

設立 平成24年 5月15日
開塾 平成24年 9月 8日
発行 令和 7年 3月15日
(142号)

中之島ニュース

[事務局] 〒567-0861
茨木市東奈良2-7-10
人間学塾・中之島
事務局 古田修平
編集長 西村俊幸

「禅の教えに学ぶ」

横田 南嶺 管長

(三月度特別講義より)



■不機嫌な顔は怠情である

皆様もいま黙祷して、在りし日の鍵山秀三郎先生の笑顔を思い浮かべられたことでしょうか。私が鍵山先生に初めてお目にかかったのは、今からもう十年以上前のことであります。その後有難いことに縁が深まり、先生との対談本(『二度とない人生を生きたために』)も出させていただきました。この本の中にある先生の言葉に「私は陰性の性格です。放っておいたら不機嫌な顔になる。ただでさえ世の中を呪うような顔つきをしている上に、本当に人を恨んだら極めて不愉快な印象を与えてしまうでしょう」。

先生は戦時中、東京大空襲で焼け出され、疎開先の岐阜県で佐光義民先生にお出会いになった。そしてその佐光先生より「不機嫌な顔でいることは怠けていることだ」と教わったとのことでした。鍵山先生のあの笑顔は天性のものではない、一生懸命努力をした笑顔なのです。「不機嫌な顔は怠情だと言う言葉を胸に刻んで、何があっても人を恨まず、努めて明るく丁寧にするようにしてきました」との先生の言葉も思い起こされます。

また鍵山先生は常に腰骨を立てる美しい姿勢であられました。姿勢が崩れているということとはなかった。それもまた佐光義民先生より厳しく教わったことでした。先生は晩年になって、佐光義民先生に出会うために空襲に遭い、岐阜の山奥に疎開したのではないかと思うほどだと述懐されています。

■食事の姿勢が変わると人間が変わる

WBCで世界一に導いた栗山英樹さんと最近縁をいただきました。円覚寺に禅修行体験にお越しになりました。

まずは入門をお願いする「庭話」(上がり縁で低頭し許可を求める)から始まります。「初発心時便成正覚」(華嚴経)とは、初めて道を学ぼうと心を起こすとき、すなわち正しい悟りが達成されている、という意味です。円覚寺では今でもお風呂もご飯を炊くのも当たり前に薪を燃します。薪割りや食事の用意など全て修行であり、日常の実践が全て尊いと禅では考えます。

禅の大きな修行の特色として「一日不作一日不食」(百丈禅師)があります。これは「働かざる者食うべからず」というような相手を責める意味ではなく、畑を耕そうと鋤を操すうち食事をとることが出来なかったという百丈禅師の話から、「自分のような者が何の仕事もしないでご飯をいただいては申し訳ない」という心を指す言葉です。

栗山さんにも薪割りや火をおこしていただきました。ご飯はお釜で上に重石をし圧力をかけて炊きます。火を団扇であおぎ火加減を見計らって蒸らす等の手順の体験に、栗山さんは、「ご飯を炊くだけでこんなに感動するのか」と言われました。手間暇をかけることは大事なことで、若い修行僧に食べ物に感謝せよと言いつけてもなかなか伝わりませんが、実際に作ってみると解ってくる。茶碗一杯のご飯を作るのにどれほどの手間がかかるかを体験すると、絶対粗末にはしなくなり、そして美味しいと思えます。食事に対する姿勢が変わると人間が変わる。食することは命に直結するからです。いかに命なるものをそれぞれが体験するかが大切です。

■運が良くなる生き方

栗山さんには食事の行のほか、禅の講義、

いす座禅も体験していただきました。座禅の時には「一人の気配が消えた」と感想を述べられました。おそらくそれは全てが一体となったがために違和感がなく、妨げるものがないということでしょう。自分と他人を区別していた感覚がなくなり同じ存在となる。人間は序列をつけたがりですが、原点は何も変わらないのだということです。

禅では姿勢と呼吸と心を重んじます。前提として食事があります。食事が乱れては精神を整えるには無理がある。姿勢を正し呼吸を整え、心が整います。栗山さんは禅の修行は経ずにおそらく独自で人間学を学び、身体を使い方を学び、感情を乱さず、思考力を正しく働かせてこられたのでしょう。無私というのとは心を失くすことではなく、むしろ自由に心を働かせることができることです。

禅の学びのまとめとして
衆生無辺誓願度(自分だけではなく、皆の幸せを願う)
煩惱無量誓願断(そのためには自我の心を離れる)
法門無尽誓願学(どうしたら皆が幸せになれるのか広く学ぶ)

仏道無上誓願成(世の中全体が幸せになる道が成就することを願う)

栗山さんと話をさせていただき、仏道と野球の共通点は、自我の心からいかに離れるかの一点に帰すると感じました。野球とは運の強いスポーツですが、栗山さんは運を味方につけることが大事、と言われます。そしてそれは生き様による、と。目には見えないものをあがめる気持ち、大事であり、そうして常日頃周囲の人に尽くして生きておれば、天が応援しないではいられなくなる。人に尽くし喜んでもらえる生き方、その凡事徹底が天に応援いただき運がよくなるということなのでしょう。

《グループ討議》

横田 南嶺 管長

Aグループ

- ・ 不機嫌は怠惰
- ・ 食事五観文
- ・ 願いを持って生きる

Bグループ

- ・ 不機嫌は怠惰
- ・ 我を捨てる
- ・ 日常が大事

Cグループ

- ・ 初々しさ
- ・ 調五常 姿勢
- ・ 日常の実践

Dグループ

- ・ 不機嫌は怠惰
- ・ 食事五観文
- ・ どんな人でも自分より立派だと思ひ接する

Eグループ

- ・ 不機嫌は怠惰
- ・ どんなことに出会っても仏様だと思ひ
- ・ 一日不作 一日不食

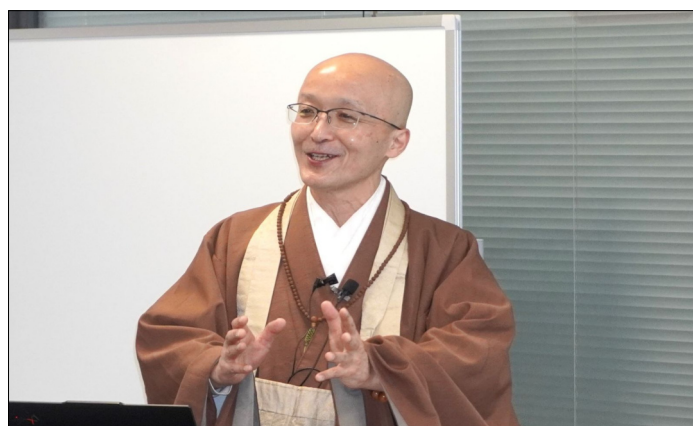
Fグループ

- ・ 不機嫌は怠惰
- ・ 願いを持って生きる
- ・ 感情を波立たせず思考力を正しく働かす

◆ 不機嫌は怠惰

不機嫌な顔は怠惰

この感想が多くありました。



司会
小南塾生

講師紹介
近藤世話人



読書会A
「一語一会」



読書会B
「ありがとうございます」

人間学塾・中之島 読書会

Aグループ

○テキスト 「一語一会」 2月

○指導 近藤 宏枝 世話人
○進行 西村 俊幸 世話人
○参加者 22人

二月三日

ハガキの活用度のいかんによって、その人の生活の充実さ加減が測定できるといえよう。

二月六日

何といってもまず偉人の伝記を読むがよいでしょう。そして進んでは、その偉人をしてそのような一生をたどらせた、真の内面的動力はいかなるものであったかを、突き止めるということでしょう。

二月二十日

人間下坐の経験のなきものは、未だ試験済みの人間とは言うを得ず。唯の三年でも下坐の生活に堪え得し人ならば、ほぼ安心して事を委せうべし。

二月二十四日

物事は一おう八十点級の出来映えでよいから、絶対に期限に遅れないこと。これ世に処する一大要訣と知るべし。

二月二十六日

人生は一生のうち逢うべき人には必ず逢える。しかも一瞬早すぎず、一瞬遅すぎない時に――。

Bグループ

○テキスト 「ありがとうございます」
151～170

○指導 中川 千都子 代表
○進行 山路 直美 世話人
○参加者 20人

(四) 無限の無限の安らぎが一杯

151

人生の真の目的は、本心開発(真実の悟り)です。何事をしていても、本心開発に繋がらないものは、間違った道に迷い込んで、時間の無駄遣いをしているのです。一刻も早くそのことに気付かなければならないのです。

154

「ありがとうございます」という祈り言葉が保持している根本の言霊には、天照大御神(宇宙絶対統一神)そのものなのです。その中の「が」についてですが、「か」(輝き)＋「か」(輝き)＝「が」(輝きに輝く)を意味していて、神さまの奥深さ(重層構造)を強調しています。

162

今どのような運命・境遇・環境に置かれていても、本心の心(謙虚な心・感謝の心)を生きようとすれば、すべてをプラスにプラスに受け入れていくことができるのです。

「百萬典経日下燈(ひやくまんてんきようにつかのとう)(実践の伴わない知識無し)」

寺田一清先生に導かれて ②6 近藤 宏枝

令和七年一月二日、とうとうお別れの日がやって来てしまいました。鍵山秀三郎先生との出会いは、もう三〇年以上前になります。最初は先生の「掃除道」とのお出合いでした。初めて参加した「実践者の家・夏季研修会」にて、福永道子先生が参加者の有志の女性を集めて、研修会場のトイレ掃除実習をして下さったのでした。素手で磨くトイレ掃除は初めてで、この時の情景が今でも浮かんできています。そしてその翌年「実践者の家・四国地区研修会」高知大会で講師としてご登壇頂き、初めて鍵山先生とお目見えすることが出来たのです。それから縁は途切れることなく続き「天分塾」「人間学塾・中之島」の常任講師として、毎年ご講話を拝聴致しました。更には平成二十四年には「四国中央掃除に学ぶ会」の発会式にお越し下さり、先生の「案内役を仰せつかった私は、身近でそのお姿に触れ、学ぶことが叶ったのです。」

重ねて何より「人間学塾・中之島」では特別の思い出があります。それは横田南嶺管長様が初めてご登壇下さった第二期のことでした。その年の初めにはいつものように鍵山先生は、講師としてご登壇頂いていたのですが、その三か月後の管長様のご講話の日にも中之島に足を運ばれたのでした。この日は、今北洪川老師著『禅海一瀾』のお話です。

この本は鍵山先生が恩師から授けられた大切な一冊でした。最前列で寺田一清先生と並んで拝聴されたのですが、私はお二人に挟まれて座らせて頂くという幸せに浴していたのです。鍵山先生の熱心にメモを取られる凛としたお姿と息遣いを、すぐそばで感じていました。更にはこの時先生が管長様を「清澄のお方」と称せられたお言葉を、直にお聴きすることとなったのでした。

みなでは寺田一清先生のお陰と、手を合わせるの

聴講生の皆様へ 人間学塾・中之島へのお誘い



本日は人間学塾・中之島へ講座にご参加いただきありがとうございます。
人間学塾・中之島は第13期を迎えております。
前身である天分塾開講以来、四半世紀以上にわたり、「念々志学」「念々心願」「念々感謝」のもとに、一流講師陣の講義や先哲・先師に、そして塾生が互いに学びあっています。
**この「非日常空間」をご一緒しませんか。
途中入塾・歓迎します。**

一流講師の講演

参加型構成

手頃な受講費

◆開講日時：原則毎月第2土曜日 13:00～17:00 ◆研修会場：大阪大学中之島センター
◆宿泊研修：毎年2回程度 ◆内容：講師の講義、グループ討議、塾生講話／読書会 など
※会場・日程、講師及び内容が変更になる場合があります。 **詳細は塾生募集案内参照**



高野山



伊勢神宮・内宮

足さ切をてしま修あてとわ
りをさひい不まで行のさてうれ一
ま実をきる機しがに栗ていごて月
せ感実、自嫌た、つ山、たざいは
んと感改分な。そい監二いま行く
。言しめが顔日常日おがは、す、
っまていを常そして常話修横、
てし日ましてこのまき行田全、
おた常すての。の。まされま南のい
て何大久、この瞬間、とで驚く、
・度切し、の瞬間、とで驚く、
・もさぶ日常、行起中、心、
・何度あた本格ろそ、か、
まだまた日格的な、か、
まだまた日格的な、か、
修行大の風、に、
が切大邪し。

編集長 西村俊幸

編集部からのお知らせ
読書感想文のご提出ありがとうございます。
なお、字数が超過の場合は、適宜、編集を加えている旨、ご了承ください。

4月は宿泊研修です

日時 令和7年4月12日(土)
～13日(日)

〈第1日目〉

◆会場 朴の森 (山口県)

◆講師 鍵山幸一郎 先生

テーマ

「父、鍵山秀三郎より学んだ、
後世に伝えたいこと」

〈第2日目〉

松陰神社等、先哲の地を訪う



《人間学塾・中之島》次月案内