摩訶般若波羅蜜多心経（まかはんにゃはらみたしんぎょう）

観自在菩薩（かんじざいぼさ）　行深般若波羅蜜多時（ぎょうじんはんにゃーはーらーみーたーじー）　照見五蘊（しょうけんごーおん）

皆空（かいくう）　度一切苦厄（どーいっさいくやく）　舎利子（しゃーりーしー）　色不異空（しきふーいーくう）　空不異（くうふーいー）

色（しき）　色即是空（しきそくぜーくう）　空即是色（くうそくぜーしき）　受想行識亦復如是（じゅーそうぎょうしきやくぶーにょーぜー）

舎利子（しゃーりーしー）　是諸法空相（ぜーしょーほうくうそう）　不生不滅（ふーしょうふーめつ）　不垢不浄（ふーくーふーじょう）

不増不減（ふーぞうふーげん）　是故空中（ぜーこーくうちゅう）　無色無受想行識（むーしきむーじょうそうぎょうしき）　無眼（むーげん）

耳鼻舌身意（にーびーぜつしんにー）　無色声香味触法（むーしきしょうこうみーそくほう）　無眼界乃至無意（むーげんかいないしーむーいー）

識界（しきかい）　無無明（むーむーみょう）亦無無明尽（やくむーむーみょうじん）　乃至無老死（ないしーむーろうしー）　亦無老（やくむーろう）

死尽（しーじん）　無苦集滅道（むーくーしゅうめつどう）　無智亦無得（むーちーやくむーとく）　以無所得故（いーむーしょーとくこー）

菩提薩埵（ぼーだいさったー）　依般若波羅蜜多故（えーはんにゃはーらーみーたーこー）　心無罣礙（しんむーけーげー）　無罣礙（むーけーげー）

故（こー）　無有恐怖（むーうーくーふー）　遠離一切顛倒夢想（おんりーいっさいてんどうむーそう）　究竟涅槃（くーぎょうねーはん）

三世諸仏（さんぜーしょーぶつ）　依般若波羅蜜多故（えーはんにゃはーらーみーたーこー）　得阿耨多羅三藐（とくあーのくたらーさんみゃく）

三菩提（さんぼーだい）　故知般若波羅蜜多（こーちーはんにゃーはーらーみーたー）　是大神呪是大明（ぜーだいじんしゅーぜーだいみょう）

呪（しゅー）　是無上呪（ぜーむーじょうしゅー）　是無等等呪（ぜーむーとうどうしゅー）　能除一切苦真（のうじょーいっさいくーしん）

実不虚　故説般若波羅蜜多呪　即説呪曰

掲諦　掲諦　波羅掲諦　波羅僧掲諦　菩提薩

婆訶般若心経

白隠禅師　坐禅和讃

衆生本来仏なり　水と氷の如くにて

水を離れて氷なく　衆生の外に仏なし

衆生近(しゅじょうちか)きを知(し)らずして　遠(とお)く求(もと)むるはかなさよ

たとえば水(みず)の中(なか)にいて　渇(かつ)を叫(さけ)ぶが如(ごと)くなり

長者(ちょうじゃ)の家(いえ)の子(こ)となりて　貧里(ひんり)に迷(まよ)うに異(こと)ならず

六趣輪廻(ろくしゅりんね)の因縁(いんねん)は　己(おのれ)が愚痴(ぐち)の闇路(やみじ)なり

闇路(やみじ)に闇路(やみじ)を踏(ふ)みそえ　いつか生死(しょうじ)を離(はな)るべき

夫(そ)れ摩訶衍(まかえん)の禅定(ぜんじょう)は　称歎(しょうたん)するに余(あま)りあり

布施(ふせ)や持戒(じかい)の諸波羅蜜(しょはらみつ)　念仏(ねんぶつ)懺悔(さんげ)修行(しゅぎょう)等(とう)

其品多き諸善行　皆この中に帰するなり
一座の功をなす人も　積みし無量の罪ほろぶ
悪趣いずくに有りぬべき　浄土即ち遠からず
辱なくも此の法を　一たび耳にふるる時
讃嘆随喜する人は　福を得ること限りなし
いわんや自ら回向して　直に自性を証すれば
自性即ち無性にて　已に戯論を離れたり

因果一如の門ひらけ
無相の相を相として
無念の念を念として
三昧無礙の空ひろく
此の時何をか求むべき
当処即ち蓮華国

無二無三の道直し
行くも帰るも余所ならず
謳うも舞うも法の声
四智円明の月冴えん
寂滅現前する故に
此の身即ち仏なり

宗門安心章

第一　信心帰依

万劫にも受け難きは人身、億劫にも遇い難きは仏法なり。われら今さいわいに受け難き人身を受け、遇い難き仏法に遇う、宿善のいたすところと雖も、仏祖広大の恩徳に依らざるなし。いかでか歓喜し踊躍せざらんや。偏に信心帰依の心を発し、如説に

修行(しゅぎょう)をはげむべし。空(むな)しく一生(いっしょう)を過(すご)して、永劫(ようごう)に悔(くい)を遺(のこ)すことなかれ。信(しん)は道源功徳(どうげんくどく)の母(はは)にして、行(ぎょう)善(ぜん)の本(もと)はすなわち帰依(きえ)にあり。至心(ししん)に合掌(がっしょう)し、篤(あつ)く三宝(さんぼう)を敬(うやま)うべし。三宝(さんぼう)とは仏法僧(ぶっぽうそう)なり。四生(ししょう)の終(しゅう)帰(き)、万国(ばんこく)の極宗(ごくしゅう)、何(いず)れの世(よ)、何(いず)れの人(ひと)か、この法(ほう)を尊(たっと)ばざらん。人尤(ひとはなは)だ悪(あ)しきは鮮(すくな)し。よく教(おし)うればこれに従(したが)う。それ三宝(さんぼう)に帰(き)せずんば、何(なに)を以(もっ)てか

枉れるを直うせん。恭しく大法の淵源をたずぬるに、世尊成道のあかつき、玉歩を鹿苑に運ばして、五比丘のために親しく四諦の法門を説きたもう。三宝この時始めて世に出ず。

これを現前三宝と称したてまつる。世尊ひとたび涅槃の雲にかくれたまえば、大衆悲泣哀恋止み難く、或は石に刻み、紙に写して、巍々たる光影を末

代に偲び、或は貝葉に記し、黄巻に録して、一代の説法悉く万世に伝う。又円頂方袍の比丘衆はたけく四弘の願輪に鞭うって、上座の真威儀を、五濁の末世に宛然したもう。みなこれ正法護持の悲願にしてこれを住持の三宝と名づく。しかも三宝の実体は、元来人々自性の中に本具したれば、自ら自の覚性に帰依して、念々痴闇の心なき、これ

を帰依仏無上尊といい、自ら自の心法に帰依して煩悩邪見の心なき、これを帰依法離欲尊という。自ら自の柔軟心に帰依して、自なく他なく一切衆生と和敬随順するを帰依僧和合尊という。もとより一体にして自性の霊妙を離れず、故にこれを一体三宝と名づく。

上来三宝に三種の別ありと雖も、仔細に点検す

ればすなわち別異にあらず。偏えにわが大恩教主釈迦牟尼仏の成等正覚に由来し、三世一切の諸仏諸尊も、南無釈迦牟尼仏の一念唱名の中には含ませたもう。されば朝夕随所に南無釈迦牟尼仏と、一心に唱え至心に帰命したてまつるべし。

至心に帰命したてまつるが故に、今よりのち、尽未来際、誓って一切の邪魔外道には帰依せざるべし。

されば諸仏諸菩薩無辺の願海に摂取せられて、殊勝を求めんと要せざれども、殊勝自ら至って、光明不尽の生涯を恵まるること決定して疑いあるべからず。

第二　自覚安心

悲しいかな、われら一念に悟れば直にこれ仏となるを知らずして、却って一念迷うが故に、自ら凡

夫(ぶ)となりさがる。かくも尊(たっと)き仏法(ぶっぽう)を耳(みみ)にしつつも、一向(いっこう)に信心帰依(しんじんきえ)の心(こころ)なく、生死(しょうじ)の海(うみ)に浮沈(ふちん)して、三毒五欲(さんどくごよく)の妄念(もうねん)と憎愛取捨(ぞうあいしゅしゃ)の迷執(めいしゅう)に、日夜造業造作(にちやぞうごうぞうさ)して、永劫出離(ようごうしゅつり)の際(きわ)もなし。

たまたま信心(しんじん)おこせども、自心仏(じしんほとけ)と知(し)らざれば、ただ徒(いたず)らに狂奔(きょうほん)し、傍家波々地(ぼうけははじ)に、仏(ほとけ)を求(もと)め、法(ほう)を求(もと)めて止(や)むときなし。憐(あわ)れというも愚(おろ)かなり。

いずれの人(ひと)も速(すみ)やかに、善智識(ぜんちしき)には遭(あ)いまつり、無明長夜(むみょうちょうや)の夢(ゆめ)を捨(す)て、常楽涅槃(じょうらくねはん)に入相(いりあい)の、鐘(かね)に心(こころ)をすましつつ、菩提心(ぼだいしん)をぞおこすべし。

そもそも諸仏出世(しょぶつしゅっせ)の一大事因縁(いちだいじいんねん)は、衆生(しゅじょう)をして、仏知見(ぶっちけん)を開(ひら)かしめ、衆生(しゅじょう)に仏知見(ぶっちけん)を示(しめ)し、衆生(しゅじょう)に、仏知見(ぶっちけん)を悟(さと)らしめ、衆生(しゅじょう)をして、仏知見(ぶっちけん)の道(どう)に入(い)らしめんがためなりと、大聖世尊(だいしょうせそん)は示(しめ)されぬ。

しかも霊山会上(りょうぜんえじょう)にて、梵天王(ぼんてんのう)が献(けん)じたる金波羅(こんぱら)華(げ)を拈(ねん)じつつ、破顔微笑(はがんみしょう)を賞(め)でたまい、正法眼蔵(しょうぼうげんぞう)、涅槃妙心(ねはんみょうしん)、実相微妙(じっそうみみょう)の法門(ほうもん)を、摩訶迦葉(まかかしょう)にぞ伝(つた)えらる。

それより的々相承(てきてきそうじょう)し、二十八代菩提達摩大師(にじゅうはちだいぼだいだるまだいし)をば、わが宗鼻祖(しゅうびそ)と仰(あお)ぐなり。得々(とくとく)として南海(なんかい)に浮(う)かび、三千里外(さんせんりがい)遠(とお)く大法(だいほう)を震土(しんど)に伝(つた)え、黙々(もくもく)として、

嵩山に九年面壁なしたもう。祖師西来意、もとより梁王も識らざるところ畢竟無功徳。廓然として聖諦なく、隻履西に去ってより杳として消息なし。然りと雖も、祖師もとこの土に来る、法を伝えて迷情を救わんがためなり。不立文字、教外別伝、直に人心を指さして、見性成仏せしめらる。大悲恩徳極みなし。

されば爾ら言下に自ら回向返照して、更らに別処に求めざれ。身心と祖仏と別ならざることを知って、当下に無事なるべし。山僧が見処に約すれば、釈迦と別ならず。眼に在っては見るといい、耳に在っては聞くといい、鼻に在っては香を嗅ぎ、口に在っては談論し、手に在っては執捉し、足に在っては運奔す。この何をか欠少すと、宗祖臨済禅師は呵せ

られたり。

病何(やまいいず)れの所(ところ)ぞや。病(やまい)不自信(ふじしん)の所(ところ)にあり。即今(そっこん)聴法底(ちょうぼうてい)を識得(しきとく)すれば、自性(じしょう)すなわち無性(むしょう)にて、已(すで)に戯論(けろん)を離(はな)れたり。不安(ふあん)の心(しん)を求(もと)むるに、不可得(ふかとく)なりと徹(てっ)してぞ、二祖(にそ)安心(あんじん)は得(え)たまえる。

寒暑(かんしょ)たがいに移(うつ)れども、慧玄(えげん)が這裡(しゃり)に生死(しょうじ)は無(な)しと示(しめ)されぬ。日日(にちにち)これ好日(こうじつ)、人人(にんにん)これ真人(しんにん)。行(ゆ)か

んと要すれば即ち行き、坐せんと要すれば即ち坐す。餓え来たれば飯を喫し、困じ来たれば即ち眠る。ただ平常にして無事なれば、無事これ貴人と悟るべし。

第三　行事仏道

正法の道多途なれど、要約すれば、戒定慧の三学を出でず。三学は自の一心に帰し、定慧も不二

にして禅戒一如の妙道なり。

戒とは止悪修善の義、人人心地の様相なり。故に衆生仏戒を受くれば、すなわち諸仏の位に入る。位大覚に同じうし了る。まさに仏戒を受けんには、無始劫来の罪障悉くみな懺悔すべし。懺悔せんと欲せば、端坐して実相を観ぜよ。衆罪は霜露の如し、慧日よくこれを消せん。已に懺悔し了れば、身

口意三業清浄にして方に菩薩の大戒を受くべし。
第一殺生するなかれ。もろもろの生命あるもの、ことさらに殺すなかれ。自ら殺し、他をして殺さしむることなかれ。衆生仏性具しぬれば、すなわちいずれも仏子なり。いかでか殺すに忍びんや。
第二倫盗するなかれ。吾等もとより空手にして、この世に来り、空手にして又帰る。一紙半銭たりと

雖(いえど)も、元来吾等(がんらいわれら)に所有(しょゆう)なし。わずかに可得(かとく)の見(けん)あらば、すなわち盗(ぬす)むと示(しめ)されぬ。一切(いっさい)の財宝惜(ざいほうお)しみなく、あまねく衆生(しゅじょう)に布施(ふせ)すべし。いかでか盗(ぬす)むに忍(しの)びんや。

第三邪淫(だいさんじゃいん)するなかれ。自性元来清浄(じしょうがんらいしょうじょう)なれば、行事(ぎょうじ)も自(おのず)ら清浄(しょうじょう)なるを、梵行(ぼんぎょう)とては尊(たっと)べり。たとい夫婦(ふうふ)の中(なか)とても、淫(みだ)らの所行(しょぎょう)あるなかれ。家(か)

庭はこれ敬愛の場にして、子女養育の道場なり。これを乱すに忍びんや。

第四妄語するなかれ。得ざるを得たりと誇り、到らざるを到れりと説くことなかれ。直心はこれ道場なり。行住坐臥に脚下を照顧し、愚の如く魯の如く、須らく潜行密用すべし。自ら独りを慎しむべく、他を欺むくに忍びんや。

第五飲酒するなかれ。愚痴の酒を飲むことなかれ、無明の酒に酔うなかれ。自性霊妙、主人公惺々として覚めたれば、随所に主となって、立処皆真なり。自ら自性を晦まして、他をして迷惑せしめんや。かくの如きの菩薩の大戒、当に尊重し珍敬すべし。闇に明に遇い、貧人の宝を得たるが如し、これはこれわれらが大師なり。今身より仏身に至る

まで、恭(かた)じけなくも行持(ぎょうじ)して、懈怠(けたい)の心(こころ)なかるべし。定(じょう)とは坐禅三昧(ざぜんざんまい)なり。外一切善悪(ほかいっさいぜんなく)の境界(きょうがい)に向(むか)って心念起(しんねんおこ)らざる、これを名(な)づけて坐(ざ)となし、内自性(うちじしょう)を見(み)て動(どう)ぜざる、これを名(な)づけて禅(ぜん)となす。三昧(ざんまい)とは正念相続(しょうねんそうぞく)なり。行(ぎょう)も亦禅(またぜん)、坐(ざ)も亦禅(またぜん)、語黙動静(ごもくどうじょう)安然(あんねん)として専一(せんいつ)に、己事(こじ)を究明(きゅうめい)するは、坐禅(ざぜん)の要諦(ようたい)にして、宗門第一(しゅうもんだいいち)の行事(ぎょうじ)なり。

慧とは智慧なり。仏智なり。自我の迷妄を脱却して、不二の妙道に徹するなり。尽十方世界は沙門の眼、縦には三世を貫き、横には十方に瀰淪して、刹土として土に非ざるなく、瞬時としてわが時光に非ざるなし。今この三界は悉くこれわが有にして、その中の衆生は皆これわが子なり。

衆生病むが故にわれ又病む。慈悲愛憐せざらん

や。劫石(ごっせき)たとい消(しょう)するの日(ひ)ありともわが願力(がんりき)は尽(つ)きぎらん。尽未来際(じんみらいさい)、報恩謝徳(ほうおんしゃとく)の思(おも)い、興隆仏法(こうりゅうぶっぽう)の志(こころざし)、寤寐(ごみ)にも忘(わす)るべからず。