産をたくさん与え、恩を施してあっても、怒りを顔にあらわし、口ぎたない言葉で非難すると、必ず手むかう心をおこすのである (6.7.)。』これはまさに道元禪師の経験からの論しである。このあたりの人間の情念への配慮は微に入り細に渡っている。「よしんば自分は道理にかなったことを言っているのに、相手が間違っただけを言っても、理屈で攻めて相手を言い負かすのはよくない。また次に、自分では、たしかに自分の方が道理に合っていると思つても、『わたしが間違っているでしょう。』と言つて、負けて引きさがるのも、あきらめが早すぎてよくない。ただ、相手をへこませず、自分の間違いにもしてしまわず、何事もなく、そのままにしておくのがよいのである。相手の議論も、聞こえないようにして、気かけないと、相手も同様に忘れて、怒りもしないのである。何よりも大切な心得である (2.7.2.)。』人が情念の虜にならないための用心は、典座教訓に述べられている「退歩返照」<sup>9)</sup>である。そして退歩返照には自分を越えた普遍的な視点すなわち仏道の体現が必要である。

## 9. 自己実現

### (1) 往相の自己実現

学道において自己実現する自己は、何のために自己実現するのかについて、道元禪師は以下のように語っている：「学道の人には吾我のために仏法を学する事なかれ。ただ仏法のために仏法を学すべきなり (6.2.)。』この「学道 (仏道) の人」、「吾我」、「仏法 (学道)」の三者の関係を、「科学者」、「世間的自我」、「科学」の三者の関係と対比させて考察してみると次のようになるであろう：「科学者」は、「世間的自我」のために「科学」を実践してはならない。ただ「科学」のために「科学」を学ぶべきである。さらに「科学」は、「科学者」の視点、「参加者」の視点、そして「科学者」と「参加者」の相互作用の観察を行う「立会人」の視点から検討が可能であるという指摘がある<sup>7)</sup>。この指摘に基づいて、道元禪師の言葉である「すぐれた指導者に従い、僧団といっしょに仏道を行じて、私心がなければ、そのまま仏道の人である (1.5.)。』を分析すると、学道とは、「学道 (仏道) の人」白らが「参加者」となって実践する (集団) 行動療法であり、「すぐれた指導者



(善知識)が、「学道(仏道)の人」と「参加者」の相互作用の観察を行う「立会人」の視点を提供することになる。このように、学道における往相の自己実現は、「すぐれた指導者(善知識)」という「立会人」の視点の下に、「学道(仏道)の人」自らが「参加者」となって実践する(集団)行動療法であるのとらえることができるかもしれない。実際、道元禅師は「宋の国では、俗人との風習として、なくなった父母への孝養のため、先祖をまつる廟に皆が集まり、泣くまねをしているうちに、しまいにはほんとうに泣いてしまうのである。仏道を学ぶ人も、はじめから道心がなくても、自分の気持ちにさからってでも、仏道すてずに学んでいると、しまいにはほんとうの道心がおこってくるはずである(1.5.)。」と述べている。

## (2) 還相の自己実現

還相の自己実現を生きることは釈尊の子として生きることである。「しかるに、仏弟子というのは、とりもなおさず、釈尊の子である。だから、釈迦如来のなされかたの通りにすべきである。身ですること、口に言うこと、意に思うことのそれぞれについて、多くの仏が、同じように行なってこられた作法がある。めいめい、そのきまりに随いなさい(1.8.)。」と道元禅師は述べている。その生き方は、「出家人はもともと財物は持たないのであるから、知恵や功德を宝とする(5.12.)。」ような生き方である。

還相の自己実現を生きる人を、道元禅師は「大人」といい、そうでない「小人」と対比している:「小人というものは、ちょっとした荒い言葉にも、すぐ腹を立て、恥をかかされたと思うのである。大人は、そういうことはない。たとえ、打たれても、しかえしなどは考えない。この国には小人が多い。気をつけなくてはならない(5.12.)。」また、「人が自分をそしっても耳にも入れず、その代わり自分も人の悪いところを言い立てなくなれば、自分の思うところをなすとげることができるというのである。こういう人を一家の大人とするのである(6.17.)。」とある。この「大人」は、典座教訓の中の「大心」に対応するであろう。大心は大山のような大海のような広大な心であり、impartialな心である。大の字を書き、知り、学ぶべきであると道元は言う。あらゆる物事の上で大の字を学んできた古えの指導者達は、自在に大声を作し、大義を説き、大事を了じ、大人を接し、大事因縁を成就した者であることを忘れてはいけないと道元禅師は云う<sup>7)</sup>。このように、道元禅師は、大の字を還相における自己実現者の言動を包括的に表現する言葉として使用している。

還相の自己実現者の知恵と功德の表現はつましいために、俗世間の人には見えない。「衆生を思うのに、親疎のわけへだてをせず、平等にすくう気持ちを持ち、俗世のことで俗世を離れたことでも、利益に関しては、すべて自分のことは考へに入れず、人に知られることなく、相手によこばれることなく、ただ、自分の心一つで人のためよいことをして、自分がこのような気持ちをもっているとさへ人に気づかれぬようにするのである(4.3.)。」このように「人は必ず陰徳を修めなくてはならない(4.8.)。」と道元禅師はいう。それは「ただその人の徳を取って、欠点をとってはならない(4.7.)。」ということの実践である。なぜ、陰徳を修める必要があるのか。それは、そうすることにより「目に見えない加護や、目に見えた利益が必ずあるものである(4.8.)。」からである。言い換えると、その人の欠点をとると、目に見えない加護や、目に見えた利益が得られないのである。

還相の自己実現者の言動は、仏道にかなっているかどうか、自他のために利益があるかどうかを基準とする。すなわち、「自分で、思う事も、言う事も、自分でも気づかないところで、悪い事もあるものだから、まず仏道にかなっているかどうかを反省し、また自他のために利益があるかどうかを、よくよく反省して後に、善であるようなら行ないもし、言ひもすべきである。仏道の修行者がもしこの気持ちを守るならば、一生仏の心にそむかないであろう(5.8.1.)。」と道元禅師はいう。

## 10. 無常を思う事：向上力

正法眼蔵随聞記には、何度も繰り返して無常を思うことの必要性が説かれている。例えば、「志の到らざる事は、無常を思はざるに依るなり。念々に死去す、畢竟暫くも止らず。暫くも存せる間、時光を虚シクすごす事なかれ(1.7.)。」、「吾我を離るるには、観無常是れ第一の用心なり(2.2.)。」、「この心を存せんと欲ば先づすべからく無常を念フベシ(4.3.)。」である。道元禅師は、無常すなわち「うつりかわる世のありさまが一定不変のものでないこと(3.11.)」は、眼前の道理、実在的事実であるという。「世間でだいじがっている聖典の中の証拠となる文章や道理をまつまでもない。朝に生まれて夕べには死に、きのう見た人が、きょうはもう死んでいることは、自分の目で見、したしく耳にするとところである。」そうであるからこそ、「生きている間はひたすら仏道を心にかけて、生きとし生けるものの真の楽しみ(衆生の楽)を求めなければいけない(3.11.)。」という。そして「ただ、この日一日、

たった今だけ命があると思って、時をむだにせず、仏道を学ぶことに身をいれなければならない。その覚悟ができれば、その後はまことにたやすいものである。生まれつきのよしあし、りこうかばかかは全く問題ではない(3.11.)」と述べている。このように道元禪師による学道の往相における上昇力は、無常の実存的知覚にある。そして一旦この上昇気流に力を借りて道心を起こして学道を始めて、言動が「冥衆の心」にかなうようになると、その援助を受けて往相の自己実現そして還相の自己実現の過程を歩むことになる。

道元禪師は、「わたしは、幼少の時、親の死にあって、いささか道心を起し(5.7.1.)」と自ら語っているように、悲嘆 survivor であった。道元禪師にあっては、自らが子として親の死の悲嘆の過程を経ることが、仏道という人生の生き方を選択させるきっかけとなったように、道元禪師を取り巻く当時の人々すなわち弟子達に向かって無常の実存的知覚の必要性を説いている。このような文脈において、登山を学道の往相に喩え、「人はなぜ山に登るのか?」との問いが第三者から道元禪師の弟子達に向かって発せられたとしたら、弟子達はもと答えたであろうか、またその答えに対して道元禪師はもとコメントされたであろうか、敢えて想像をたくましくしてみた。その結果、道元禪師の弟子達が、もし「そこに仏道があるからだ。」と答えたならば、道

元禪師は、「ここに無常があるからだ。」と応答されたのではないかと想像された。この答えの相違は、天動説と地動説の相違に較べられるような根本的な相違のように思われる。われわれは無邪気に遠望する。そしてその彼方にゴールを据えて歩む。観無常から仏道に入ることを説く道元禪師は、そのようなわれわれに対して「それでもここには無常がある。」と語りかけ始められているように思われる。

#### 引用文献

- 1) 宮坂有勝：ブツダの教え — スッタニパータ, 法蔵館, 2002.
- 2) 鍋島元隆・他訳註：禪苑清規, 曹洞宗宗務庁, 1972.
- 3) Steven Heine: Did Dogen Go to China?: what he wrote and when he wrote it., Oxford University Press, 2006.
- 4) 水野弥穂子訳：ちくま学芸文庫 正法眼蔵随聞記, 筑摩書房, 1992.
- 5) A. H. Maslow: Motivation and Personality, 3rd ed. Longman, 1970.
- 6) 藤井義博：道元の受食法と作食法 — 栄養療法の知的枠組についての研究 4 —, 藤女子大学紀要(第II部), 44, 2006. (印刷中)
- 7) W. J. Ray: Methods toward a science of behavior and experience. 8<sup>th</sup> ed., Thomson Higher Education, CA, 2006.

## Structure of Dōgen's practice embodying enlightenment

— An attempt to analyze *Shōbōgenzō Zuimonki* from A. H. Maslow's developmental perspective —

Yoshihiro FUJII

(Department of Food Science and Human Nutrition, Faculty of Human Life Studies, and Division of Food Science and Human Nutrition, Graduate School of Human Life Science, Fuji Women's University)

The present study was an attempt to approach to the spirituality of Dōgen based upon the analysis of *Shōbōgenzō Zuimonki* from A. H. Maslow's developmental perspective. The way leading to enlightenment was a way ascending the steps of necessities, and the way back to the starting point was the way descending the steps from the top of enlightenment to save all sentient beings. Both the ways were formed in the Zen monastery, which was compared to the Dragon Gate, and practice method for monks was to just do zazen. Existential awareness of emptiness propelled monks in the direction of practice to enlightenment. Once monks' aspiration to realize enlightenment was kindled, their words and deeds started to conform to the gods and the spirits. Thus they continued self-actualizing process from egocentricity toward the reality of life in the

gravitational field created by the gods and the spirits through their helping, leading force of gravitation.

**Key words:** way to nirvana, way from nirvana, self-actualization