



1942年、岐阜県貴老町の大通寺に生まれる。国立岐阜大学2年次に臨済宗立花園大学に転学。1965年に愛知県名古屋市の徳源寺に修業に入り、1982年まで雲水（修行僧）を続けた。命取りの大拱心と呼ばれるほどの過酷な修業「臘八大拱心」を17回経験。1990年に住職に就任。今でも午前2時に起床し、雲水たちを指導する。2014年4月、臨済宗妙心寺の第34代管長に就任。臨済宗妙心寺派の最高指導者として、宗派を取りまとめる立場にある。

## 対談

臨済宗妙心寺 嶺 興嶽 管長

メモリアルアートの大野屋

代表取締役社長

大澤 静可



## 【特別企画】

臨済宗妙心寺派 大本山妙心寺様にご縁をいただき、嶺興嶽管長との対談が実現しました。貴重なお言葉を多数いただきました。

**大澤** お寺のご長男として生まれたのに、跡を継ぐ気がなかったというお話を著書で拝読しました。

ここで、ようやく得度したわけです。二十歳過ぎのことです。

**大澤** 跡も継がずに何をやっているんだという中から変化して、今度は岐阜大学から花園大学へ移られました。

**管長** 坊さんになれということ、祖父も父も皆、言っていました。私はそれが嫌だった。得度といってお坊さんの仲間入りをする手続もせずにとそのままでいました。ところが祖父が亡くなったときに松山萬密という人が導師に見えました。そうしたら何となく違いますから、あの人はどういう人と聞きました。修業するにああなるんだと言われました。修業すると人間変わるのかなど。そして

なかつたのですが、改めて見てみたら、いくらでもその辺に転がっている。しかし花園大学に行ったらもつと転がっているのじゃないかと。そういうふうに思

# 心の癒し「供養の在り方」

つて花園大学へ代わったわけでした。

ちは、「いつになったら紫の衣（\*編集部註：高徳の僧が着用を許される法衣）が着れるんだと、よっぽど成績が悪いのかと」（笑）。

**大澤** ご両親の反対は？

**管長** そりゃあ大反対でしたよ。国立大学は授業料安いですから、私立は高い（笑）。それでも何とか許してくれました。

**大澤** 修業期間は何となく長いでしたか。

**管長** 修業期間は何となく長いでしたか。二年、三年、四年、五年と居て、いつの間にか長くなってしまいました。

**大澤** 戻らないということをお父様が知ったときに、それも不満だったのではないですか。

**管長** 大分長くなつてからは諦めてたんじゃないでしょうか。おばあさん

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**管長** 法戦といつて、皆の前で行なう問答があります。曹洞宗の式です。臨済宗は一对一で行ないます。指導する老師と雲水（\*編集部註：修業中の僧侶）が一对一で行ないます。また、その部屋の中で話したことは外へ漏らさないというルールがありますね。

**大澤** 決まったものは何もありません。老師の方から雲水に問題が与えられます。それを自分なりに考えて答えを持

**大澤** 一番辛いのが十二月に行なわれる臘八大拱心でしょうか。（\*編集部註：十二月に八日間に行なわれる行なわれる大変厳しい修業。早朝から深夜まで坐禅を組む。）



日常生活すべてが修業という考え、禅にも重要な修業のひとつ、玉鳳院玄龍には禅修用の畳が敷かれている。



夜坐では、時には縁側や寺内各所で偲々に坐禅をする。

**管長** そうです。布団の中に入れませ

んからね。最初の日に布団は全部回収

します。正直、眠たいですよ。深夜三

時にお経を読みはじめて、ずうっと起

きていて夜の十二時くらいまで坐禅

しますから。開枕といつて、寝る時間

は大体、夜九時です。九時で眠ってし

まうわけではなく、こっそり抜け出し

ていつて本堂の縁側や鐘楼、鐘突き堂

の上とか、そういうところで個々に

坐禅をします。夜坐と言いますが、坐

禅はいつしてもいいのです。若くて元

気の良い人は、一晩中坐禅していたと



**管長** 坐禅をなさることはいいことだと思えます。徳源寺の檀家がホームス

**大澤** 一般の人間は通常の日常生活の中でのような修業、生活をしていっ

テイを受け入れました。ドイツから少年がやってきて坐禅をしました。その檀家の息子も案内した手前、一緒にやってみたらなかなかいいと。気持ちすすきりしたと。それからたまに来ます。心を落ち着けるといいことは思わぬいいところがあります。坐禅をするということは大切なことだと思います。

**大澤** ご本の中で気が迷っているときとか、数をひとつ、ふたーつと長く数えるといとおっしゃっていますが。

**管長** 数息観といえます。坐禅をするときに心を整えるための方法です。心を落ち着かせるには、いろいろな方法がありますが、その中で一番有名で一番効果的なのがその数息観。自分の息を数えるんですね。ひとつーつ吐いてつーーと吸って、十まで数えます。最初は一分間に十回くらいですが、だんだん長くなってきて三回くらいになつたりします。そうして心を落ち着かせます。妙心寺の標語の中に「一日一度は静かに座って、体と心と呼吸を整えましょう」という註があります。呼吸を整えるということは心を整えることに通ずる、ということを行っています。これが禅宗で言う坐禅の数息観です。ただぼうっと座っているだけではなかなか頭の中は整えられない。余計何か駆け巡って、頭の中はオリンピック状態です(笑)。だから心を整えるためにその数息観を勧めるわけです。

**大澤** 私がお鎌倉で体験したときは、足が組めなければ半跏でもいいと言われました。

**管長** 坐禅のときは、三尺前くらいのところを見ます。これが一番落ち着けるんです。前を見ていると前にいろんなものが見える、この姿勢だったら置くらいいしが見えない。姿勢も合理的にできています。体を揺すってと最初に教えてくれます。やってみてください。

**大澤** 昨今の供養の在り方、どんな風に感じていらっしゃるでしょうか。

**管長** 供養というのは亡くなった人に対するもの。今生きている人でもいいのですが、感謝の心を持つ。その現われが供養です。お金を納めるとそれで義理が果たせたということではなく、生きてる親に対しても、誕生日のお祝いをするのと一緒に、亡くなったら亡くなった命日を感謝の日として、供養をしていく。人間として当たり前のことじゃないかと思えます。今はお寺へお金を納めて、勝手にお経を読んでおいてくださいと。それでは感謝にならない。お墓やお位牌というものは亡くなった人の形ある証ですからね。なければどっちへ向いて手を合わせるのか、感謝の気持ちを表すのか、よく判らないでしよう。



管長から対談の記念に拝受した色紙。いたたいた言葉は、「閑坐懸松風」。

**大澤** 生老病死という人間の根源的な悩み、老いるということ、いずれ死を迎えるということに一般の人間がどのように付き合っていけばいいのでしょうか。

**管長** 生老病死は四苦と言います。愛別離苦、四苦八苦というのがありますが、四苦は誰もがこれに出会うし、それから逃げることは出来ません。まずそういうものだとよく知ることです。病気なんて余り考えたこともない、老いるということもさほど感じなく、まして死ぬなんてことは思ってもいない。悩めば、そこにまた解決の道筋が見つかってくるのではないでしようか。



対談が行なわれた小方丈。