

銀杏

発行所

〒792-0835

新居浜市山根町8番1号

曹洞宗瑞應寺専門僧堂

編集発行 瑞應寺

電話(0897)41-6563

FAX(0897)40-3127

<https://zuioji.jp>

毎月1日発行

(振替 01330-2-31918)

瑞應寺

印刷所 東田印刷株式会社

碧巖録物語独語【三十四】

後堂 門 原 信 典

第十九則「俱胝一指頭」 寐語 ⑮

〔莫妄想(五) 千代能の桶〕

〔評唱〕

俱胝和尚は天龍和尚の一指頭を見て、たちどころに身心決定します。その表現が「桶底を脱する」つまり「桶の底が抜け落ちる」「脱落」という意味です。

佛祖方のお徳や修行を讀え、簡潔に宗意を示されたものを「頌占」と云います。

道元禪師がお亡くなりになつて間もなく、門弟の詮慧禪師、懷奘禪師、義演禪師等が道元禪師の法堂（説法の場合）における御法語語録、詩偈等を輯録された「永平広録」に「永平頌占」があります。

瑞應寺の法戦式では、橋本老師が「永平頌占」の中から主題を選定されたものを用いています。そ

の一つに「身心脱落の話」があり、この中に「破木杓」という言葉が出てきます。こわれた木のしゃもじ、役に立たない無用なものの事で、これが転じて脱落の意となります。そして橋本老師は「千代能がいただく桶の底ぬけて、水たまたねば月もやどらず」と云う歌を引用されています。

この歌の謂れは諸説あるのですが、「桶底を脱する」に因み、鎌倉時代の武将・安達泰盛の娘、千代能（二三三〜二九八年）のお話として紹介させていただきます。この逸話が伝わる「底脱の井」が鎌倉市の海蔵寺（臨済宗）に現存し、歌も揭示され「鎌倉十井」の一つに数えられています。

当時、千代能は絶世の美女として世間の注目を浴びていました。

彼女を恋慕する男性は多く、皇族や貴族、幕府の実力者北条実時もその一人であつたのですが、どんな男性も相手にしませんでした。実は千代野は夢の中に神様が現れ、ドラマや小説の主人公に憧れるように夢の中の相手を現実を求めるのでした。ところがある日、

法事で耳にした禪宗のお坊さんの法話から「いくら美しい容姿を持つていても、老衰の日は必ず来る。死後に白骨しか残らない、その無常の人生を生きる方法は佛道修行しかない」の言葉で現実の儚さに気付く、どうすればこの不安から逃れる事が出来るかと、出家の志を持つようになります。そして安達一族は、対立していた三浦一族を亡ぼすのですが、その時に目の当たりにした闘争の様子、多くの悲惨な死、そして争いの勝者であつた父親も亡くなり無常観は更に強くなりました。

ついに出家を決心した千代能はいくつかの寺院を訪ねますが、安達一族の娘という事もあつてか、全ての寺院で入門を断られます。そして中国から渡来した蘭溪道隆禪師（二三三〜二七八年）を訪ねます。一度は入門を断られますが、その発心は並大抵な事では揺るぎませんでした。とうとうその熱意

に禪師は出家を承諾され「無著（無外の説もあります）如大」という僧名を与えられ、中世・近世を通じて女性の高僧としての伝承が伝わっていますが、その生涯は不明な点や、他の人との混在も多いのも事実です。

さて、出家後の千代能は熱心に佛法を追求し、惜しむことなく修行に励みます。しかし禪師からは「過去の自分から離れる事も出来ず、邪心を持つて修行している。このままでは悟りを得る事など不可能だ」と云われます。とつくに自分を捨てたはずの千代能ですが、未だ佛道修行者としての身心の落ち着きを得られない内に道隆禪師は亡くなられ、同じく中国から招かれた無学祖元禪師（一二三六〜一二六六年）の元で修行します。

千代能六十歳のある夜、いつものように井戸から桶で水を汲み、寺に持ち帰っていると、ふと桶の中の月が目に残ります。この水汲みは三十年以上も毎日続けていたのですが、この日の月はとても清らかで、丸いお月様が桶の水にゆらゆらと輝いていました。静かにその月を見ていたところ、突然、長年使っていた桶の箍が外れて底が抜け、一瞬のうちに水も月も消えてしまいます。それを見た千代

能は忽然大悟、言葉に成らない三十年の水汲みがあつてこそその目覚めでした。「箍が外れる」という言葉は、一般では自制心が利かなくなる等の悪い意味ですが、ここでは底が抜けて抱え込んでいた悩みや不安が抜け落ちる、疑問が解けるという事になります。

私の執着心はこの桶の中の水に浮かぶ月のようなものだった。この底の抜けた桶こそ真実の姿と悟り、この時の心境を表すために残したのが次の歌です。

『千代能がいただく桶の底抜けて水たまたねば 月もやどらず』

その後の千代能事、無著如大尼和尚は、無学祖元禪師の高弟となり、晩年は京都尼五山の首格である景愛寺を創立、女性修行者の道場として有名になります。

「水汲み」だけでなく「下座行（下働き）」は、佛弟子ならば生涯忘れてはならぬ名利を離れた修行です。誰にも言えぬ葛藤とひたすら向き合い、まさに「だまつて三十年」の積功累徳です。

「破木杓」も「底脱の桶」も元々汲み取る物は何も無い「無所得無所悟」。それが「眼横鼻直」と云う無心無我の姿。「空手還郷」つまり手の中は空っぽの本来の自己に還る事でした。

(続)

仙人の医者と禅僧のSDGs

アンスの仙医董奉・節水の悟溪宗頓禅師のおもしろ話

高岩寺 来馬明規
東京巣鴨とげぬき地蔵尊高岩寺住職 医師 医学博士
東北福祉大学客員教授 日本禁煙学会役員

【はじめに】

今月は現在世界で進められている「持続可能な開発のための2030アジェンダ(SDGs)」についてお話ししましょう。本稿ではSDGsのさまざまな要素が中国の古典『神仙伝』に登場する仙人の医師と、日本の古い禅籍『虎穴録』を著した禅僧の実践に見いだせることをお示しします。

筆者はSDGsに込められた願いは変わることもない、普遍的な思想と考えています。なお、古典・禅籍とも原文は漢文です。まずは挿絵をご覧ください。二話の●現代語訳●を最初にお読みくだされば幸いです。

【SDGsとは】

SDGsは、2015年に国連総会で採択された、地球上の人類が一人残らず平和と幸福を維持発展させながら、未来へ存続していくための行動目標です。17の開発目標からなり、現在各国、地域で推進され、2030年までに実現することが求められています。SDGsの17項目はネット検索ですぐに確認できますが、ここで簡潔に要約しますと、

1. 貧困の終結
2. 飢餓の終結 持続可能な農業
3. 健康福祉(タバコ規制促進も)
4. 高い教育の提供
5. ジェンダー平等 女性能力強化
6. 水資源を持続可能に
7. エネルギー資源を持続可能に
8. 包摂的持続的な雇用と経済成長
9. インフラ構築と持続可能な産業
10. 国内・各国間の不平等是正
11. 住み続けられる街づくり
12. 持続可能な消費と生産
13. 気候変動対策
14. 海の保護 持続可能な利用
15. 陸地 森林の保護と利用
16. 平和維持と司法へのアクセス
17. 各国間の協調関係の活性化

となります。SDGsは現代から世界の将来を望み、今何をすべきかについて17項目が示されています。



アンス(杏子)の花と実
春 サクラより早く咲く

「アンスは社会変革の起爆剤」

『神仙伝』は中国の東晋時代の道教研究者、葛洪(283~343)が編纂した仙人の列伝です。不老不死を追い求める「道教」の理想像として様々な仙人の逸話が紹介され、その中に仙人の医者として超人的な活躍をした「董奉君異」の話があります。

●現代語訳●

① 君異(董奉)は山奥に住み人々の病を治していた。診療の対価として一切金銭を受け取らなかった。その代わりに重い病を治してもらった者にはアンス杏子の木を五株植えさせ、軽い病では一株を植えさせた。

② こうして数年が経つと、その数は十萬株あまりに達し、うっそうと茂るアンスの大林となった。(中略)

③ 秋にはアンスの実を大量に収穫した。村の者には「アンスが欲しいければ黙って一杯分持って行きなさい。代わりに穀物一杯を倉に納めなさい。」と告示した。(中略)

④ こうしてアンスを介して大量の穀物入手し、それを貧しい人々に与え、旅人にも施した。毎年数百トンを費やしてもなお余るほどであった。

「読み下し文」

① 君異、山間に居る。人の為に病を治し、錢物を取らず。

人の重き病を癒やしむるに、杏五株を、軽きは一株を栽えしむ。

かくのごとく数年にして、計えて



- 董奉は日常診療を原点として
SDGs 目標 3. 10
- 植樹を通じた環境教育
SDGs 目標 4. 15
- 山の環境改善と森林化
SDGs 目標 15
- アンスを物々交換し穀物取得
SDGs 目標 12
- 貧民救済と平等
SDGs 目標 1. 2.

③ 時に人に語りて曰く、「杏を買わんと欲する者は、来たりて報ずるを須いず、徑ちに自ら之を取れ。得て穀器を倉中に置き、すなわち自ら往きて一器の杏を取る」という。(中略)

④ 君異、其の得る所の糧穀を以て貧窮を賑救し、行旅に供給す。歳に三千斛を消すも、なお余り甚だ多し。

葛洪「神仙伝」「董奉」(伝)

SDGsの七項目に関与するほどの活動を、医療を出発点にしてアンスで実現してしまうのが「仙人の医者」たる由縁です。董奉のアンスは、「一粒にして幾重もの恵み」をもたらしたのです。医療・教育・森林・食糧・貧困など――また、当時の人々が決して社会格差や身分制度などを受容していたわけではないことが、仙人への憧れを通して感じ取れます。

さらに本話の「杏林」は、転じて医師、医療を指す美称となりました。本邦でも杏林大学、杏雲堂病院、杏林製菓など、医学医療関連の組織名として用いられています。筆者も医師の檀徒の戒名に「杏林」の二字をお授けすることがあります。

なお、アンスの種を砕いて得られた生薬が「杏仁(キョウニン)」です。昔は咳止め薬として珍重されていましたが、今では効果も安全性も高い薬に置き換わっています。また、杏仁は有名な中華の薬膳料理「杏仁豆腐(アンニンドウフ)」の主材料ですが、これも今ではアーモンド粉などが用いられています。

「水の徳を未来の法孫へ」

次は室町時代の禅僧によるSDGs実践を示しましょう。臨済宗の名僧、悟溪宗頓禅師(1416~1500)の語録『虎穴録』に収録された逸話です。宗頓禅師は幼少期には「小釈迦」と

呼ばれ、すでに才覚を發揮されていたようです。

そして大徳寺と妙心寺兩大本山の住職を歴任され、その生涯は様々な逸話に彩られています。次に紹介する話は「徳の宗頓」と讃えられる禅師を物語る、代表的な機縁として語り継がれています。SDGsの目標6「水資源を持続可能に」に対応します。

●現代語訳●

①臨済宗門に今も伝えられている逸話があります。宗頓禅師が二、三名の雲水と諸国を行脚していました。②暑氣にあたって倒れてしまうような、暑さが厳しい真夏の日に、たまたま「海のような湖」琵琶湖のほとりを通りました。③暑さに耐えかねた雲水たちは、衣を脱いで一目散に琵琶湖に入り、水浴しました。が、禅師は片手で水を掬い、顔を洗うだけでした。④雲水が（申し訳なく思いつつ）和尚様どうぞ裸になって私たちのように水浴くださいませ」と誘ったのですが、⑤禅師はにこやかに笑いながら「琵琶湖の水の徳を残し、永く法孫（未来の弟子たち）に伝わるようにしたい」と語り、微笑んで水浴を遠慮されました。

⑥さて、宗頓禅師一門の禅僧たちが、今も盛んに仏法を伝え続けているのは、禅師の徳行が門下に

綿々と伝わっているからなのでしょう。

「読み下し文」

①叢林嘗て人口に膾炙して曰う師二三の法侶と偕に撥草瞻風時三伏に屬う溽暑人を喝す同侶皆服を脱いで湖に沐す師獨り隻手もて水を掬い惟だ洗面するのみ同侶告げて曰く「蓋ぞ裸露浣濯せざる」と師、飄然として對えて曰く「我れ児孫に留与して永く是の潤徳の流う」と蓋し祇今、後昆蕃衍して奕葉芊綿たるは斯れ其の遺蔭余波の覃ぶ攸明らけし『虎穴録』行状十五—十七



【過去・現在・未来を分けない視点】
釈尊が示す「小欲知足」は『遺教経』の一節、「八大人覺」の最初にある教えです。また、道元禅師も本誌

2月号で紹介した「杓底一残水」

（永平寺正門）、「水はこれ身命なり」と知る「典座教訓」、「学道の人すべからず貧なるべし」『正法眼蔵随聞記』などのように、執着を放ち、水や食材に感謝して節約し、物質的な豊かさを求めない道を示しています。

これら仏教、禅仏教のありようはSDGsの理念にとってもよく合致していますが、宗頓禅師のように、明確に「将来の法孫のために水を大切に」と示した逸話の例は、筆者は寡聞にして他に存じません。

「過去・現在・未来」の区別は、老化を自覚する意識の枠組みに過ぎない、とも言われます。「永く続く法孫を尊重して自制する」宗頓禅師の実践は、「過去・現在・未来を分別しない智慧」という視点で読み解けば、「無分別の慈悲の行」と捉えられましょう。そして未来を過去や現在から切り離さないことが、SDGsの「持続可能性」につながるのです。

【まとめSDGsを古典に見出す】

董奉は杏林を築いて人々に医療と食糧を分け与えました。宗頓禅師は水の徳を未来の法孫に残すと誓いました。これこそ時間と空間を超え、古今をつらぬく、理想的なSDGsの実践と言えましょう。

【附記】

○「神仙伝」原文

①君異居山間 為人治病不取錢物 使人重病愈者使栽杏五株 輕者一株 ②如此數年 計得十萬余株 鬱然成林（中略）

③語時人曰

「欲買杏者 不須來報 徑自取 之得將穀一器置倉中即自往 取一器否（中略）」

④君異以其所得糧穀賑救貧窮 供給行旅 歲消三千斛 尚余甚多

「語解」居山間「山の中で生活するのが仙人たる由縁ですが、貴重な薬草に精通し適切に採取するには街ではなく、大自然中の生活が必然だったでしょう【斛】こく（古くはさか）約180リットル

○「虎穴録」原文

①叢林嘗贈多人人口曰

師偕二三法侶 撥草瞻風

②偶過琵琶湖溽

時屬三伏 溽暑喝人

③同侶皆脫服而沐湖

師獨隻手掬水惟洗面爾

④同侶告曰

「蓋裸露浣濯」

⑤師飄然對曰、

「我留與兒孫永流是潤徳矣」

⑥蓋陶今後昆蕃衍奕葉芊綿 斯其遺蔭餘波之攸覃明矣

「語解」「人口に膾炙する」人のクチに美味の生肉（膾）と焼肉（炙）が入る、転じて人々が口々に良い評判を伝えること「撥草瞻風」行脚修行の

こと（章をはらい風を見る）「三伏」

七月中旬から八月上旬の暑い盛り

「溽暑」高温多湿の不快感「喝す」

暑気あたり 熱中症になること

「隻手」片手（例「隻手の音声」）「潮

中国唐代役人の「十日に一回の沐浴

休暇」飄然豪快に笑うさま「後昆

蕃衍」宗頓禅師の法孫が繁栄する

さま「奕葉芊綿」木々が青々と繁る

さま転じて宗頓禅師一門の優秀な

弟子たちを讃歎難解な字「芋」は芋

と間違ひやすい

○「基本解説そうだったのか。

SDGs2025」SDGs市民

社会ネットワーク編2024年、

<https://www.sdgs-japan.net>

○「SDGs ポケットブック」日本

禁煙学会2022年（筆者主筆）

筆者は日本禁煙学会SDGs分科

会を主宰しタバコ問題とSDGs

の関係を調査・啓発しています。

タバコは生産と消費を通して健康

問題のみならず、SDGsの17全

項目すべてを妨害していることを

示しました。

○「神仙伝」葛洪、福井康順訳註

明徳出版1983年P214〜220、

※本書には董奉を含め実在した

人物の記録も含まれますがかなり

誇張して表現されています。なお

版本によつて表現が微妙に異なる

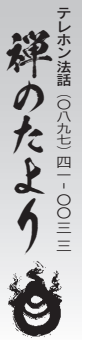
部分があります。

○「医の名言」董奉、荒井保男

2006年中央公論新社P7〜12、

○「虎穴録」訳註 芳澤勝弘編著

思文閣出版平成21年P718〜720、



◆ 思い(衆生心)

「六祖因みに風利幡を颯ぐ、二僧有り対論す。一は云く、「幡動く」、一は云く、「風動く」と。往復して曾て未だ理に契わす。祖云く、「是れ風の動くにあらず、是れ幡の動くにあらず、仁者の心動す」と。二僧悚然たり」「無門関」(第29則)、「非風非幡」)

この則は、六祖慧能禪師が五祖の法を受けてから、大庾嶺で慧明を教化したのち、南方に還つてきて十五年、機が熟するのを待つて、ようやく六祖として外の世界に出てこられる場面です。当時、法性寺というお寺では印宗法師の『涅槃経』講義が開かれ、たくさん修行僧たちが集まり、慧能も身分を隠し勉強会に参加します。

ちょうど境内に風が吹き、お寺の旗が風を受けてパタパタと音をたてていました。その時、二人の僧が風にはためく旗を見ながら論争を始めます。一人は、「旗が動く」(旗が動かないなら風が吹いていることも分らないはず)と。もう一人は、「風が動く」(常識的に考えて)と言いなから往復問答していますが、慧能から見るとまったく理にかなわず、つい口をはさみます。

「風が動くのではない、旗が動くのではない、あなた方の心が動いているだけだ」と。それを聞いて、二人の僧は心中はつとしました。

仏教では心の動きを「刹那滅利那生」、または禅語としては「活発発地」と表現します。それは心が気力に満ち溢れ勢い盛んに活動する様子を表した言葉です。哲学(現象学)でも「志向性」という概念があります。我らの意識は常に特定の対象に向けている性質や気持ちがあると言明します。さらに、志向性がなければ、客観世界は現存しないという認識が現代思想の主流になっています。

唯識思想はこういう心の動きをより細かく分析し、心の動きの因果関係まで追究します。心の動きには志向性と共に認識の結果(執着心)が伴います。志向性とは感覚器官が外部の対象に注意を向けて(作意)触れること(触)です。また「作意・触」という志向性と同時に心の内部では、感受作用(受)や表作用(想)を経て認識の意図・結果(思)を起こすという心の原理を五つの遍く動く心(遍行心所)として説明します。

遍行心所を外行的志向性と内的執着性から見ると、二人の僧の主張である「風が動く」と「旗が動く」というのは、二人の認識の意図(思い)が互いに違うことであると云えます。この違いを慧能

は「貴方たちの心が動いている」と答えたのではないかと想定できます。

「無門関」を編纂した慧開はさらに「心が動くことでもない」といいます。それは「風が動く」・「旗が動く」という論争を乗り越えた「心が動く」という命題が、新たな認識の思い(衆生心)として更なる執着を起こす恐れを警戒している言葉ではないでしょうか。二人の論争に対する慧能の答えは、二人においては自分たちの主張(思い)が崩れる体験だったと思います。

無始以来、「無明」による間違つた判断の認識は衆生心(思い)として残っており、その思いが今を生きる我らの意識を支配しているかも知れません。慧能の「風が動くことでもなく、旗が動くことでもなく、貴方たちの心が動いている」という言葉を深く吟味する機縁がありますように。

瑞應寺専門僧堂知殿補 金 範松
令和七年九月一日(土)

■ 開山忌



開山白翁長傳大和尚より五世再中興月庭要傳大和尚の報恩供養。十七日より

り市内を報恩托鉢。廿一日(日)、連夜特為献湯、古位牌等焼却供養を厳修し、翌廿二日(月)略朝課罷、献粥諷経、午時に正當献供諷経が厳修された。両日ともに、檀信徒先亡回向を修行し、総代様、梅花講員様はじめ、ばかり幼稚園園児、檀信徒多数参拝された。

■ 寶篋印塔供養

九月廿三日(火)、瑞應寺西墓地の永代供養塔「寶篋印塔」の供養法要が厳修された。

九月の日鑑

一日 祝祷
七日 日曜参禅会
九日 参玄会(十一日迄)
十四日 日曜参禅会
十五日 祝祷・略布薩
十八日 観音講(仏教勉強会)
廿一日 日曜参禅会
廿二日 開山忌速夜
廿三日 開山忌正當
廿八日 寶篋印塔供養
廿九日 日曜参禅会
両祖忌速夜
両祖忌正當
廿九日 略布薩
宮城県二王教区青年会団参

十月の予定

一日 祝祷
五日 日曜参禅会
住友供養
十二日 日曜参禅会
祝祷・略布薩
十五日 祝祷・略布薩
十八日 観音講(仏教勉強会)



鐘 声

厳しい残暑が続く、九月になつても猛暑日が続くという毎年更新される異常気象です。しかし夜坐の最中、例年変わらず街より聞こえてくるのは「ドンドン」...という十月のお祭りに向けての太鼓練習の音。一方山内では更点曉鐘、白中鐘と山内での梵音が通年鳴り響くこと誠に有難し。溪声便是広長舌 山色豈非清淨身。観るもの聴くもの全てが仏さま、只々聞き流しては仏心慈悲の心も育まれません。変わらぬよう変わって行く諸行無常の中にあつて、日日の行持を勤める事の尊さが身に沁みます。

峯の色 溪の響きも みなながら
我釈迦牟尼の 声と姿と
何はともあれ秋を迎え、虫の音が聞こえてくることに安心。今年も大銀杏により黄金無上の仏国土に包まれて、雲水兄弟と共に一層坐禅辨道に励んでおります。(道)

聖護寺秋大祭

《日時》十月十九日
午前九時

御寺院様、一般の方も
お参り下さい

十九日 日曜参禅会
廿六日 日曜参禅会
廿一日 略布薩