

法然と三昧発得

小川 法道

はじめに

三昧とは *samadhi* の音写であり、定と意識する。三昧は心を一つの対象に集中して、心が安定した状態になることを目的としている。その心が安定した状態の時に、仏を目の当たりにして、勝れた境地に達することを三昧発得という。法然浄土教において三昧発得とは、仏を観想して達成するのではなく、念仏を称え続けたことによって、求めずして自然と仏を目の当たりにすることができた神秘体験のことを指す。この求めずして自然と得られることを、法然浄土教では伝統的に不求自得といっている。すなわち法然がただ念仏を称える生活を通して、付随的に得られたものが三昧発得であるとしている。

本論文ではこの三昧発得に関して、インド仏教の念仏思想、大乘の般舟三昧（念仏三昧）思想から中国仏教の三昧の受容、そして法然と関連の深い道綽・善導における三昧思想を追った上で法然の三昧発得について論じたい。

インド仏教における念仏思想

釈尊在世中の仏弟子は、生身の釈尊に出会い、修行することに困難がつきまとい、釈尊から直接教えを聞くことができた。これは見仏聞法というように、仏の姿を見、仏の教えを聞くことよって、釈尊の教えを信じ、そしてさとりを開くことを目的として日々の修行に励むことができた。釈尊に出会える仏弟子は問題ないのであるが、問題となるのは釈尊滅後の仏弟子である。釈尊という依り所をなくした仏弟子は、釈尊の教えをまとめる必要性に駆られ、第一結集を行ったのは周知のとおりである。仏の教えは経としてまとめられ、釈尊に出会わなくとも、仏の教えを知ることができるようになった。やがて仏弟子の中では次第に釈尊すなわち仏とはどのような姿をしていたのであろうか、と考えるようになり、仏の姿をイメージする念仏思想が生まれてくるのである⁽¹⁾。

念仏は広義には、仏の姿を心に思い浮かべる観想念仏と口で仏の名前を称える称名念仏とがある。観想念仏に関して、『大智度論』には、「念佛者、念佛三十二相、八十隨形好⁽²⁾」とあり、観想念仏とは仏の三十二相・八十隨形好等を念ずることであるとしている。一方、称名念仏は仏の名前を称えることであり、法然浄土教では、ひたすら阿弥陀仏の名前（南無阿弥陀仏）を称えることにある。

ところでインドにおいて「念仏」の「念」の言語は *anu√smr*（随念）と *manasi√kr*（作意）の二種があると考えられている。近年、吹田「二〇一六」は、般舟三昧に関する「念仏」の原語は *manasi√kr* であり、往生に関する「念仏」の原語は *anu√smr* であることを明らかにしている。ただしサンスクリットが特定できる場合はよいが、漢訳仏典ではどちらも「念仏」となるので、どちらの意味で用いられているか注意を要する。以下、般舟三昧に焦

点を当てる。

大乘の般舟三昧（念仏三昧）思想

櫻部「一九九七」はサンスクリット原典上に「念仏三昧」の語は見られないとしている。しかし漢訳仏典では訳語として「念仏三昧」が多々出ること、念仏と三昧が密接な関係にあることを示しているという。伝統的に念仏三昧¹ 般舟三昧と考えられている。以下、簡単ではあるが、大乘經典に見られる三昧について紹介する。

『般舟三昧經』は別名「十方現在仏悉在前立定經³」といわれるように、十方現在仏が悉く面前に立つ三昧について述べている。『觀經』では第八觀をなす者は、「於現身中、得念佛三昧⁴」とあり、現在の身で念仏三昧を得るとしている。また第九觀では、阿彌陀仏の姿と光明を觀想した後、「見此事者、即見十方一切諸佛。以見諸佛故、名念佛三昧⁵」とあり、阿彌陀仏を見た者は、十方のあらゆる諸佛を見る、この諸佛を見ることを念仏三昧と名付けるといふ。ここでは見仏↓見諸佛⇨念仏三昧といえる。また『阿彌陀經』には「其人臨命終時、阿彌陀佛與諸聖衆、現在其前⁶」とあり、阿彌陀仏の名号を執持する者（念仏する者）は、命終わる時に、阿彌陀仏が諸聖衆とともに目の前に現れるとしている。このように『阿彌陀經』では、仏が面前に立つとしていふことから、般舟三昧と同じ境地に到達することができるということがわかる（櫻部「一九九七」）。

中国仏教に見られる念仏三昧

ここからは中国仏教の念仏三昧を見ていく。中国では二世紀には支婁迦讖（生没年未詳）が『般舟三昧経』三巻を訳したことにより、廬山の慧遠（三三四―四一六）は『般舟三昧経』に基づく念仏を实践していた。慧遠と鳩摩羅什（三四四―四二三もしくは三五〇―四〇九）が問答した内容を説く『大乘大義章』では見仏三昧に三種あることを説き、その第二には、

二者雖無神通、常修念阿彌陀等現在諸佛。心住一處、即得見佛、請問所疑⁽⁷⁾
 神通力を具えていないけれども、いつも阿彌陀仏等の現在諸仏を念じて、心を一処にとどめるならば、仏を見ること（見仏）ができて、疑問を尋ねることができる。

とあり、阿彌陀仏に関する内容が説かれる⁽⁸⁾。このように中国では比較的早い時期より三昧を实践していたことがわかるが、中国に三昧の实践を体系づけたのは智顛（五三八―五九七）である。智顛は常坐三昧・常行三昧・半行半坐三昧・非行非坐三昧の四種三昧を説いている。四種三昧の实践は懺悔の儀礼と結びつき、懺悔は非常に重視されている（倉本二〇二二 九五―九六頁）。四種三昧の中、浄土教と特に関わりが深いのは常行三昧である。常行三昧は『般舟三昧経』に基づいて、清浄なものを身に着け、九十日間、常に歩き続け、口には阿彌陀仏と称え、心には阿彌陀仏を念じて、休息することがあつてはならないとする実践行である。そのような実践を行うことによって、

仏威力・三昧力・本功德力の三種の力がはたらいて、三昧の中で十方の現在仏が目の前に立つ神秘体験が現れるとされている⁽⁹⁾。また智顛は三昧発得のためには、戒が清浄になる必要がある⁽¹⁰⁾としている。

道綽における念仏三昧

次に般舟三昧を実践していたものとして浄土教の中では、道綽（五六二―六四五）が挙げられる。『続高僧伝』には道綽は般舟三昧や方等懺法を⁽¹¹⁾実践していたと記されている。また道綽の著作である『安楽集』でも念仏三昧や観仏三昧の語を見ることができる。以下、浄土教に関連する道綽・善導・法然の三昧について詳しく見ていく。

道綽の『安楽集』第一大門では、

今此觀經、以觀佛三昧爲宗。若論所觀、不過依正二報⁽¹²⁾。

いまこの『觀經』は觀仏三昧を教旨とするのである。觀察する対象について述べるならば、依報と正報の二報に過ぎない。（齊藤他「二〇一八」一六五頁）

と述べている。すなわち『觀經』は觀仏三昧を中心とし、觀察対象を阿弥陀仏（正報）と極樂浄土（依報）としていることがわかる。また道綽は諸部の大乘經典によって念仏三昧が勝れていることを次のように説いている。

若人菩提心中、行念佛三昧者、一切煩惱、一切諸鄣、悉皆斷滅。⁽¹³⁾

もしある人が菩提心を備えて、念仏三昧を行じたならば、一切の煩惱や障りはみな断滅するのである。

(齊藤他「二〇一八」六七頁)

道綽は念仏三昧は煩惱や障りを消滅することができるとしている。それゆえ「此念佛三昧、即是一切三昧中王故也」⁽¹⁴⁾と説き、念仏三昧は一切の三昧の王であるという。

また第四大門では、「第二に此彼の諸經に多く念仏三昧を明かして宗とすることを明かす」の項目を立てている。これについて道綽は八例を挙げている。いまよく知られている一行三昧の一例を挙げる。

第二依文殊般若、明一行三昧者、時文殊師利白佛言、世尊、云何名爲一行三昧。佛言、一行三昧者、若善男子善女人、應在空閑處、捨諸亂意、隨佛方所端身正向、不取相貌繫心一佛、專稱名字。念無休息、即是念中、能見過現未來三世諸佛。何以故。念一佛功德無量無邊。即與無量諸佛功德無二。是名菩薩一行三昧。⁽¹⁵⁾

第二に『文殊師利所説摩訶般若波羅蜜經』にもとづき一行三昧について明かすとは、次のような次第である。「ある時、文殊師利菩薩が、仏に（世尊よ、どのようなものを一行三昧と言うのでしょうか）とお尋ねした。仏は以下のようにお説きになった。すなわち（一行三昧とは、以下のようなものである。善男子・善女人が、閑寂な場所に留まって、様々な乱れる心を捨て、仏の方向に身を正して真つすぐ向き合い、仏の姿かたちにとられることなく、心を一仏にかけて、専ら仏の名を称えるべきである。一瞬たりとも休まなければ、過去・現在・未来の三世の諸仏を見ることができると、それはなぜかと言うと、心を一仏にかける功德は、計り知るこ

とができず、限りがない。数えきれないほどの諸仏がそなえる功德と異なるものではないからである。そのよう
うな訳でこれを菩薩の一行三昧と名付けるのである」と。
(齊藤他「二〇二二」五―六頁)

道綽は心を一仏にかけてその名をひたすら称えれば、過去・現在・未来の三世の諸仏を見ることができるとする。他にも道綽の『安楽集』では、念仏三昧の語は多く見え、念仏三昧によって①諸仏が現れ授記が与えられること、②過去・現在・未来の一切の諸障を取り除くこと、③延年益寿の利益があることを述べている。ここから道綽が念仏三昧に注目していたことがわかる。ただし道綽が使う念仏三昧は称名念仏と観想念仏が混在しているので、注意が必要である。

善導における念仏三昧

次に善導(六一三―六八一)における念仏三昧について見ていきたい。まずは三昧について善導は『般舟讚』では次のように述べている。

又問曰、般舟三昧樂者、是何義也。答曰、梵語名般舟、此翻名常行道。或七日、九十日、身行無間總名。三業無間故名般舟也。又言三昧者、亦是西國語、此翻名爲定。由前三業無間、心至所感、即佛境現前。正境現時、即身心内悅。故名爲樂。亦名立定見諸佛也。應知。⁽¹⁶⁾

また問う。「般舟三昧樂」とは、これはどういう意味か。答える。梵語では「般舟」といい、中国では常行道と翻訳する。あるいは七日、九十日、身の行が無間であるのをまとめて名付けたものである。三業が無間であるから般舟という。また「三昧」というのは、これもインドの言葉であり、中国では定と翻訳する。先の三業無間によって、心が感応して、すなわち仏の世界が目の前に現れる。まさしくこの世界が現れた時に、身と心の中に喜びが生じる。だから「樂」という。また「立定見諸仏」という。理解しなさい。

善導は三昧発得の境地に至れば、仏の世界が現れるとする。また般舟三昧を立定見諸仏というとし、三昧によって仏が目の前に立ち、諸仏を見ることができると説いている。先に見てきた智顛や道綽などは、「仏を見る・仏が現れる」であり、仏だけであつたが、善導は仏と仏の世界が現れるとする点で異なっている。これに関しては『観経』に基づくものと考えられる。『観経疏』では、以下のようにある。

正受者、想心都息、縁慮竝亡、三昧相應、名爲正受。即地觀文中説言、若得三昧、見彼國地了了分明。¹⁷⁾

「正受」とは、観想するという心「のはたらき」がすべてとまり、対象と思慮がみななくなつて、三昧と相應するのを正受という。すなわち『観経』地想觀に「もし三昧を得たならば、極樂世界の大地がはっきりと見ることができると説かれる通りである。

善導は三昧と相應した境地に達したならば、極樂世界の大地を見ることができるとしている。特に善導は「思惟正受はただこれ三昧の異名なり」と¹⁸⁾している。それゆえ『観経』という經典に関しても、

今此觀經、即以觀佛三昧爲宗、亦以念佛三昧爲宗。⁽¹⁹⁾

と述べ、『觀經』が觀仏三昧と念仏三昧の内容を中心に説かれているという。この念仏三昧は、先に觀仏三昧と説かれているため、称名念仏によって体得するものと考えられる⁽²⁰⁾。

三昧発得の中で最も重要なのは、善導が三昧発得していることである。『往生礼讃』では、觀想行に入る前や睡眠する時に、「阿弥陀仏・觀音勢至・諸菩薩や彼の世界の清淨な莊嚴・光明等の相を見せてください」と発願すると説いているのであるが、そのうち善導は、「此願比來、大有現驗⁽²¹⁾（この願このごろ大いに現驗有り）」と述べ、自身が三昧発得の境地に達したことを示している。また『觀經疏』の末尾では、仏像の前において願をおこし、毎日『阿弥陀經』を三回誦し称名念仏を三万遍していた所、西方の空中に阿弥陀仏・觀音勢至・諸菩薩や極樂の一切の莊嚴などが現れる体験をしたという⁽²²⁾。そして三夜において、夢中で感得した内容が説かれ、『觀經疏』はそれによってできたと善導は述べている。このように善導が三昧発得したことを法然は重視するのである。

法然と三昧発得

最後に法然と三昧発得に関して見ていく。法然は比叡山延暦寺で修行をしていた時、智頭の説く四種三昧に触れていたことは想像に難くない。法然は立教開宗する以前に三学非器を自覚した時に、

おほよそ仏教おほしといへとも、所詮戒定恵の三字をはすきす。所謂小乗の戒定恵、大乘の戒定恵、顕教の戒定恵、密教の戒定恵也。しかるに、わかこの身は、戒行にをいて一戒をもたもたす、禪定にをいて一もこれえす。人師釈して尸羅清浄ならされは、三昧現前せずといへり。⁽²³⁾

と述べ、ここには三昧の否定を含んでいる。藤堂「二九七六」は「これは三昧そのものの否定ではなく、仏道実践者が三昧をきわめつくし得ないという、機の上における否定である」と指摘している。その後、法然は自身の立てた教義に間違いがないかを確認するために、善導の教えによって三昧発得をしたことで有名な遊蓮房円照のもとを訪ねたとされている。

さて法然には『三昧発得記』という著作がある。諸本を挙げるとおおよそ以下のような⁽²⁴⁾。

- ① 『西方指南抄』中巻本所収「建久九年正月一日記」
- ② 醍醐本「法然上人伝記」所収「御臨終日記」の後半部
- ③ 大徳寺所蔵『拾遺漢語燈録』巻上所収「三昧発得記」（大徳寺本）
- ④ 正徳版『拾遺漢語燈録』巻上所収「三昧発得記」（義山本）
- ⑤ 「二尊院縁起」所載本

他に『四十八巻伝』『私日記』『四巻伝』『琳阿本』『古徳伝』『九巻伝』にも記事の多少はあるが見ることができ²⁵。

近代において、この著作に注目したのは望月「一九二二」である。望月は『三昧発得記』に関して、醍醐本・『西方指南抄』・『九巻伝』の文字はほぼ同一であるとし、『拾遺漢語燈録』（義山本）は文字の異同が多いと指摘し

ている。そして『選択集』は法然が三昧発得の体験を通して書かれた著作であるとしている。田村「一九五二」は『選択集』などに説かれる法然の称名念仏の教義から考えると、『三昧発得記』は非法然的であるために偽撰として扱っている。それに対し中野「一九八九」は、田村説を否定し『三昧発得記』は法然の著作であるとしている。現在でも真撰偽撰の問題は残っていないことはないが、法然の著作と見て間違いはないであろう。これらの問題も結局は、法然の教義と三昧発得が矛盾するのではないか、ということから起こっていると見ることができよう。

『三昧発得記』に関して特に画期的な発見であったのは、それまで正徳版（義山本）しか見ることができなかった中で、一九九五年、曾田俊弘によって大徳寺本が発見されたことである。梶村・曾田「一九九六」はその影印・翻刻を紹介している。また中野「二〇一〇」は大徳寺本と醍醐本と『西方指南抄』の相違を対照し、浄土学「二〇一九」は、大徳寺本と正徳版を全文対照している。

次に法然の三昧発得に関して述べる。『三昧発得記』には、「正月一日より始めて、二月七日に至るまで、三十七ヶ日の間、毎日七万遍念仏不退にこれを勤む。これに依りてこれ等の相、これ現ず（梶村・曾田「一九九六」一七一―一八、七〇頁）」とあるように、七万遍と回数を示すことから、称名念仏によって、三昧発得したことがわかる。醍醐本に「又上人在生の時、口称三昧を發得す。常に浄土の依正を見て、以て自ら之を筆す。勢観房これを伝ふ」と伝えているのもこのことによるのであろう。

このように法然は三昧を發得するのであるが、その見た光景については、まずは水想観・地想観・宝樹観・宝池観・宝楼観の五観が顕現したと『三昧発得記』は記している。次に阿弥陀仏・観音菩薩・勢至菩薩が顕現したと伝えている。すなわち法然は『観経』に基づく三昧を發得しているのである。先に述べたように善導が仏と仏の世界が現れるとされていることに導かれて、法然は極楽浄土と阿弥陀仏の依正二報を見ることができたといえる。

最後に『選択集』に説かれる念仏三昧を見ていく。先に見たように、『選択集』は三昧発得という神秘体験を通して、書かれたものとされている。法然は『選択集』第十一章では、念仏三昧によって重罪を消滅することができる」とし、第十五章では、延年転寿を得ると説いている。また第十六章では、「偏依善導一師」とする理由を三昧発得の人であるからとしている。今その概略を言えば、まずは様々な祖師がいる中で、どうして善導だけによるのかとして、祖師は浄土の章疏を作っているが聖道門を中心としていて、善導だけがひたすら浄土門を中心としているからであるという。次に浄土の祖師の中には迦才や慈愍がいるけれども、善導が三昧発得の人であるからとする。そして三昧発得ならば懐感もしているが、どうして善導なのかという点、善導は師であり、懐感は弟子であるからとしている。そうすると、道綽は善導の師ではないかという疑問を挙げて、道綽は三昧発得しておらず、善導は三昧発得しているから、自身の往生の得否を知ることができるとする。ましてや道綽三罪といわれるように、善導は道綽の往生の得否まで知ることができたと記している。この道綽三罪は先の慧遠の時に示した内容と同じように、善導自身が直接、阿弥陀仏に質問している様子が描かれている。

このように法然は善導を三昧発得の人と見て、「善導和尚は行、三昧を發して、力、師位に堪えたり。解行凡に非ざること、まさにこれ曉²⁶けし」と評価している。そして善導が『観経疏』を制作する時にした宗教体験が記されている『観経疏』末尾を全文引用して、善導は阿弥陀仏の化身であると説いているのである。

おわりに

以上、略説ながら三昧の思想の流れを見てきた。「はじめに」でも述べたように、法然は三昧発得に対して不来自得の立場を取ったとされている。藤堂「二九七六」は、法然が「三昧を往生本願としないのは、本願の意図が「一切衆生をして平等に往生せしめん」という一点にあるからである」と述べているのは、法然浄土教の教義を守る上で特に重要な指摘であろう。法然が三昧発得を求めなさいと表立って『選択集』で説かないあたりに、称名念仏一行だけでよいとした法然の精神を見ることができるのである。

註

- (1) 櫻部建は三帰依の念仏と、仏を念ずる念仏とを関係させて考えるべきではないと指摘する。櫻部「一九九七」
「念仏と三昧」参照。
- (2) 『大正蔵』二五・二七六a。
- (3) 『大正蔵』一三・九〇二c。
- (4) 『浄全』一・四三、「大正蔵」一一・三四三b
- (5) 『浄全』一・四四、「大正蔵」一一・三四三b。
- (6) 『浄全』一・五四、「大正蔵」一一・三四七b。
- (7) 『大正蔵』四五・一三四b。
- (8) 中国での般舟三昧の実践は倉本「二〇二二」二二六―二三九参照。

- (9) 『摩訶止観』卷二上(『大正蔵』四六・二二a—二三a)。
- (10) 『摩訶止観』卷四上「尸羅清淨、三昧現前」(『大正蔵』四六・四一a)。
- (11) 『大正蔵』五〇・五九三c。
- (12) 『浄全』一・六七五a。
- (13) 『浄全』一・六七六a。
- (14) 『浄全』一・六七六a。
- (15) 『浄全』一・六九五b。
- (16) 『浄全』四・五三〇a。
- (17) 『浄全』二・四b。
- (18) 『浄全』二・五a。
- (19) 『浄全』二・三b。
- (20) 善導における観仏三昧や念仏三昧に関しては、柴田「二〇〇六」第八章「実践論」を参照のこと。
- (21) 『浄全』四・三七五b。
- (22) 詳しくは柴田「二〇二二」第十章『観経疏』末尾記載の奇瑞について「第十一章『観経疏』所説の宗教体験について」を参照のこと。
- (23) 『浄土宗聖典』第六卷・六〇頁。
- (24) 嵐瑞激によって報恩院本「三昧発得記」が報告されるが、現在では所蔵の確認ができないとされているため除外した。詳しくは中野「二〇一〇」。
- (25) 『法然上人伝全集』七八九b。
- (26) 『浄土宗聖典』三・八七頁。

参考文献

- 梶村昇・曾田俊弘「新出『大徳寺本 拾遺漢語灯録』について」『浄土宗学研究』第三二号、一九九六年。
- 倉本尚徳『儀礼と仏像』臨川書店、二〇二二年。
- 櫻部建「念仏と三昧」『増補 佛敎語の研究』文英堂書店、一九九七年。
- 齊藤隆信・曾和義宏・加藤弘孝・永田真隆・小川法道『安樂集』訳註(二) 第一大門『安樂集』訳註(四) 第四大門・第五大門・第六大門』佛敎大学法然仏敎教学研究センター紀要』第四号・第七号、二〇一八・二〇二一年。
- 柴田泰山『善導敎学の研究』『善導敎学の研究 第三卷』山喜房仏書林、二〇〇六・二〇二一年。
- 浄土学研究室「『大徳寺本』『正徳版』二本対照『拾遺漢語灯録』書き下し」『浄土学』第五六輯、二〇一九年。
- 田村圓澄「法然伝の諸問題」『佛敎文化研究』第一号、一九五一年。
- 藤堂恭俊「法然上人とその遺文にみられる三昧について」『日本仏敎学会年報』第四一号、一九七六年。後に藤堂恭俊『法然上人研究』第一巻思想篇、山喜房佛書林、一九八三に収録される。
- 中野正明「『三昧発得記』偽撰説を疑う」『印度学仏敎教学研究』第三八巻第一号、一九八九年。『増補改訂法然遺文の基礎的研究』法蔵館、二〇一〇年。
- 吹田隆徳「般舟三昧と仏隨念の關係について」『印度学仏敎教学研究』第六五巻第一号、二〇一六年。
- 望月信亨「浄土敎之思想」所収「法然上人の三昧発得記と建久九年に起つた出来事」金尾文淵堂、一九二二年。
- キーワード 法然、三昧発得、不求自得、念仏三昧