



立花大敬さんの言の葉

2017年8月
言の葉～式葉目

立花大敬さん「しあわせ通信」
のお話を紹介していきます！

はな 放つて行かせる

ガミガミ注意すな
注意しても人は変わらぬ
注意とは、意を注ぐ事なり
静かに、静かに
愛をこめて

その者に意を注ぎつづける事なり
祈る(意延る)なり、
その者に愛の意を延ばしつづける事なり
良い人になって欲しい意
素晴らしい人に成長して欲しい意
それらの意を
静かに、愛をこめて注ぎこむなり
意を注ぎつづければ
その者に意の霊(生命)が宿るなり

このメッセージの中で、へ霊へ『ち』とかなをふつてあるのは、おかしいのではないかと思われるかも知れませんが、岩波古語辞典には次のように出ています。

【霊】原始的な霊格の一。自然物の持つはげしい力、威力をあらわす語。「いかづち(雷)」、「をろち(蛇)」、「いのち(生命)」、「火の神かぐつち」など。

とあって、いのちのちは本来、霊をあらわすものらしいので、これは無理なこじつけじゃないようです。

このメッセージには、対象物に意をそそぎつづけると、やがてその意が、その物に宿って、意の霊となり、いきものとなって、その意の実現にむけて自動的に働きをはじめるとあります。

たとえば、船井幸雄先生は、鳥や魚を足止めにして動けなくしたり、雲を消したりされるそうですが、これは、鳥の例では『足止めにする意』をその鳥にそそぎ宿らせて、鳥の内部で意の霊にして、その意の霊が鳥の体を支配して動けなくしてしまうわけでしょう。

ここには、自らをこの対象物として、自分の心の内に、こうありたいという意図、意欲をそそぎつづけて、その意をいきものにして、自動的に願望を達成させてしまう方法をお教えしましょう。

この方法は、私が禅の修行中に体得したもので、これがへ心へゴムひも法への原形となったのです。

禅では、修行者に公案という問題をあたえて解かせます。公案の内容は、昔の禅の先輩方がされた禅問答の記録で、その真義を説明させるわけです。

それをどのように解いてゆくかといえますと、大きく二つの段階に分けられます。第一はへ把住への段階で、第二はへ放行への段階です。

まず、第一段階のへ把住へから説明してゆきますと、へ把住とは、公案をしつかり把えて、心の中央に住まわせ、決して心の外に出させないのです。

与えられた公案に意を徹底的にそそぎ、集中します。この公案を、あらゆる方向から、タテからも、ヨコからも、ナナメ、上方、下方からも…、徹底して考えます。

それから、これは私を御指導下さった老師独特の方法ですが、公案の場面をイメージ化するよう教えられました。

公案の登場人物の様子、その禅問答の場面の様子、屋内なら部屋の家具の調度の類、屋外なら周囲の風景、風がそよぐさまなど、徹底的にイメージ化して、登場人物のひたいのしわ一本、ほくろの一つまでアリアリと感じられるほど仕上げるのです。そこまですれば、もうその公案は解けたようなものだとおっしゃいました。

ところが、このイメージ法はとも難しく、仲間うまくいきません。

そこで私は、自分なりの方法を工夫してあみ出しました。

それは、イメージに集中してゆくのではなく、公案の言葉に集中していく方法です。具体的には、公案の文章の全部あるいは重要な短文を、くりかえし、くりかえし音読し、あるいは黙読、また一字、一字熟読します。

そうすると、おのづとイメージが浮かび上がってくる事がありますが、これは自分がつくり出したものではなく、自然発生的なもので、イメージがなくても公案は解けますから必修のものではありません。

さて、このように、あるいはイメージ法、あるいは言葉法で、公案に意をそそぎつづけますと、やがてその公案が私の心の中央に居座って動かなくなり、公案に意をそそぎつづけても坐っても、食事をしても、仕事をしていても、でんぐり返しても、公案は、心の中にデンとおさまって、しかも仕事や食事などの日常生活には何の支障もないのです。

眠っている時も、ちゃんと心の中にあって、決してなくなったりしません。

これはどういう事でしょう。

人間の意識は、二つの物事を同時にあつかうことができません。食事をしている時は意識は食事に集まっているはずで、ところが、この場合は、食事に集中しながら、同時に公案に集中しているわけですから、食事を私の意の霊と、公案を解こうとする意の霊は別で、私は独立したいいきものになっているのです。

寝ている時も、公案が存在しているというのと同様で、眠っている時、私の意識水準ははなはだ低下していますが、公案を解こうとする意は、そんな状態でもなお活々と息づいて、活動をつづけてくれているわけです。

さあ、そうなったところで、へ把住への段階が完成しました。

へ心へゴムひも法へでは、めざす目標の一点に引き伸ばしたゴムひもの一端をしつかり固定したところまでやってきたわけです。今度、第二段階へ放行へと移ってゆきます。

へ放行とは、文字通りの意味で、『放って行かせる』事です。

心の中で、公案を解こうとする意は、もはや意の靈あるものとなりました。

意の靈は、自ら養分を吸収し、どんどん成長してゆきます。そして、目標に向かって旅立つ支度が整いました。丁度、独立してゆこうとしている息子のようなもので、『放って行かせ』なくてはなりません。

ところが、もうそこまで段階が進んできたのに、まだへ把住をつづけようとする修行者がいます。

意の靈が目標へと飛び立とうとしているのに、その意の靈を把えて、飛び立たせまい、そこに住まわせようと必死で努力するのですから、その努力がまったく逆で、意の靈にとって、これほど迷惑なことはありません。息子の成長を願いながら、独立をさげらうお母さんのようなものです。

禅の道場には、このところ、つまり、手放して行かせるということが分からなくて、どうしても公案が解けないという修行者が沢山います。私も、はじめの公案を通しての三年間もかかってしまいました。

このへ放行法に、私が気づいたのは、次のような経過からでした。

師にはじめて公案を頂き、あらゆる方面から考え、ひたすら坐禅しましたが、どうしても解けません。

そして、ついに体力的にも、精神的にも限界がきてしまいました。必死で公案を握りしめていた手が、疲労から思わず開いてしまいました。

すると、その途端に、ポツポツとその公案の解答が心に浮かび上がってきたのです。拘束されていた意の靈が、これは好機とばかり、一気に目標に向かって飛んだわけでしょう。

一度、へ放行のコツが分かりますと、もう体力の限界まで努力する必要はありません。慣れるに従って、へ把住からへ放行へ、そして答えを得るまでの期間がどんどん短くなってゆきます。

達人になりますと、目標とする事を、サツと心の中央に置いて（じつと握りしめていなくても、心の中央に一瞬置いてやるだけで、その目標達成の意は生命を持つのです）、次の瞬間には忘れてしまっても（これが放行）、もうそれだけで、本人は忘れていても自動的に目標が実現してしまうというほどになります。

また、それほどになりますと、一つの願いに集中して、それだけで心をいっばいにするという事も必要ないのです。

一瞬間の中央に念願aを置いて、サツと忘れまます。これで念願aはいきものになります。次に念願bをいきものにして行かせます。

このように、念願c、念願d、いくらでも来い、何でも来いで、念願成就のオートメーション装置になったようなもので、次々成果を上げてゆくようになるのです。

さて、これで、へ心IIゴムひも法の後半、現在の地点を離脱して、ゴムひもの弾力にまかせて飛び立つというところが完成しました。

お釈迦様のいって、出家して、長らくお釈迦様の侍者をつとめた阿難という方がいました。この人は、容姿もよく、頭もよく、血筋もよく、何から何までよく出来た人で、人々は、お釈迦様の良き後継者になれるだろうと期待していたのですが、お釈迦様がなくなられるまでついに悟りが開きませんでした。

お釈迦様がなくなられて、生前の御言葉を集めて經典にしようとする会議が開かれた時、阿難は、自分はずっとお釈迦様の身近にいて、一番お釈迦様の説法を覚えていたので、当然の事と、会議に参加しようとしたが、まだ悟りを開いていないからダメだと入場を拒否されてしまいました。

何とか入らせて下さいと願いますが許されません。条件として、三日後の日の出の刻を期限に、それまでに悟りが開ければ参加を許すという事になりました。

阿難は三日間、ぶっ通しで坐禅に集中しましたが、もう三日目の日の出のま近という時になっても、ついに悟りは開きませんでした。

そして、とうとうあきらめて、『もう、ダメだ』と、大地に身を横たえた時（これが放行）、その途端、阿難に大きな悟りが開けて、教典づくりに参加できたのです。

どのお経にも、冒頭に『如是我聞（是くの如く、我聞く）』とありますが、この我とは阿難の事であるといわれています。

私は学生時代、小田原ではじめ塾を開設して青少年の育成に尽力しておられた和田重正先生に御縁があって、教えを受けました。

その時、こんな話をされたのを思い出します。

先生は、中学生時代、英語が大変にが手であったそうです。

その理由は、単語がどうしても覚えられないのです。何時間も努力して、ほんの教語しか覚えられないほどで、そのため単語テストがあると惨憺たるもので、担当教師もあきれほどであったそうです。

ところが、ある日、秋の落葉する様子をながめていて、ハツと悟るところがあったのです。

『あつ、そうか、ほとんど忘れたらいいんだ』

それからは、英単語を何の苦もなく、いくらでもスラスラ覚えられるようになって、ついに東大法学部に進学することができたのです。

以前の先生は、一つの単語を覚えまます。

そして、それを『忘れたらいけない、忘れたらいけない』と、いつまでもへ把住しながら、次の単語に移るので、前の単語が心の中に居座っているのです。次の単語は心の中に入っていくことができないのです。それを何時間もかけて、少しも単語が覚えられないという事になるのです。

一つ覚えたら、その覚えた事を忘れる（これが放行）ことによって、まっ新の心のスクリーンに次の単語を写し出し覚えることができるのです。

『でも、せっかく覚えたのに忘れてしまったら元も子もないじゃありませんか』と、おっしゃる方もいるかも知れませんが、一瞬間でも心の中央に入った単語は、ちゃんと意の靈を得ましたから、決して消滅することがありません。必要な時に、『おいで』と口笛でも吹いてやれば、シッポを振って出て来ますから御安心下さい。

ポイントは、何かを手に握りしめていたら、決して次のものが手に入らないという事です。

どんどん手放してゆくことによって、より新しいもの、より大きなもの、より素晴らしいものが手に入ってくるのです。

道元禪師はおっしゃっています。

『放てば手に満てり』と。

立花大敬（たちばな だいけい）さんの紹介

昭和23年大阪生まれ。
大阪大学にて生物工学を研究。
19歳（大学在学中）、禅に入門。
以来、曹洞、臨済宗の諸老師に指導を受けてきた。
42歳、伊勢神宮にて天命を知る。
この時期と前後して、数年間に4冊の本を一気に出版する。

45歳で、進学校の高校教師となる。
48歳、再び「筆の御用」を開始し、「しあわせ通信」を毎月発行。
著書に「天界の禪者大いに語る」「悟」「禅」「禅の達人たち」
「しあわせ通信第1集～第10集」などがあります。
今回は「しあわせ通信第1集」に掲載されていた、
「放って行かせる」を紹介させて頂きました（^^