



鐵舟

Tesshu

vol. 76

2026 冬
(令和8年)

鐵舟禪會ホームページ



鉄舟 再復刊第七六号 目次

臨濟録提唱抄録 (六)	・ ・ ・	垣塚 玄了	2
的翁老大師再録 (二二)	・ ・ ・	大森 曹玄	6
ともしび・円通命根断	・ ・ ・		
令和七年度鉄舟禅会書道展	・ ・ ・		12
有賀さんを悼む	・ ・ ・	石井 邦男	31
「禅と親しむ会」のこと	・ ・ ・	實松 秀夫	33
パキスタン旅行記 (二)	・ ・ ・	山本 恵	40

趣旨

我々同人の誓願は、要するに正見の体现であり、その生活化である。正見とは無我の正覚に外ならない。これこそ、そしてこれのみが、人生の唯一の指導原理である。何人と雖もこれなくして人生を正しく生き得るものではない。

われわれは、この誓願ゆえに、久しく鉄舟会に拠つて互いに切磋琢磨してきた。

いまはこの誓願ゆえに、その正見を各自の専門の道を通じて表詮しようと思ふ。禅に、書に、画に、剣に、そして詩に、もとより正見それ自体は絶対的な道理の眼である。ではあるが、一面それは邪見と相対的な境位をも含むものである。その立場においては、われわれは邪見に対しては仮借なく折伏してゆこうと思ふ。

われわれのこのささやかな営みが、願いの彼岸に果たしてよく達しうるか否かは、ひとえに同憂の高士の賛助による外はない。希くば絶大の庇護を賜らんことを。

信条

- 一、われわれは、自己と世界についての正しい見方(正見)と、正しい生き方(正精進)即ち無我の正覚に立つて万世のために泰平を開くべき自覚と責任とを明らかにしよう。
- 二、われわれは安易な妥協を排し、孤高真実の道を独往するともにも、あくまでも師承を尚び、道交を厚くし、万物一体宇宙共生の真理を実践しよう。
- 三、われわれは一切の悪に対しては仮借なく折伏するが、徒らに世事の非に激して焦燥に陥ることなく、一面風雅の道に逍遙するゆとりを養おう。
- 四、われわれは、自己を真実人体として現成すべく、日常つとめて打坐し、姿勢を正し、呼吸を正し、想念を正し、自己の周辺から漸次世界を正化しよう。

鉄舟禅会同人

臨濟録提唱抄録 (六)

提唱 垣塚 玄了老師

抄録 齋藤 健

(一) 大徳、因循として日を過すことなかれ。山僧往日未だ見處あるざりし時、黒漫漫地なりき。光陰空しく過すべからず。腹熱し心忙じて奔波して道を訪う。後に還つて力を得て、始めて今日に到つて、道流と共に是の如く話度す。諸の道流に勤む。衣食の為にする」と莫れ。看よ、世界は過ぎ易く善知識には遣い難し。優曇華の時に一たび現するが如くなるのみ。

(二) 爾、諸方に道を聞きて、箇の臨濟老漢有り。出で来たつて便ち問難して、語り得ざらしめんと擬す。山僧に全體作用せられて、學人空しく眼を開き得て、口総に動き得ず。懵然として何を以つて我に答えんかを知らず。我れ伊に向かつて道う、龍象の蹴踏は驢の堪うる所にあらずと。爾は諸處に祇だ胸を指し肋を点じて我れ禪を解し道を解すと道つ。三箇面箇、這裏に到つて奈何ともせず。

咄哉、爾は這箇の身心を將つて、到る處に兩片皮を簞

いて、閻閻を誑誑す。鐵棒を喫する日在る有らん。出家兒に非ず、盡く阿修羅界に向かつて攝せられん。

(意訳)

(一) 皆さん、もたもたして日を過さないでください。わたしも昔、まだはつきりとものごが見えなかった時は、本当にお先真つ暗だった。時間を無駄にしちやいやいと焦るから、肝がすわらず、心はせわしく動いて、あれが良いんじゃないか、いや、こつちがいいのではと走り回つて道を探しまくつてしまった。後に、何とかなつて今日このように皆さんと一緒に話をするのもできないようになりました。皆さん、衣食のために人生を無駄にしないで下さい。時間はほとんど過ぎやすく、本当のところをつかむということは難しいのです。三千年に一度しか咲かない優曇華に出合うようなものです。

(二) 色々な人が臨濟という生意氣な奴がいると聞いて、ひとつ懲らしめてやろうと来るが、逆に「カーツ！」とやられて目を丸くして口をあんぐりと開いたまま呆然として何もできない。そんな輩には「巨象の前にでたロバがビビりきつてるようじゃないか」と言つてやる。自分の胸を指して「俺は禪が分かつてるんだ」と言つかもし

れないが、そんな輩が二、三人来たとしてもいかんともしがたい。そんなことやっていると死んだ時に閻魔さんに舌を抜かれるぞ、鉄の棒でぶん殴られるぞ。そんな者は出家者じゃない。阿修羅にひつついているような者です。

(提唱)

(一)と(二)はただ単に読むと、文脈が繋がらないんです。しかし実は全くピタッと合うんだというところをこれから読んでいきたいと思えます。

(一)は、もう修行をしている人、あるいは修行を始めた人への心構えで、修行の最初のところについて言っています。そして(二)のところは一応、一旦修行ができた人に対して話をしています。初心の人にはこう。修行が終わった人にはこうと、言ってくださってるわけです。その意味で、(一)と(二)は同じだといえます。最初の(一)の方では、冒頭で「大徳、因循として日を過ごすことなかれ」、「もたもたしないのでくださいよ」と言っています。何をもたもたしないのでしょうか。もう修行は始めてるんだから、もたもたはしていません。では「もたもた」とは一体どういうことなのでしょう。か。

例えば禅の公案には「伝燈の見解」があって、修行

者はそこに行き着こうとします。その公案も沢山あって、それを全部終わりにして修行をお終いにしようとするのですが、この時に、結果だけに着眼するとんでもないことになります。「結果」は目標ではありませんが、そこへ向かう「プロセス」が大事なのです。仕事にも結果の見える仕事と、結果の见えない仕事の二種類があります。結果の見えるものは、どうやったら良いか大体わかるわけで多少の味付けはあるでしょうが突き進められます。一方、結果の见えない仕事は、やってもやってもアウトプットが出てこない。トラブルが発生した時にどうやったら収めることができるか？ 答えがないんです。だから試行錯誤を繰り返さざるを得ない。その時のプロセスというものが大事になっていくわけです。プロセスを開発することです。

禅の修行では「善知識には会い難し」と言われます。ではどうやったら会えるのでしょうか。坐禅しても手に入らない。公案やっても手に入らない。作務でも手に入らない。ずっと手に入らない。いつになったら手に入るのか・・・と。プロセスが問題となります。

趙州無字の公案を初学者には参究していただきますが、公案を透ることはかり考えると、自分が何をしているの

か、何をしたいのかを見失う。仏法とは何か、有無とは何か。この公案はそういうところへ行きつく為のプロセスを明確に示しています。それに気付いた時、自分としての修行のプロセスが開発されたのです。その時に自分の道がはっきり見える。その道を行けば行き着けると確信できるんです。行き着けるとところが何なのかは分からなくても。

見えたとしても一日や二日ではできません、何年もかかるかもしれない。でも、そんなことには全然動じなくなりません。プロセスにまっしぐらになる。結果的に、行き着くところに行き着く。それが禅の修行です。それをモタモタしないで突き進めと言ってるのです。

「山僧が未だ見処有らざりし時黒漫漫地なり」、結果もプロセスも全く分からない。しかし、一回そこに悶々として、そこから自分の答えが出なきやダメなんです。「自分の答え」がポーンと出てくる。エネルギーと勢いを持ったものがこの黒漫漫地から出てくるんです。そして「光陰虚しく過ごすべからず」、時間が一秒でもあつたら、とにかく禅のことずつと考える。すると、あつちへ行ったり、こつちへ行ったりと、当然やらなければダメです。そこまで行かなければ、「なるほどこれだ！」

というものは掴めないんです。あくせくあくせくして、全くお先真つ暗な状態、これがないとダメなんです。だから、それをもたもたしないでやれと言ってるんです。普通はお先真つ暗を避けますが逆です。しかし結果を軽んじるということではありません。結果を重視する動き、プロセスを重視する動きの両面を持たないと人生のビジョンなど出来ないということです。

先日、「タイパ、コスパはもう古い」という話を聞きました。結果に行き着くのかかる時間の効率、コストの効率を見ています。しかし新しい考え方はそうじゃないと。時間の無駄だから飲み会になんかに行かないというんじゃないで、飲み会には行けとか、要するに、皆んなが嫌だと思ってるようなことをやりなさいと言っていました。それは「プロセス」を重視してるということになります。結果重視、プロセス重視どちらが正解などということはありません。仏教では中道と言いますが、中道というのは額の真ん中に眼があるということ。左右の目を使って見た世界をこの真ん中の眼に持つてくるということなんです。そして、その両方に行ったり来たり出来るかどうかなんです。自由に行ったり来たりできるのが禅なんです。それが前回もお話した「因果を使う」というこ

とです。「因果を使う」というのは「縁を使う」ということです。

縁というのはすべての人に平等にあります。しかし自分にどんな縁があるかを見るには、我があるとバリアを張ってしまうからダメなんです。それを取り除くのが禅の修行です。道元禪師はきちんと言っています。「仏道を習うとは自己を習うなり。自己を習うとは自己を忘れるなり」さらに「自己を忘れるとは方法に証せられるなり」と、こう言っています。自分がなくなつて、結果だけにとらわれないと、周りが助けてくれますというわけです。「万法に証せられるなり」そういう人生が生きられたら本当にいいですね。もし皆さんが、この様に悩んだら、それこそが、こうなりたいと目指す自分のところに行きつける最大のエネルギー源なのです。焦つてもいけない。ゆっくりやつてもいけない。そこが原動力です。(二)は、修行がある程度なつた人に向けて発せられています。後継者を決める時に面白いことに力があつて人望もあつてほしい本人も次は俺だろうなどと、思っている人は意外と選ばれないということがあります。昔の人が書いたものにも「学や知のある老師候補は選ばれず、学問のない候補が選ばれた。周囲は大変驚いた。でも、

その学問のない方の道力は違う。道力とは気張ることではない。どれだけ自分がないか、どれだけ愚鈍であるかということである」というふうに書かれていました。この(二)はそういうことです。「俺が俺が！」というのがあるから、臨濟禪師のところまでやつて来て、勝負しようとする。臨濟禪師は臨濟禪師のやり方、自分はそのやり方、そういうものが確立していないと、こんなことをやる。

どの世界でも指導者の数は少ないものです。しかし世界は広い。日本だけじゃない。ならば「あの人はどうのこうの」など、お互い言い合っている暇はないのです。どんどんと外へ出て行けばよいのです。臨濟禪師は(二)のとこで、世界を狭くするなよと言つて下さっているのです。

(二〇二五年十一月二十九日)



イラスト / 斎藤伊生史

的翁老大師 再録 (三)



再録第三回は、ほぼ七十年前にあたる昭和三十二年の新年号と二月号の巻頭言をお届けします。

ともしび

「城上、巳でに吹く新歳の角、窓前、猶ほ点ず旧年の灯」、これはたしか黄山谷の詩の一節だったと記憶しますが、今年の勅題が「ともしび」なので歳旦の偈を模索している最中に、フイフイとこの句が脳裡に浮かんで消え、消えては浮かび、いくたびか徂徠したことでした。そして私も

旧歳、この灯に向って過ぎ去り

新年、この灯より迎へ来たる

灯々無尽、今古を絶し

乾坤を照徹して太平を開く。

と拙吟を打した次第であります。

安岡正篤先生が、昨年来提唱されている「一灯行」の

次の言葉も念頭に浮びました。

「内外の情勢を深思しませう。

このままで往けば、日本は自滅する外無いではありませんか。

我々はこれをどうすることも出来ないでせうか。

我々は何とかする外無いのです。

我々は日本を易へることが出来ます。

暗黒を嘆くより、一灯を点けませう、一隅を照しませう。

手のとどく限り、到る処に灯明を供えませう。

一人一灯、なれば万人万灯です。

世界は忽ち明るくなります。

是れ我々の一灯即万灯行であります。

互に真剣にこの世直し行を励まうではありませんか。」

この一灯行は伝教大師の「一隅を照すものは是れ国宝なり」という言葉から出たものだそうですが、全く同感でそうするより外に道はないと思はれます。

その他、わが禅門で有名な「室内一盞の灯」の公案や、東嶺禪師の「宗門無尺灯論」なども頭に浮びました。

さて、それならばその一灯とは何でしょうか。

前の室内一盞の灯というのは、香林の澄遠禪師に向つてある僧の質問した言葉で、その「いかなるかこれ室内一盞の灯」という問に対して遠禪師は「三人亀を証して鼈となす」と答へたといわれます。遠禪師は雲門に随侍すること十八年、その後、香林に住すること四十年、八十歳で亡くなられるときに「われ四十年、方に打成一片」と言われたというのですから、まことに恐るべき人物です。四十年の永い間、ただの一分間もよそみをしなかつたとは、とても人間わざとは思へませんが、道に忠実であり、自己をいつわることのできなかつた古人は、そのように正念を相続し、自己本具の一灯をかかちてチツと一隅を照らされたのでありましょう。頭が下るくらいのもではありません。全くもつて穴があつたらはいるたいぐらいです。

その自己本具の一灯は、今を照らし、古を照らし、寝ても覚めても消えるものではありません。無始来、照らしつばなしの大明灯です。その光明灯とは？といへばそれは「三人亀を証して鼈となす」ようなものかどうか

のです。

三人が三人ながら亀の子を見て、これはスツポンだと判断を下したわけです。何という馬鹿者、何という大たわけでしょう。しかし、そこがまた一灯の一灯たるところではないでしょうか。

電灯の光りか、太陽の光線なら、照すところと照さないところ、明るいところと暗いところがあるでしょうが、この自己本具の一灯、めいめいが持つて生れた大明明には、照らさないところとなく、況んや明るいも暗いもないのですから、亀もスツポンもあつたものではありません。いや亀も一灯なら、スツポンも一灯、已れも一灯なら彼れも一灯、山も一灯なら川も一灯、いやいや山でもなければ川でもない、彼れでもなければ我れでもない、スツポンでもなければ亀でもない、それでこそ無尺の一灯というものでしょう。

しかしそれは一灯をハッキリ知つたものというところで、一灯の在り場所さへ判らない真つくらやみとはちがいます。暗黒と明暗を絶したものと混同されては堪つたものではありません。

一隅を照らすためには、先づ一灯をつけることが必要でしょう。一灯をつけるためには、先づつけるべき一灯

を確実に手に持つことが先決問題であること、これまた
いうまでもありません。

その一灯を手に入れる一番確実な方法が坐禅なのであ
ります。

私は旧臘「至道無難禪師集」を手に入れましたので、
正月にゆつくり拝読しようと考えてをりましたところ、
書評をかけと命ぜられたのでその必要の範囲でと思い、
ザッと読みかけたのですが、読み出してみると学者先生の
空論と違つて、これまた馬鹿のように「本来無一物」を
三十年も工夫したという体験者の語録だけあつて、つい
に万事を放てきして耽読してしまいました。この書物に
はそれほど力がありません。

その中に公田連太郎先生の「至道庵縁起」というのが
あり、九十頁ほどの長いものですが私は一気に読んで近
頃にならない感激を覚えました。その「縁起」中に、公田先
生が「これは多く人に知られてゐない」からと、特に附
載された「示初心之学道人」という、至道庵で、東嶺禪
師のお書きになつた法語があります。私もはじめて拝読
したので、それをこに御紹介しておきます。

「初心より最後向上の大事にいたり扨に生々尽未来と
第一にて勤むべきの大事

一、雑談戲笑は工夫の邪魔 急度禁忌たるべし
一、隻手音声背触の三関は見性悟道の大体にして一切
関鎖の根本なりと信すべし 然ともそれを透過せんとす
るには只円通命根断の二大事を專一とす。

一、円通命根断の二大事と云は面前一切の物を急度見
て急度目の本に気を止めて内に照し坐中一切の声を急度
聞て急度耳の本に止めて内に照らし然も丹田に力を凝し
眼耳丹田の三処を一念に丸めよせて打成一片にするを円
通の大事と云 此上におおてますます力を入れて進み励す
時は忽身も心も共に忘るる場所に至る 是を命根断の大
事と云 只此一大事を引返し引返し幾度も修練する時は
一切の仏法自然に現前して三関共に手に入るのみならず
一切の関鎖おほへす行当る也

一、動静の二境の内静中の工夫は右円通命根断のみな
り 動中の工夫の大事は又別にあり 要用を弁し人と応
対する等の時は前の二大事はなりかたし 只手元足元目
の前に心をつけ正念を失はざるを第一とす 却て前の工
夫をまじへざるへし 只心をつけて急度忘れざる斗也
もし前の工夫をまじゆる時は争競て工夫一片に成かたし
よくよく仔細に修行すべし 猶又大信心大願心決定ある
べき事なり

明和八年辛卯十月廿三日豆之円通東嶺円慈書於至道庵」

いまこの示衆を一灯を手に入れるよすがとして、いささか私見を挟んで見たいと存じます。

円通命根断

前回到御紹介しました東嶺禪師の「示初心之学道人」には、先づ「隻手音声背触の三関は見性悟道の大体にして一切関鎖の根本なり」とあり、次に「けれどもそれを透過せんとするには只円通命根断の二大事を専一とす」とあつて、一寸見ると一段階になつていようですが、これはもちろん表裏一体のものです。隻手の声は命根断の事実がなければ、本当には聞こえるものではありませんし、また命根を断ずるためにこそ隻手の声が必要なのです。

ところで、その円通ですが、ズツと前に耳根円通法という書物を読んだことがありますけれど、どんなことが書かれていたかいまは全く思い出せません。ただその名称だけが頭に残っています。或いはそれがこの東嶺禪師の示衆から出たものだったかも知れませんが、確かなこととは判りません。

東嶺禪師の示すところによれば、その「円通の大事」

というのは、「面前一切の物を急度見て急度目の本に氣を止めて内に照らし、坐中一切の声を急度聞て急度耳の本に氣を止めて内に照らし」とありますから、目に物を見たら「急度見」て、その対象たる見られた物に捉らわねず、見るものそれ自体を内にみつめ、音声を聞いたときには、そのまま直に聞くものは何者かと内に顧みようというのだと思います。そこには「急度」という文字が使つてありますが、これは漢文調でいへば直下にとつてと同じような意味で、畢竟余念を交へずそのものをそのものとしてチカに把握することではないかと思ひます。

例へば、チュウチュウと鳴く雀の声を聞いたとき、よう。そのとき「あれは雀の声だ」と判るのは「急度」ではなく、すでに何秒か、或いはその何分の一かが過ぎた後で分別した判断であつて、それは知的な産物といふべきで、決して直接体験の事実そのものではありません。未だ鼠だとも、雀だとも判別しない前、鳴くチュウと聞くチュウとが間髪をも容れずに一枚になつてくる端的に臨済の言葉でいへば、即今、目前、聴法底が「急度」という消息だらうと思ひます。

そういう内外一如、主客未分の瞬間を、「何者ぞ」と「急度」内に照らす、しかもそのとき「丹田に力を凝し

で眼耳丹の三処を一念に丸めよせて打成一片にする」のが、円通の大事といわれるものであります。

竹内大真博士の「止観行の意義と方法」に「平生止観行を修している人は、ショックによって攪乱され、窮地に落入ることはない。それはショックをアタマで受けないうで、ハラ（丹田）で受けることを心得ているからだ」とあります。が、「円通の大事」もそれと同じように眼や耳から入ってくる物象や音声をアタマで受けず、ハラで受けるのでしょうか。或いは知性で受けずに、靈性で応ずると言っても悪くはないでしょう。音声や物象を眼耳で受けると、その分別によって攪乱されたり、疑惑を起したりするけれども、丹田で受ければ眼耳丹の三処だけに限らず、全心身をあげて打成一片になれるわけであります。チュウと鳴く声が耳から入るときは全心身が「急度」チュウと打成一片になる、眼に赤い花を見るときは「急度」全心身が赤い花と換骨脱胎する、そして見るもの、聞くぬしを「急度」つきとめる、そのようにして眼耳丹が混然と一大円環をなすのが「円通の大事」であります。

この方法を完全に手に入れて、努力精進するときは、「身も心も共に忘るる場所に至る」是を命根断というの

であります。先師青巖室がよく「断命根をやらなければ駄目だ」といわれましたが、それは右のようにして、前後を際断して絶対の現在になりきった体験状態をいうのであります。こういう修練を重ね重ねて久々熟すれば「一切の仏法」―前回の言葉でいへば「本具の一燈」が手に入るわけであります。

「動静の二境の内、静中の工夫は右円通命根断のみならず」と、東嶺禪師は示されていますが、一則の公案に参ずる仕方も実はこれ以外にはありません。「公案なんかいくら数へても何にもならぬ」という批判をよく耳に致しますが、それはそういう批判をする人自身が公案によつて円通命根断を行じた体験のないことを表白するもので、公案のせいではなく自分の坐り方の至らぬのを棚に上げての見当ちがいのやぶにらみをやっているに過ぎません。公案禅の批判をする前に、古人が「話頭の恩力」と感激した気持になって五十や百の公案はやつて貰いたいものです。拶所の六つや七つやつてみて、公案をやつたなどというのはおこがましい話です。

それと同時に、公案を工夫するからには全心身を公案の「一念に丸めよせて打成一片」に成り切り、自分の尻の穴から座床をブチ抜き、地軸をブチ抜くくらいに坐り

込まなければ、断じて本具の一燈は手に入るものではないことを覚悟すべきです。

「身も心も共に忘るる」というのも非常に誤解が多いようですが、それは無始劫来片時も離れられない「われ」を打失することであつて、死んだようになることではありません。私も若い頃、大死一番するなら締めて貰つた方が早いと考へて、友人の柔道場でノドを締めておとして貰つたり、自ら呼吸をつめてバタリと倒れたり、馬鹿なことを本気になつてやつた経験があります。そういうことが「身も心も共に忘るる」底の命根断ならいと易いことで、禅定を修するよりはカルモチンでも飲んで眠つた方が早く悟れるはずです。

さて、静中の工夫としては右の外ありませんが、動中の工夫はまた自ら別です。「要用を弁じ、人と応待する等の時は前の二大事はなりがた」いから、その場合は、「只手元足元目の前に心をつけ正念を失はざるを第一」としなければなりません。もし動中において「前の工夫をまじゆる時は争競て工夫一片に成がたし」と、東嶺禪師は親切に示されています。

ここでもまた正念が問題であります。こんなことはもはや言うまでもないことですが、元來が「初心の学道人

に示す」ものですから一応申してをきますと、正念とは正しい念がある、乃至は正しい念を持ちつづけるということではありません。正念は即ち無念であります。無念とは一切のものがあるがままに見聞して、しかもなものにも執着しないことです。

白隠禪師が正念相続とは数珠玉の一つ一つのようなものだと言つたそうですが、見るものと見られるもの、聞くものと聞かれるものが、ピタリと一枚になり、丁度両つの鏡が相對して中心に一点の影像もないという端的そして、その前後際断の絶対現在が連続せずして連続するのが正念相続であります。「坐禅和讃」に「無念の念を念として、歌うも舞うも法の声」とありますが、無念だからこそ、歌うことも舞うこともできるので、「手元足元目の前に心をつけ正念を失は」ないというのはそのことであります。だから日常の動用に事かかないばかりか、却つて極めて高度の能率をあげることができるのは無念の念で全体作用するからであります。

以上の動静二境の工夫に如へて「大信心、大願心決定「あるべき事」とありますが、これについては「正身端坐」という項目で書きましたのでここには略します。

(終)

令和七年度 鉄舟禅会書道展

令和七年の「鉄舟禅会書道展」は十一月八日（土）九月（日）の二日間で行われました。この日に向かって会員一同は、毎月行われる接心最終日の「書の会」や第四日曜日に開催される日曜禅話会後の「禅の書道の会」、自主練習などによって研鑽を積んで参りました。

出展作品総数は二十五点、今回の特別出展作品は、例年通り開基山岡鉄舟翁、開山関精拙老大師他、歴代師方方の作品に加え、当会の大先輩である水墨画家・阪本雅城画伯の生誕百三十年記念として高歩院が唯一所蔵している『寒山拾得図』が出展されました。

また今年八月にお亡くなりになりました先輩有賀樟生さんの遺墨二幅を、奥様の幹子様よりご出展いただきました。そして林照寺の高田玄昭和尚様には、本年もご多忙の中ご出展いただきました。

十一月八日（土）の書道展開催前には、垣塚玄了老師よりそれぞれの作品についてご講評をいただいた後、阪本雅城画伯の遺稿を資料に「作者の精神生活、人格の高さがそのまま反映し、心の境涯が墨色となつてにじみ出る」という「墨気」についてのお話がありました。

書道展期間中には、毎年ご来場いただく方々に加え、今年も町内会長様はじめ道場周辺にお住いの方々にも多く足をお運びいただきました。

尚、講評会および書道展の様子は、「週刊とうきょう」にご掲載いただきました。





特別出典作品



宝祚之隆当与天壤無窮者矣

（宝祚あまつひつぎの隆さかえままむむことまままに
天壤あめつちと窮きりまり無なかるべし）

— 日本書紀 —

山岡 鉄舟翁

（會員蔵）

特別出典作品



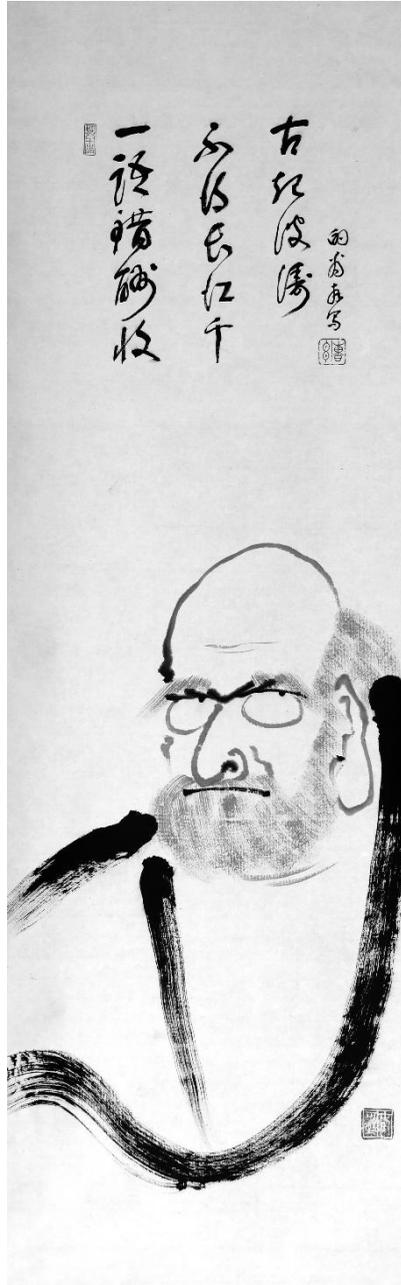
驢事未去馬事到来

(驢^{るじ}事^い未^まだ去^いらざるに馬^ば事^じ到来^と来^らす)

— 禅林句集 —

関精拙
老大師

(會員蔵)



達磨図 一語錯酬收不得長江千古起波濤

(二語 あやま 錯 ちやうこうせん つて むく 酬 しゆうふとく 収 はじま 不得
 長江千古波濤を起(す)

大森 曹玄老大師
 (云貞藏)



【生誕一三〇年記念出展】

寒山拾得図（水墨画）

阪本 雅城画伯
（高歩院蔵）



全其真

(其の真を全うす)
—完璧帰趙—

高田 玄中 老大師
(會員蔵)

特別出典作品



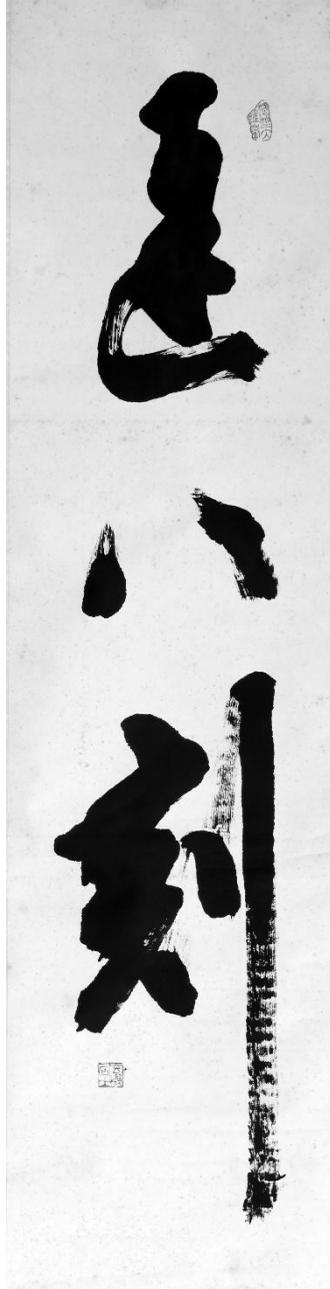
坐来雲尽一峯高

(坐来雲尽一峯高し)
ざらいうんじんいつぼう

— 臨書 —

山田 研齋老居士
(高歩院藏)

特別出典作品



遅八刻

ちはちごく
(遅八刻)

— 鉄笛倒吹 —

吉田 玄機先生
(吉田家蔵)

特別出典作品



吹毛常磨

すいもう
ま
(吹毛常に磨す)

—大燈国師—

吉田 玄機先生
(吉田家蔵)

特別出典作品

いろはにほへとちりぬるをわかまたれ
そつねならむうるのおくやまけふこえ
てあせきゆめみし急ひもせず 有賀樟生

いろは歌

有賀樟生

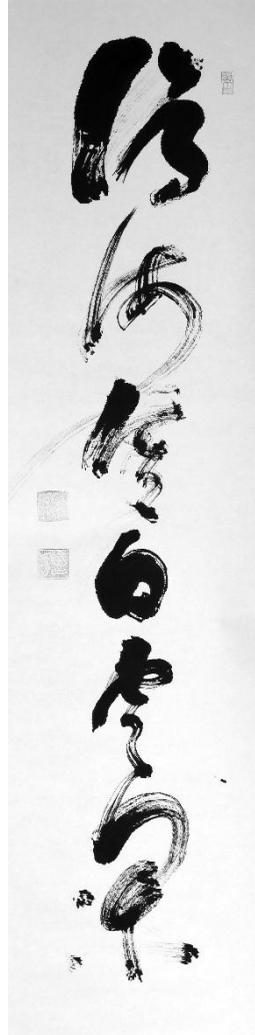


虎口裏横身 (虎口裏に身を横たう)

— 碧巖録 —

有賀樟生

(有賀家蔵)



滄海濶く白雲閑かなり (滄海濶く白雲閑かなり)

— 従容録 —

垣塚 玄了 老師



奈麓暮鐘の聲 (奈麓暮鐘の聲)

— 禅林句集参照 —

高田 玄昭 和尚



心随万境转 (心は万境に従って転ず)
 — 摩诃罗尊者 —
 内田 護仁



要穷心路绝 (心路を窮めて絶せんことを要す)
 — 无門関第一 赵州狗子 —
 奥田 直心顧問



氣韻生動 (氣韻生動)

—古画品録—

石井 邦男理事長



則天去私 (天に則り私を去る)

—夏目漱石—

岩立 実勇



無言誠有功 (無言誠功有り)

— 禅林句集 —

大谷 善次



作雨作晴 (雨を作し晴れを作す)

— 禅林句集 —

遠藤 真美

電光影裏斬春風
弘明

電光影裏斬春風（電光影裏に春風を斬る）
— 弘光国師語録 —
加藤 弘明

一撃忘所知
卓造

一撃忘所知（一撃所知を忘す）
— 景德傳燈錄 —
久保田 卓造



安心立命 (安心 立命)

— 景德傳燈錄 —

齋藤 健



空手把鋤頭 (空手にして鋤頭を把る)

— 傳大士 法身偈 —

田波 宏規



八角磨盤空裏走 (八角の磨盤空裏に走る)
 禅林句集
 早部 治典



一馬生三寅 (一馬三寅を生ず)
 禅林句集十二
 中村 稔



不退転 ふたいてん (不退転)

—無量寿經—

廣瀬裕子

御礼

今回の書道展には関係方面から多くのご芳志をいただきました。

ここに記して御礼申し上げます。

施入	施入・施菓	藤井徹	様
施入	・施菓	吉田純子	様
施入		内田有香	様
施入		内田護人	様
施入		レナート	暁山様
施入		石井邦夫	様
施菓		早部悠美子	様
施菓		川野満寿夫	様
施酒		福田みどり	様

有賀さんを悼む

鉄舟会理事長 石井 邦男

有賀さんがこれほど早く逝ってしまうとは、この時ばかりは生命のはかなさを思い知らされたことでした。数日前に奥様に電話をしたら。『熱中症で入院しました』とのことでしたので、三日したら元気に戻ってくると思っていたのに・・・

有賀さんとの出会い

私が鉄舟会を初めて訪ねたのは三十歳少し過ぎた頃。

その時有賀さんは二十代後半で、既に鉄舟会に来て数年経っていた。それ以来、五十年の長い間鉄舟会を中心とした付き合いをさせて頂き、私の人生にとってかけがえのない人でした。

有賀さんは幼稚園の体操の指導をする仕事をしていました。私も幼稚園の仕事をしていた関係で、お互いに同業者としての親しみもあって、お付き合いが始まったように思う。

毎月接心が近づくと思わず電話をかけてくれて「石井さん、来週から接心があるからね。私は役割があるから休

む訳にはいかないので伝えておくね」その電話を受ける度に、室内での大森老師の怖い顔が浮かんだものでした。また、酒好きの二人は何かあると、帰りに必ず居酒屋へ行くのが定番になっていた。初めて二人が居酒屋に行った時、有賀さんが店員に「生ビール三杯」と注文。それを聞いて二人なのに三杯注文するとは？と思ったが、その訳がすぐ分かった。乾杯すると一杯目の生ビールを一気に飲み干してしまっただけである。その飲みっぷりを見て、世の中にこんな人がいるんだと感心したのを覚えている。

鉄舟会を守りぬく

多くの人が鉄舟会を出たり入ったりしていたが、その中で有賀さんは生涯鉄舟会を離れたことがなく、鉄舟会の存続をわが事として守りぬいた人であった。

大森老師が病床に伏してからは、有賀さんが中心となって鉄舟会員と共に鉄舟会活動を継続していったのである。そのためもあって有賀さんは若い鉄舟会員から慕われ、尊敬される先輩となっていた。これは有賀さんの真摯な修行態度と後輩への面倒見の良さの現われでもある。

しかし、師家不在の鉄舟会の空白は何とも埋めようがありません。そこで有賀さんは大森老師の奥様と相談して、吉田玄機先生を鉄舟会の師家として迎えることにしたのである。その吉田先生の後を玄中老師、そして現在の玄了老師と継続していく。

さて、有賀さんが本腰を入れてここまで鉄舟会を守りぬいた思いは何だったのか。よく本人から「俺は大森老師が好きなんだよ」と大森老師に対する印象を聞いてきた。師弟の関係で「三年学ばずして師を選べ」といわれるが、師弟の相性は修行の世界でも重要なということである。

また、修行して本当の自分の出会うことが、どれだけ人間にとって大切なことか身をもって実感したことが、鉄舟会を存続させる強い信念となっていたと思われる。ある時、私が「有賀さんは長い間大森老師について修行してきたけど何を一番学んだの？」と尋ねたら「そうだね『さあ来い』だな」「それは有賀さんの悟りだね」と言葉を交わしたことがある。

この『さあ来い』は、人生いつ・どこで何が起こるかわからない。嬉しいことも悲しいこともつらいことも、何が起きても束になつて来いという心境に達した言葉で

ある。さすが有賀さんである。

長く交流を深めてきた人間として、有賀さんの人生を一言で申し上げれば、普通の人の二倍も三倍も人生を満喫して生き抜いた人といえよう。

有賀さんの境地を代弁すれば

「俺は人生でやり残したことは一つもないよ。俺は人生を全うしたよ。楽しかったなあ」

有賀さん、長い間ありがとう。安らかにね！



(在りし日の有賀樟生元理事。平成十八年の書道展にて)

「禪と親しむ会」のこと

實松 秀夫

鉄舟（令和三年、再復刊第五十九号）に私の作文「独り言」を掲載していただきました。その文章の末尾に〈禪は一般市民の日常生活に密着したものであることを確認しておきたいと思う〉と心境を述べ、〈昨年十月から毎月一回、生涯学習として「禪と親しむ会」を担当することになり、禪に関心のある人たちと共に、禪に関する理解を深めたいと思っている〉と述べました。その後「禪と親しむ会」が五年を経過したので経緯を含めて報告します。

私は、鉄舟禅会で高田玄中老師、次いで東大仏教青年会で小島岱山老師に参禅していましたが、コロナの流行から令和二年二月で参禅はやめました。コロナ対策で外出を控え、家において、まず始めたのは般若心経の書道でした。また、馬祖道一禪師の「平常心是道」や盤珪永琢禪師の「不生禪」などから、禪に親しむことから得られる智慧を生かし、それぞれが主体的に日常生活を整えるイメージのもとに、寺院の禅道場でなくても、禪に親し

める機会を設けようと検討を始めました。

市民活動に関する資料を調べたり、生涯学習センターに相談したり、練馬区民交流センター（ココネリ）に相談したり、地域活動の企画の組み立て方講習会に参加するなどしました。そして、ココネリの研修室の利用が可能で、参加者募集のチラシを印刷すると各集会所に置いてもらえることがわかりました。そして、生涯学習団体の届出を提出し、令和二年十月から練馬区内の市民活動として「禪と親しむ会」を担当することになりました。宗教活動をしない「禪と親しむ会」は、毎月一回、不定期、参加費無料の会です。

発足後の「禪と親しむ会」が継続する状況を確認され、ご指導いただいた生涯学習担当の方が参加されて以下のような感想を発信されました。

令和三年八月二十四日（火）に、ココネリ研修室で開催された、「禪と親しむ会」を取材してきました！

禪と親しむ会は、坐禅などの宗教的な修行を行う会ではなく、「本来の自己を徹底的に究明して明らかにする」という、禪の『「己事究明」の教えについて知り・親しむ会です。昨年十月に活動を開始し、毎月一回ココネ

リの研修室で、九時三十分から十一時三十分、禅に関心のある方が気軽に参加できる集まりを開いています。参加者は五名〜十名程度で、初回から参加しているリピーターの方もいるそうです。

会を運営している實松さんは、二十年以上鉄舟禅会などに通い、禅に関わってきました。禅の世界に触れるなかで、禅の精神は誰にとっても生きていく上で役立つものだと気づき、それをより多くの人に広めたいと思ったことが、この会を始めるきっかけになったそうです。

「禅について学んだことがある人はごく一部で、ほとんどの人にとって禅は身近なものではありません。その状況がとても残念に思えたので、誰でも禅に親しめる会をつくり、もっと多くの人に禅の精神について知ってもらおうと思いました。」と實松さんはおっしゃいます。

取材にお伺いした日は、幕末から明治初期に活躍した、禅の名人「山岡鉄舟」について取り上げながら、禅の精神について学びました。現在放送中の大河ドラマと同じ時代に生きた人物の話とあって、参加者全員が實松さんの話に興味津々な様子。「テレビで見ているストーリーと繋がりがあって面白かった」と好評でした。会の中では、参加者からの質問もたくさん出しましたが、實松さん

はその一つ一つに丁寧に対応していらつしやり、その姿がとても印象的でした。

何度もこの会に参加しているという方に、参加を続ける理由を伺うと、「禅の考えを生活に取り入れると、自分の行動を俯瞰して見ることができるようになる気がします。それがすごく良いと思ひ、毎回参加しています」とおっしゃっていました。

禅の世界はとても深く、理解することは簡単ではありませんが、その精神を学んで日々の生活に少しでも取り入れると、自分の行動や出来事を冷静に振り返る良いきっかけになるかもしれません。ご興味のある方は是非、禅と親しむ会に参加してみてください。

本会は、参加された方が真正の見解を得ることに役立ててもらえる機会となるように、毎回、話題を検討し、臨済宗と曹洞宗の祖師方の説法・行履、經典等の説明だけでなく、他の仏教宗派のことも含め、身近なさまざまな話題も取り上げるようにしています。

机は口の字型に位置し、質問もあり、参加者に話していただくこともあり、介護を修行とされている方の話しが終わると拍手が起ることもあります。

主な留意点

・ 禅の端的は言葉や文章にならないこと。―不立文字、教外別伝

・ 本当にわかるには、理解するだけではなく自覚し体得しなければならないこと。

・ 分別は、対象を思惟し、認識する心のはたらき。普通の認識判断作用のこと。

・ 分別智（知恵）は、主観と対象との対上の上に成り立ち、主観によって組み立てられた差別相対の虚構の認識にすぎず、対象を区別し分析する認識判断なので、事物の正しいありのままの姿の認識ではないこと。

・ 無分別智（智慧）は、主客の対立を超えた真理を見ること。

・ 智慧は、般若と同等の意味合いで、世事を見通す睿智である。

・ 悟りは、真理（法）に目覚めること。智慧を本質として成立する。物事を如実に洞察すること。

・ 涅槃（寂靜）は、悟りの境地。煩惱を制禦してとらわれない心の静けさ。

・ 煩惱は、正しい判断をさまたげる心のはたらき。貪欲（むさぼり）・瞋恚（いかり）・愚痴（無明と同じ、道理

を解さないこと）の三毒が根源的なもの。

・ 心は、対象に具体的な相を認めて働きその相にとらわれる。

・ 無心は、心の働きがなく、妄念を断滅した真心のこと。

・ 我（自性）は、常住・単一・主宰。何でも思うようになる常住不変の実体のこと。

・ 無我（無自性）は、固定的な実体としての（我）は存在しないこと。―諸法無我。

・ 空は、固定的実体の無いこと。―色即是空 空即是色

・ 禅の基本理念は「空」―「無自性」―「縁起」である。

・ 縁起は、一切のものは種々の因（原因・直接原因）や縁（条件・間接原因）によって生じるといふ考えである。―重重無尽

・ 般若心経には「五蘊皆空」「色即是空 空即是色」が説かれている。

・ 「真正の見解」は無我・無心になり、不生不滅のハタラク（宇宙的生命）に生かされると自覚して得られる。

・ 仏性は、自性清浄心のこと。仏心（慈悲心）と受けとめられる。

・ 無我・無心になるには煩惱を断滅する修行をしなければ

ばならない。―禅・己事究明

・修行は、真実の自己を実現するために、みずからの行いを正し修める。―自淨是意

・修行は、一行三昧になる坐禅、書道、剣道、茶道、華道、弓道など。

・「八正道」は、苦の滅に導く八つの実践徳目が説かれている。

・祖師方はいずれも、本来、日常生活が禅であると説いている。馬祖禪師は「平常心是道」。百丈禪師は「一日作さざれば一日食らわず」。臨濟禪師は「真正の見解」を求めよ、「二無位の真人」あり。雲門禪師は「日日是好日」。

・歴史上の人物、出来事などを禅の立場から幅広く取り上げる。

私たちは、本来具わっている宇宙生命（ハタラクイ―本来の面目）によって日常生活をしています。ところが、残念なことに、自我を生じて心を働かせるのが当たり前になり、煩惱妄想を生じてハタラクイがわからなくなっています。それ故、誰もが自我にこだわり、欲望をつのらせて不満だったり、怒ったり、愚痴を述べたりする日常

生活をしています。そこから争いが生じ、混迷が深化する世界となっています。

仏道は、現状がどのような状況にあつても、物事をあるがままに受けとめ、迷わずに、安心して暮らすことにあります。自我を離れ、無我・無心になって宇宙生命とでもいふべきハタラクイによって生かされていることを自覚すれば日常生活が有り難くなり争いも生じなくなります。

不立文字、教外別伝のもと、祖師方はそれぞれに体究錬磨され悟りを得て、わかりやすく説法されています。それらを手掛かりにして禅に親しむことができます。

大燈国師の假名法語には、禅は、父母未生以前の本来の面目を見ることです。本来の面目とは、色も形もなく、虚空のようなものです。本来の面目には元来名前はありません。仏性とか、主人公とか、仮に名づけているだけです。……本来の面目はたとえ肉体が死んでも死なず、肉体が生まれても、かれが生まれるというものではなく、不生不滅のものです。と述べられています。言葉で表現できない真理なので、さまざまな説法があり、心を落ち着けて取り組めば真髄を得ることができます。

白隠禪師は「坐禅和讃」に、すべての修行は坐禅に尽

きるとされています。また、仏教には聖道門（自力教、難行道）と浄土門（他力教、易行道）があるとされています。それは修行の過程のことであって、念仏を唱えるのも自力です。仏教はすべて他力の世界を自覚、体得することにあります。

道元禪師は只管打坐、わが身をも心をもはなちわすれて、仏のいへになげ入れて、仏のかたよりおこなわれて、これにしたがひもてゆくとき、ちからをもいれず、ころをもついやさずして、生死をはなれ仏となる。『正法眼蔵』

「大道無門千差有道」の禪語あり。一休禪師は「分け登る麓の道は多けれど同じ高嶺の月を見るかな」と詠んでいます。

坐禅もしないで、わかりやすい話題を取り上げるのは無駄ではないか、と批判されこともあるでしょう。しかし、臨濟禪の盤珪和尚と白隠禪師の違いを考えてみるのが大事です。盤珪永琢禪師の不生禅は、組織的形式的な活動をしなかったのが後継者は不在になったが、盤珪和尚の説法に親しんだ人たちは、身分階級を問わず、ずいぶん多かったことが評価されています。そして、最

も純粋な禅の代表者として注目されている。一方、応・灯・関の流れをくむ白隠禪師の公案禅は組織化されて、今日の臨濟禅に受け継がれ、専門僧堂は得難い一箇半箇を打ち出す場として存在しています。組織化のメリットには持続性の評価がありますが、戦後の社会変化の中で、禅は庶民に疎遠化していると指摘できます。経済至上主義のもとで情報化の進展に対応される禅の動きもありますが、それでも禅の存在感が希薄化していると受けとめます。親しく庶民に働きかけて、禅が混迷が深まる社会を導く力になっていくことを念願しています。

月が変わると翌月のココネリ研修室の予約ができます。登録済み団体の担当者が選択できる平日午前中の空室はわずかしがなく、不定期の開催になります。そのため、参加者は仕事を離れた年配の方が主で、若手の方の参加は難しいです。それ故、義務教育過程の子供たちが禅に親しんでもらえる機会ができることを念願します。それは、いわば禅の庶民化であり、社会全体に禅の影響力が普及する念願です。その根底には、消費充足型の消費文明は、資源枯渇や環境汚染から行き詰まりになってきていると考えることがあります。念願がかなうのは至難のこと、将来を託す子供たちを対象にしたわかりやすい

「禪の教科書」のような指針があればと思つています。

本会に参加される富重正蔵氏が企画された「平和」をテーマにした車座講演会がありました。講演者の村田光平氏は国内外で経済中心の文明から、環境と未来の世代の利益を尊重する精神中心の文明への転換を訴え続けておられます。

私は平和を実現するには「四諦」を根拠に、欲望を制禦することを述べました。以下は、その機会に配布し説明した資料です。

○平和を実現するには欲望を制禦しなければならない。

○「四諦」(苦諦・集諦・滅諦・道諦)・迷いの生存は苦である。欲望が尽きないことが苦を生起させる。欲望がなくなつた状態が苦滅の理想の境地である。そのためには正しい修行方法(八正道)——正見、正思、正語、正業、正命、正精進、正念、正定)によらねばならない。

○「中道」:相互に矛盾対立する二つの極端な立場のどれからも離れた自由な立場、(中)の実践のこと。

事例——「世界一貧しい大統領」と言われた南米ウругアイのホセ・ムヒカ氏の国連での演説、暮らしぶりを真面目に評価しなければならない。在任中奢侈の

象徴である公邸には住まず、自分の農場にある質素な家屋に住み続けた。自らの歳費のほとんどを社会に捧げていたという。「富を持たぬ者が貧しいのではない。飽くなき欲望を求める者がこそ貧しいのだ!」。「この世界を天国にすることも地獄にすることも君たち次第だ!」。

事例——命もいらず、名もいらず、官位も金もいらず、始末に困るものなり。だが、この始末に困る人ではならねば、艱難を共にして国家の大事は成し得られぬなり。(『西郷南洲遺訓』)

(自己を顧みず困難に立ち向かう崇高な精神を持つ人物でなければ、国家の大きな事業は成し遂げられない)。

・欲望を制禦し心が豊かになるにはどうすればよいか。
・そのためには「真正の見解」を求めなければならない。
・「真正の見解」:すべての存在・現象は宇宙に遍満するハタラキ(全宇宙が一つの生命)によって生滅していることとわかること。そのハタラキを仏性、本来の面目などと云う。

・「真正の見解」は智慧(慈悲心、無分別智)が働らく。智慧の働きに四種あり、大円鏡智、平等性智、妙觀察智、成所作智。

・「真正の見解」を得るには「三昧」の修行をする。

(心を静めて一つの対象に集中し心を散らさず乱さぬ状態。その状態にいたる修練―禅。)

・修行方法は種々あるので、各自に適したものを実践すればよい。(分け登る麓の道は多けれど同じ高嶺の月を見るかな) 一休禪師

※「無我」(無自性)：固定的な実体としての(我)は存在しない。(我)は常住・単一・主宰。何でも思ふようになる常住の不変の実体。

※「無心」：無心は相(ものすがた、様相)にとらわれない、迷いを脱した心の状態。無心こそ真理を観照できるとされる。(心)は対象に具体的な相を認めて働き、その相にとらわれる。

※「縁起」：一切のものは種々の因(原因)や縁(条件)によって生じるといふ考え。おのおのがきわめて複雑多様な関係性すなわち縁起の上に成立し、依存し合うこと。

(因縁、因果というのも同趣旨である)。

※「空」：固定的実体が無いこと、実体性を欠いていること。

(有でもなく無でもなく、しかも有であり無である)。

※「大乘仏教」の基本理念は「縁起」―「無自性」―「空」である。

*欲望に執着すると、苦悩し争いが生ずる。

*消費充足型の消費文明は、資源枯渇や環境汚染から行き詰まりになってきている。

*欲望充足を求めないで、心が豊かな人生を生きる。

*今の学校教育は知的教育に偏重している。本来、人間はハタラキであり、ハタラキによって存在(縁起)し、ハタラキの智慧によって生きていることなどを教えることが大切である。

*古来、「自浄其意」が説かれた。将来、禅がどのように展開するか期待される。

懇談会の最後に、富重正蔵氏は、若い人たちに遺言しておきたいという願いから、表題は「平和はみんな守るもの」、主題は「平和につながる利他主義」を執筆中でその原稿を紹介されました。

(終)

パキスタン旅行記（一）

山本 恵

まず初めに、パキスタンへの旅行記を、鉄舟誌に寄稿させて頂く貴重な機会を頂いたことを、お声がけくださった玄了老師と鉄舟会のみなさまに感謝を申し上げます。

二〇二五年の八月、パキスタン北部を巡る十日間の旅に行きました。花園大学特別教授の佐々木閑先生と、そのお友だちのみなさんで行った旅でした。ガンダーラの仏教遺跡と、桃源郷フンザを訪れる旅です。

これから十日間のパキスタンの旅を振り返ってみようと思います。

【一日目】

午前九関西関西国際空港に集合です。日本からパキスタンへの直行便はないので、タイ航空でバンコクへ行き、そこで乗り換えて、バンコクからイスラマバードを目指しました。乗り継ぎ時間も含めると、関空出発からイスラマバード到着までおよそ十五時間。パキスタンに到着

したのは、夜十一時ごろ（日本時間だと午前四時）で、体は疲れているはずですが、緊張と興奮のせいか、あまり眠気は感じません。

イスラマバードの空港を出て、まずは深呼吸。思ったよりも湿度があります。乾燥して痩せた土地を想像していたせいか、しっとりとした湿気を纏った空気に意外な感じを持ちました。気温も日本より少し涼しい感じがします。

到着ロビーには、帰国する家族を迎えにきたのか、静かに到着口の方を眺めながら待っている人がチラホラ。静かで、落ち着いた空港だなという印象です。ふと「インドとは大違いだな」と頭に浮かびます（二〇一三年にインドへ行きました）。

パキスタンは一九四七年に「イギリス領インド帝国」から分離独立した国で、民族的にも価値観的にも、インドと共通する部分が大いにあると思っていたのですが、実際に行ってみると、両国は大分と違うなと思いました。パキスタンには路上に座りこむ人の姿も、道のど真ん中

で寝る牛も（時には人も）いなければ、物乞いも見かけませんでした。なんとなく、パキスタンには、何かの秩序の上に人々の生活があるような気がしました。それが宗教からくるものなのか、国民性なのかは分かりませんが、インドの混沌した雰囲気比べると、秩序があるような気がします。パキスタン、一体どんなところなんだろう。これから始まるパキスタンの旅にワクワクしながら、眠りにつきました。

【二日目】

二日目。この日は、タクティバイという山岳寺院の遺跡を目指します。

パキスタンは複雑な行政区分を持っていて、大きく分けると四つの州と、連邦直轄地域、さらに二つの実効支配領域を加え、七つの地域に分かれています。

今日の目的地、タクティバイ遺跡は、その四つの州のひとつ「カイバル・パシュトウンクワ州」というところにあります。

イスラマバード（は連邦直轄地域）を出発してから二

時間半、カイバル・パシュトウンクワ州の入り口につきました。入り口は検問のようになっていて、警察官が常駐しており、行き交う車をチェックしています。私たちを乗せたバスも、検問のために道路脇に停車しました。



(検問所の様子)

このカイバル・パシウトウンクワ州は、外国人が訪れる際に厳しい規制がある地域です。具体的には、外国人が入る際には、必ずパキスタン警察による護衛がつく決まりになっています。というのも、二〇二一年・二〇二四年と、中国人を標的とした爆破テロが発生し、それ以降、外国人への安全対策が一層厳しくなったといわれています。

そのようなテロ事件が起きた背景には、パキスタンと中国の戦略的な国家間関係が影響しています。というのも、パキスタンでは、ダムや道路などの社会インフラの建設ラッシュが続いています。そのほとんどは中国が投資するものです。現場で働くのは、本国からやってきた中国人。建設現場近くには、彼らが住む巨大な集合住宅施設が建設されています。

パキスタン人の目から見れば、自分たちの土地で、遠くからやってきた中国人が仕事をしている。中国人たちはコミュニティを形成し、イスラム文化にも馴染まない。こうしたことの積み重なりで、一部の地域では中国に対する反感感情が根強くあるそうです。国同士の戦略的な

関係の陰で、地域の人々の感情には摩擦も生じているのです。

こうした反感感情が特に強いとされているのが、カイバル・パシウトウンクワ州です。そのため、パキスタン警察は、ビジネスであれ、観光であれ、外国人の受入に非常に慎重です。

ガイドさんの話によると、事前に、旅行者の氏名一覧と。パスポート&ビザの控えを警察当局に提出していたそうです。しかし、検問所に着いてからも、一向に車が出発する気配はありません。どころか、ガイドさんたちが険しい表情で警察と話をしている様子が見えます。

後で聞いた話では、二十人もの外国人を通すなんて、何かあったら責任を取れない」と現地の警察官に難色を示され、一度は「入るな」とまで言われたそうです。車の中で待つこと四〇分。敏腕ガイドの見事な交渉により、なんとか州内へ入ることは許され、警察車両の先導付きでようやく再出発します。

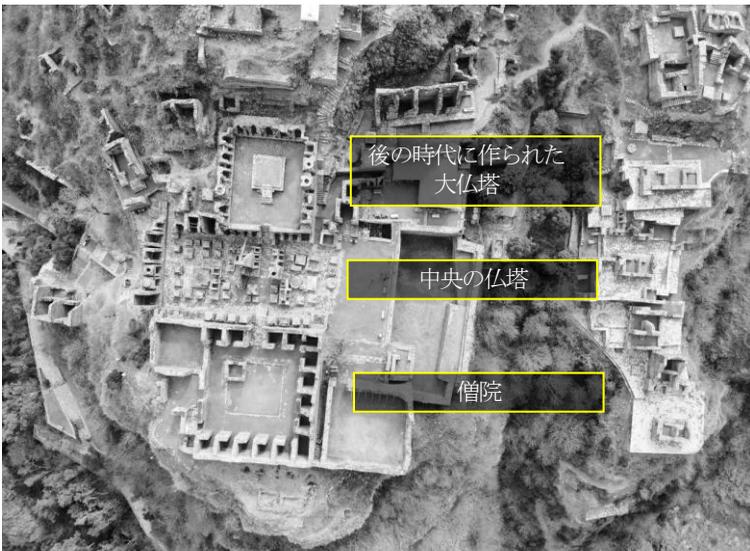
さて、タクティバイは、かつてのガンダーラ地域の中
心部に位置する古代寺院跡です。

紀元一世紀ごろに作られ始め、七世紀ごろに放棄される
まで、約六百年間にわたって使用された山岳寺院でした。
山の上に建てられていたため、後世のイスラーム勢力に
よる破壊を免れ、初期の仏教僧院の建築様式を、ほぼそ
のままの形でとどめ、世界遺産に登録されています。

タクティバイの駐車場に到着しました。見上げると、
山の中腹に石を積み上げた遺跡群が点々と見えます。観
光客は私たち以外にはいません。

タクティバイという名前の由来は「二つの泉が湧く
地」で、僧院生活に欠かせない水が豊かな場所でした
(今でも泉はあるそう)。

寺院の伽藍は、中央に仏塔（ストウーパ）があり、その
すぐ隣に僧侶たちの生活空間である僧院が並ぶ構成です。
時代とともに伽藍が拡張され、山の頂上一帯が寺院とし
て発展してきました。



(タクティバイ上空の写真。By Muzamil Hassain Toori - Own work, CC BY-SA 4.0,
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=110928902>)



(仏像やレリーフが安置されていた中央ストウパの空間。仏像やレリーフは地域の博物館に保管されている)。

僧院は二階建て構造で、簡素な一室に二、三人の僧侶が暮らしていたとされています。実際に僧房に入ってみると、六畳一間のワンルームほどの広さ。目線の高さに小さな窪みがあり、ここにランプを灯して、勉強をなさっていたのだろうか…と想像します。



(ここから見える景色がまさにガンダーラ！)

山頂からの眺めは見事で、眼下には緑豊かな平野が広がります。その風景を前に、「ここがガンダーラか」と思うと、胸に迫るものがありました。中国から天竺（インド）を目指したお坊さまたちも、このような寺院をたどりながら旅を続けたのだといわれています。



(パキスタンでは羊肉がよく食べられます)



さて、タクティバイの見学を終えたあと、お昼はパキスタン風のフードコートのような場所で食事をとりました。机と椅子が並び、すぐそばにはオープンキッチン、いわばライブキッチンのような調理場があります。そこでは料理人たちが炭火を使いながら、次々と料理を仕上げていました。

パキスタンでは串焼き、いわゆるシシカバブがとても一般的です。大きなかまどで薪の火を起こし、その炎で肉を焼き上げます。



(分担作業で手際よく焼き上げていきます)

食事に欠かせないのが نانのようなパン。小麦粉と水をその場でこねて生地を作り、かまどで焼き上げていました。

パキスタンの人たちはとても人懐っこく、カメラを向けると「もつと近くにおいで」と手招きしてくれます。料理をしているところを見せてくれたり、ポーズを取ってくれたり、明るくてフレンドリーな人たちがばかりです。来る前に想像していた「パキスタン人」と、実際に目の前でニコニコ手招きする「パキスタン人」の姿がこれほどかけ離れていたことに気がつけたのは、今回のパキスタン旅行の大きなブ

ゼントの一つでもあります。



ランチを終え、
私たちはさらに北
へ向かい、スワツ
トという地域を目
指します。

スワツトの昔の
国の名は「ウッド
イヤーナ」。古代
ガンダーラ地域の
重要な場所の一つ
でした。

道中、山々に囲

まれた場所にある

「ジャンカルダール仏塔」に立ち寄りました。伝説によ
ると、お釈迦さまの遺骨の一部が納められているとい
われます。しかし、そのような伝説は現地ではあまり
り知られておらず、長い間、仏塔のレンガは建築資材
として持ち去られてしまったそうです。現在見られる
仏塔は、残された基礎の上に新たにレンガを積み直し

保護されたものです。



夕方、スワツト川のほとりに到着しました。ちょうど
そのころ、夕暮れとともにコーランが大音量で響き渡り
ました。数百年の間に、この地の信仰は仏教からイスラ
ム教へと移り変わりました。時代の大きな流れを感じな
がら、二日目が終わりました。

(つづく)

鉄舟禅会 行事予定

令和八年 一月

十日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十一時
十七日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十一時
二十四日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十一時
二十五日 (日)	日曜禅話会	八時～	九時
三十一日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十一時

同 二月

二十一日 (日)	日曜禅話会	八時～	九時
----------	-------	-----	----

同 三月

七日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
十四日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
二十一日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
二十八日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
二十九日 (日)	日曜禅話会	八時～	九時

同 四月

四日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
十一日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
十八日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
二十五日 (土)	土曜坐禅会	八時～	十二時
二十六日 (日)	日曜禅話会	八時～	九時

諸事情により予定が変更になる場合がございます。
 随時、ホームページでお確かめください。

<https://kohon.org/>



令和八年一月十六日 発行

発行 鉄舟禅会

編集 鉄舟禅会出版部

東京都中野区中央一―七―三

電話〇三(五三三八)九三三〇

印刷 恒信印刷株式会社

東京都板橋区板橋一―二八―八

電話〇三(三九六四)四五一一

* 乱丁・落丁本がございました場合は
お取り替えいたします

「鉄舟会理事会」郵便口座

00190・3・579820