

正師に学ぶ

無学求道作成「f 自分が変わるために」より

坐禅をするというとは必ず「正師に学びなさい」と言われる。

私は和歌山という土地で坐禅をするのに正師を探そうとは思わなかった。いやそれ以前に神経衰弱状態で始めるのに人を訪ねていく気にもならなかった。「恥ずかしさ」が先にたったからである。

それで何をするにも「先ず本を読んでから」の私の習慣どおり、入門書を読みながら坐禅を始めた。

毎日「やる気の続く間だけ坐る」が習慣となった。

始めてみると分からない事が起こって次々と入門書を書く事になったが(注1)、4ヶ月で「見性」はできた。120日×30分=60時間での達成であった。以後も続けて半年後に「明けの明星」の体験もした。

素人の悲しさ「ゴール」と思い、仕事の忙しさもあって行を止めてしまった。もったいない事でした。「悟後の修」とは後に知った言葉だった。

坐禅での2回目の見性は2002年2月であった。以後大変順調に進んだ。このようなことから思うのです。

本当に「生身の正師」に学ぶのが必須条件かと思うのです。

お釈迦さんは確かに「正師」だと思う。

現在それほどの正師がいるのでしょうかとも考える。

「坐禅の変遷」を考え合わせると????となる。

注1

入門書を買込んだ疑問というのは何か。

一時的な体調の変化。

偏頭痛・・・最近気づいたがマッサージが有効です。原因はストレス？

足のケイレン・・・まるで拷問のようにしつこいケイレン

心臓に関して・・・動悸、心臓の痛み（心臓神経症というそうです）

まぶたのケイレン・・・痛みはないが不愉快

仕事中には・・・小さな星のような光が見えることもある

坐禅中に「光の雲」が色々形を変えて見える。

まだ他にもあったと思うがこのような症状を書いている本はなかった。悟れるまで「頭」を壊しているのではないかという疑いがあった。