

『天台小止観』の研究（一）

大野 栄人

はじめに

中国天台の実践法門は、『摩訶止観』をもつて究竟の法門であるとして、円頓止観に位置づけられている。『摩訶止観』に先行して説かれた実践法門が『天台小止観』である。

『摩訶止観』の成立を考える時、『天台小止観』は實に重要な意味をもつてゐる。すなわち、智顕は、インド仏教において実修されたすべての実践法門を「禪」の一字で統摂したのであるが、突如、『天台小止観』から「止観」の二字によって、全仏法を統合したのである。

なぜ、「禪」を廃して、「止観」を依用したのであろうか。その理由を明らかにするためには、天台止観成立史の上から『天台小止観』を改めて読み直してみる必要がある。『天台小止観』には、諸研究があるので、何れも成立史の上から究明されたものではない。

『天台小止観』の「原文」をだし、「国訳」（書き下し文）をし、「注」を付し、「現代語訳」することにしたい。とく

『天台小止観』の研究（一）（大野）

『天台小止観』の研究(一)(大野)

に、止觀成立史の上から詳細な「注」をとり、詳しく述べて語訳をしていくことにしたい。

さて、『天台小止観』は、永い間、『大正新脩大藏經』第四十六卷・諸宗部三（四六二頁上段—四七五頁上段）所収の『修習止觀坐禪法要』が、それに相当すると考えられていたのである。

しかし、『天台小止観』には諸種の版本があり、関口真大博士は、それらの一々のすべてを校訂された。その結果、『大正新脩大藏經』第四十六卷所収本『修習止觀坐禪法要』を廃して、新たに、『略明開蒙初學坐禪止觀要門』（日光輪王寺藏慶長十四年鈔写本、上野寛永寺明治三十二年写本、金沢文庫藏文永十年鈔写本断簡）こそが『天台小止観』の定本であるとして出版された。それが、

一、関口真大著『天台小止観の研究』（山喜房仏書林、昭和二十九年刊）

二、関口真大訳『略明開蒙初學坐禪止觀要門』（『國訳一切經』和漢撰述部十八・諸宗部十七、大東出版社、昭和三十四年初版・昭和五十四年改訂版）

三、関口真大訳註『天台小止観——坐禪の作法——』

（岩波文庫本、岩波書店、昭和六十三年刊）であり、その他、

四、二宮守人監修『天台小止観』（柏樹社、昭和四十一年刊）があり、現代語訳されたものに、

五、関口真大訳『現代語訳天台小止観』（大東出版社、昭和五十三年刊）

があり、近年、『天台小止観』を講義されたものに、

六、松居桃樓著『死に勝つまでの三十日——小止觀物語』（柏樹社、昭和四十一年刊）

七、松居桃樓著『禪の源流をたずねて——天台小止觀講話』（柏樹社、平成五年刊）

八、鎌田茂雄著『体と心の調節法——天台小止觀物語』（大法輪閣、平成六年刊）

などがある。

本研究において、『天台小止観』の「原文」は、今日、一般に流布している関口真大訳註『天台小止観——坐禪の作法——』（岩波文庫本）を用いることにする。「國訳」（書き下し文）も付されているが、相当訂正して読んだこ

とをお断りしておきたい。

〔原 文

略明開闢初學坐禪止觀要門

天台山顕禪師說
齊國沙門淨弁私記

「天台小止觀」を講読・研究している。大学院生の一人ひとりが真摯に研究に取り組み、優れた研究成果をあげている。その成果を論文という形に残し、学会に問うことに真の研究の意義があると考えて いる。

「演習」の授業は、輪読形式でやり、当番の大学院生が

序

下調べをし、資料を作成して発表してもらっている。それを、毎週、伊藤光壽氏が、文章化され、さらに詳細な注を加えられ、ワープロに打つて下さっている。それに私が手を加え、さらに伊藤氏がワープロで訂正して頂いて、完全な原稿を作成してもらっている。

「演習」の授業の出席者は、宗教学仏教学専攻の伊藤光壽、今井勝子、松尾文詞、佐藤宗弘、花井充行、鄭夙叟の各氏である。

本研究にもし用いるところがあれば、それは伊藤光壽氏

ならびに大学院生諸氏の功績である。もし非があれば、その一切の責任は私にあることをお断りしておきたい。

諸惡莫作 諸善奉行 自淨其意 是諸仏教
夫泥洹真法 入乃多途 論其急要 不出止觀二法 所以然者 止乃伏結之初門 觀亦斷惑之正要 止則愛養心識之善資 觀則策發神解之妙術 止是禪定之勝因 觀是智慧之由籍 若人成就 定慧二法 斯乃自利利他法皆具足 故法華經云、
仏自住大乘 如其所得法 定慧力莊嚴 以此度衆生

當知此之二法 如車之二輪 鳥之二翼 若偏修習 即墮邪倒 故經云 偏修禪定福德 不學智慧 名之曰愚 偏學智慧 不修禪定福德 名之曰狂 愚狂之過 雖小不同 邪

『天台小止觀』の研究(一)(大野)

見輪転、蓋無差別。若不均等、此則行乖円備。何能疾登極

果。故經云、声聞之人、定力多故、不見仏性、十住菩薩、智慧力多、雖見仏性、而不明了、諸仏如來、定慧力等、是故了了、見於仏性。此而推之、止觀豈非、泥洹大果之要門、行人修因之勝路、衆德圓滿之旨帰、無上極果之正體也。

若如是知者、止觀法門、實非淺故、欲接引始學之流輩、開矇冥而進道。說易行難。豈可廣論深妙。今略明十意、以示初心行人、登正道之階梯、入泥洹之等級。

尋者、當愧為行之難成。母鄙斯文之淺近也。若心稱言旨、於一旬間、則智斷難量、神解莫測。若虛構文言、情乖所說、空延歲月、取証無由。事等貧人數他財寶。於己何益者哉。

具緣第一 呵欲第二 棄蓋第三 調和第四
方便行第五 正修行第六 善根發第七 覚知魔
事第八 治病患第九 証果第十

今略舉此十意、以明修正觀者、此是初心學坐禪之急要。若能善取其意而行之、可以安心免難、發定生解、証於無漏之聖果也。

〔國訳（書き下し文）〕

略して矇^{くも}きを開き初めて坐禪止觀を學ぶ要門を明かす

天台山の（智）顕禪師が説き
齊國の沙門淨弁⁽¹⁾が私に記す。

序

「諸の惡を作すことなけれ　諸の善を奉行せよ
自らその意を淨くす　これ諸仏の教えなり。」⁽²⁾

それ泥洹の真法は、入るにすなわち多途あれども、その急要を論ぜば、止觀の二法を出です。然る所以は止はすなわち結を伏するの初門、觀はまた惑を断^{なす}⁽⁴⁾するの正要なり。止はすなわち心識の愛養を善く資^け、觀はすなわち神解を策發するの妙術なり。止はこれ禪定の勝因、觀はこれ智慧の由籍なり。⁽⁵⁾もし人、定慧の二法を成就すれば、これすなわち自利・利他の法みな具足せり。故に『法華經』に云く⁽⁶⁾、

「仏は自ら大乗に住し⁽⁷⁾　その所得の法のごとき⁽⁸⁾

定慧の力もて莊嚴せり⁽⁹⁾ これをもつて衆生を度せらすや。

り。」

と。まさに知るべし。この二法は、車の一輪、鳥の二翼のごとし。もし偏えに修習すれば、すなわち邪倒⁽¹⁰⁾に墮す。故に『經』に云く、

「偏えに禪定・福德⁽¹²⁾を修して智慧を学ばざればこれを名づけて愚といい 偏えに智慧を学んで禅定・福德を修せざれば これを名づけて狂という。」

と。愚と狂の過⁽¹³⁾、小しく不同ありといえども、邪見なること輪転すること、けだし差別なし。もし均等ならざれば、これすなわち行は円備に乖く。なんぞよく疾かに極果⁽¹³⁾に登らんや。故に『經』に云く、

もしかくのごとく知れば、止觀の法門は實に浅きにあらざるが故に、始學の流輩を接引し、曇冥を開いて道に進ましめんと欲す。説くことは易く、行することは難し。あに広く深妙を論ずべけんや。いま略して十意を明かし、もつて初心の行人が正道に登るの階梯⁽²¹⁾、泥洹に入るの等級を示さん。尋ねる者は、まさに行をなすことの成じ難ぎを愧ずべし。この文の淺近なるを鄙しむことなかれ。もし心が言旨に称わば、一胸⁽²⁵⁾の間においてすなわち智斷量りがたく神解測ることなけれ。もし虚しく文言に構かれ、情が所説に乖かば、空しく歲月を延いて証を取るに由なし。事は貧人が他の財宝を数うるに等し。己においてなんの益かあらん。

「声聞の人は 定力多きが故に 仮性⁽¹⁵⁾を見ず
十住の菩薩⁽¹⁶⁾は 智慧力多く 仮性を見るといえども しかも明了ならず 諸仏如來は 定慧の力等し この故に了了に 仮性を見る。」

と。これよりこれを推すに、止觀はあに泥洹大果の要門、行人修因の勝路、衆德圓滿の旨帰、無上極果の正体にあ

『天台小止観』の研究(一) (大野)

善根を發こせ 第七

魔事を覺知せよ 第八

病患を治せ 第九

証果 第十

いま略してこの十意⁽³¹⁾を挙げて、もつて止観を修するこ
とを明かすは、これはこれ初心(者)が坐禪を学ぶの急要⁽³²⁾
なり。もしよく善くその意を取つてこれを行ぜば、もつ
て心を安んじ、難を免れ⁽³³⁾、定を發こし、解を生じて、無
漏の聖果⁽³⁷⁾を証せん。

智顕の諸著述の中で、最初に「止観」の語が用いられる
のは、『方等三昧行法』第三禁法の善相現前においてである。
止と觀を二分するも同類であるとして、「止観調適は互い
に方便となす。或いは觀を修せんと欲せば、先ず止をもつ
て方便となし、外の塵の心を息め、方便もて觀を修するが
如し。これすなわち止を觀の方便となす。止を修せんと欲
せば、先ず觀をもつて惛闌の心を破し、心性明白に了達し、
方便をもつて心は心性に安んずるが如し。これすなわち觀
を止の方便となす。」(『大正蔵』四六・九四七b)と説かれ、
止と觀はともに方便であるとして、正觀としての位置づけ
はなされていない。具体的な止観法も明らかにされていな
いが、「止観」に着目した最初の著述として注目される。

- (1) 齋国の沙門淨弁(関口真大著)『天台小止観の研究』に
よれば、天台山仏龐峰の懺堂において自ら身を焼いて普賢
菩薩に供養したといわれる智顕の高弟である(六三一七四
頁)という。
- (2) 「諸の惡を作すことなれ 諸の善を奉行せよ 自ら
その意を淨くす これ諸仏の教えなり」(『増一阿含經』卷
第一(『大正蔵』二・五五一a)、『出曜經』卷第二十五(『大
正蔵』四・七四一b)、『大般涅槃經』卷第十四(『大正蔵』
一二・六九三c)、『大智度論』卷第十六(『大正蔵』二五・
一九二b)などに出る。「七仏通戒偈」といわれ、過去七

つぎに、『次第禪門』であるが、『次第禪門』は、基本的
に「禪」(禪波羅蜜)を体系化し、実践法を明らかにする
ものである。しかし、『次第禪門』においても、「止観」に
ついて説かれている。まず、卷第三之上の分別禪波羅蜜前
方便第六之一の第二明修禪波羅蜜内方便の第一に止門のみ
が設けられ、「止」の実践法、すなわち(一)繫縁止・(二)制心止・

(三) 体真正止の三止（『大正藏』四六・四九二-a-b）などについて説かれていく。

卷第三之下の分別禪波羅蜜前方便第六之三の第三驗知虚実には、止門と觀門にそれぞれ四修があると説かれる。すなわち、止門の四修として、(一)事止は繫縁・制心などの止で、事修であり、(二)理止は体真正止で、理修であり、(三)事理止は俗諦の体真正止を縁し、事理を修することであり、(四)非事非理止は息二辺分別止で、非事非理を修することである。観門の四修として、(一)事觀は安般・不淨觀などの事修であり、(二)理觀は空・無相などの三三昧などの觀であり、理修をいい、(三)事理觀は真俗二諦を双觀することで、事理を修することであり、(四)非事非理觀は中道正觀であり、非事非理を修することである（『大正藏』四六・四九八c）という。止門も觀門とともに事と理に配当し、あくまでも禪波羅蜜を体系化していくため、四句分別を用いて止と觀を捉えている。

卷第七の釈禪波羅蜜修証第七之三には、亦有漏亦無漏禪の第一に六妙門が説かれている。六妙門は(一)数、(二)隨、(三)止、(四)觀、(五)還、(六)淨の六種をいう。(三)の止と(四)の觀が止觀に相当する。まず、止を分別して、(1)止を修し、(2)止と相応すとし、また、觀を分別して、(1)觀を修し、(2)觀と相應すとして具体的に説示されている（『大正藏』四六・五四九c）。ただし、説示内容は、『六妙法門』第一の次第相

生六妙門（『大正藏』四六・五四九c-五五〇b）とほとんど同文である。『次第禪門』の所説を、『六妙法門』にそのまま依用したことが知られる。

つぎに、『法界次第初門』卷上之下にも六妙門が説かれている。(三)止、(四)觀が止と觀に相当する。まず、止とは心の働きを息めて靜慮することであるという。つづいて、「凝心寂慮にして、心に波動なし。すなわち諸の禪定自然に開発す。故に止をもつて門となす。」（『大正藏』四六・六七三b）とある。觀とは分別推析の心であるとし、無漏の方便を開発する（『大正藏』四六・六七三b）ことであるという。

さらに、『六妙法門』にも六妙門が説かれている。止は心の働きを止めるので五輪禪を發こし、「三界の結使を断じ、永く尽くして余なく、尽智・無生智を証して涅槃に入る。」（『大正藏』四六・五四九c）と説かれる。觀は九想・八念・十想・八背捨・八勝處・十一切處・九次第定・師子奮迅三昧・超越三昧・練禪・十四變化・三明・六通・八解脱のことをいい、滅受想定を得て涅槃に入る（『大正藏』四六・五四九c）ことであるという。

『天台小止觀』以前において「止觀」について説かれた著述は以上である。止觀は方便と位置づけられ、禪を修するに当たって、補助的な役割しかになっていないのである。智顕は、この『天台小止觀』において、はじめて、それ

『天台小止観』の研究(一)（大野）

以前の「禪」を捨て去り、「止観」によつて全仏法の修行法を総括し、体系化したのである。その意味において、この『天台小止観』は、天台止観成立史上、実に重要な意義をもつてゐるのである。

(4) 止はすなわち心識の愛養を善く資け॥『大品般若經』では「心不可得」として、心もまた「空」（無実体）であると説かれるように、心（識）は本来否定されるべきものである。智顕は、この心（識）を徹底して把捉し、一心・一念の究明こそ、われわれに課せられた命題であるとする。なぜならば一心・一念中に全人格を顯現させてゐるからである。一心・一念を究明することは、己身の全人格を把捉することに他ならないという。「止」をこのように位置づけたことに實に重要な意味がある。

(5) 観はこれ智慧の由籍なり॥人の生き方は、惑（見惑・思惑）と結使が作り出す自我と、本有の智慧とが作るバランスの上に成り立つ。自我に繫縛され自我に比重がかかるのが、一般の人の有り様である。人に本来具わつてゐる智慧を引き出し、智慧にウエイトを移すのが求道の有り様である。バランスを自我から智慧に移すルートを作る方法、それが「觀」である。自我から智慧への道筋作り、自我から智慧への転換が「由籍」の意である。

(6) 『法華經』に云く॥『法華經』方便品（『大正藏』九・八a）

(7) 仏は自ら大乗に住し॥仏陀は生存中直接に、大乗の教えは説いていない。仏陀が直接には語つていなかが、仏陀の内面にあるいわゆる「自内証」こそが大乗の教えである、とするのが大乗の立場である。だから、仏陀の教えの最終

目的は、大乗仏教の立場にあるとする。「所在する」「根拠にする」「生きる基盤にする」などが「住す」の意である。

(8) その所得の法のごとき॥「所得の法」は、具体的な実践方法と悟った内容をいう。三学のうち慧学に片寄つていた従来の仏教に、智顕は禪定を取り入れて、禪定と智慧という定慧を兼ね具えた本来の仏教の在り方を高揚する。

(9) 定慧の力もて莊嚴せり॥「莊嚴」はたとえば、『大品般若經』卷第五莊嚴品では、「本来、人間は菩薩や仏そのものによつて身を包まれた存在である。」（『大正藏』八・二四七一二四九c）といふ。つまり人は本来、菩薩や仏としての存在であり、菩薩や仏そのものであることをいう。人は自我をもち煩惱に翻弄された存在であるが、人は本有としては無我であり涅槃にある存在である。この本有が「莊嚴」である。

(10) 邪倒॥思考の出発点が間違つてゐるので、自我・邪見・顛倒に落ち込むの意である。

(11) 故に『經』に云く॥典拠不明。

(12) 福德॥禪定の上に自利・利他を実践すれば自然に具わるもの。五十二位の十廻向に相当する。五十二位は、求道

者（菩薩）の修行の段階を五十二に分けたものである。順に、十信位・十住位・十行位・十廻向位・十地位・等覺位・妙覺位をいう。『菩薩瓔珞本業經』所説の四十二位に、智顕が十信位を加えて五十二位とした。

(13) 極果॥五十二位の妙覺位に相当する。

(14) 故に『経』に云く॥『大般涅槃經』卷第二十五・師子吼菩薩品（大正藏一二・七六七b）の取意。

(15) 仏性॥大乗佛教で説かれる思想であり、仏の性質、仏としての本性、仏になることができる可能性をいう。智顕は、人間の先天的な能力、すなわち機根を重視し、努力次第で人間はどうにでもなる存在であるとする。人間は本来、仏としての秘められた素晴らしい能力という「正因」と、理を照らし顯わす智慧である「了因」と、智慧を起こす縁となる一切の善行である「縁因」の三因仏性を本来、性として具えていて仏性が開発されると説いている。人間の先天的な能力が開発されるのはその人の生き方による。だから生き方次第で先天的な能力が開発されないことにもなる。人間はなぜ仏になることができるのか。それは人間は本来、仏の存在であるから仏になることができる。人の心の本来の姿は、自性清淨心であり、それが如來藏であり、仏性であるとする。

(16) 菩薩॥大乗佛教では、在家・出家を通じて發心して仏道を行ずる者をいう。上に向かつては菩提を求め、下に向

かつては衆生を教化しようとする人の意である。

(17) 如來॥仏の十号の一つ。さとりの完成に到達した仏。如來 tathāgata は、tathā（かくのう） + gata（行ける）という「如去」の意であるが、漢訳者は、tathā + āgata（来たれる）と解して「如來」と訳した。真如実相の中より来たので如來という。

(18) 止觀॥止觀の四つの特徴として、「泥洹大果之要門」は解脱、すなわちカルマからの解放という、素晴らしい報いを得るための肝要となる道の意。泥洹は、解脱の意。「行人修行之勝路」は仏の道を求めて修行をする人が、踏み行わなければならぬ勝れた道の意。「衆德圓滿之指帰」はもうもろの徳が、そつくり具わる到達点。指帰は、旨帰とも表記し、到達点・執着点の意。「無上極果之正體」は理想とする究極の解脱の意。正体は目的達成に直結する行為の意である。

(19) 接引॥師が修行僧を導くの意である。

(20) 瞬冥॥煩惱に塗れて迷妄の暗闇に生きる、道理に暗い凡夫の姿を表わす語である。

(21) 初心の行人が正道に登るの階梯॥天台の説く五十二位をいう。

(22) 尋ねる者॥止觀の法門を尋ね、実践しようとする人の意である。

(23) 浅近॥浅薄卑近の略である。

『天台小止観』の研究(一)(大野)

- (24) 称わば＝相應する、一致するの意である。
- (25) 一眞の間＝瞬く間の意。眞は瞬と眩の二義ある。瞬の意に取る。
- (26) 智断＝智（徳）と断（徳）。智慧とそれによつて煩惱を断することの二面を表わす。
- (27) 神解＝靈妙不可思議な心作用の意である。
- (28) 由なし＝手段・手立て・拠り所がないの意である。
- (29) 事は貧人が他の財宝を数うるに等し。己において何の益があらん＝このことは、貧しい人が、他人の財宝の数を数えて、それを羨むようなものであつて、自分自身には、何も利益にならないの意で、現実のわれわれが自我に基づく生き方に譬える。
- 『法華經』方便品には、諸仏世尊は、衆生を仏の知見に「開示悟入」させるために、世に出現したと説かれている。「開」は無明に迷う心を破し、自ら真実を開顯し、「示」は現象という事實に即して実相をみ、「悟」は現象とわれわれは一体のものであるということを悟り、「入」は自由自在に諸法実相の真実の智慧の海に流入するといふのである。心の貧しい無知な人が目先の現象に惑ひされて、他人の財宝を調べ上げて羨んでいるのは、人生に何の益もないことである。そうではなくて、いつも誰にも開かれ、示されつながりになつてゐる眞実の教えを求めるところに、人生を生きる意義がある。

〔現代語訳〕

略して^{くら}曉きを開き初めて坐禪を学ぶ要門を明かす
——迷界から悟界に到ることを願う人が、

- (30) 蓋＝蓋は、鍋の中に自我を閉じ込める蓋（ふた）をいう。人はがんじがらめの欲望に捉われ、自我を固定化していく。心を覆い障害となる煩惱を蓋という。
- (31) 十意＝具縁から證果までの十種類に分別された項目をいう。

- (32) 急要＝搖るがせにできない實に重要なことをいう。
- (33) 難を免れ＝苦難を免れるの意である。
- (34) 定＝禪定、坐禪をすることをいう。天台がいう止観は、眼・耳・鼻・舌・身・意の五根の対象となる対境（観境）を対治するための実踐修行をいう。
- (35) 解を生じて＝解脱を生ずるの意である。
- (36) 無漏＝眼・耳・鼻・舌・身・意の五根から流れ出、漏れる煩惱を有漏といふに對する語。眼・耳・鼻・舌・身・意の五根から流れ出、漏れる不淨なものはない、けがれのないことう。要是煩惱のなくなつた境地をいう。
- (37) 聖果＝求道者（菩薩）の修行の段階を五十二に分けた五十二位をいう。五十二位は順に十信・十住・十行・十回向・十地・等覺・妙覺の各位である。

最初に坐禪止觀を学ぶための要略書——

「觀」は人が本来もつてゐる智慧を掘り出すための最上の方法だからである。

天台山の智顗が説き
齊国の沙門淨弁が記録した。

「様々の惡事をしてはいけません。
種々の善いことを実行しなさい。

そうすれば、善行によつて、自然にその人の心は澄んでくる。

これが歴代の仏たちが説いてきた教えである。」

燃え盛る煩惱の火を吹き消して、眞実のさとりを求める修行方法には、いろいろな道がある。端的にいえば、「止」と「觀」の二つの修行方法におさまってしまう。

その理由は、「止」は人の身心を束縛し、手かせ足かせとなる煩惱を抑える第一歩であり、「觀」はこの煩惱そのものを断ち切る正しい道を示すものだからである。

「止」は人の心を慈しみ育てるよい助けとなるものであり、

「觀」は人ら自利と他利を共に実践する大乗の教えそのものに生きておられる。

仏が得られた教えは、

禅定と智慧の力を車の両輪のように莊嚴そなへておられる。仏はこの禅定と智慧の力をもつて、生きとし生ける一切の衆生を救済される。」

と説かれている。このように、禅定と智慧という一つの修行方法は、車の両輪のようであり、鳥の両翼のようなもの

『天台小止觀』の研究(一)(大野)

序文

『天台小止観』の研究(一)(大野)

であるということを覺知しておかなければならない。もし、どちらかに片寄つて修行すれば、道理に背き、間違つた道に墮ちることになる。

だから、『經』に、

「一方的に禪定や福德だけを実践して、智慧を学ばなければ、その人は愚人である。

一方的に智慧だけを学んで、禪定や福德を実修しなければ、その人は狂人である。」

と説かれている。愚人と狂人の過ちは、共通しない点もあるが、両者は共に間違つた考えをもち、苦惱して迷いの世界を漂い巡るのが共通した誤りであり、大きな違いはない。

だから『大般涅槃經』には、

「仏の教えである四締の理を聞いてめざめる声聞と呼ばれる人達は、禪定の力ばかりが強く、仏性すなわち自分が仏であることを自覚できない。」

十住という位にある菩薩は、智慧の力が強く自分が仏であることは自覺できるが、実践が伴っていないから自分が仏であることを明確に悟れない。

仏や如来はすべて禪定と智慧の力を等しく具えている。だから自分が仏であることを明らかに自覺できる。」

と説かれている。

禪定と智慧の二つを兼ね具えることによつて、止觀はまさに煩惱を断じて眞実を得る道となり、仏道を求める者が修行するための勝れた正しい道となり、もろもろの功德をすべて具える到達点となり、理想とする究極の解脱そのものとなるのである。

もしこのようなことが解かれば、止觀という実践の教えは、四つの功德が自然に具わるものであるから、決して浅いものではない。だから、初めて仏道を志す人達を止觀に近づけ、迷妄の暗闇に生きる人達の目を開かせて、正しい仏道に進ませようとするのである。

止觀の法門は、口で説くことは容易であるが、実修することは難しいものである。止觀の奥深い微妙な意味を論ずることに目的があるのでない。だからここでは、十章に

分けて、初めて仏の教えに生きようとする修行者が、正しい修行の道を登るための五十一の段階と、解脱に入るための位くらの要点だけを示しておくことにする。

止觀の法門を尋ね実修しようとする人は、修行の目的を達成することができなければ、自らを恥じなければならぬ。決して、この教えが浅薄で卑近なものだからと、軽んじるようなことがあつてはならない。もしその心が教えの趣旨にぴったり合えば、一瞬の間に量り知れない智慧の力と煩惱を断つ力が働いて、無限の智慧に根ざした不可思議な心が開発されてくるであろう。もし文字や言葉に引っ張られて、自己の心情がここに説かることに背いていれば、虚しく年月を重ねるだけで、悟りを自己の中に実現する拠り所を失ってしまう。そのことは、貧しい人が他人の財宝を数えて羨むようなものである。自分自身にとって、何の利益もないのである。

第一の具縁は、修行に入るための五つの条件を調べることである。

第二の呵欲は、徹底的に五欲を否定し、離れることである。

第三の棄蓋は、心に覆い蓋かぶさる五種の煩惱を捨てることである。

第四の調和は、心のバランスをとるために、五法を調整することである。

第五の方便行は、巧みな五種の工夫で、自分で自分をコントロールすることである。

第六の正修行は、正しい修行をするための方法を明らかにすることである。

第七の善根發は、修行した結果、善なる心が発こつてくる有相を明らかにすることである。

第八の覺知魔事は、修行がすすめば、坐禪中に魔の束縛を受け、魔相を明らかにすることである。

第九の治病患は、修行の中で病気を治す方法を明らかにすることである。

第十の証果は、修行によつて得られる正しいさとりの相を明らかにすることである。

いまこの十種類の項目を選んで、止觀実修の在り方を明らかにするのは、仏道に初めて入る人にとって、坐禪を学ぶ上で揺るがせにできない要かなめとなるものになるからであ

『天台小止觀』の研究(一)(大野)

る。もしこの十種類の項目が意味するところを、自分で汲み取つて止觀を実修し、生活の中に生かすことができれば、対象に乱されることのない心の安定を得、苦難を免れることができる。

対象にこだわつて揺れる心を止め凝らし、解脱を生じ、煩惱を断じ尽くして五十二位の妙覚に入つていくことができる。

止觀という正しい修行法を実修すれば、このような功徳が自然に身心に具わつてくるものである。

一者若人未作仏弟子時、不造五逆。後遇良師、教受三帰五戒、為仏弟子、若得出家、受沙弥十戒。次受具足戒、作大比丘、及比丘尼、從受戒來、清淨護持、無所毀犯、是名上品持戒人也。當知。是人修行止觀、必証仏法。猶如淨衣、易受染色。

二者若人得受戒已、雖不犯重、於諸輕戒、多有毀損。為修定故、即能如法懺悔、亦名持戒清淨。能生定慧、如衣雖有垢膩、若能洗淨、染亦可著。

三者若人受得戒已、不能堅心護持、輕重諸戒、多所毀犯。若依小乘教門、則無懺悔四重之法。若依大乘教門、猶可滅除。故經云、仏法之中、有二種健兒、一者性自不作諸惡、

二者作已能悔。夫欲懺悔、必須具足十法。何等為十。一者明信因果。二者生重怖畏。三者深起慚愧。四者求滅罪方法。

所謂大乘經中、明諸行法、應當如法修行。五者發露先罪。

六者斷相續心。七者起護法心。八者發大誓願、度脫衆生。九者常念十方仏。十者觀罪性無生。若能成就、如此十法、善知識。

云何名緣。所謂行者、欲修止觀、必須具足五緣。五緣者、一持戒清淨、二衣食具足、三閑居靜處、四息諸緣務、五得生諸禪定、及滅苦智慧、是故比丘、應持淨戒。云何名持戒清淨相。有三種行人、持戒不同。

〔原 文〕

修止觀法門 具緣 第一

第一夫欲修止觀、必須持戒清淨。如經中說、依因此戒、得生諸禪定、及滅苦智慧、是故比丘、應持淨戒。云何名持戒清淨相。有三種行人、持戒不同。

云何知重罪滅相。若行者、如是至心懺悔時、自覺身心輕利、得好瑞夢、或復覩諸靈瑞異相、或覺善心開發、或自於坐中、覺身如雲影、因是漸漸証得、諸禪境界。或復鬱然、解悟人生、善識法相、隨所聞經、即知義趣、因是法喜心生、心無憂悔。如是等種種因緣、當知。即是破戒障道罪滅之相。從是已後、堅持禁戒、亦名尸羅清淨。可修禪定。猶如破壞垢膩之衣、若能補治洗淨、猶可染著。復次、若人犯重禁已、恐障禪定、雖不別依經、修諸行法、但生重慚愧、於三寶前、發露先罪、斷相續心、端身常坐、觀罪性空、念十方佛。若出禪時、即便至心、燒香礼拜、懺悔誦戒、及誦大乘經典。

障道重罪、自當漸漸消滅。因此尸羅清淨、禪定開發。故妙勝定經云、若人犯重罪已、心生怖畏、欲求除滅、若除禪定、余無能滅。是人應當、在空閑處、撫心常坐、及誦大乘經。一切重罪、悉皆消滅、諸禪定三昧、自然現前。

第二衣食具足者、今明衣法、有三種。一者如雪山大士、隨得一衣、蔽形即足。以不遊人間、堪忍力成故。二者如迦葉等、常受頭陀法、但畜糞掃三衣、不須余長。三者若多寒國土、及忍力未成之者、如來亦許、三衣外畜、百一等物。而要須說淨。知量知足。若過貪求積聚、則心亂妨道。

次食法、有四種。一者若上人大士、深山絕世、藥菓蔬菜、隨得資身。二者常行頭陀、受乞食法。是乞食法、能破四種邪命。依正命自活、能生聖道、故名聖種。邪命自活者、一下口食、二仰口食、三四維口食、四方口食。邪命之相、如舍利弗、為淨目女說。三者阿蘭若處、壇越送食。四者於僧中結淨食。有此等食、名食緣具足。是名衣食具足。何以故。無此等緣、則心不安、於道有妨。

第三閑居靜處者、不作衆事、名之為閑、無憒鬧。故、名之為靜。此有三處、可修禪定。一者深山絕人之處。二者頭陀蘭若之處。離於聚落、極近三里、此則放牧聲絕、無諸憒鬧。三者遠白衣舍處、清淨伽藍之中。皆名閑居靜處。

第四息諸緣務、中有四意。一息生活緣務。不作有為事業。二息人間緣務。不追尋俗人、朋友親識、斷絕人事往還。三息工巧技術緣務。不作世間、工匠技術、医方禁呪、卜相書數、算計等事。四息學問緣務。讀誦聽學等、悉皆棄捨。此為息諸緣務。所以者何、若多緣務、則行道事廢、心亂雜擾。第五近善知識、善知識有三種。一者外護善知識。經營供養、善能將護行人、不相惱亂。二者同行善知識。共修一道、互相勸發、不相擾亂。三者教授知識。以內外方便、禪定法門、

『天台小止観』の研究(一)(大野)

示教利喜。是則略明、五縁具足。

〔国訳（書き下し文）〕

止觀法門を修す

縁を^{そな}えよ第一

いかんが縁と名づくるや。いわゆる行者は止觀を修せ
んと欲せば、必ずすべからく五縁を具足すべし。五縁と
は、一に持戒清浄、二に衣食具足、三に閑居静處、四に
息諸縁務、五に得（近）善知識なり。

第一にそれ止觀を修せんと欲せば、必ずすべからく「持
戒清浄」なるべし。『經』の中に説くがごとし。

「この戒に依因すれば 諸の禪定 および滅苦
の智慧を生ずることを得

この故に比丘 まさに淨戒を持すべし。」

この故に比丘 まさに淨戒を持すべし。
と。いかなるをか持戒清浄の相と名づくるや。三種の行
人ありて、持戒（の相）同じからず。

一にはもし人、いまだ仏弟子とならざる時に五逆を造

「仏法のなかに二種の健児あり

らず。後に良師に遇つて、三帰五戒⁽⁴⁾を教受して仏弟子となり、もしくは出家して沙弥の十戒⁽⁵⁾を受くることを得。つぎに具足戒⁽⁶⁾を受けて大比丘および比丘尼となり、戒を受けてよりこのかた清浄に護持して毀犯する所なきは、これを上品の持戒の人と名づく。まさに知るべし。この人は止觀を修行すれば必ず仏法を証せん。なお淨衣が染色を受けやすきがごとし。

二にはもし人、戒を受くることを得おわつて、重（戒）⁽⁷⁾を犯さずといえども、諸の輕戒⁽⁹⁾において多く毀損あらん。定を修せんがための故に、すなわちよく如法に懺悔するを、また持戒清浄と名づく。よく定慧を生ずること、衣の垢膩⁽¹⁰⁾ありといえども、もしよく洗い淨むれば染めるもまた著くべきがごとし。

三にはもし人、戒を受得しおわるも、堅心に護持することあたわず、輕重の諸戒、毀犯するところ多からん。

もし小乗の教門によれば、すなわち四重（罪）を懺悔するの法なし。もし大乗の教門によれば、なお滅除すべし。

故に『經』に云く、

一には性おのずから諸悪を作^な_さす
二には作しおわりてよく悔ゆ。」

と。

それ懺悔せんと欲せば、必ずすべからく十法を具足すべし。なんらをか十となす。一には明らかに因果⁽¹⁴⁾を信ぜよ。二には重怖畏を生ぜよ。三には深く慚愧⁽¹⁵⁾を起こせ。四には滅罪の方法を求めよ。いわゆる大乗經のなかに諸の行法を明かせり、まさに法の如く修行すべし。五には先罪を発露せよ。六には相続の心を断ぜよ。七には護法の心を起こせ。八には大誓願を発こして衆生を度脱⁽¹⁸⁾せよ。九には常に十方の仏を念ぜよ。十には罪性の無生⁽²⁰⁾を観ぜよ。もしよくかくのごときの十法を成就せんには、道場を莊嚴し、洗浴し清浄にして淨潔の衣を著し、燒香散華して三宝の前に投じ、如法に修行すること一・二・三七年より、七七日に至り⁽²²⁾、一月より三月に至り、ないし年歳を経て、專心に懺悔し、犯せるところの重罪が減するの相を取つてまさに止むべし。

またつぎに、もし人、重禁を犯しあわつて、禪定を障えんことを恐るれば、別して『經』によつて諸の行法を修せずといえども、ただ重き慚愧⁽²³⁾を生じ、三宝の前において先罪を発露し、相続の心を断じ、端身常坐して罪性の空なることを観じ、十方の仏を念ずべし。もしくは禪戒を誦し、および大乗經典を誦せ。障道の重罪自からま

とを覚え、好き瑞夢を得、あるいはまた諸の靈瑞、異相を観、あるいは善心が開発することを覚え、あるいは自から坐中において身が雲影のごとくなるを覚え、これによつて漸漸に諸の禪の境界を証得せん。あるいはまた鬱然として解悟の心が生じ、善く法相を識り、聞くところの經にしたがつてすなわち義趣を知り、これによつて法喜の心生じ、心に憂悔なからん。かくのごとき等の種種の因縁もて、まさに知るべし。すなわちこれ破戒障道の罪が滅せるの相なり。これより已後、堅く禁戒を持つを、また尸羅清淨⁽²⁵⁾と名づく。禪定を修すべし。なお破壊せる垢膩の衣⁽²⁶⁾のごときも、もしよく補治して洗い淨むれば、なお染著すべきがごとし。

またつぎに、もし人、重禁を犯しあわつて、禪定を障えんことを恐るれば、別して『經』によつて諸の行法を修せずといえども、ただ重き慚愧⁽²³⁾を生じ、三宝の前において先罪を発露し、相続の心を断じ、端身常坐して罪性の空なることを観じ、十方の仏を念ずべし。もしくは禪戒を誦し、および大乗經典を誦せ。障道の重罪自からま

『天台小止観』の研究(一)(大野)

さに漸漸に消滅すべし。これによつて尸羅清浄にして禅定を開発せん。故に『妙勝定經』に云く、

「もし人重罪⁽³²⁾を犯しおわつて 心に怖畏を生じ 除滅を求めんと欲せんに もし禪定を除けば 余にはよく滅することなし。」

と。この人、まさに空閑⁽³³⁾の処にあつて、心を攝して常坐し、および大乗經を誦すべし。一切の重罪、ことごとくみな消滅し、諸の禪定三昧、自然に現前せん。

第二に「衣食具足」⁽³⁴⁾とは、いま衣の法を明かすに三種あり。一には雪山の大士⁽³⁵⁾のごとく、一衣を得るに随つて、形を蔽^(おお)えすればなむち足る。人間に遊ばず、堪忍の力成ずるをもつての故なり。二には迦葉⁽³⁶⁾などのごとく、常に頭陀の法を受け、ただ糞掃⁽³⁷⁾の三衣を畜えて余長^(よじょう)を須いづ。三にはもし多寒の国土、および忍力いまだ成せざるの者には、如来はまた三衣のほかに百一等の物を畜うことを許す。しこうしてかならずすべからく説淨⁽³⁹⁾すべし。量を知り足るを知れ。もし過ぎて貪求し積聚すれば、すなわち心は乱れ道を妨げん。

つぎに食の法に四種あり。一にはもし上人の大士は、

深山に世を絶し、薬菓蔬菜を得るに随つて身を資く。二には常に頭陀を行じ、乞食の法を受く。この乞食の法は、よく四種の邪命⁽³⁸⁾を破す。正命によつて自活すれば、よく聖道を生ずるが故に、聖種と名づく。邪命の自活とは、一に下口食、二に仰口食、三に四維口食、四に方口食なり。邪命の相は、舍利弗が淨目女のために説けるがごとし。三には阿蘭若処に檀越が送れる食なり。四には僧(伽)の 中において結淨せる食なり。これ等の食あるを、食の縁を具足すと名づく。

これを衣食具足すと名づく。なにをもつての故に。これららの縁なれば、すなむち心安からず、道において妨げあらん。

第三に「閑居靜処」⁽⁴³⁾とは、衆事をなさざるをこれを名づけて閑となし、憤鬱⁽⁴⁵⁾なきが故にこれを名づけて静となす。

これに三処あつて禪定を修すべし。一には深山にして、人を絶するの処なり。二には頭陀蘭若⁽⁴⁶⁾の処なり。聚落を離ること極めて近きも三里⁽⁴⁷⁾、ここは、すなむち放牧の声絶え、諸の憤鬱なし。三には白衣⁽⁴⁸⁾の舍処に遠き清浄の

伽藍⁽⁴⁹⁾の中なり。みな静処に閑居すと名づく。

第四に「息諸縁務」⁽⁵⁰⁾のなかに四意あり。一には生活の縁務を息む。有為の事業⁽⁵¹⁾をなさざるなり。二には人間の縁務を息む。俗人・朋友・親識を追尋せず。人事の往還を断絶するなり。三には工巧技術の縁務を息む。世間の工匠・技術・医方・禁呪⁽⁵²⁾・ト相⁽⁵³⁾・書数・算計などの事を作さざるなり。四には学問の縁務を息む。読誦・聽学などことごとくみな棄捨するなり。これを諸の縁務を息むとなす。所以はいかん。もし縁務多ければ、すなわち行道の事廃し、心乱れて撰し難し。

第五に「近善知識」⁽⁵⁴⁾とは、善知識に三種あり。一には外護⁽⁵⁵⁾の善知識なり。供養を經營し、よくまさに行人を護らんとし、あい惱乱せず。二には同行の善知識なり。ともに一道を修し、たがいにあい勧発し、あい擾乱せず。三には教授の善知識なり。内外の方便・禪定の法門をもつて示教し利喜すなり。

これすなわち略して五縁を具足するを明かすなり。

〔注〕

(1) 持戒清淨 ||『大智度論』卷第十七 (『大正藏』二五・一八五c)、『次第禪門』卷第二 (『大正藏』四六・四八三c - 四八七a)、『禪門要略』 (『正統藏』通卷九九・三五c)、『摩訶止觀』卷第四上 (『大正藏』四六・三五c - 四一c) などに説かれている。

(2) 『經』の中に説くがごとし ||『遺教經』 (正しくは、「仏垂般涅槃略説教誠經」、『大正藏』一二・一一一a)

(3) 五逆 ||殺父、殺母、殺阿羅漢、出仏身血、破和合僧の五つの重罪をいう。

(4) 三帰五戒 ||三帰は帰依仏・帰依法・帰依僧の三帰依をいい、五戒は不殺生・不偷盜・不邪婬・不妄語・不飲 (酷) 酒の戒をいう。

(5) 沙弥の十戒 ||二十歳未満の僧が沙弥、女子は沙弥尼である。五戒に不塗飾香鬘・不歌舞觀聽・不坐高広大牀・不非時食・不蓄金銀宝を加えた十の戒をいう。

(6) 具足戒 ||二十歳以上の比丘・比丘尼が守るべき戒で、比丘は二百五十戒、比丘尼は三百四十八戒を数える。

(7) もし人、戒を受くることを得おわって ||もしある人が、具足戒を受けた後での意。「已」は現代の語法では「了」で、「へし終わる」の完了の意の助詞である。

(8) 重 (戒) ||十重禁戒のことで、十重波羅提木叉、十波羅夷などの呼称がある。大乗の菩薩が犯してはならない、

『天台小止観』の研究(一)（大野）

十の重大な禁止事項をいう。『梵網經』卷下には、(1)殺、(2)盜、(3)婬、(4)妄語、(5)酤酒、(6)説四衆過、(7)自讚毀他、(8)慳惜加毀（慳惜財法）、(9)瞋心不受悔、(10)謗三宝の十を自ら行い他人に行わせることを禁じること（『大正藏』二四・一〇〇四b—一〇〇五a）とある。

(9) 軽戒 || 四十八輕戒のことであり、『梵網經』卷下が説く、比較的特殊な軽微な罪を認めた戒を四十八数えたもの（『大正藏』二四・一〇〇五a—一〇〇九c）である。特色のあるものとして、(2)酒を飲まない、(3)肉を食べない、(4)五辛を食べない、(10)殺生の道具を貯えない、(18)偽って人の師とならない、(32)人の財物を横取りしない、(47)教団を束縛する悪法を立てないなどがある。

(10) 懺悔 || 懺悔は、罪過を悔いて許しを請うこと。懺は許しを請うこと、悔は他の者に自己の罪を告白して罪を除くことが原義である。

仏陀は、弟子たちが罪を犯した時は、その都度、または半月ごとの布薩、安居の最終日に懺悔または悔過を行なえた事実に懺悔の重要性がある。律の註釈に定められた懺悔の方法は、(1)十方の仏・菩薩を迎え、(2)経呪を誦え、(3)自分の罪名を述べ、(4)誓いを立てて、(5)教える通りに証を明らかにする、という懺悔の五縁を具えたものである。

小乗の懺悔は、右肩を脱ぎ、右膝を地に付け、合掌し、罪名を述べ、足を礼拝する懺悔の五法を具えた（例えば『四

分律』卷第四八、『大正藏』二三一・九二二b）ものである。小乗の「犯戒」は、仏教徒である資格を失う追放罪である波羅夷罪となる。

大乗の懺悔は、幕を巡らし、香泥を地に塗り、壇を設けるなどの方法で莊嚴した道場で、罪を犯し許しを請う人と、仏との橋渡しをする戒師の間で行われる（たとえば、『觀普賢菩薩行法經』、『大正藏』九・三八九b—三九四b）ものである。大乗では、「一切衆生悉有仮性」を教理としているから、懺悔によって許される救いの道が残されている。それだけに、大乗の懺悔の意味は重いのである。

智顥は『大方等陀羅尼經』四卷を基にして、具体的な懺悔法として『方等懺法』『方等三昧懺儀』を、『法華經』『普賢觀經』によつて、『法華三昧懺儀』を著わした。『方等懺法』は摩訶祖持陀羅尼を何百回となく繰り返し誦しながら懺悔行道し、坐禪思惟する行法であり、「法華三昧懺儀」は、『法華經』の諸法実相の理を觀照する行法である。後の『摩訶止觀』では、何れも四種三昧の半行半坐三昧に充當するものである。

(11) もし小乗の教門によれば、すなわち四重（罪）を懺悔するの法なし || 小乗の教えに従えば、殺生・偷盜・邪婬・妄語の四重罪を懺悔する道はないの意である。

戒は、サンスクリット語 *śīla* の訳。尸羅と音写。しばしば行うこと、行為、習慣、性格、道徳、敬虔などの意。

善惡の両方についていい、よい習慣づけを善戒（善律儀）、悪い習慣づけを惡戒（惡律儀）ということがあるが、普通は淨戒（戒には清浄の意味）、善戒の意味に限つて用い、身体で行うのと言語上との「身・語の」非を防ぎ惡をとめることをいう。

小乘では戒には在家・出家、男・女の別に応じて、五戒・八戒・十戒・具足戒（五八十具と略称）の種類があるとし、大乗ではこれらを全て声聞戒・小乘戒と呼んでいる。具足戒の条数は、『四分律』では比丘二百五十戒、比丘尼三百四十八戒を数える。

仏が戒を制定しなくとも、本来的な性質として、罪惡であるものを性罪というが、とくに罪の重い性重戒に殺生・偷盜・邪婬・妄語の四重禁戒がある。

小乘では戒を守るのが修行僧の全てであり、戒が絶対であるので、四重禁戒の「犯戒」は、教団からの追放、すなわち波羅夷罪の刑罰を受けることを意味する。

(12) もし大乗の教門によれば、なお滅除すべし＝大乗の教えに従うならば、懺悔によって殺生・偷盜・邪婬・妄語の四重罪を減し取り除いてしまうの意である。

大乗の戒は、元来、大乗の菩薩のための菩薩戒・大乗戒である。この戒は止惡・修善・利他の三面を包括的にもつており、三聚淨戒とも呼ばれ、また仮性戒ともいわれる。この戒は大乗の菩薩が受け保つ戒であるから、戒を犯した

時も、本来仏だから許されなければならないという考えが根底に流れている。だから戒を犯した者が蘇る方法として、懺悔の持つ意味が大きい。

大乗戒を説く經典は種々あるが、『梵網經』の梵網戒と、『瑜伽論』の瑜伽戒が代表として最も知られている。

中國天台では、全ての戒がそのまま絶対円頓の妙戒であるとする円頓戒は、梵網菩薩戒と呼ばれ、法華開顯の立場に立つて、『梵網經』に説かれた十重禁四十八輕戒（『大正藏』二四・一〇〇四b—一〇〇九c）を受けたり受けたりする。

(13) 故に『經』に云く＝『大般涅槃經』卷第十七・梵行品第四の「智者に一あり。一には諸惡を造らず。二には作しおわりて懺悔す。」（『大正藏』一一・七一〇c）の取意。

(14) 因果＝原因と結果の意。結果を生じさせるものが因で、その因によって生じたものが果である。原因があれば必ず結果があり、結果があれば必ず原因があるというのが因果の理である。あらゆるものは因果の法則によつて現象し生滅変化する。我々の行為、すなわち業には、必ず報いがある道理である。善の業因には必ず善の果報があり、悪の業因には必ず惡の果報がある。これを善因善果・惡因惡果といい、善因樂果・惡因苦果ともいう。善惡の業因があれば、必ずそれに相應した樂苦の果が、嚴然として乱れることのないのを因果應報という。

『天台小止観』の研究(一)(大野)

- (15) 懲愧^ハ罪を恥じることの意。「慚」は心に自らの罪を恥じること。「愧」は自らの罪を人に告白して恥じ、罪の許しを請うこと。「慚」は人に対して恥じること。「愧」は天に対て恥じること。「慚」は自らを觀察することによって自らの過失を恥じること。「愧」は他人を觀察することによって、自らの過失を恥じることなどの諸説がある。
- (16) 先罪を発露^ハ犯した罪を包み隠さず告白することの意である。
- (17) 大誓願^ハ必ず衆生を救済しようと願い定め、仏に誓い、その成就を祈願することをいう。智顕によつて説かれた四弘誓願があり、個別的なものとしては薬師の十二願、阿弥陀仏の四十八願、釈迦の五百大願などが知られている。
- (18) 度脱^ハ人々を煩惱の束縛から開放し、現実の苦の世界から生死の苦海を渡り、理想の樂という仏の世界へ渡すことをいう。
- (19) 十方の仏^ハ東・西・南・北・東南・西南・西北・東北・上・下の十の方向が十方である。十の方角の諸仏、あらゆる方角の仏達をいう。
- (20) 罪性の無生^ハ罪には本質的に実体がないことをいう。
- (21) 道場を莊嚴し、洗浴し清浄にして淨潔の衣を著し、燒香散華して三宝の前に投じ、如法に修行すること^ハ懺悔の作法をいう。智顕の懺悔法である『方等三昧行法』『方等懺法』『法華三昧懺儀』などに詳しい。
- (22) 一・二・三七日より、七七日に至り^ハ七・十四・二十日から四十九日までの意。
- (23) 至心^ハ真実の心、真心を込めて、唯一筋に、一心にの意である。
- (24) 法相^ハ一切のもののありのままの姿、諸法実相をいう。
- (25) 尸羅清浄^ハ戒を保つ行が清浄であることをいう。尸羅は、サンスクリット語Silaの音写。戒のことである。
- (26) 衣^ハころもと考えるより、袈裟と取るのがよい。
- (27) 染著^ハ一般には、心が外のものに染まつて離れない執着を意味するが、ここではどんなに脂垢に塗れた衣でも、洗い直し、縫い直せば、清浄の僧衣の壞色に染め直すことができるなどをいう。つまりどんな悪人でも、一心の懺悔があつて、尸羅清浄ならば、菩提を求める仏の道が残されていることをいう。
- (28) 別して『經』によつて^ハ懺悔法を定めた別の經典によっての意。たとえば、『大方等陀羅尼經』四卷などがある。
- (29) 端身常坐^ハ身を正しくして、同時に心も正しくして、常に結跏趺坐にある実踐修行をいい、「正身端坐」とも呼ばれる。
- (30) 即便^ハ「すなわち」と読み慣わす。文語体の表現であり、現代中國語では「即使」と表記することが多い。
- (31) 『妙勝定經』に云く^ハ関口真大著『天台止觀の研究』三九八頁。『摩訶止觀』卷第四にも、「妙勝定に云く、四重

五逆、もし禪定を除けば、余はよく救うことなし。」（『大正藏』四六・三九c）とある。

(32) 重罪＝四重罪と五逆罪をいう。共に教団を追放される波羅夷罪である。四重罪は殺生・偷盜・邪淫・妄語の四重禁戒をいう。五逆罪は、インドでは、母を殺すこと、父を殺すこと、聖者（阿羅漢）を殺すこと、仏の身体を傷つけ出血させること、教団の和合一致を破壊し分裂させることがである。中国や日本では、殺父・殺母・殺阿羅漢・破和合僧・出仏身血と、順序が異なる。

(33) 空閑の處＝静かな森や集落を離れた騒がしくない静かな坐禅に適した場所の意である。

(34) 衣食具足＝慧思の『隨自意三昧』食威儀中具足一切諸上味品第五（『正統藏』通卷九八・三五二-a-三五三-a）、『次第禪門』卷第一（『大正藏』四六・四八七a-b）、『方等三昧行法』（『大正藏』四六・九四四c-九四五a）、『摩訶止觀』卷第四上（『大正藏』四六・四一c-四二b）などに説かれている。

(35) 雪山の大士＝雪山はヒマラヤ山脈をいい、大士は菩薩をいう。釈尊が前にヒマラヤで菩薩行を修行していたといふ伝説のこと。

(36) 頭陀の法＝サンスクリット語 *dhuta* の音写。衣・食・住に対する貪著を棄てて、身心を修練すること。十二条の生活規律を十二頭陀行という。(1)人家を離れた静かな場所

に住む。(2)常に乞食による。(3)乞食するのに家の貧富を選ばない。(4)一日一食。(5)過食しない。(6)中食以後は重湯を飲まない。(7)廃物の檻樓で作った衣を着る。(8)三衣以外を所有しない。(9)墓場に住む。(10)樹の下に留まる。(11)空地に坐る。(12)常に坐る、の十二条である。『十二頭陀經』（『大正藏』一七・七一〇b-七二一a）に詳しい。

(37) 糞掃の三衣＝糞掃はサンスクリット語 *pāṇsu* の音写。糞掃衣 *pāṇsu-kula* の訳。衲衣といわれ、死人を包んで墓に棄てた塚間衣、死人を包んだ衣を施された出来衣、所有者が無い無王衣、棄ておかれた汚い布である土衣の四種がある。初期の修行僧は塵芥の中に棄ててあつた檻樓布を綴り合わせて作つた糞掃衣を身にまとつた。

三衣は、インドの僧団で個人の所有を許された三種類の衣服をいう。街に托鉢に出たり、王宮に招かれた時に着る大衣が僧伽梨で九条衣から二十五衣ともいわれ、礼拝・聽講などに着る入衆衣が鬱多羅僧で七条衣ともいわれ、日常の作業や就寝に着る下衣が安陀会で五条衣ともいわれる。これが三衣である。

(38) 百一等の物＝百一衆具、百一供身ともいう。比丘が、三衣・六物・十八物その他生活に必要な種々のものを、それぞれただ一個ずつ蓄えることを許されていることをいう。百は実数ではなく、全ての物という意味である。

(39) 説淨＝淨施ともいう。僧団において、比丘が持たなけ

『天台小止観』の研究(一)（大野）

ればならない三衣一鉢など以外の余分の物、すなわち長物は、一旦これを他人に施こし、再び還付を受けてはじめて所有を許されることをいう。貪著の心を淨めるためである。

(40) 乞食の法 || 乞食の方法は、『大方等陀羅尼經』卷第一(『大正藏』二一・六四五a)、『般舟三昧經』卷下(『大正藏』一三・九一九a)、『法華經』卷第四(『大正藏』九・三七c)などに説かれている。

(41) 邪命の自活 || 四不淨食のことで、顔を下に向けて田畠を耕したり、薬を調合したり、植樹したりして自活する「下口食」、顔を上に向けて、星宿・日月・風雨などの学問を用いて自活する「仰口食」、呪術・ト筮などで吉凶禍福を占つて自活する「四維口食」、権勢に媚び、言を巧みに人々から多くの物を求めて自活する「方口食」をいう。

(42) 净目女 || 『大智度論』卷第三に、「梵志女あり、净目と名づく。」とあり、舍利弗は、净目女のために四不淨食を不淨活命なり(『大正藏』二五・七九c)と説いている。

(43) 閑居靜処 || 『大智度論』卷第十七では、「閑居獨処」(『大正藏』二五・一八五c)となつてゐる。『次第禪門』卷第二(『大正藏』四六・四八七b)、『摩訶止觀』卷第四下(『大正藏』四六・四二c)などに説かれている。

(44) 衆事 || 世間の俗事をいう。

(45) 憎鬧 || 人々が雜踏して騒がしいことをいう。騒がしく忙しいの意に取る。

(46) 頭陀蘭若 || 十二頭陀行の第一であり、人家を離れた静かな場所である阿蘭若処において、頭陀行を行ふこと

『大正藏』一七・七二〇c)をいう。

(47) 三里 || 中国の隋代(六世紀から七世紀)では、一里は三百歩、約五三一・一八メートルである。従つて三里は、九百歩の距離であり、一・五キロ強の距離となる。

(48) 白衣 || 字義通りでは白い衣服をいうが、在家の世俗の人をいう。インドでは仏教の修行僧は、白衣を着ることを禁じられ、色が着いた染衣を着た。それに対しても世俗の人は白衣を着た。

(49) 伽藍 || 僧伽藍(摩)の略。僧たちが集まつて修行する、清淨閑静な場所。僧園や僧院をいう。

(50) 息諸縁務 || 『次第禪門』卷第一(『大正藏』四六・四八七b)、『摩訶止觀』卷第四下(『大正藏』四六・四二c)、四三a)などに説かれている。

(51) 有為の事業 || 有為は、造り上げられたものの意であり、有為の事業は、人間の世俗的な行為を意味する。

(52) 禁呪 || 巫女が呪いをし、人の病を治したり、口よせなどをするなどをいう。

(53) ト相 || 古いと人相見や家相見や運命見などをいう。

(54) 近善知識 || 正しい道理を教える者を善知識といい、また善友・親友・勝友・善親友ともいう。誤った道に導く者を悪知識・悪友・悪師といい、単に知識というときは、善

知識の意である。例えば、『華嚴經』入法界品には、善財童子の求道の過程に、五十五の善知識（一般に五十三知識という）に遇うことを説く（『大正藏』九・六八九b—七八八b）ように、どんな姿の者でも仏道に導く者は善知識である。『四分律』卷第四十一には、善親友は与え難いものを与えるなど、七つの条件を具えている（『大正藏』二二・八六一—a—b）と説かれている。

「近善知識」について、『大般涅槃經』卷第一十三（『大正藏』二二・七五四b—七五五c）、『次第禪門』卷第二（『大正藏』四六・四八七b）、『方等三昧行法』（『大正藏』四六・九四四a—b）、『摩訶止觀』卷第四下（『大正藏』四六・四三a—c）などに説かれている。

（55）外護＝外部から保護を加える人。僧団の外にいる権力や財力のある人が、仏教を保護し、種々の障害を除いて仏法高揚の便宜を図る人をいう。

（56）供養を經營し＝供養は、仏・法・僧の三宝、または父母・師長・亡者などに諸物を供えて回向することをいう。

三宝供養を最大の功德とする。經營は、目標を定めて励み営むことをいう。供養を經營しとは、食物などの供養することをいう。

（57）「善能將護行人」（よくまさに行人を護らんとし）＝仏道を修行する行者を保護し、種々の便宜を図り、修行の妨げとなるものを取り除こうとするの意。「將」は、「まさに

「せんとす」と訓じ、物事が今まさにそのようになろうとする意を表わす語。

（58）一道＝唯一つの修行実践法、つまり唯一つの乗り物としての道、一乗の修行実践法をいう。

（59）内外の方便＝実際に修行して煩惱を対治するのを内方便、修行を修するための条件が外方便である。『摩訶止觀』では、内方便としては、『天台小止觀』が説く止門・驗善惡根性・安心禪法・治病方法・覺魔事を発展させて十境十乘觀法を完成し、外方便としては、円頓止觀を修めるための準備として、具五縁・呵五欲・棄五蓋・調五事・行五法の二十五方便が説かれている。

（60）利喜＝利益と歡喜の略。

〔現代語訳〕

止觀法門を修す――止觀を実修する教え――

第一 五縁を具えよ――修行に入るための五種の

基本的条件を調べなさい――

どのようなことが、縁と名づけられるのか。仏道を修行しようとする者が、止觀を実修しようと發心すれば、必ず

「五縁」という五種の基本的条件を具えなければならぬ。

持戒清浄を正しく護持しなければならない。」

五縁すなわち五種の基本的条件というのは、第一は戒を

護持し、身・口・意の三業を清浄にする「持戒清浄」であり、第二は衣服と食物を調える「衣食具足」であり、第三は静かな場所で止觀を実修する「閑居靜處」であり、第四は煩いを生ずる世間の人間関係を断つ「息諸縁務」であり、

第五は仏道に導く善い指導者を得る「得(近) 善知識」である。

と説かれている。

一体、どのようなことが戒を護持し、身・口・意の三業を清浄に保つ「持戒清浄」の様相であるというのであるか。仏道を修行する行人に三種の別があり、「持戒清浄」の様相は一樣ではない。

その一は、もし人が、未だ仏弟子となる以前に五逆を犯さず、善い指導者に巡り逢い、三帰五戒の教えを受けて仏弟子となるか、出家して沙弥の十戒を受け、つづいて具足戒を受けて比丘・比丘尼となる。これらの戒を受けた後は、

第一に止觀を実修しようと思えば、どのような場合でも、必ず戒を護持し、身・口・意の三業を清浄にしなければならないという「持戒清浄」である。『遺教經』(『仏垂般涅槃略説教諴經』)には、

「この具足戒に基づいて生きるならば、身・口・意の

三業が清浄になり、

心を一つの対象に注いで散乱させない種々の禪定と、苦を減し無分別の智慧を得ることができる。

こういうわけであるから、行者は、

その二は、もある人が、具足戒を受けた後で十重禁戒は犯さなくとも、軽微な罪を戒めた四十八軽戒は破る場合が多くある。

このような軽戒を破った人でも、禪定を実修しようとし

て、仏が定めた懺悔の方法に則つて懺悔滅罪するならば、

これも「持戒清浄」と名づけられる。十重禁戒や四十八軽戒を犯した人でも、懺悔によつて禪定や智慧を生ずることができるのは、たとえば、白い衣服に垢がついて脂染みてしまつても、それをよく洗い清めれば、清浄な壞色の衣服に再び染めあげることができるのと同じである。

その三は、人は具足戒を受けていても、搖るぎない心で戒を護持していくことはできないものである。どうしても十重禁戒や四十八軽戒の中の多くを犯してしまう。

小乗の教えに従えば、殺生・偷盜・邪婬・妄語の四重罪を懺悔する道はない。大乗の教えに従うならば、懺悔によつて四重罪を滅し取り除くことができる。

だから、『大般涅槃經』には、

「仏の教えの中に、二種類の勝れた人のことが説かれている。

一人は、生まれつきの性質で、いかなる悪もしなかつた人であり、

もう一人は、諸々の惡はするが、その惡を悔い改め懺悔することのできる人である。」

と説かれている。

犯した惡行を懺悔する場合には、必ずつぎの十種の事柄を実践しなければならない。何らを十法とするのか。一は因果の理をはつきりと信ずることであり、二は犯した罪の重さに相当する畏れを持つことであり、三は犯した罪を深く恥じることであり、四是犯した罪を生滅させる方法を求めることがある。大乗經典が、種々の滅罪の実践法を説き明かしているので、その教えに従つて正しく修行しなければならない。

五はすでに犯したすべての罪を隠さず告白することであり、六は妄念を引き起こして止まない自我に染まつた心を断ち切ることであり、七は仏法を護持する心を起こすことであり、八は大いなる誓願を発こして衆生を救済することであり、九は常に十方の世界の仏を深く信じることであり、十は罪の本質は実体としてあるのでなく無実体であると観察することである。

もしこの十法を完備させるためには、道場を清らかに飾り、身体を沐浴潔斎し、清浄な衣を身に着けて、仏・法・僧の三宝に焼香し散華して仏を礼拝する。教えに従つて修

『天台小止観』の研究(一)（大野）

行すること、七日、十四日、二十一日から四十九日に至り、一ヶ月から三ヶ月、一年が過ぎて、一意專心に懺悔して、犯した重罪が消滅したならば中止しなさい。

どうすれば重罪を消滅することができるのでしょうか。

もし行者が前述したように、一心に懺悔すれば、自然に身心が軽やかで力が湧き出ることを自覺し、素晴らしい吉祥の夢を見たり、あるいはまた、いろいろな不思議な現象や、この世のこととは思えないものを見たり、あるいは善い心が開き顯れることを自覺したり、あるいは坐禪の中で、自分の身が雲や影のように実体がなくなるのを感じるのである。このようにして次第に諸々の禪定のさとりの境地を体得していくのである。

あるいはまた、一気に悟りの心が生じ、世の中の眞実のありのままの姿を知り、耳にした経によつて、その意味するところを知り、知つて仏の教えに従う喜びが生じ、憂う心も悔やむ心も消滅するのである。

このようないろいろな理由があるから、つぎのことを十分に心すべきである。

受けた戒法を破つたとしても、一心に懺悔することによ

つて、仏道修行の障りとなる罪が消滅する姿はここにある。これ以後、一心に懺悔して、自ら十重禁戒や四十八輕戒を厳しく保持することが、尸羅清浄と呼ばれる。このように禪定を実践修行しなければならない。破れ破られ、脂垢染みた衣も、繕い直してよく洗い清めれば、改めて清浄な壞色に染め上げができるようなものである。

またつぎに、もし人が十重禁戒を犯してしまつたので、禪定の妨げになるのではないかと恐れる時は、懺悔法を定めた別の經典によつて、諸々の修行法までは実修しないとしても、ただ犯した罪を深く恥じる心を生じ、仏・法・僧の三宝の前すでに犯した罪を隠さず告白しなければならない。妄念を引き起こして止まない自我に染まつた心を断ち切り、姿勢や心を正して常に正身端坐して、罪の本質は実体がなく空であると体觀し、十方の世界の仏を深く念誦しなさい。あるいは禪定から出る時も、至誠眞実の心を込めて焼香し、礼拝し、懺悔し、戒を口誦し、大乗經典を口誦しなさい。そうすれば、仏道修行の妨げとなる重い罪も自然に次第に消滅していくであろう。

以上の実践修行によつて、戒を保つ行が清浄となり、禪

定の世界が開かれていく。だから、『最妙勝定經』には、「もし人が、四重罪や五逆罪を犯してしまって、心に畏れを生じ、

その畏れを除き、滅しようとする時、もし禪定以外の方法を用いるならば、その畏れを滅し除くことはできない。」と説かれている。

四重罪や五逆罪のような重罪を犯した人は、人里離れた静かな所で、心を一つの対象に集中させて、常に結跏趺坐し、大乗經典を読誦しなさい。そうすれば、犯した重罪はすべて消滅し、坐禪によつて落ち着いた豊かな心が、自然に現われてくるものである。

(二) 衣食具足

第二に、衣と食物を調べなければならぬという「衣食具足」である。

衣の規範には三種類がある。

その一は、ヒマラヤで菩薩行を修行した過去世の釈尊のように、実踐修行することである。釈尊は一枚の衣の布施

を受けるに従つて、陰部から覆つていった。人里に出て遊行をしなかつたのは、堪え忍ぶ堪忍の力を成就させるための行を行じたからであつた。

その二は、頭陀第一の摩訶迦葉などのように、常に衣・食・住に対する執着を離れて身心を修練する頭陀行を実踐修行することである。捨てられた襪^は樓^ろ布^のを綴り合わせて作った三種の糞掃衣は、所有することができるが、それ以外のものは私有してはならないのである。

その三は、寒さの厳しい場所であつたり、堪え忍ぶ力が十分に具わつていないのである。修行者に対し、仏陀は三種の糞掃衣以外に百種類の物をそれぞれ一個だけ所有することを許された。従つて、施物は一旦他人に施し、還付されて自己の所有とする「説淨」という作法に従わなければならない。必要な分量をわきまえ、満足することを知らなければならぬ。もし必要以上に貪り求めて、私有物を蓄め込んでしまうと、心が乱れ、仏の道を求める修行の妨げとなつてしまう。

つぎに食物を得る方法に四種類がある。

その一は、仏・菩薩が深山に入つて、世間との交渉を断

『天台小止観』の研究（一）（大野）

つて修行する時は、手に入る範囲の薬草や木の実や青菜の類で生命を繋いでいく。

その二は、常に頭陀行を実修し、托鉢によつて食物の布施を受ける。托鉢という乞食によつて食物を得る修行方法は、次の四種類の「邪命」といわれる間違つた生活を打ち破ることができる。乞食による正しい実践修行をすれば、正しい悟りの道を歩むことになるから、乞食の法による修行者は、仏陀となるための種子を身につけることになる。

乞食以外の生活、すなわち四種類の邪命の自活というのは、一に耕作、売薬などによつて食物を得る「下口食」である。二に天文・術数などの学問によつて食物を得る「仰口食」である。三に吉凶を占うことなどによつて食物を得る「四維口食」である。四に富豪のために四方に使いしたりなどして食物を得る「方口食」である。この四種が不浄であることは、智慧第一の舍利弗が淨目女に説いたものである。

その三は、修行している閑寂な場所に、施主が届ける食物である。

その四是、僧団の中で、説淨の作法によつて得た食物で

ある。

このように食物が調うことを、「食物の条件が調う」と呼んでいる。

以上が衣と食物が調う「衣食具足」である。どのような場合でも、この「衣食具足」という条件が調わなければ、心安らかに仏の教えを専一に求めていくことができないのであり、仏道修行にも妨げとなるのである。

（三）閑居静処

第三は、世俗を離れて修行する静かなところが「閑居静処」である。世間の俗事に携わらず一切の仕事をしないから閑といい、騒がしさや忙しさがないから静というのである。

禅定を修行実践する「閑居静処」には、三種類の別がありながらも、三種類の別がある。

その一は、人跡の及ばない深山である。

その二は、人家を離れた静かな場所で頭陀を行じるのである。頭陀行の場所は、少なくとも三里、すなわち九百歩は村落から離れなければならない。そこでは牧畜の声も絶

え、修行者の心を乱し騒がすものは何もない。

その三は、世間の人が住む人家から遠く離れた清淨閑静な僧院の中である。

この二種類の場所が「閑居靜処」である。

(四) 息諸縁務

第四は、世俗の一切の雑事を止める「息諸縁務」である。その中に四種類の意味がある。

その一は、世俗の雑事を止めて、世間的な収益を得る生業に携わらないことである。

その二は、世俗の人間関係を断ち切つて、世間の人々や、友人達や、親戚の人達を尋ねないことである。世俗の人との付き合いや往き来を断ち切るのである。

その三は、職人の工巧や技術に係わる世俗の仕事を止めることである。世俗の工巧や技術、医術、巫術や呪い、人相・家相・運命などの占い、読書、金融業などの仕事に従事しないことである。

その四是、学問の仕事を止めることである。読経したり、学問に耳を傾けたりなど、全て捨てなければならない。

『天台小止観』の研究(一)(大野)

以上が、世俗の一切の雑事を止める「息諸縁務」である。断つ理由はどこにあるのでしょうか。もし、世俗の雑事が多ければ、仏道の修行が疎かになり、心が散乱して集中することができなくなるからである。

(五) 近善知識

第五は、良い指導者を得る「近善知識」である。善知識に三種の別がある。

その一は、僧団以外の外護の善知識である。仏・法・僧の三宝に対して施物などの供養を営み、仏道を修行する行者を保護し、修行の妨げとなるものを取り除いてくれることである。

その二は、共に仏道を求め修行する善知識である。共に真実を求めて修行実践し、互いに自利・利他の道心を起こすよう励まし合い、互いに修行生活をかき乱さない僧のことである。

その三是、法を教え、道を授ける善知識である。二十五方便のような修行実践の条件を調える外方便や、実際に修行によって煩惱を断じる五つの内方便、及び坐禅止觀の実

『天台小止観』の研究(一)(大野)

践法門の教えを示して、仏の利益を与え、仏の智慧のすばらしさに、全身心を歡喜させる師となるべき善知識のことである。

修行に入るための五つの基本的条件を調べる「五縁を具足する」ことの簡明な説明は、以上のようにある。