５０周年記念特別セミナー

お釈迦様の言葉に学ぶ

(1) 仏教の変化–大乗仏教の誕生

(2) 最初の経典–般若経とは

講師　崎山竜男氏(古文化同好会)

令和4年度　勉強会(セミナー)の日程

第1回	令和4年12月17日(土)	10時～12時	学びの館
第2回	令和5年1月21日(土)	10時～12時	学びの館

交野古文化同好会

大　乗　仏　教　とは

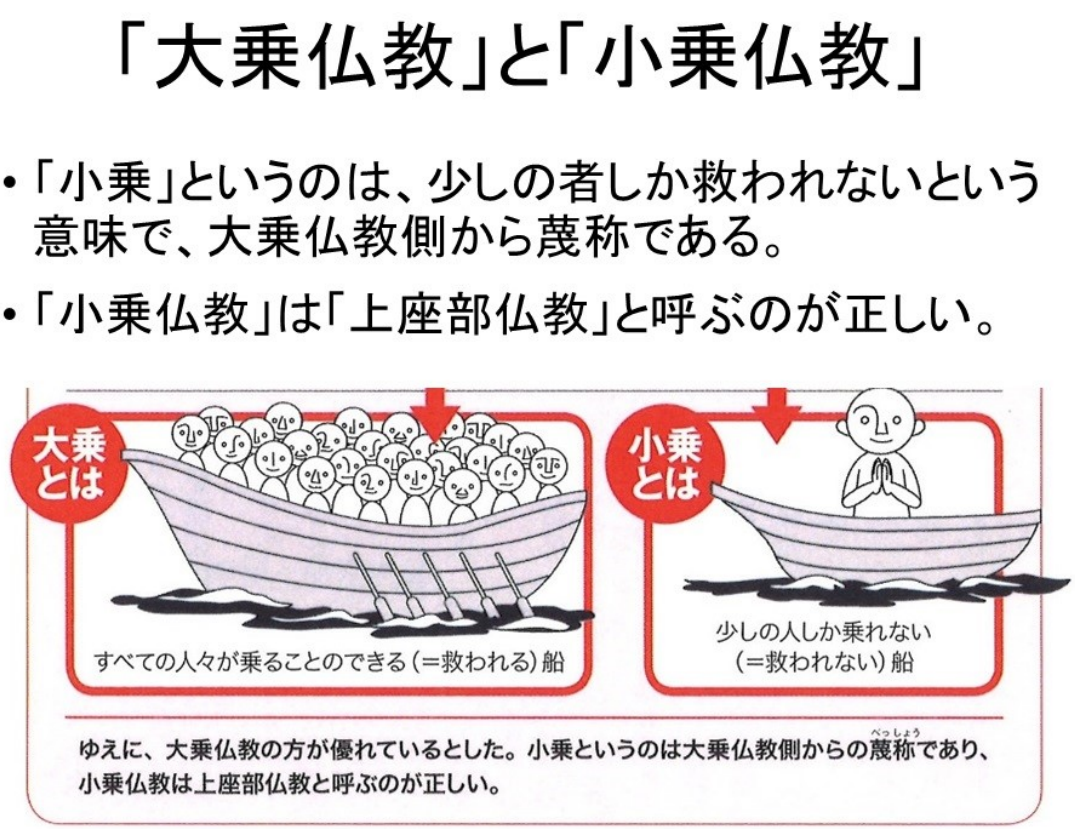
崎山竜男（藤が尾）

大乗仏教は、お釈迦様の直伝ではない

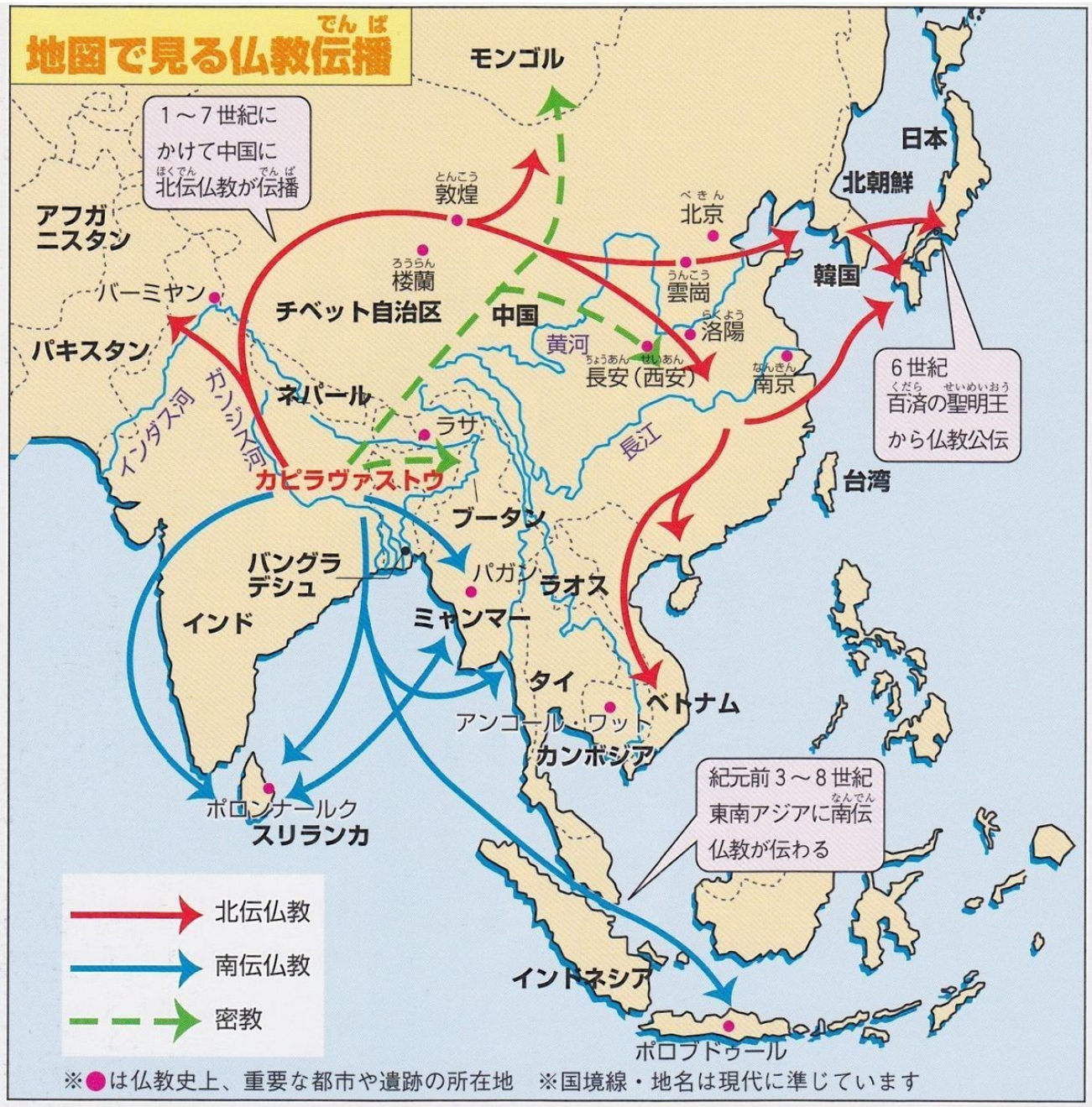
日本国民は、大半の人が特定の宗教を持たない無宗教国家などと言われていますが、私達は何らかの形で仏教、あるいは仏教的な関わりをもって暮らしていると思います。

普段は、宗教なんてと言いながら、葬儀は仏式で行ったり、お盆やお彼岸の時期にはお墓参りに出かけたりしています。無意識のうちに、生活の中では仏教的なものが根付いているのではないでしょうか。若い人の中には、家の宗派も分かっていないという方が多いと思います。

仏教には、釈迦の仏教（小乗仏教、原始仏教とも）と大乗仏教の二種類があります。小乗仏教は、いまでもスリランカ、タイ、カンボジア、ミャンマー、ラオスなどで信仰されています。



大乗仏教は、小乗仏教より五百年ほど後に誕生した新しいタイプの仏教で、中国や朝鮮半島、日本など東アジアを中心に信仰されています。この二つの大きな違いは、小乗仏教では出家して特別な修行に励んだ者だけが悟りを開くことが出来ると考えるのに対し、大乗仏教では、在家のままでも悟りに近づくことが出来ると考える点にあります。しかもその悟りは、小乗仏教の悟りよりもはるかに優れていると言うのです。この小乗仏教という呼び名は、大乗仏教側からの蔑称であり、今では上座部仏教と呼んでいます。これは釈迦のオリジナル仏教でありますから、以後は「釈迦の仏教」と呼んでいきます。大乗仏教は、釈迦の仏教後の人達が手を加えて、別のものとして中国や日本に伝わっております。



釈迦の仏教　自分が救いのよりどころである

大乗仏教と釈迦の仏教の教えのどこが異なっているかを具体的にみていきましょう。釈迦の仏教は、出家修行を最重要視しています。出家してひたすら修行に励み、苦しみの源である煩悩を消し去ることでしか、人は、真の安楽に達することができないと、お釈迦様自身は考えました。ここで言う出家とは、財産や家族を捨ててサンガと呼ばれる修行者集団に所属し、朝から晩まで瞑想を中心とした厳しい修行生活を送ることです。働くことは認められず、生きていくのに必要なものは、全て一般社会からの布施にたよって暮らすことになります。

真の安楽とは、悟りを開いて涅槃に到達することを指します。涅槃とは、自分の心の中の煩悩を全て断ち切ることであり、結果として、二度とこの世に生まれ変わらないことを意味します。仏教では、この世界は天・人・阿修羅・畜生・餓鬼・地獄の六つの領域からな

り、あらゆる生き物は、この六つの領域内で延々と輪廻を繰り返すと考えられています。涅槃とは、仏道修行によって輪廻を止め、二度と生まれ変わらない世界に行くことを意味します。釈迦は「生きることは苦しみである」と捉えており、輪廻が続くことは、永遠に苦しみが続くことを意味します。従って、二度と生まれ変わらない世界に入ることを最上の安楽と考えたのです。

私達を輪廻させているのは、業（ごう）の活力であり、その活力を作り出しているのが煩悩です。その煩悩を自力で消し去ることが、修業の基本となります。そのためには、精神集中に励み、心の状態を正しく把握し、煩悩を一つずつ確実につぶしていくことが必要です。これまでの世俗の生活様式を離れ、修業だけに特化した生活、即ち出家生活に入ることがどうしても必要になってくるのです。

要するに、釈迦の仏教の最大の特徴は、何か外の力に救いを求めるのではなく、自分の力で道を切り開くという点にあります。救いのより所は自分自身にあるということです。

大乗仏教は外部の不思議な力を拠り所と考えた

次に大乗仏教の考え方についてみていきます。大乗仏教も輪廻のない世界を求めたのは釈迦の仏教と同じです。そこに至るための方法に違いがあります。

釈迦の仏教が自己鍛錬によって煩悩を消そうと考えたのに対し、大乗仏教は、外部に私達を助けてくれる超越者や不思議なパワーが存在すると想定して、自分の力ではなく「外部の力」を救いのよりどころと考えました。

そうなると、その不思議な存在との間にどのような関係を築いていければ、自己鍛錬のための組織であるサンガも意義や重みがなくなってきます。そのため大乗仏教では、次第に在家信者でも悟りの道を歩むことは可能だという考えが前面に出てくるようになりました。

仏教は、本来輪廻や業といった考え方を除けば、非常に合理的かつ論理的で、超越的な神秘性や不思議な救済者といったものは存在しないと考えます。つまり苦しみが生じる仕組みと、それを消すための修練方法の提示こそが釈迦の仏教の本義です。こうした意味では、釈迦の仏教よりも神秘の存在を認めた大乗仏教の方が宗教らしい宗教と言えるかもしれません。不思議な力に頼れば悟ることができるとするなら、私達は何をなすべきでしょうか。一言で言えば、様々な仏たちを敬い、あるいはお経を唱えながら、日常生活の中で人として良い行いを続けていくことで良いということになります。だから在家の生活者でも悟りへの道を歩むことが出来るのです。釈迦の仏教にも在家信者は存在していました。大乗仏教にしろ釈迦の仏教にしろ、在家信者は、サンガに土地や建物、食べ物などを布施することで、出家者を支援する役目を担っていたと言う点では同じです。ただ両者には意味合いの違いがあります。

大乗仏教の場合は、在家信者の日々の善行が悟りの活力につながると考えるのに対し、釈迦の仏教では、在家信者の善行は世俗的な果報にしかつながらないと考えています。世俗的な果報とは、今より美男美女になれるとか、お金持ちになれるとか、あるいは輪廻世界の一領域である天の世界に生まれ変わるといった現実的な利益のことです。

つまり大乗仏教ではすべての信者が悟りという同じ目標に向かって行こうとするのに対して、釈迦の仏教では、在家信者と出家者では、目指す目標にレベル差があると考えられます。

お釈迦様の生涯と仏教誕生過程

釈迦の仏教と大乗仏教では、釈迦の教えが異なり、救いのよりどころも大きく異なっているのに、同じ仏教として共存できていること自体が謎です。以下、大乗仏教が誕生した経過についてみていきます。

釈尊の苦行像（パキスタン・ラホール博物館蔵）

仏教の開祖はお釈迦様です。本名は、ゴータマ・シッダールタと言い、今から約二千五百年前にインド北部（現・ネパール）の釈迦族の王子として生まれました。幼い頃は何不自由のない生活を送っていましたが、成長するにつれて、人間は「老いと病と死」の苦しみに悶え続ける生き物であることを知り、二十九歳の時に新たな生き方を求めて出家します。

最初は断食などの苦行に努め、肉体を痛め続けることで心の苦しみを消し去ろうと考えたが、やがて苦行では真理を悟ることが出来ないことを知ります。そして、修行の在り方を変えて心の修行へと向かい、菩提樹の下での瞑想修行により、三十五歳で悟りを開きます。その後、八十歳で亡くなるまで弟子たちとともに各地を旅しながら人々に教えを説いて回りました。この時の教えが、現在の仏教の基本となりました。

当時は文字に書いて記録するという文化は無かったため、釈迦の言葉は、聴いた人の記憶の中にしか保存されていませんでした。釈迦が亡くなって弟子たちの記憶が失われてしまえば、その段階で教えも永遠にこの世から消えてしまいます。それを恐れた弟子たちは、記憶に残っている釈迦の言葉をみんなで共有することによって、後世に伝えていこうと考えます。伝説では阿難（あなん、教説を一番よく聞いていた弟子。多聞第一）という弟子が一番よく覚えていたので、釈迦が亡くなった時、阿難が五百人の弟子を前にして、生前に聞いた釈迦の言葉を口に出して唱え、それをみんで、一斉に記憶に留めたそうです。

その後、弟子たちは各地へと散らばり、口伝で次の世代へと教えを広めていきました。やがて数百年を経て、文字で書き記すという文化がインドに定着します。すると今度は文書として釈迦の教えが記録されていくようになりました。これが現在唱えられている「お経」の起源ということになります。

仏教はなぜ拡大したか

釈迦の時代にインドでは、バラモン教という宗教が定着し、多くの人達がこれを信仰しておりました。これは今のヒンドゥー教の元になっている宗教です。
しかし、釈迦が亡くなってしばらくすると、バラモン教中心のインド全土で、仏教が拡大していくことになりました。これは、釈迦が亡くなって百～二百年後の紀元前三世紀の中頃、インドの統一を果たしたマウリヤ朝第三代のアショーカ王が仏教に帰依したこと、これがインド全土に仏教を広めた最大の理由であると考えられています。アショーカ王は、仏教を国家宗教と定めたわけでもなく、信仰を強制したわけでもないのです。

アショーカ王が建立したストゥーパ（卒塔婆）

生前のアショーカ王が、言葉を石柱や岩に刻んだ「アショーカ王碑文」と呼ばれるものが各地で発見されています。それには、自分は仏教の優婆塞（うばそく、在家信者である）であるという言葉が記されています。しかし同時に、バラモン教やその他の宗教も含めてあらゆる宗教者を庇護せよということも書かれています。仏教に特別な計らいをせよということは書いてありませんでした。仏教がインド全土に急拡大した理由ははっきりしません。考えられるのは、仏教の教えが何らかのきっかけで多様化し、様々な環境で暮らす人々の状況や立場に合ったものを選ぶことが出来る「選択肢の多い宗教」へと変わっていったということが、拡大した最大の理由ではなかったかと考えられます。すなわち多様性、つまり選択肢の広がりです。一つの教えが様々に枝分かれしながら、それぞれが否定しあうことなく、仏教という範囲の中で並存出来たことが、仏教が世界に拡大していった最大の理由だと考えられています。アメリカには、現在約三百万人の仏教徒がいます。欧米における仏教拡大の経過を振り返ると、一九五十年代後半頃から禅が勢いよくアメリカに入っていった。次に、チベット仏教が広まり、現在は釈迦の仏教である南方の上座部仏教がブームになっているとのことです。これは三派の仏教が、それぞれ別の人々の心を新たにつかんでいって、仏教徒の数が段々膨れ上がっていったと思います。これは欧米でキリスト教を捨てたということではなく、キリスト教の信念を貫きながら仏教的な生き方を実践している人が欧米にはたくさんいるということです。これこそが仏教の教義に多様性があるということでしょう。この流れは、アショーカ王時代に既に、多様化の道に踏み出していたと思われます。その根拠となるのは部派仏教という概念の成立です。

部派仏教と仏教の多様性

部派仏教とは、釈迦の教えの解釈の違いによって、仏教世界が一気に二十程のグループ（部派）分かれていった状況を言います。これは完全に分裂したのではなく、「〇〇部」とそれぞれグループ名を名乗りながら、お互いに認め合う分岐社会がアショーカ王の時代にできあがったのです。重要なのは、それぞれの部派が、自分たちの正統性を主張しながらも、自分達以外の部派の存在も承認していたという点です。今で言えば、政党の派閥のイ

メージです。

一つである釈迦の教えが突然いくつにも分岐したのか、疑問を感じますが、リーダーが亡くなって百年も経てば弟子たちの教義に対する考え方や解釈に、ずれが生じてくるのは必然でしょう。分裂の動きはずっと以前からあったでしょうが、それが顕著になったのがアショーカ王の時代だったのです。

釈迦の十大弟子

1	舎利弗（しゃりほつ）（サーリブッタ／智慧第一）
2	目犍連（もっけんれん）（マハーモッガラーナ／神通第一）
3	摩訶迦葉（まかかしょう）（マハーカッサパ／頭陀第一）
4	須菩提（しゅぼだい）（スブーティ／解空第一）
5	富楼那（ふるな）（プンナ・マンターニーブッタ／説法第一）
6	摩訶迦旃延（まかかせんねん）（マハーカッチャーナ／論議第一）
7	阿那律（あなりつ）（アヌルッダ／天眼第一）
8	優波離（うばり）（ウパーリ／持律第一）
9	羅睺羅（らごら）（ラーフラ／密行第一）
10	阿難陀（あなんだ）（アーナンダ／多聞第一）

普通ならば、互いの議論が前に出てきて、仲間割れ等が起こるところでしょうが、そうならずに並存できたのには大きな理由があったのです。それはアショーカ王の時代に「破僧の定義変更」が行われたからなのです。

破僧とは、仏教の僧団組織であるサンガを分裂させる行為です。釈迦の教えに背く解釈を提唱し、自分の解釈に賛同する者を集めて独自の教団を作ろうとする行為です。釈迦が生きていた時代は、破僧を企てた者は、厳しく罰せられ、謹慎処分となる決まりになっていました。

破僧の定義には次のように書かれています。「釈迦の教えについて互に違った考え方や解釈を持っていたとしても、同じ領域内に居住し、布薩（ふさつ）や羯磨（こんま）をみんなと一緒に行っている限りは破僧ではない」と。

布薩とは、サンガの中で半月に一度行われる全員参加の反省会で、羯磨はその後に行われるサンガの事柄を決める重要な会議のことです。つまり、みんなで行う集会や会議に参加している限りは、お互いが違った解釈を主張したとしても、それは破僧ではないというルールに変わったということです。

このことは、摩訶僧祇律（まかそうぎりつ）という古い書物に、サンガ内にもし釈迦とは違う解釈を主張する者が現れて悶着が起こったとしても、同じ所に居住し、集団儀式を共に行っている限りは、破僧ではない。別々に儀式を行うようになったら破僧であると、はっきり記されています。この書物もアショーカ王の時代に書かれたと考えられています。要点をまとめるとつぎのようになります。

もともと釈迦の教えは一つでしたが、アショーカ王の時代に破僧の定義が変更されたことで、仏教の教えの中にもいろんな解釈があっていい、異なる考え方を持つ相手を否定するのではなく、互いに仲間として認め合おうという状況が生まれました。これによって部派仏教の時代が到来したのです。

こうして部派仏教は誕生しましたが、外からみると違った教えが並存しているという現状では内部分裂している状態でしょう。破僧の定義を変更し、異なる解釈を認めると宣言したその時点で、最初のタガが外れて、仏教は一気に多様化への道を歩むことになりました。

本来一つであった釈迦の教えが、いくつにも分かれていったことを良くないと感じる人もいるでしょう。しかし、様々な選択肢を含んだ多様性豊かな宗教になったことで、仏教がより多くの人を救えるようになったと考えれば、逆にプラスととらえることもできます。

現在、仏教はキリスト教やイスラム教とならぶ世界三大宗教の一つとされていますが、アショーカ王の時代に、破僧の定義変更が行われていなければ、仏教がここまで世界に広がることはなかったでしょう。

論理的に正しければそれは釈迦の教え

部派仏教の動きが起こってから何百年か経った紀元前後、今から二千年程前に、二十ほどの部派に分かれていた仏教世界の中で、次のような大変革が起こります。それが大乗仏教です。

大乗仏教のルーツに関してはいくつかの学説があって、十五年前までは部派仏教とは無関係なところから生まれたという説が有力でした。大乗仏教は、サンガ組織の内部から生れたのではなく、在家の一般人が作ったと考えられていたのです。

それは何故かというと、単一の教えを説いていた仏教の世界から、全く異なる教えが出てくることなど有り得ないと思ったからです。しかし、近年では、大乗仏教は部派グループのどこかから生まれたという説が、一般的になっております。

破僧の定義を変更した直後の部派仏教の時代は、教えに対して解釈の違いは多少あったとしても、全く新奇な教えが出現するなどの動きはなかったでしょう。しかし、長い歴史の中で「昔から伝わっているお経には書かれていないが、論理的に正しければ、それは釈迦の教えと考えて良いのではないか」と主張する一団が現れます。

これは、今までにない新しいお経を作って、それを釈迦の教えとして広めてよいということですから、この考えが一度認められれば、その流れを止めることは出来ないでしょう。それまではなかった新しい考えを、釈迦の教えとして主張する人が次々に出てきて、いつの間にか全く異なる仏教世界（大乗仏教）が誕生することになったのです。長い歴史を経る中で歯止めも効かなくなり、一気に多様化が進みました。その際、決定的な要因になったのは「理にかなってさえいれば、それは釈迦の教えと考えてよい」というアイデアの登場だったと思われます。パーリ語で書かれた古い経典にも、理屈に合っていれば、それは釈迦の教えと考えてもよいと書かれているそうです。

大乗仏教を新たに作った人たちは、釈迦の教えを意識的に捻じ曲げようとは考えていなかったでしょう。大乗仏教の教義には、釈迦の仏教とは似ても似つかないものもありますが、すべては修行者たちの宗教体験をベースに生み出されたものです。これこそがブッダの伝えたかったことのはずだと、信念を持って主張しています。大乗仏教の教義もどこか一か所で作られたのではなく、色々な場所で多発的に生まれたと思われます。当時はまだ大乗仏教という呼び名もなければ、作った本人たちにも、それまでの仏教とは違ったものを作り出したという意識もなかったはずです。地域ごと、時代ごとに様々な新式の仏教が生み出され、そうした小さな流れが一つになり、振り返れば、それは大乗仏教という大きな潮流になっていたという状況でしょう。

大乗仏教の最終目標はブッダになること

大乗仏教が起こった時代は、インドを統一したマウリヤ王朝が滅び、混乱期を迎えた時期と重なります。特に北のガンダーラ周辺には、異民族が流入して来て激しい乱世状態に陥っていました。そういう環境では呑気に出家生活を送ることも難しくなってきます。

人々は自分の身を守ることに精一杯で、サンガや出家者達を養う余裕などなくなります。一方、出家者達は悟るための修行を諦めることはできません。ともかく、悟りの可能性を出家者だけでなく、在家者に対しても広く開いていきたいという志向性の高まりがあって、それが大乗仏教を生み出す原動力になったことは間違いないと考えられます。

大乗仏教の発生を考えるうえで、もう一つの大切なポイントがあります。

釈迦の仏教では、修業を積んで悟りを開いた者が到達する境地を「阿羅漢」と言います。阿羅漢とは、釈迦の教えをすべて学び終えて、悟りを開いた人のことです。悟ったと言っても、阿羅漢の地位は釈迦のようなブッダよりずっと下位のレベルです。釈迦の仏教では、誰もがこの阿羅漢を目指すのであって、ブッダになる事を目指すなどという人はいませんでした。ブッダというのは、釈迦のような特別な資質を持ったある種の天才だけが到達可能な境地です。

一方、大乗仏教では、悟りを開いた者の最終到達点はブッダになることです。成仏という発想がそれです。成仏とは、人が悟りを開いてブッダになるという意味です。人が亡くなった後に安らかな場所にいくことをイメージしますが、これは誤りです。釈迦の仏教では全く想定されていなかった「誰にでも開かれたブッダへの道」が、大乗仏教では可能になったというわけです。釈迦の仏教では、現世にブッダは一人しかいないととらえ、そのブッダが亡くなると、次のブッダが現れるまでには何十億年もかかるといわれ、長いブッダ不在期間が続きます。そして別のブッダが現れるのは、この長いサイクルが繰り返されると考えました。つまり、釈迦は何十億年に一人しか現れない貴重なブッダの一人だったのです。

大乗仏教では、この世界には何人ものブッダが存在していて、努力すれば誰もがその一人になれると考えました。在家・出家を問わず、誰もがブッダという最高の存在に到達できるという新たな理想が現れてきました。

世界には何人ものブッダがいる？

大乗仏教では、どうすればブッダになれるでしょうか。先ずは、釈迦と同じ道を進むことが考えられます。その生涯をたどれば、見えて来るような気がします。

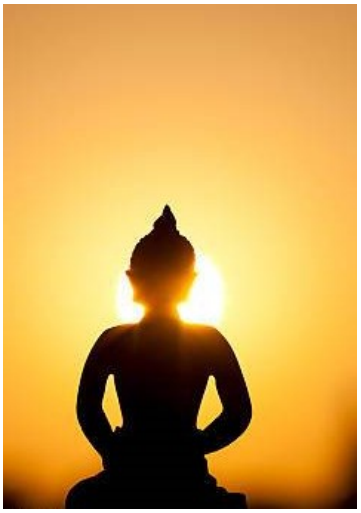
しかし、釈迦の生涯を記録した「仏伝」という書物は存在するが、ブッダになることが出来た特別な修行方法は書かれていないのです。

そこで当時の人が注目したのは、釈迦の「過去」です。釈迦の過去世（前世）に何かがあったから、それが遠因となってブッダの道へと繋がったのではないかと考えたのです。そこで彼等は、ブッダの菩薩時代に手がかりを探し始めました。菩薩とは、ブッダになる前の修行者時代のことです。

インドの時間論では、すべてのものは無限の過去から無限の未来へと永遠に続いているから釈迦がどこでブッダになるための菩薩業を始めたのか、誰にも分かりません。そこでブッダになる事を願う彼らは、次のように考え方を変えました。

釈迦も元は私たちと同じ凡夫で（普通の人）、地獄に落ちたり餓鬼になったりと輪廻を繰り返してきたはずだ。そして大昔のある時一人のブッダと出会ったのをきっかけに、それまでの平凡な生き物としての輪廻を終わらせて、自分自身がブッダになるための特別な生き方に入ったのではないかと。

釈迦の前に別のブッダがいたことを想定した考え方は、理にかなっていると思います。少年が、スポーツ選手の活躍をテレビなどで見て、素晴らしい、自分もあのようになりたいと思えば、その選手は少年の理想のモデルとなるでしょう。大乗仏教が、釈迦は過去において別のブッダと出会い「こういう人に私もなりたい」と思ったのが全ての出発だと考えたことは自然な流れでしょう。



さらに彼らは想像を膨らませます。過去のブッダと出会った釈迦は、あなたのように私もなりたいので努力しますと、そのブッダの前で誓いを立てたはずだと。この誓いを「誓願」と言います。その時に、目の前のブッダは「お前は将来、必ずブッダになれるだろう。頑張りなさい」と釈迦の未来を保証し、激励してくれたはずだと考えて、これを「授記」と呼びました。この誓願・授記（せいがん・じゅき）を転機として、釈迦はブッダ候補生である菩薩となり、その後も延々と生まれ変わり死に変りを繰り返しながら修業を続けることになった、というのが大乗仏教の根本となる考え方です。

大乗仏教が起こる前からあった燃灯仏授記という物語があります。その中に燃灯仏という仏様が登場します。大昔、釈迦がまだ凡夫だった時、その燃灯仏が現れて、あなたは未来において悟りを開いてブッダになるであろうと予言したと書かれているので、おそらく誓願・授記の考え方はこの話がベースになっていると思われます。さらに膨らんで釈迦は過去世において何人ものブッダに出会い、何度も励まされたに違いないと考えられるようになりました。輪廻で出会うブッダは一人とは限らない。釈迦はブッダと初めて出会って、誓いを立てた後生まれ変わり死に変りを繰り返していく中で別のブッダと出会い、再び励まされ、そうして何人ものブッダと出会って、パワーをもらいながら最終的には自分がブッダになったのだというわけです。こうしたことは、釈迦の仏教ではとうてい考えられないことです。大乗仏教では、釈迦の場合は想像を絶する長い時間をかけてブッダとの出会いを実現出来ましたが、私たちが釈迦の道を追体験するとなると膨大な労力が必要となる。それはあまりにもきつい。

ほかに道はないのか。愚かな私たちにも可能な、より効率的な成仏の道はないのか。この問題提起こそが大乗仏教を生み出す源泉となったのです。

会えないブッダに会う方法を考える

先ほど述べたように釈迦は過去世のブッダと出会って誓いを立てたあとに、菩薩としての輪廻を繰り返すことになったが、輪廻して生まれ変わる先は必ずしも人間とは限りません。天界で神として生まれることもあれば、畜生道に堕ちて動物に生まれ変わることだっ

てあるわけです。
　しかし、例えばウサギに生まれ変わったとしても、前世でブッダと誓いを立てたのならば、それは菩薩としてウサギになったことになります。ウサギは出家するわけにはいかないので、その場合ウサギとしての正しい生活をおくることがブッダになるための菩薩業となります。そう考えていくとも、大乗仏教が、なぜ出家しなくてもブッダになれると考えたのかが、分かってきます。要するに、自分が菩薩だと考えれば、自分が動物に生まれ変わろうが人間に生まれ変わろうが、正しい生活を心がけていれば、それがすべて修行になるというわけです。
　釈迦は、出家というかたちをとって悟りを開きましたが、それは最後の仕上げに過ぎないということです。延々と続いてきた時間の中では、その下に巨大な過去が存在しています。釈迦も様々な生き物の姿を取りながら、正しく生きることで修行を積んできた時代があったからこそ悟りを開くことができた、と考えれば、たとえ出家しなくても釈迦と同じ道を歩いているということになります。
　大乗仏教では、善行を積むことがブッダになるための修行だと考えました。これは「利他の気持ちを持って行動しなさい」ということです。釈迦の仏教にも利他の概念は存在しますが、そこでは「自利をベースにした利他」を基本構造にしています。自分が率先して厳しい修行に励む姿を見せることで苦しみを抱えながら暮らしている人たちに「そうかこういう救いの道もあるのか」と気づきを与えることが、釈迦の仏教の利他です。よき手本となってみんなを導くという形での利他なのです。大乗仏教の利他はもっと直接的で自分を犠牲にして誰かを救う事が基本となります。
　両者の違いは、動物の行動にたとえてみましょう。親鳥は子供の前でエサをとり、それを見たひな鳥はやがて親に倣って自分でエサを取るようになります。
一方の大乗仏教の利他とは、例えば飢えたトラを助けるために私を食べて生き延びなさいと、トラの前に自らの身をさしだすことを意味します。

大乗仏教最初の教典　般若経について

　大乗経典と一口に言いますが、お経ごとに教えの内容はかなり異なっています。在家のままでブッダへの道を歩むことができると、考える点は共通していますがそれぞれのお経によって、ブッダになるための方法や過程には違いがあります。
　数ある大乗経典の中で、最古のものと思われる般若経が、どうやって生まれたかを見ていきたいと思います。般若経には馴染みがなくても、般若心経につてはご存知の方も多いと思います。般若心経も数ある般若教典の系統に分類される経典の一つで、般若経の教えのエッセンスをコンパクトにまとめたものと言えます。般若経と呼ばれるお経は大変種類が多く、完全な形で現存しているものだけでも、サンスクリット語の十種以上、チベット語訳のもの十二種以上、漢訳のもの四十二種以上あるとのことです。断片だけ残っているものを含めると数え切れないほどの種類が見つかっていると言われています。
参考のため、年代順に大まかな分類をしますと、最初に作られたのが教義の基本となる経典で小品系般若経（しょうぼんけいはんにゃきょう）と呼ばれています。その後、それを膨らませたものとして大品系般若経（だいぼんけいはんやきょう）が登場し、初期の般若経の中では最も長大とされる十万頌般若経（じゅうまんじゅはんにゃきょう）が作られます。

次に金剛般若経や般若心経が登場しますが、この時代になると大品系とは逆に、どんどん内容をそぎ落とす方向へと向かって行きます。その後に密教系要素を含んだ般若理趣経が出て、さらにそれまでの般若経典の集大成ともいうべき大般若経が登場します。どのお経も、長さや若干の内容の違いはありますが、基本となる教義はほぼ共通していると思って良いでしょう。般若経が誕生したのは紀元前後と言われています。以後、数百年にわたり、様々な般若経が編纂されて、アジアを中心に広まっていき、日本に入ってきたのは、六、七世紀頃。聖徳太子の時代と言われています。

般若経は、大乗仏教系の様々な宗派で広く唱えられていますが、禅宗（曹洞宗、臨済宗、黄檗宗など）と密教系の宗派（天台宗、真言宗など）が、特に般若経を大切に扱っています。逆に浄土真宗では唱えません。
また、日蓮宗、法華宗も法華経だけを基本の教義としているので、般若経をとなえることはほとんどないようです。

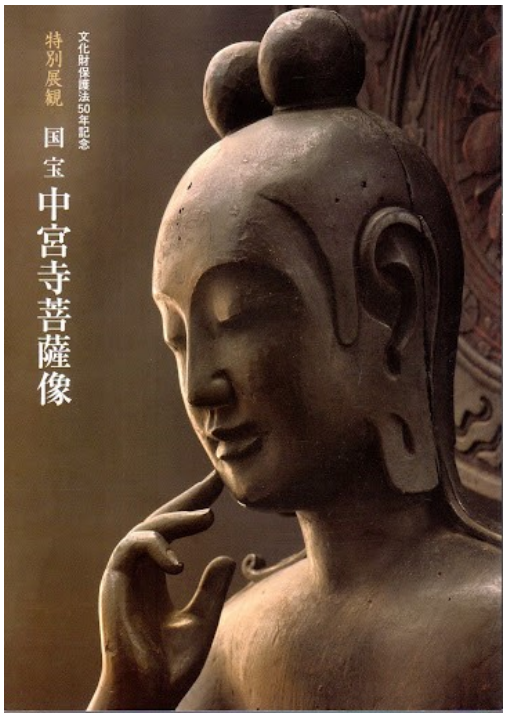
○摩訶般若波羅蜜多心経

観自在菩薩。行深般若波羅蜜多時。照見五蘊皆空。度一切苦厄。舎利子。色不異空。空不異色。色即是空。空即是色。受想行識。亦復如是。舎利子。是諸法空相。不生不滅。不垢不浄。不増不減。是故空中。無色無受想行識。無眼耳鼻舌身意。無色声香味触法。無眼界乃至無意識界。無無明亦無無明尽。乃至無老死。亦無老死尽。無苦集滅道。無智亦無得。以無所得故。菩提薩埵。依般若波羅蜜多故。心無罣礙。無罣礙故。無有恐怖。遠離一切顛倒夢想。究竟涅槃。三世諸仏。依般若波羅蜜多故。得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多。是大神呪。是大明呪。是無上呪。是無等等呪。能除一切苦。真実不虚。故説般若波羅蜜多呪。即説呪曰。羯諦羯諦。波羅羯諦。波羅僧羯諦。菩提薩婆訶。般若心経。

私達は前世ですでにブッダと出会っている

般若経の大きな特徴は、「すべての人は過去においてすでにブッダと会っていて、誓いを立てている」と考える点にあります。大乗仏教では自分がブッダになろうと思ったら、先ずはブッダに会って私もあなたのようなブッダになるよう努力します、という誓いを立てなくてはなりません。そして、そのブッダがお前も将来、きっとブッダになるであろうと太鼓判を押してくれてはじめて、正式なブッダ候補生となり、修行の道に進むことが可能となります。

このようなブッダ候補生のことを「菩薩」と呼びますが、般若経では、私達はすでにブッダと出会って誓いを立てているのだから、菩薩であると考えるのです。そうは言っても、私には本物のブッダと過去に出会ったという記憶はありません。こうしたことに対して、般若経では、ブッダと過去に出会ったことにあなたが気づかないのは単に忘れてしまっているからだと考えるのです。



しかし、そうはいうものの納得できかねないという人に対しては、般若経はこんな風に尋ねます。この般若経を読んで見た時に、あなたはどう感じましたか？心が震えて有り難いという気持ちになりませんでしたか？　もし心が震えたなら、それが過去にブッダと出会って誓いを立てたという証拠です。もし何も感じないのなら、あなたはブッダと出会っていないことになります。

そう言われて、私は何も感じませんでした、とはっきりと答えられる人は中々いません。多くの人が、言われてみれば、有り難いお経に聞こえるし、声に出して読み上げていると、心が落ち着くような気がする　と思うのではないでしょうか。

般若経の教えはこの通りですが、本来の釈迦の仏教とは異なる考え方です。釈迦の仏教において、ブッダを目指すということは絶対にありません。私達が悟ったとしても、この世で到達できるのは、ブッダよりも下位の阿羅漢止まりだったのです。

さらにもう一つ、般若経にはそれまでの仏教にはなかった新しい考え方があります。私達は、菩薩としてこの世に存在しているのだから、日常生活の中で善行を積み重ねていけば、それが悟りへのエネルギーとなり、やがてはブッダになることができる、という考え方です。釈迦の仏教では、出家修行の中で煩悩を断ち切ることこそが、悟りに至たるための唯一の方法と考えられていました。それが般若経では、日常生活で善行を積み重ねていけば、悟りに近づくことができると変わってしまったのです。これは明らかに釈迦の考え方とは異なります。本来は善行を積んだところでブッダになれるはずはないのです。

善行で輪廻は止められるのか？

釈迦の仏教で、悟りを開くということは、二度と生まれ変わることのない涅槃にたどり着くことを意味します。二度と生まれ変わらないということは、つまり輪廻を止めるということです。そして輪廻を止めるためには、瞑想修行に励んで煩悩を断ち切ることがどうしても必要となります。しかし世俗の世界で善い行いを積むことと、修行によって煩悩を断ち切るということは、まったく別個の行為ですから、日常の善行は、悟りを開くための役には立たないということになります。

善行はいくら積み重ねても、輪廻は止められないし、悟りを開くこともできません。善行が善い行いであることはいうまでもありません。

釈迦の仏教では、この世は天・人・阿修羅・畜生・餓鬼・地獄の六道からなり、私達はその間で生まれ変わり死に変りを延々と繰り返すことになっています。もし、あなたが一

生懸命に善行を積めば、その善行の力で来世は苦しみのない世界である　天　に生まれ変わるかもしれません。しかし、ここが肝心なのですが、その　天　も輪廻の一領域に過ぎず、たとえ天に生まれ変わったとしても、神としての寿命を終えると、再び六道のいずれかに生まれ変わることになるのです。天と涅槃は、混同される方が多いようですが、この二つは全く別のものです。

業にも善い業、悪い業があります。どちらも私達を次の生まれ変わりへと引っ張っていく、輪廻の原動力になります。悪い業の結果は「苦」で、善い業の結果は「楽」です。少し、ややこしいことになりますが、私達は善い事をする時に、「他者のためになることをやりたい」「私はこんな素晴らしいことをした」と、自分で意識しながら、それを行うことになりますよね。意識して行動した時点で、それは業に繋がってしまうのです。

自我意識という鎧を捨てた姿での善行ならば業には繋がらないですが、そうした無の境地で善行をおこなうのは、容易ではありません。どうしても何かをしようとすると、やってあげているとか褒めて欲しいといった意識がそこには芽生えてしまいます。これこれのことを私はするぞと強い意欲を持って善行や悪行を行った時に生み出されるパワー、それが即ち業なのです。

だからお釈迦様は、実は輪廻を断ち切り涅槃を目指すには、この世では善い事も悪い事もしてはならないと言うのです。業を作るような、自意識に根ざした行動をするな、ということです。善い事も悪い事もせずに、ひたすら瞑想修行に励んで業のパワーを消して輪廻を止めること。それこそが釈迦の仏教の本質というわけです。この観点から言えば般若経の考えは矛盾しています。

過去でブッダと出会い、誓願を立てて菩薩となり、その後の長い生まれ変わり死に変りの中、ひたすら日常的な善行を積むことによって、自分自身がブッダとなり、最後には涅槃に入るというのですから、本来の業の定則が壊れているのです。般若経の特徴は、本来は輪廻を繰り返すことにしか役立たないはずの業のエネルギーを、悟りを開いてブッダになり、涅槃を実現するために転用することができると、とらえ直した点にあります。

お釈迦様が説いた「空」

業のエネルギーを輪廻とは別の方向に向けることを、大乗仏教では回向（えこう）と呼んでいます。本来は、不可能なことを、般若経はどんな論理を使って可能と考えたかをみていきます。

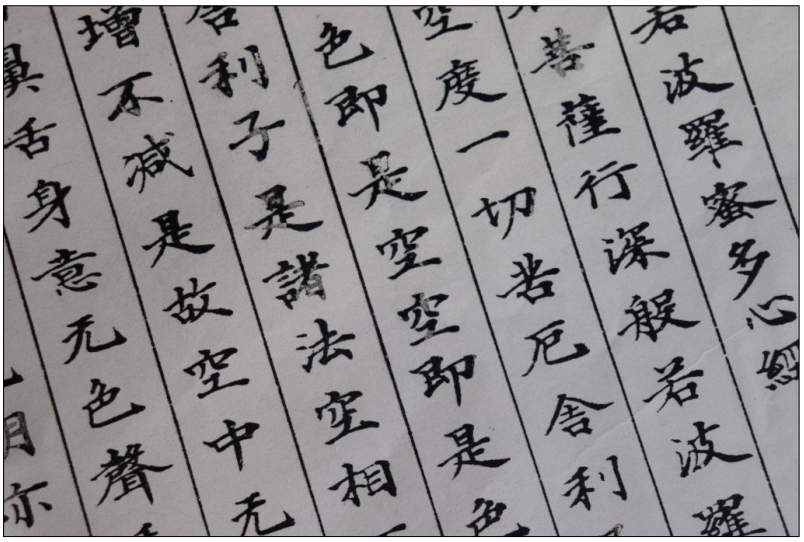
回向とポイントカードの活用について考えます。私達は、コンビニエンスストアでポイントカードを使ってよく買い物をします。ポイントのシステムを良く知らない人は、コンビニエンスで貯まったポイントは再びコンビニで使おうとします。お弁当を買った時のポイントで、またお弁当を買うわけです。

しかし、実際にはポイントは別のことにも使えます。たくさん貯めれば、交換してハワイ旅行にだって行けます。でも情報に疎い人の中には、コンビニで貯めたポイントはコンビニでしか使えないと思い込んでいる人もいるでしょう。知らないと損をしてしまうのが今の社会です。そこで話を回向に戻します。

般若経もこれと同じ論理を使って、回向の実現可能性を主張しました。以下般若経の考えです。

釈迦の仏教すなわち阿含経と呼ばれる古い時代のお経が、業のエネルギーには輪廻を助長する働きしかないと考えていたのは、縁起と呼ばれる因果則の裏側に隠されたもっと崇高なシステムに気付かなかったためで、実はその因果則の裏には、善行によって得たエネルギーをブッダになるための力に振り向けることができる、より上位のシステムが隠されていたのだ、と。

その、因果則の裏側に隠されていたシステムのことを般若経では「空」（くう）と呼びます。空の論理を学び、それを理解した人だけが、日常的な善行のエネルギーをすべて悟りの方に向けることが可能になると、般若経では考えたのです。



空という語は釈迦の仏教にもあったのですが、般若経は、その同じ空という語をまったく違う概念、我々がブッダになるための崇高なシステムという概念に置き換えることで、全く新しい仏教を生み出しました。したがって。般若経の空は、釈迦の仏教がいう空とはまったく別物です。二つのどこが違うかをみていきます。まずは釈迦の仏教から始めますが、この時代はさほど重視されていなかった概念です。最古のお経と言われるスッタニパータには、次のような文脈のなかで空という語が使われています。

「ここに自分というものがあるという想いを取り除き、この世のものは空であると見よ」。

釈迦の仏教の空を理解するには、釈迦の世界の捉え方を知っておく必要があります。

釈迦の仏教では、この世界をいくつかの方法で分類しました。その中の一つが「五蘊」です。これは我々人間は、どのようなものから出来ていて、どの様な在り方をしているのかを分析し、五つに要素に分けたものです。その要素を「色」しき・「受」じゅ・「想」そう・「行」ぎょう・「識」しき・と言います。簡単に説明しますと、色とは、我々を構成している外側の要素、つまり肉体のことを指します。本来は外界にある木や石などすべてのものを意味しますが、とりあえずここでは肉体としておきます。残りの四つは内面、つまり心の世界に関係する要素です。

受は、外界からの刺激を感じる感受の働き、想は、いろんなことを考える構想の働き、行は何かを行おうとする意思の働き、識はあらゆる心的作用のベースとなる認識の働きのことです。

このほか「十二処」（眼＜げん＞・耳＜に＞・鼻＜び＞・舌＜ぜつ＞・身＜しん＞・意＜い＞の六根＜ろっこん＞と、その対象となる色＜しき＞・声＜しょう＞・香＜こう＞・味＜み＞・触＜そく＞・法＜ほう＞の六境＜ろっきょう＞)、「十八界＜じゅうはつかい＞」（十二処に、眼識＜げんしき＞・耳識＜にしき＞・鼻識＜びしき＞・舌識＜ぜつしき＞・身識＜しんしき＞・意識＜いしき＞の六識を加えたもの）などの様々な分類方法もあります。そして、こうした存在要素が複雑に関係しあいながら寄り集まり、定められた因果則によって刻々と転変することで、この世界が形作られていると結論づけたのです。

道端に落ちている石ころを見て釈迦はどう感じたか。実在しているのは目や手がとらえた、色や形、手ざわりのほうで、石というのはそうした要素を心で組み上げた架空の集合体に過ぎないと考えたのです。

さらに石ころに変えて、私とは何かについてはどう説明するでしょうか。私というものもいろや形、温度、重さなど様々な要素の寄せ集めで作られている架空の存在で、ここにあるように見えるけれども、実際には存在しない虚像ということになります。ただ人間は石とは違って、色や形だけでなく、認識や思考記憶、あるいは執着や怒りなどの感情や感性などの様々な心的作用も集合体の要素になっています。そのような肉体と心の働きが目や耳といった感覚器官によって連結され、絶えず変化しながらも、かりそめのまとまりをなしている、それこそが私だと釈迦は捉えたのです。それを知ると、釈迦がこの世のものは空であると見よといった意味が理解出るでしょう。

世界の構成要素すらも実在しない

釈迦の空は、私達がそこに存在すると信じていたものは、私を含めて実体はなく、確実に存在するのは構成要素だけであるということです。この釈迦の空と般若経の空とはどこが違うでしょう。

石や私は、人間があると思い込んでいるだけで、実体はない（諸法無我）と考えたところまでは、釈迦の仏教も般若経も同じです。しかし、般若経では、釈迦が実在すると考えた五蘊などの、世界を構成している基本要素すらも実在しないと、捉えたのです。また、釈迦はこの世の本質を諸行無常、すべてのものは移り行くと見抜いていましたが、般若経では、すべての基本的存在要素には、そもそも実体がないのだから、それが生まれたり消えたり、汚れたり、きれいになったり、増えたり、減ったりしている（ようにみえる）のも全て錯覚であると考えて、諸行無常さえも否定しました。

この世を構成している基本要素が実在せず、ただの虚構だということになると要素と要素の間を結んでいた因果則も存在しないことになります。そうなると釈迦の仏教の根本にある、行為と結果の関係、つまり業の因果則すらも存在しないということになってしまうのです。

しかし、そのままではこの世のありようが説明できません。そこで般若経では、この世はそうした理屈を超えた、もっと別の超越的な法則によって動いていると、とらえました。この人智を超えた神秘の力、超越的な法則こそが般若経でいう空なのです。

釈迦が定めた業の因果則を基本にしていると、悟りを開くためには特別な修行が必要となります。すなわち業の力を断ち切るための修行です。輪廻を生み出しているのは業です。業を消すためには、出家して煩悩を断ち切る厳しい修行が必須です。

しかし、因果則の転換を行い日常の善行を悟りへのエネルギーに使うことができると考

えれば、ハードルはぐっと下がります。出家して特別な修行をせずとも、在家のままでブッダへの道を進むことが可能となるのです。そこへ向かうには、釈迦の仏教が構築した世界観を一度無化し、空という概念を作り変えるしか方法はなかったというわけです。

唱えなさい、書きなさい、広めなさい

般若経では、布施（ふせ）・持戒（じかい）・忍辱（にんにく）・精進・禅定・智慧という六つの行為を六波羅蜜と呼び、回向へと向かうためのたいせつな修行と定めています。この中で最も重要なのが般若波羅蜜多（はんにゃはらみった）と呼ばれる智慧の修行を極めることによって生まれる「完璧な智慧の体得」です。つまり、これこそが空を理解できる智慧を身につけるということです。ほかの五つの修行である布施・持戒・忍辱・精進・禅定については、それほど難しいことをいっているわけではないです。これらは、見返りを求めずに人と接し、自分を戒める姿勢と慈悲の心を持ち、常に第三者の目で自分を冷静に見つめよ、といった意味なので「日常の暮らしの中で正しく生きていればそれでよい」ということになります。

釈迦の仏教では救えなかった人々を救うのが大乗仏教ですから、敷居が低いのは当然のことです。それから「六波羅蜜」の六つの修行のほかにもう一つ、般若経ではブッダとなるために最も効果のある修行として、般若経を讃えることを挙げています。その理由は、般若経ではお経そのものをブッダと捉えたからです。人間の姿をしたものではなく「教えそのもの」がブッダと考えて、般若経ではそれを「法身＜ほっしん＞」と呼びました。つまり、お経を讃えるという行為が、ブッダ自身を崇め、供養していることになるのです。

前に大乗仏教では、利他の行為そのもよりも、ブッダと会ってそれを崇めること、供養することが、自分がブッダになるための近道だと考えるようになっていったと記しました。この考えに基づくなら、ブッダと出会って誓いを立てた者は、生まれ変わり死に変りを繰り返す中で、何度もブッダと会いその度にブッダを供養することでパワーをいただく必要があります。でも、残念ながらブッダとは簡単には会えない。では、どうするか？お経をブッダそのものととらえることで、私達は、この世界で何度もブッダと出会い、パワーをもらうことができる、と般若経は考えたわけです。ブッダになりたいと考える人にとっては有り難いアイデアと言えます。般若経を法身と定めたことで、ブッダになるまでのスピードアップが格段に図れるようになったのです。

また般若経では、お経を読んだり唱えたりすることに加えて、書く事も推奨しています。現在の写経はこれがもとになっているのですが、書き写すことをブッダ供養の一つと捉えたことで、般若経は急速に広まって行くことになりました。

般若経には、唱えなさい、書きなさい、広めなさいという自己増殖のためのプログラムのようなものが、最初から仕込まれていたのです。だから、どんどんお経がコピーされて広まっていくことになったのです。今も書店では、般若心経・写経セットなどと題して販売されています。現代になっても、当時作られた自己増殖プログラムが機能しているというのは驚くべきことと思います。

多くの人を救う「神秘」という力

神秘とは、論理的なものではないため、具体的に説明するのは難しいですが、お経を拝んだり、唱えたりすれば、自分がブッダになれるという教えそのものも、神秘の力がなければ成り立ちません。般若経の全ての教えの基礎、根拠となっているのが神秘の力です。極端な言い方を許してくださるなら、般若経自体が不思議な力をもった呪文（マントラ）であるとも言えます。小泉八雲の怪談で知られる耳なし芳一の物語にも、耳にお経を書き忘れたため耳を取られたという怖い話もあります。

あの時、琵琶法師の体中に書かれていたのが、般若経の一つである般若心経だったとのことです。悪霊退散のパワーを持ったお経として、般若心経が物語に登場してくるのです。お経自体が呪文だと考えられていたことが分かります。

般若心経には、最初からこのお経は呪文であると記されています。般若心経の後半に、こんな一節が登場します。

「故知般若波羅蜜多（こちはんにゃはらみった）　是大神呪（ぜだいじんしゅ）　是大明呪（ぜだいみょうしゅ）　是無上呪（ぜむじょうしゅ）　是無等等呪　（ぜむとうどうしゅ）能除一切苦（のうじょいっさいく）　真実不虚（しんじつふこ）　現代語訳しますと、ゆえに以下のことを理解せよ。般若波羅蜜多は大いなる真言（マントラ）であり、大いなる知力を持つ真言であり、最上の真言であり、比類なき真言であり、一切の苦しみを鎮める真言であり、嘘偽りがない真実なのであるとなります。

最後には羯諦羯諦（ぎゃていぎゃてい）といういかにも呪文らしいくだりが登場しますが、この一節が不思議な響きをもって聞こえるのは、原典のサンスクリット語の音「ガテー・ガテー　」を、そのまま漢字に置き換えたからです。どうしてこの部分だけ漢訳されなかったかというと、こここそが呪文であって置き換えてしまうと言葉に秘められた神秘の力が失われてしまうからです。

神秘や不思議な力という話を持ち出すと怪しく感じるひとも多いと思います。
しかし、神秘と言われて抵抗を感じる人は、、神秘と迷信を混同しているかも知れません。神秘と迷信は似て非なるもの。迷信とは目の前に現われた二つの現象の間に誤った因果関係を想定することです。例えば、カラスが庭に来て鳴いていたのを見た翌日に、母親が亡くなったとします。それを母が死んだのは、カラスが鳴いたからではないかと考えるのは迷信です。そこには何の因果関係もありませんから、ただの思い込みに過ぎません。

神秘とは、世の中の現象の奥に、人智では説明不可能な力を感じ取ることです。例えば、重病で一週間の命と言われた人が、毎日お経を唱えていたところ、半年以上生きながらえて娘の結婚式に出席して、その翌日に亡くなったとしましょう。お経に病を治す力があるかどうかはだれにも分かりませんが、この時、お経がその人にとって何らかの心の支えとなったのは確かです。そこに人智を超えた不思議な力を感じ取るならば、それはその人にとって神秘な力が存在していたということになるのです

神秘な力で寿命が延びたことをプラシーボ効果、いわゆる偽薬効果ではないかと考える人もいると思います。それはそれで結構でしょう。人の感じ方にはいろいろあってもよいと思います。しかし、大きな力の存在を信じることで、心にパワーをもらい、そのお陰で病気を克服したり、救いを感じたりする人が実際にいるのも事実です。自分の力で苦しみから逃れようと思っても、一人ではどうすることもできず、何か大きな力を頼ることでし

か救われない人もいるのです。そうした人を救うという意味において、般若経が神秘性というものを土台に置いていることは、決して悪い事ではないということになります。

人智を超えた力というと怪しく聞こえますが、般若経は、神秘の力というものを新しく加えたことで、新たな救いの要素が導入されたのです。人は誰でもあり得ないことだけどな、こうあって欲しいとか、実際には無理だろうけど、何とかこうならないかな、と考えたりするものです。何か不思議で超越的な力がこの世に存在すると思えるなら、そうした見果てぬ夢にも希望が持てるようになるのです。

釈迦の仏教には、業や輪廻といった、現代社会では受け入れにくい概念も含まれていますが、神秘的要素はほとんど存在しません。釈迦の仏教は、心の苦悩を自分の力で消したいと願う人達にとっては、論理的かつ理性的で、ほぼ完璧な宗教であることはまちがいないでしょう。しかしそこには、出家や修行という現実世界では中々実行できないハードルが設定されています。

釈迦の仏教だけでは救われない人がどうしても出て来てしまうのです。そういう人のために般若経が作られたのだと考えれば、釈迦の仏教を否定しているからこそ、そこに存在意義があると考えることも出来るのです。

紀元二世起から三世紀にかけてインドに登場した学僧たち、龍樹、無著、世親らによる大乗経思想の確立によって大乗経が誕生し、般若経や法華経が西域出身の鳩摩羅什による優れた漢訳を経て、中国に浸透し、我が国に導入されました。従って、我が国の仏教はすべて中国経由で導入された大乗仏教と見なされています。

上座部仏教		大乗仏教
阿羅漢 現世で悟りを得た者（人には限界があるのでブッダにはなり得ない）	最終理想	ブッダ 真理に目覚めた者（現世でなっても、来世でもかまわない）
悟りに近づく	現世での修行の目的	徳を積む
声聞 ブッダの教えを聞いた者	修行者の名称	菩薩 悟りの途中にある者
戒律を実践 仏教教団の規則を守る	修行の方法	六波羅蜜を実践 6つの徳行を行う
出家がメイン	修行の場所	出家・在家とも可
釈迦如来 （ブッダ自身が仏になった姿）	信仰対象	如来全般 悟りを得た理想の姿として 菩薩 修行者たるお手本として
伝統的な三蔵 ブッダ（一部は直弟子）が話した教えとされる経典のみを認める	経典	般若経・法華経・華厳経・阿弥陀経・無量寿経ほか 後代に作成された経典も認める

以下は、我が国で現在活躍している 13 の宗派です。各宗派ともそれぞれ特色のある教義に基づいて、衆生済度を行っております。皆さんも、家の宗派などを勘案しながら一つの宗派を選択して、仏教が持っている楽しみ探しはいかがでしょうか。

＜日本の仏教１３宗＞

法相宗　宗祖　道昭　　開宗年　６５３年　特徴　唯識思想
本山　興福寺　薬師寺　　本尊　釈迦如来　薬師如来
教典　成唯識論　解深密経
「教え」五官を通じて認識されるものは、心の内に現れると説く唯識思想、あらゆる存在は心の内が投影されたものであるとし、心のほかには何も存在しないとする唯識思想を教義の中心とする。心のほかには何も存在しないと自覚する。

華厳宗　宗祖　良弁　　開宗年　７４０年　特徴　一即多、多即一
本山　東大寺　　本尊　盧舎那仏　教典　華厳経
「教え」すべてのものは交わり合いながら調和して存在していると説く華厳の教え、すべてのものは交わり合い、流転転変しながら調和し、存在しているという融通無碍の世界を説く。仏も我々も一体であると考え、五教十宗の教判を確立。

律宗　宗祖　鑑真　　開宗年７５４年　　特徴　　戒律中心
本山　唐招提寺　　本尊　毘盧遮那仏　教典　四分律教戒の実践こそが仏道修道であり悟りへと至る道である。すべての諸行は戒にあるとし、僧侶の生活形式を実践することこそが、悟りへと至る仏道修行であるとした。

天台宗　宗祖　最澄　　開宗年　８０６年　　特徴　天台教学　総合仏教
本山　延暦寺　　本尊　釈迦如来　　教典　法華経
「教え」あらゆる教えが法華一条のもとに包括されるとする思想。
バランスを重視し、経論の解釈や研究を中心とする理論と、これを体得するための実践を求める天台宗の教え。

真言宗　宗祖　空海　　開宗年　８２２年　　特徴　大日如来と一体化
本山　金剛峯寺　　本尊　大日如来　教典　大日経　金剛頂経
空海によって確立された即身成仏論。この身このままでは仏の境地に至る即身成仏を是とし、印と真言を用いた実践法「三密加持」を説く

宗融通念仏　宗祖　良忍　開宗年　１１１７年　特徴　念仏と念仏との融和
本山　大念仏寺　本尊　十一尊天得如来　教典　浄土三部経
「教え」巡り巡って自分に還ってくる功徳で成仏できるとする他力往生の精神
自己の念仏とほかの人々の念仏の力、阿弥陀仏の願力の三つの融通により仏性を顕現させ、極楽往生を目指す。

浄土宗　宗祖　法然　　開宗年１１７５年　特徴　南無阿弥陀仏称える
本山　知恩院　　本尊　阿弥陀如来　　教典　浄土三部経
「教え」南無阿弥陀仏を称えること以外に救済の道はないとした法然の選択。
阿弥陀仏の第十八願を根拠として阿弥陀仏を信じ、念仏を称えることで極楽往生が叶うと説く。専修念仏を阿弥陀如来の本願として唯一最高の行と説く。

浄土真宗　宗祖　親鸞　開宗年１２２４年　特徴　阿弥陀如来の本願を信じる。
本山　西本願寺・東本願寺　本尊　阿弥陀如来　教典　浄土三部経
「教え」専修念仏の教えをもとに在家信者の宗教への変化を遂げた親鸞の教え
人々の極楽往生を約束する阿弥陀仏の絶対的な救いにすがり、報恩感謝の念仏を称えるよう求める親鸞の主張、親鸞は阿弥陀仏の本願を信じる心を重視した。

時宗　宗祖　一遍　開宗年１２７４年　特徴　南無阿弥陀仏を称える
本山　清浄光寺　本尊　南無阿弥陀仏の名号　教典　浄土三部経
「教え」六字の名号にすべての修行があるとした、一遍の主張。
「教え」南無阿弥陀仏の名号と衆生、阿弥陀仏は一体であるとし、
すべてを捨てて念仏を称えよと説く。仏と人を一体にする南無阿弥陀仏。

臨済宗　宗祖　栄西　開宗年　１１９１年　特徴　坐禅と公案
本山　建仁寺・妙心寺　本尊　釈迦如来　教典　なし
「教え」老僧との対面の末に禅僧としての悟りを見いだす。
禅の実践のなかで何者にも捉われない主体性ある心を養い、内なる仏性を見いだし、真実、悟りを見定める。殺仏殺祖に秘められた教え。

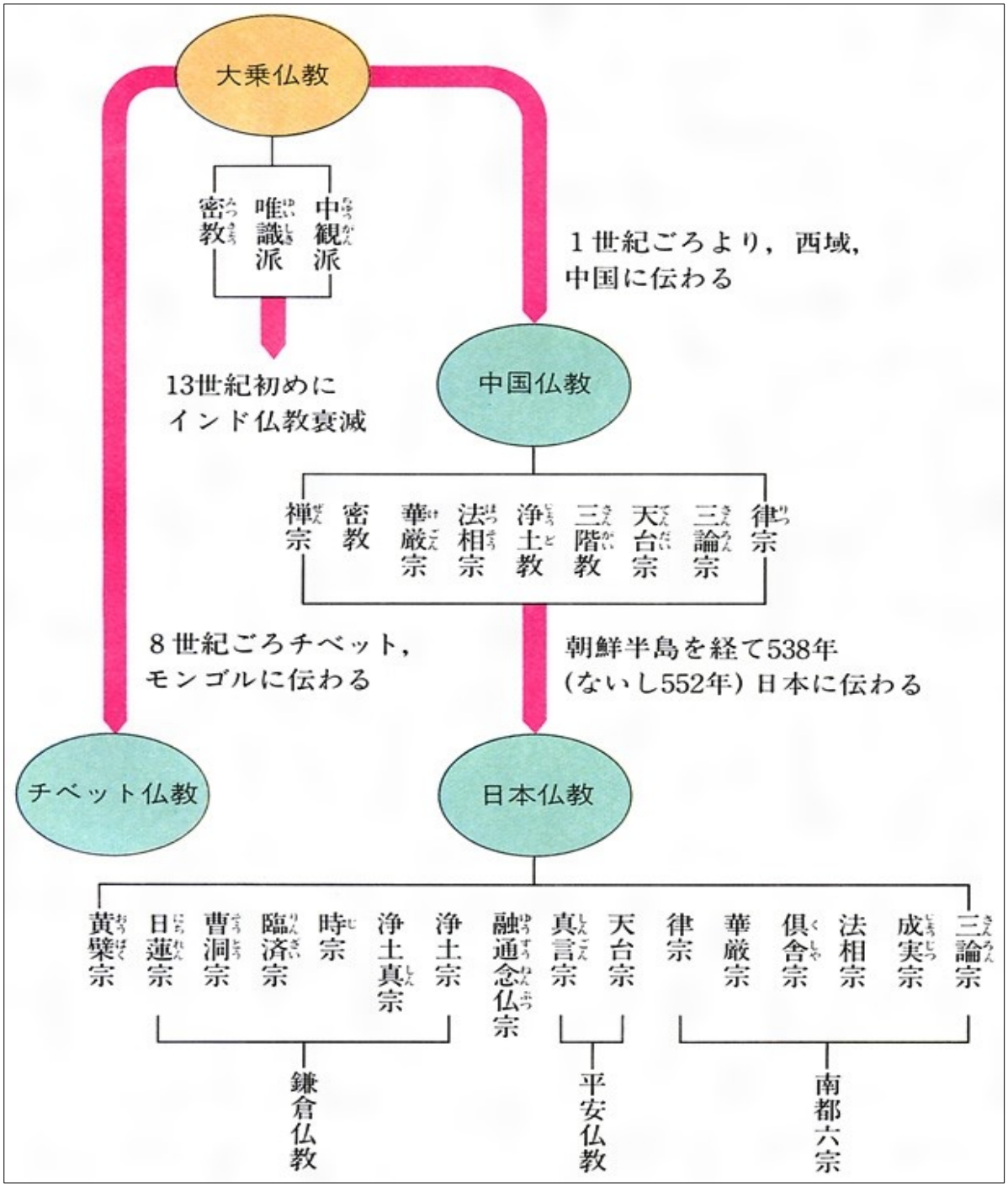
曹洞宗　宗祖　道元　開宗年　１２２７年　特徴　只管打坐
本山　永平寺・総持寺　本尊　釈迦如来　教典　なし
「教え」悟りや功徳を求めず、ただ無の心を持って臨む修行の場。いかなる目的も持たず、深山幽谷に籠って坐禅を行い、真理を追究することを求めた道元の教え。ひたすらに坐禅する。黙照禅により仏性を見出す・

日蓮宗　宗祖　日蓮　開宗年　１２５３年　特徴　南無妙法蓮華経を称える
本山　久遠寺　本尊　釈迦如来　教典　法華経
「教え」。末法の世における人々を救う方法は法華経にあり法華経への帰依を求め、戒壇で本尊に向かい、題目を称える実践こそ、衆生が法華経と縁を結ぶ契機。法華経が救済できる五つの理由　五義と三大秘法を示す。
五義には、教（最も優れた仏の教え）・機（人間の能力）・時（教えが広ま間）・国（教えが広められる場所）・序（教法　流布の順序）

黄檗宗　宗祖　隠元　開宗年１８７６年　特徴　禅と浄土思想の合致　本山　萬福寺
「教え」浄土教と念仏をも包含した隠元による念仏禅の教え。
坐禅と念仏によって、自身に備わっている仏性を見いだし、心のなかにいる阿弥陀仏に気づく実践の教え。浄禅一致で成仏を遂げるという思想。

仏（ほとけ）をまねぶ

仏教はブッダになるための教えです。友人との会話のなかで仏教が話題となり、仏という文字の説明をしていたら、友人いわく、ぼくは毎朝ブッダになっているという。私は、そう簡単にブッダになんかなれない。修行に修業を重ねてブッダになれるのだと説明したら、彼は笑いながら言う。仏という字の意味は、目が覚めるという意味でしょうと。うまい冗談に参りました。

私達も、ある意味では毎朝ブッダになれるのですから、その日一日はブッダになったつもりで生きてみるのも楽しいのではないでしょうか。真似てください。

＜参考文献＞
高僧伝　釈迦　集英社　　原始仏教　NHKbooks　　真理の言葉　　岩波文庫
真理の言葉　NHK 出版社　　大乗仏教　NHK 出版社　　プレジデント　他