

禅の道に入って ようやく得た安心

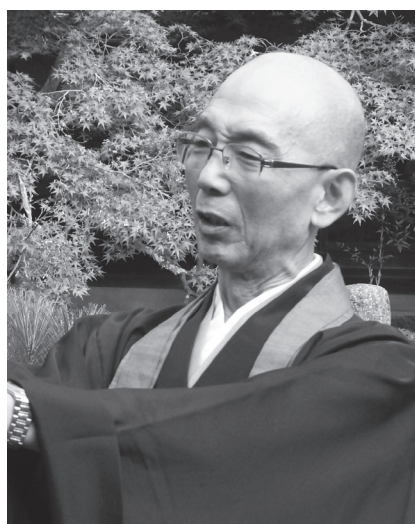
長岡禅塾副塾長

北野大雲老師

宗教哲学を学ぶ

― 老師は大阪外国語大学そして京都大学大学院を出られています、なぜ禅の道に進まれるようになったのでしょうか。

北野 禅の道を意識したのは40歳を過ぎてからのことなのです。話せば長くなるのですが、そこに至るまでの経緯をお話したいと思いますが、心の中に煩悶があつて、大阪外大を卒業してから出版社に就職したのですが、結局は普通のサラリーマン生活が始まったわけです。そのために問題解決の糸口が見つからず、編集者として著者と遅くまで飲んだり、そんな生活の毎



日でした。ね。あるとき、真夜中に酔つて淀屋橋を渡っていたら、冷たい風に煽られ、こんなことをしていたのでは大学時代に考えていた自分の人生とは程遠いものになってしまう、という思いが頭をよぎりました。そこで人生をやり直すために京大の大学院で宗教哲学をやろうと会社を辞めました。28歳の時でした。

― 思い切った決断ですね。

北野 学問の世界から遠ざかつており、院の試験に受かる自信はなかったのですが、30歳を越したらもうチャンスはないだろうと、1〜2年は浪人の覚悟で京大の大学院を受験し、幸いにパスしました。日本の哲学を勉強したかったのですが、指導教授からは哲学を勉強する上での哲学的な思考法をまず学ぶようにとのこと

で、西洋哲学を専攻しました。5年間大学院で過ごしました。院を出てからは大学の非常勤講師として教壇に立ちましたが、当時の非常勤講師はこなした授業のコマ数分しかお金をくれないのですから、夏冬の休みの時は厳しかったですね。38歳のときに教員として本採用され、ようやく毎月の給料とボーナスをもらえることになり、これは本当にうれしかったです。

安心を求めて禅の道へ

― 生活も安定され自分の描いた人生を歩まれ始めたというところでしょうか。

北野 当時はこれでもつて自分の人生問題をなんとか解決していけそうだと思っていました。研究にも授業にも一所懸命身を入れてやりました。自分なりに満足できる人生を歩んでいると感じていましたね。ところが、私のやっていることは結局のところ文字の上の理論であり、理論をなんぼやっても、仮に真理が分かっただとしても、これは頭の中でのことであり、知解にすぎないのでは、と疑問を持ち始めたのです。体得ではないのですね。

― どんなことを求めておられましたか。

北野 私の願いは安心、仏教用語の「あんじん」

を得ることだったのです。しかし頭で得たことでは腹の底で落ち着くような「安心」には結びつかない。いくら勉強や研究をしてもそれは頭で分かっただけのことであり、自分の血肉になる安心を得るには別次元のことをしなければ得られないのではと思い始めたのです。そこで、禅をやってみようと思ったのです。

—それが禅の道に入られるきっかけとなったわけですね。

北野 最初は京都の相国寺にある智勝会という京大生の禅の会に入り通参しました。しかし、私の心構えの悪かったこともあり4年ほどで挫折しました。そんな折に長岡京へ引越した際、山田邦男氏（大阪府立大学名誉教授）から長岡禅塾を紹介されました。塾長の浅井義宣（半頭大雅）老師から参禅のお許しをいただいて、長岡禅塾で本格的な禅への取り組みが始まったのです。浅井老師とはまったく偶然の出会いでした。こちらに引越さなければまた違った人生を歩んでいたでしょうね。それから塾生となって参禅や大接心に欠かさず通い、出来る限り時間を作って長岡禅塾に通参しました。参禅したあとに大学で授業を受け持つという禅と教員の二足の草鞋の生活が20年以上続きました。最後の5〜6年は毎朝5時40分に塾に来て参禅しま

した。これは私の人生の中で一番一所懸命に取り組んだ行でした。

—そして禅の老師になろうと思われたのですか。

北野 そんなことは毛頭考えていませんでした。ただ自分の安心立命のためにやってきただけです。禅の修行を仕上げるにはふつう15〜20年の修行がいります。坐禅だけでなくいくつもの公案（老師との禅問答）をこなさなければなりません。幸い長岡禅塾に参禅を続けて64歳のときに一応公案が終わりました。あとで知ったのですが、その時浅井老師からは老師の資格を与えるという「印可」が出ていたのです。しかし、長岡禅塾を継ぐには禅の専門道場へ行ってもらわなければならないというわけです。それで大学の定年を待たずに65歳で大学を辞めて道場へ行くことを決心しました。この歳で入れてくれるような道場はなかなか見つからなかったのですが、ようやく京都の建仁寺の僧堂に入ることが出来ました。

厳しかった禅の修行

—何人ぐらいの修行僧がおりましたか。

北野 20人ほどですが、ほとんどが大学を出

たばかりの22〜23歳の若者です。道場では1秒でも早く入門した者が先輩なのです。私にとって学生のような若者に、「おいジジイ」などとむちゃくちゃを言われるのですよ。それはもう本当に酷いと言えば酷いもので、徹底した徒弟制度です。私は公案をすべて終えていましたが、彼らはまだ何も出来ていない。でも、そんなことは関係ない集団です。社会的に経験を踏んでいたことも禅の修行を積んでいたことも、道場での序列には何の関係もないのです。ですから私にはとても厳しい環境でした。

—具体的にどのような修行をされましたか。

北野 まず朝は4時に起きてお経をあげたあと参禅、老師との公案問答を行います。朝食の後は托鉢がなければ夕方5時まで作務となります。内容は庭の掃除、池の泥をさらったの改築、樹木に登っての剪定など肉体労働です。夕食をいただいたらまた参禅になります。僧堂で坐禅をして夜9時で終わります。そのあとは禅堂の外で坐禅をする「夜坐」があります。11時ごろまで行うのですが、一番下の私が床に就くのは午前2時過ぎになってしまいます。そして起きるのが4時ですから睡眠時間は2時間くらいしかない。最初のころは最後まで残ったのですが、後になって老体だというので早く帰れるように

してくれましたが。それでもこの修行は身体に
応えました。1年間の修行を終えて長岡禅塾に
戻ったのが67歳でした。私はお寺のものではな
い在家の出であり、将来こうした禅の道に進ん
で老師になることなど夢にも思わなかったこと
です。人生は小説よりも奇なるものだと思感し
ます。

— いまここにおられて悟りというか、手に入
れようと望まれたことを得られましたか。

北野 得るようなものはないのです。禅は「無」
ですから。でも落ち着きというか安心は得られ
ましたね。しかし、完全な悟りというのがあ
るのかどうかは知りませんが、人生は一生修行
の連続で終わりがありません。だから公案が終
わったからと言ってすべてが終わった訳でもな
いし、体得したものが現実の生活の中で実際に
働いてこなくてはなりませんね。つまり社会と
接点を求めて生きていくことが重要にな
ると思います。そこはなかなか工夫があるこ
ろで、その点で自分はまだまだ十分ではない
と思っています。

禅の求めるもの

— 先々代の森本省念老師は「禅は禅にあらず、

ゆえによく禅なり」と述べておられますが。

北野 禅はもともと無を求めるのであり、禅
はこうであると決めつけるとそれは有であり、
禅ではなくなってしまう。禅は空っぽであり、
空っぽであるからなんでも入ってくる。ですか
ら、表から見ると裏から見るのかという違い
だけであって、事態は同じことなのです。空を
裏だとすれば表は具体的生活なのです。『般若
心経』ではそのことを「色即是空、空即是色」
と言っています。空というのは何も無いこと
ではなく、却って具体的なもので充滿していると
言うことです。私はいま話をしていますね。こ
れは具体的なことです。しかし、私は空っぽな
のです。話していることを忘れているのですか
ら。

— その空というのは本人の意識の中にあるも
のですか。

北野 意識していたのではダメなのです。禅
では「それに成りきっている」と言います。例
えば、一所懸命やっているときに一所懸命の意
識はないのです。つまり意識しては一所懸
命ではないのであり、一所懸命やっているその
ことが空そのもののなのです。では、何もない
のかというとそこには一所懸命のことが溢れて
いるのです。

— 一所懸

命やってい
ると時間の
感覚がなく
なります。
あることに
集中して時
間の経つの
を忘れてい
るのですが、
でも意識は



そのことに集中して、集中していることさえ
忘れている。そんな意識の状態というか感覚
を空というのでしょうか。

北野 そうです。何かを夢中になって行つて
いる時、意識は無意識の状態にあるわけです。
その状態を「空」あるいは「無」と言います。

坐禅をする理由

— そういうことは我々の日常生活でもよく
あることなのですが、それなのになぜ坐禅
をするのでしょうか。

北野 日常生活ではそうした無の状態は一時
的にはあるでしょうが恒常的ではないですね。



たいていの時間は意識しています。その意識を恒常的に空にするための方法として坐禅があるのです。坐禅によって無の境地に至ることができる、その人は常に空の時間を生きることができ、無の状態であることができるようになるでしょう。公案では何度も老師から自らの見解（けんげ）を突っ返されダメ出しをされるのですが、それも無になるための修行と言えます。

― 日常生活でやれる禅はありますか。

北野 忙しい日常生活の中で、短い時間でも

いいから「数息観」、つまり呼吸法をやってほしいと思います。息を吐きながらゆっくり一から十まで数を数えるというものです。やってみてわかると思いますが、数を数えることにすら我々はなかなか集中できないのです。二つか三つをすぎたところから数以外のことを考え始めるのですね。それは妄想なのです。それに気づいたらまた一から数え直すのです。数えることに集中することが三昧になる修行なのです。電車を待つときでもいいのです。いつでもどこでもやることです。禅語に「一行三昧」と言うのがあり、何事も集中してやるのが大切なのです。だからと一日を過ごすのではなく、集中して事に当たることを意識した、そんな生活を送ることで禅的な生活に近づくと考えます。毎日10分、20分、30分とやられてもう少し禅をやってみたいと思ったら、坐禅会に参加されてみてはどうでしょう。なんでもそうでしょうが行動を起こす初めの一步が大切なのです。

― 長時間お話をいただきありがとうございます。長時間お話をいただきありがとうございます。

略歴

北野大雲（きたの だいうん）

1943年大阪に生まれる。大阪外国語大学

卒業。京都大学大学院博士課程単位取得退学。大学教員をしながら長岡禅塾に通参。（その間、1年間塾生として禅塾で禅修行の生活）。相愛大学名誉教授。2008～2009年に京都・建仁寺で禅修行。長岡禅塾第三世半頭大雅（浅井義宣）老師に嗣法。現在、長岡禅塾副塾長。著書『禅に親しむ』（禅文化研究所）

長岡禅塾

昭和11年、岩井商店の創業者岩井勝次郎氏によって設立。昭和14年に開塾式が行われた。以来77年の歴史の中で300名を超える卒業生を輩出した。禅の指導は代々臨済系の老師によって行われているが、塾としては特定の宗派には属していない。運営は最勝会を中心とする企業および団体の寄付金によって賄われている。

*会員の年清彰雄氏（66023）および長岡禅塾監事の和氣一也氏のご紹介で本インタビューが実現しました。

（聞き手・構成 野地邦雄）