

静坐の友



季刊 66 号

静坐の友社

編集発行人 松端孝元

〒五九六—〇〇〇二

大阪府岸和田市吉井町一—二〇—四

FT AE XL 〇七二—四四四—五九七五

携 帯 〇九〇—三六二九—二二五〇

謹賀新年 全国静坐同人

行く先を忘れて登る不死の山

静坐会会長

中谷 清和

新年あけましておめでとうございます。坐友の皆様には、お変わりもなくすがすがしい新年をお迎えのことと心からお喜び申し上げます。

昨年の夏期実習会の席上、思いがけずも、会長をやれとのご指名を受けまして、何ら心の準備もできてないまま、会長職を受けさせて頂くことになりました。もとより浅学菲才、十分その職責を果たし得るかどうかの自信もなきまま選ばれてしまいました。今さらどうしようもないことではございますが、背筋を流れる冷や汗を感じながら過ごさせて頂いております。

本日は名倉先生のご提案で、参三郎先生の名著「静坐物語 生きる力」が無くなたため、何とか再刊できないか考えていたのだが、丁度、参三郎先生の百回忌を迎え

ることであり、再刊計画と併せ、百回忌の法要をさせて頂こうとの話がありました。

元より反対する理由などありません。もう手を挙げて賛同し、本日の催しとなりました。

私は参三郎先生を直接存じ上げないのですが、奥様の信子先生には直接静坐を教えて頂きました。又、信子先生を通じて、大阪の金属会館で行われていた静坐会を紹介され、児玉、柴田、小松、下条の各先生方のご指導も受けました。そんなことをなつかしく思い出すとともに過去の先人の残して頂いた静坐の道のありがたさを噛みしめさせて頂いております。そして、同時に次の世代に誤りなく伝えて行かねばならないという責務の重大さをも感じさせられました。そんな時、頭に浮かんでまいりましたのが、冒頭の「行き先を忘れて登る不死の山」でございませう。「そうだ、今の自分がそのまま一生懸命に坐る事がその責務を果たすことにつながるのではないか」との思いが心の底から湧いてきました。今年も一年、皆様と共に一生懸命坐ってまいりたいと思います。





小林参三郎先生のご事績

ニューヨーク静坐会

名倉 なぐら

幹 みき

皆様、本日は小林参三郎先生の百回忌、信子先生の五十三回忌法要にご参列頂き誠にありがとうございます。至りませんが小林参三郎先生を偲び、先生のご功績なりご生涯について知りうる範囲でお話をさせて頂きたいと思っています。

◇ ◇ ◇

まず、なんと言いまして、今日の静坐会の隆盛は、参三郎先生のご事績を抜きに語ることではできませんし、また、参三郎先生のご意向を何倍にもして育てられた奥様、信子先生のお力添えのお陰であることは言うまでもありません。そのことは、参三郎先生の名著「静坐物語―生きる力」及び、その後の静坐社の存立と活動に現れています。

今日は、この「静坐物語―生きる力」の残部が少なくなり、何とかしてこの名著を装いを新たに再刊して皆様の前に出したいものとの念願から、丁度本年の十月二十八日が先生の百回忌にあたりましたので、本日、本の再刊事業を兼ね小林参三郎先生百回忌の法要と信子先生五十三回忌の法要を併せ開催させて頂くことになりました。

さて、参三郎先生は、江戸末期の一八六三年に播磨国加東郡（兵庫県）の薬舗の家庭に

誕生されましたが医者になろうと二十歳の時、上京され、軍医総監の松本順氏に師事されました。そして明治二十三年、二十八歳の時に渡米、サンフランシスコのクーパー大学（後のスタンフォード大学医学部）に留学され、外科を専攻し、三年後にドクトル（医学博士）の称号を得られました。

その後、イギリスのロンドン大学やドイツでも医学を学ばれましたが、三十歳の時、ハワイで開業され、そして、その後、日本人病院をホノルルに初めて設立されました。それが発展し、現在もクアキニ病院という大きな病院になっています。実は小生、二〇〇八年に東本願寺ハワイ別院に赴任しましたが、そのすぐ近くにあるのです。病院の中に小さなお堂（チャペル）があり、そこで月一回静坐と簡単な仏教のお話をさせて頂き、参三郎先生との大変なご縁を感じた次第です。



参三郎先生はハワイで、死にかけていた妊婦さんの帝王切開を成功させ、また、誰もやつたことのない、頭にメスを入れる手術なども成功させ、日本人のみならずアメリカ人をも驚かせました。このことから神の手を持つ医師として名を馳せることになりました。そんな

な先生でしたが、大きな危機と転機が訪れました。明治三十四年三十九歳の時、ハワイで風土病にかかり四十度の熱が一ヵ月以上続き、生死の境をさまようこととなりました。

そんなとき、病院に本願寺の布教場主、今村慧猛師が見舞に来て下さいました。今村慧猛師は西本願寺のお坊さんですが、この先生のお話しが転機となり、それまで西洋医学一本だった先生が仏の教えに心眼が開けたのです。師が帰られると小林先生は、奇跡のように立ち上がって、治療室に入り冷水をもって自ら全身沐浴を試みたそうです。そうすると幾許ともなくさしもの高熱も減退し、ほどなく全治することになったそうです。それ以来、仏教書をしきりに読み始めるようになり、「死は定命である。病、必ずしも死を招かず、健康、必ずしも生命を延長させえない」という小林先生晩年の信仰・哲学がこの時に形成せられ始めたと思われることができます。

その後、明治三十五年中国、広東に渡り、開業されたがうまくいかず、続いて香港で開業されたが、これも来診者がほとんどなく失敗に終わった。このように世界を股にかけて活動していた先生は長らく結婚の機会がなかったのですが、再びハワイに帰り、そしてとうとう縁談があり、明治三十八年四十三歳の時、ハワイで信子先生と結婚することになりました。

その後、明治四十一年四十六歳の時に帰国され、その翌年、京都に真言宗系の済世病院が設

立されました。これは仏教界における慈善病院最初のものといわれ、先生はその院長として無報酬で職を報じられ、始めたのであります。そして、その後にもまた大きな転機が訪れました。その三年ほど後、岡田虎二郎先生の静坐法が一世を風靡していましたが、信子先生に誘われて東京の岡田先生の元に行かれました。その時に非常な感化を受けられまして、岡田先生から静坐は医療でも役立つと思えますというようなことを聞かれて、それから全面的に静坐法を自らの医療に取り入れられたのです。

それと同時に、真摯に道を求められまして、宗教、特に仏教の先生、東本願寺の大阪の蜂屋賢喜代先生や足利浄圓先生らと深い信仰の交わりをもたれました。それから五十九歳の時、大谷大学の学長もされた東本願寺の山辺習学先生とも交流され、そのお話を聞いて、ここに機縁が熟し、信仰の奥義を体験されたということです。

そんなことから、山辺先生の切なる勧めにより、また信子先生の協力のもと、西洋医学に静坐を応用して治療した実践例を大正十一年「生命の神秘」としてまとめ、春秋社から発売されたところ、大反響を受け全国から患者が訪れるようになりました。続いて大正十三年六十二歳の時、姉妹巻「自然の名医」を発売されましたが、これもすぐ売り切れとなったようです。この二冊はものすごい名著です。この

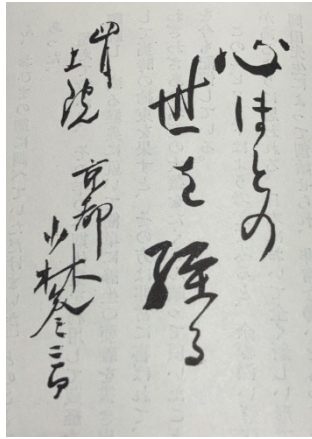
両書を合本して後年、「静坐物語 生きる力」として発売されました。

この本には西洋医学に見離された多くの方々が受診し、静坐を通じて健康を取り戻された生々しい事例が具体的にまとめられています。尾上勝彦さんの父君、寿作氏も若い頃、お体がとても弱かったのですが、この「生命の神秘」に出会い、そして小林先生に診てもらっています。この本がきっかけとなったのです。静坐によって救われた寿作氏は、その後、世界的な企業を創立されました。何としてもこの名著をもう一度、これを機縁に世に出したいものと思います。

幸い、そちらにえられる池田久代さんが、ティク・ナット・ハン師の本を春秋社から出版しておられますので、お取次ぎ頂きます。この八月七日東京の神田にあります本社で春秋社の社長、編集部長と話ができました。春秋社は歴史ある会社で創業者が静坐をやっていたこと、ぜひわが社から発売してほしいとのことでした。本当にご縁を感じます。現在、宮谷先生がこの本を全面的に見直し、旧仮名遣いや漢字を現代風に変換して頂き、読みやすいように直して頂いております。今年の秋には発売できると思います。

この本が出て百年ほど経っておりますけれども、世の中はまだ西洋医学中心でございます。小林先生は非常に人間そのものをみられたわけです。「生命の神秘」という題名の如く

人間には生きる力が備わっているんだ。それをちゃんと引き出したら病気は治るんだと、それを徹底的に本格的にやられたのが小林参三郎先生であります。外科医として世界的にも優秀な方でしたがそれと併用して、もっと根本的な「生命の神秘」「自然の名医」それがそもそも体に備わっていますから、どういふふうにしたらその「生きる力」が出てくるかというのを岡田先生に学ばれまして、つまり、姿勢を正して、鳩尾を落として、丹田に力を入れるということを徹底してやれば、どなた様も、どのような弱い方も、この生命力が回復して、生きる力を回復できるのです。



宮谷先生作成の資料の最後に「心ほどの世を経る」とありますが、小林先生が一番の親友でいらつしやいました蜂屋賢喜代先生から教わった「心ほどの世を経る」という言葉を大切にされていた様子がよく分かります。蜂屋先生は、本日ご参加の林寺テルさんのお祖父さんにあたる人です。私も蜂屋先生のお流れに出会って坊さんになりましたが私の師匠の御父上になります。

小林先生は「心ほどの世を経る」ということを蜂屋先生から聞かれてとても感動され、自分の扇子にもそれを書かれて、「心ほどの世を経る。心ほどの世を経る。本当にそうだ。」とおつしやいまして、つまりみんな心次第だということなんです。「つまり、つまり。」と言って生活している人は、本当に一生つまらん人生で終わってしまうわけで、反対に、「自分ほど幸せなものはない。」という思いが出てきた人はこれほど幸せなことはない、ということが書いてございます。そして、小林先生は次のように話されています。「自分の友達で位も高くなり、金も多く蓄えた人もあるが、晩年になつて皆不幸である。いわゆる成功者であつても、私の家を訪問して愚痴を述べて、君は幸福であると言つて、うらやんでくれる。聞いてみると金は巨萬積んだけれども妻が病気で苦しんでいるとか、息子が心配をかけるとか、あるいは、自分が宿痾に悩むとかいうような非常に苦しい事情があつて、金も位も少しも幸福を感じられぬと言つて、嘆いてゆくのである。立派な邸宅を持ちながら、私の家に来て、愚痴を言うのが楽しみななど言つて、やつてくるのを見せてもらうと、自分には資産も何もないけれども、心に大法を喜び、身に静坐をしてかくの如く安楽に過ごさせてもらっているということが有難い。医者で金を貯めたというような人は皆、晩年が悪い。自分にも金が欲しい、あれもしたい、こ

もしたいと思うこともあるが、こうやつていだけで見渡す限り僕が一番幸せ者だ。」と言つて、呵々大笑、念仏せられるのであった。このことです。本当にそうだと思います。名文ですのぜひ読んでみてください。

この本の最後には「柿の実」という文集が載っています。小林先生は自分は柿の実が熟してポタツと落ちるように死んでいきたいと生前よく言っていたそうですが、先生の最後は、大正十五年十月二十八日でした。岡田先生が最後の最後まで働き、そして柿の実がポタツと落ちるように亡くされましたが小林先生も同じでした。

小林先生が亡くなる当日は、例の如く朝から夕方まで濟世病院で百四十人もの患者さんを診て、夕食時にワインを一杯だけ飲み、その後、清水寺の近くで山辺習学先生の法話を聞きに行く途中、心臓の調子が悪くなり、知らない家ですがちよつと軒先を借りて休ませて頂きました。信子先生にも電話して車で駆けつけてくれましたが、すぐ回復したので立ち上がり、「もう大丈夫だから帰ろう」と、退去しようとお家の方に「お世話になりました」とお礼を言つて、振り返った途端、パタンと倒れ、そのまま亡くなったのです。百四十人の患者を診られて最後までお仕事をなさつて、それこそ柿の実が熟して落ちるように亡くなったのでございます。すぐこの近く、歩いて五分鐘のところにありました。

たくさんの方がその死去を驚かれましたが、生前の希望通り、熟しきった柿の実が落ちるように、何の苦しみもなしに逝かれたことは、先生の理想のままでありました。蜂屋先生は「本当に好い時でした。要するに、善いことをした人、良き一生を過ごした人であります。いつも『心ほどの世を経る』と言っておられましたが、心ほどの一生を過ごされた人でした。たしかに最後の幕まで心ほどの世を経られたように思います。」とおっしゃいました。小林先生はいつも皆さんには「無理をしてはいけませんよ」「静坐してくださいね」「何しろ体を大事にしてくださいね」ということを、何度も何度もおっしゃっていたそうです。

以上、行き届きませんが小林参三郎先生百回忌法要にあたりまして、ひとこと先生のご生涯を振り返らせて頂きました。

ご清聴ありがとうございました。

静坐物語「生きる力」

復刻作業について

眞宗大谷派僧侶 宮谷啓法

東本願寺の出版部に勤務しております宮谷と申します。普段、出版作業に従事していることから、今般、小林先生のご著書『静坐物語 生きる力』の復刻版発刊事業に編集として携わらせて頂く機会を得ましたこと、大変うれしく幸せに思っております。

復刻作業のあらましについて、どのようなことをしているかと申しますと、

① まず原著を全ページ撮影し本文を機械的に読み取ってデジタル化。

② そして誤字脱字等がないか確認しつつ体裁を整え、

③ 現在は、現代の我々にも読みやすいように文章に編集を加えている段階です。

編集の依頼を頂いた時に「とにかく読みにくいので」ということを言われましたが、内容自体は何も難しい事はありません。小林先生は、いろいろな病気の根源には、私たちの生活に起因する心の悩みがあつて、その悩みが身

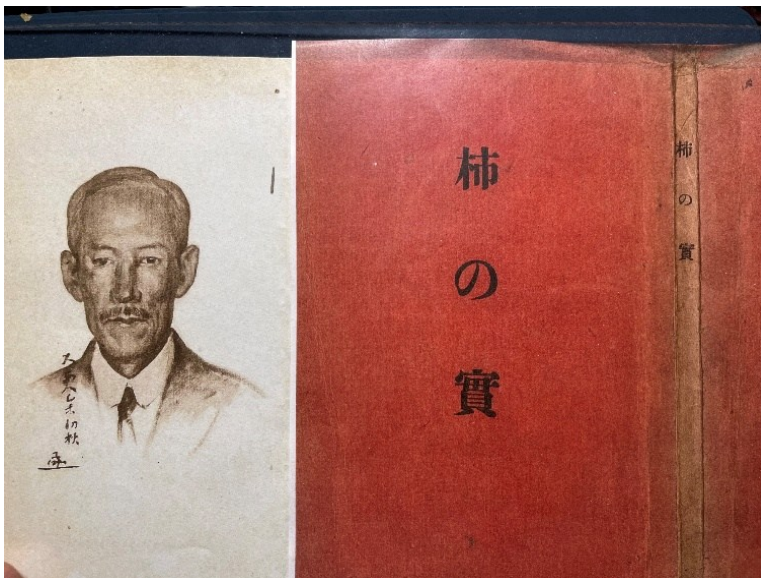
にも障りを及ぼすという悪循環があると。だから、静坐をして、ゆがんだ心身を真直ぐにすることで自ずと回復に向かうという実例をひたすらに繰り返し挙げておられます。

また、患者の心の悩みに向き合う時は、相手に合わせて仏典や聖書、歌舞伎・浄瑠璃から戦記小説まで、さまざまなお話をされています。道の人でもあった小林先生が古今東西の文化に通じておられたことが窺われ、どこを見ても興味深く読めます。まさに日本が誇る名著だと言っても過言ではありません。

ただ現代の我々にとりましては病名等、大正期のいろいろな専門用語が出てくるのに加え、漢字、仮名遣いが読み取りにくいいため、引用文の原典にも当たりながら文を整え、語註も加えてまいります。目標としては中高生に読める本を目指したいと考えています。

最後に装丁について、小林先生は「柿の実が熟しきつて落ちるように死にたい。」と言われていたそうですが、『生きる力』収載の「柿の実」原著の表紙が、まさに先生の言われた如く美しく熟れた柿の色であったこと、そしてそれが昭和版の『生きる力』のオレンジの表紙にも受け継がれていたことを今回初めて知りました。そういった部分も大切にしながら、発刊に向け作業を進めてまいりたいと思います。

出版社である春秋社のスケジュールによりまずと今年秋の発刊予定とのことです。どうぞお楽しみに。



小林信子先生を偲んで

大阪静坐会

まつのはな
松端 孝元
たかはる

小林信子先生（昭和 37 年 喜寿）

小林参三郎先生の百回忌法要に併せ、信子先生の五十三回忌の法要を営ませて頂きました。

参三郎先生の偉大さは言うまでもございせんが、参三郎先生の奥様として、よく先生を支え、静坐の道を確立されてきた信子先生を忘れるわけにはまいりません。

信子先生は、明治十九年（一八八六年）東京にお生まれになり、東京女子高等師範学校附属女学校を卒業後、ハワイにて参三郎先生とご結婚。帰国後、岡田先生に師事し、静坐を始めるまで静坐道一筋に歩まれました。

私が静坐とのご縁を頂きましたのは、昭和五十年代でしたので当然、信子先生に会ったこともなく、何も知りませんでした。が、信子先生の活躍と思いは、今日の私たちにしっかりと受け継がれ、根付いているように思います。

直接信子先生を知らないとはいえ、昭和六十一年の静坐社創立六十周年と信子先生生誕百年を記念して発刊された記念文集「静坐の道」に掲載されている小松幸蔵先生の手記から信子先生の静坐にかけける並々なぬ思いを窺うことができます。

小松先生の記事は、「小林信子先生の願」として掲載されています。随分と昔になります。が私は、何も知らないままこの手記を読みまして、信子先生のすさまじいまでの静坐への思いに胸打たれ、ずっと心の奥底に残っていました。

要約すると次のような内容です。

◇ ◇ ◇

《信子先生が創立された静坐社がこの年六十周年を迎えるわけですが、そして、今回のこの夏期静坐実習会が六十回ということとは、戦中、戦後の我が国にとって最も厳しい時代にも一回の休みもなくこの静坐実習会が続いてきたということでございます。他にあまり例のないことだと私には思われます。このようなことが実現できましたのは、信子先生が岡田虎二郎先生の残された静坐の道を、正しく

次の世代に伝えたいという並々な大きな願いというか、願（がん）を起こされ、昭和二年以来一貫して「静坐に全生活を捧げて」これらからだと思えます。

「全生活を捧げようと心に決めた」というお言葉は、信子先生が喜寿記念にお書き下さった「静坐のあゆみ」の中に出ています。が、それで先生のお口からは聞いていません。しかし、教えを受けました私どもは、先生の日常生活を拝見していて、早くからそのことを感じ取っていました。静坐社六十年を語りますとき、第一に申し上げたいのは、やはり、六十年を貫く信子先生の願というところでございます。》

同じく静坐社のあゆみのなかには、信子先生が「静坐に全生活を捧げようと心に決めた」という覚悟ができたのは故あることだと思われる信子の先生自身の記述部分がありますので紹介させていただきます。

◇ ◇ ◇

《大正十五年十月二十八日、小林は「生から死へ」という先生の仰せの通りこの世を去りました。残されたもの―最後の瞬間まで側におりました私は、あまりのあつけない永の別れに、ただ、涙流るるばかりでした。直ぐ駆けつけて下さった山口副院長が「この人はいい事ばかりしてきたので「生から死へ」という願いのとおり逝かれたのだ。倒れて心臓が止まったのではなく心臓が止まったから倒れたんだ」と。それは私に言い聞かすように。しかし、私は余りの驚

きにただ涙にむせびますのみ。

日頃お世話になっております先生方や親しい友人にまもられて野辺の送りが済みますと、私は、ぴったり声は止まり、床についてしまいました。たった一人になりました病床でひしひしと聞こえてまいる日頃の御教えにやっと心定まり、法の友、静坐の友のお留め下さるまま東京には帰らず、京都にとどまることにして、その年の暮、二宮町から東山松原の小さな家に移りました。」

小松先生は、「この頃に全生活を静坐に捧げよう」との決意が生まれてきたものと思います。と述べて居られます。このことは間違いないことだと思えます。しかし私の心の内には、「ただ静坐に全生活を捧げようと決心した」という言葉だけではすまされない心の裏に秘められた信子先生の覚悟をうかがい知る日常の生活そのものを知らねばならないように思えるのです。そこには信子先生と参三郎先生との慕いあい、信頼し合う仲の良い世間一般の夫婦愛以上の静坐にかける同志としての思いが潜んでいたように思えるのです。そのことを類推させるのは、この文章の前半部分にある次の記述です。

◇ ◇ ◇
《ところで、「静坐のあゆみ」の大正十五年のところには、二月ごろ、参三郎先生が信子夫人に向かって、「君、病院の静坐を手伝ってく

れないか。・・・婦人の患者の静坐を君がみてくれると助かるのだけれどもネ。」と言いだされ、「静坐のお手伝いなら自信をもつてできます。」と答えると大喜びで、「では即刻！あしたからネ」とのことと、翌朝から病院へ通いました。とあります。そして一カ月もすると、ドクトルは「君のところで坐る人は全く上手に坐る。病氣もよくなおる。そして朝の静坐にやってきて僕を喜ばせてくれる。君は実にいい事をしていてくれる。音楽会でも、どこへでも威張っていきたまえ。」と大変な喜びようで励ましてくれました。・・・と書かれています。」

夫婦の間でこのような絶対的な信頼関係が生まれるのはよほどのことだと思われまふ。静坐にかける二人の揺るぎない絶対的な信頼なしには築けなかったことだと思えるのです。日常生活がどうであつたか推し量られるというものです。

その後、失意の中から立ち上がられた信子先生は、参三郎先生の遺志を継ぎ、昭和二年三月、静坐社を設立、同時に月刊「静坐」誌を創刊。静坐誌はその後、幾多の変遷を経て、現在、季刊の「静坐の友」に引き継がれています。

昭和三十八年（一九六三年）
喜寿の祝い後、十一月、転倒して、右大腿骨を骨折入院。



その後、歩行困難となり椅子での静坐指導となった。昭和四十八年（一九七三年）肺炎にかかり、パプテスト病院に入院。三月二十五日永眠。との記録が残っております。

今日まで静坐の道を誤らず伝えてきて頂き、何もわからない私たちにこれ以上のない静坐の恩恵を与えて頂いてきたことに対し、何とお礼を申し上げればいいのか。言葉が見つかりません。ただただ、涙と共に、満腔の感謝と敬意を捧げ追悼の言葉とさせて頂きます。ありがとうございます。



神戸・産業技術学院での静坐指導（昭和 37 年）

小林参三郎先生百回忌・信子先生 五十三回忌法要記念静坐会

参列者名簿

小林厚子	小手森麗華	尾上勝彦
名倉 幹	宮谷啓法	中谷清和
池田久代	鈴木雄一郎	河邊 和
大野雄亮	服部洋平	藤崎和聖
林寺テル	川上真市朗	宮崎友里
松端孝元	御厩恵利子	溝口順子
山本八功	井浦俊次	江種雅萌
山崎由江	藤井龍子	

令和七年十一月一日、参三郎先生百回忌及び信子先生の五十三回忌の法要記念静坐会を執り行わせて頂きました。

会場は、東山区円山町にあります東本願寺の大谷祖廟賀慶殿をお借りし、導師様には山口益先生のお孫さんにあたる山口務先生にお願いをいたしました。厳かなうちにも厳肅に執り行われました。会場は、三十人が限度とお聞きしておりましたので、あまり沢山にご参列頂くとうなるかと心配しておりましたが丁度いい人数になりました。

山口導師様の読経の後、名倉先生から参三郎先生のご実績についてご講話があり、その後、懸案でありました、参三郎先生の御著「静坐物

語―生きる力」の復刻、発刊作業について

作業にあたって頂いております宮谷啓法先生からその進捗状況について説明をお聞きし、その後、松端より信子先生のご活躍の後を振り返っての報告があり、無事終了できました。三人の先生方の報告内容は前ページまでにご報告のとおりでございます。

その後、中谷先生のお手配により直会の席を「いもぼう」に設けて頂き、皆様それぞれに思い出話に花を咲かせ、友好を深めながら無事法要を済ませて頂きました。

編集後記

テレビニュースでは、地震、火事、水害、強盗、殺人、等々のニュースばかりでうんざりする一年でした。

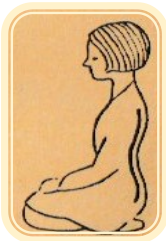
私たち静坐人は、世の中がどうであれ、ただ、姿勢を正し、呼吸を正し、心を正して、ぶれることなく、静坐の道を歩んできたいものだと思います。世界中の人々に静坐が広まればどんな社会が実現するのでしょうか。楽しみです。その為には、「ただ一息の力」を信じ「ただ一息の坐」に集中してまいりましょう。

静坐に関するご意見、ご感想、その他各地での活動状況などお知らせください。

この紙面で紹介させて頂き、皆様の励みにさせて頂きます。

(松端)

坐の要領 いつも初めてのよう



△足は土ふまずをふかくかさねる。

△膝は少し開く。握りこぶし二つ位

婦人は一つ。

△首は真直ぐに、あごはひく。

△両手は組む。目を閉じる。

まず第一に腰をしつかり立て、第二にみぞおち(上腹)の力を抜く。第三に下腹に力を入れますが、下腹に力を入れることは急がないで、第一第二の条件が整ってから入れて下さい。吸う息は、決して自分で吸いこもうとしないでも息は入ってきます。それを、そろ

そろ出しながら下腹へ力を入れるのです。

そうして次に力を入れるのをよすと、落ちていたみぞおちは浮いて、鼻腔から息は、スーと肺底まではいってきます。難しいとお思ひになつたら上腹へ平手をあてて力を抜き、次に、その平手を上腹でかるく押し上げてごらん下さい。これが正しい一息です。この連続が十分、二十分の静坐になるのです。

静坐中は心を腹の上におく。椅子は浅くかけます。

△毎日、朝・夕三十分ずつ坐る事。

