

禪定と智慧¹⁾

四 津 谷 孝 道

(駒 澤 大 学)

I

今年度の学術大会の共通テーマである「仏教と智慧」という枠組みの中で、筆者が設定した表題は、「禪定と智慧」というものである。

仏教とりわけ大乘仏教の六波羅蜜においては、禪定 (dhyāna, ting nge 'dzin) を中心とした様々な実践を通して、究極的には智慧 (prajñā, shes rab) の完成を目指すことが謳われていると考えられる。但し、本稿において扱う「禪定と智慧」とは、そうした手段と目標 (あるいは目的) という意味のそれではなく、仏教における修行の段階を示す聞・思・修 (śruta, cintā, bhāvanā) の中の修 (bhāvanā, sgom pa) において実践される禪定と智慧のことである。特に、その中の智慧とは、無我を対象とする個別観察智 (妙観察智, pratyavekṣaṇājñāna) である。別な言い方をすれば、以下に扱う禪定とは「瞑想による修習」(jog sgom) のことであり、それは主に舎摩他 (śamatha, zhi gnas) において修習されるものである。一方の個別観察智を内容とする智慧とは、「智慧を通じた考察による修習」(dpyad sgom) のことである (以下では、「考察による修習」と呼称する)。そして、そうした考察による修習は、主に毘鉢舍那 (vipaśyanā, lhag mthong) において修習されるものである。

これらのことを前提として、本稿では、究極的な悟りとしての智慧 (samyaksambodhi、或るいは anuttarasamyaksambodhi) を得る為の修行としての聞・思・修という枠組みの中の修の中に位置づけられる、禅定 (舎摩他) と智慧 (毘鉢舍那) に焦点をしぼり、とりわけ毘鉢舍那を重視するツォンカパ・ロプサンタクパ (Tsong kha pa Blo bzang grags pa, 1357-1419) の主著である、『菩提道次第論・広本』 *Byang chub Lam rim chen mo* (以下においては、『菩提道次第論』と呼称する) を主な資料とし、それらの修習に関するツォンカパの理解を紹介することにした。

II

まず、以下に論じてゆく舎摩他と毘鉢舍那という修習に関する議論の場については、ツォンカパ自身は明確に限定していないので、あくまでも推測の域を出ないのであるが、四禅の中の有尋・有伺、つまり “vitarka” と “vicāra” を有する初禅が、その主な議論の場となっているのではないかと考えられる。

次に、舎摩他並びに毘鉢舍那というものが、ツォンカパによってどのように理解されているかについて、要点のみを大掴みに示しておきたい。

ツォンカパは、下記にあるように、たとえば『解深密経』 *Samdhinirmocanasūtra* や『法雲経』 *Ratnameghasūtra* に言及して、舎摩他の本質は心一境性 (cittasyaikāgratā, sems rtse gcig pa nyid) であり、毘鉢舍那の本質は考察 (vicāra, rnam par dpyod pa 或るいは dpyod pa) であると極めて明確に述べている。

『解深密経』と同様に、『聖宝雲経』においても「舎摩他とは心一境

[性] である。毘鉢舍那とは正しく個別観察すること (yang dag par so sor rtog pa) である」……と説かれて²⁾いる。

更に、奢摩他と毘鉢舍那のそれぞれについてももう少し見ておくことにしよう。まず、奢摩他について、ツォンカバは、以下のように述べている。

それを知覚するその心は、他所に散動しないで念と正知によってずっとその所縁（対境）に結び付けられるのであるから、[その] 心は所縁において自然に安定するのであり、身体と心が軽安である喜びと善が生じる時に、その三昧は奢摩他になるのである。そして、これ（奢摩他）は、心が所縁から散動することなく内に保持されることのみから生じるのであって、事物の真実（無我）を了解することには関係しないのである。³⁾

ここにあるように、奢摩他とは念 (smṛti, dran ba) と正知 (samprajanya, shes bshin) を通して心が対象に集中し、心と身体の軽安 (praśrabdhi, shin tu sbyangs pa) すなわち心の柔軟性を得ること、或るいはそれが得られた状態のことであると理解される。そして、そこで重要なのは、その奢摩他の本質が、心が当該の対象から他の対象に移っていかないことにありとされ、事物の真実の姿、つまり無我の理解には関与しないとされていることである。

一方、毘鉢舍那については、以下のような記述が与えられている。

(i) ……云々であるように、如所有性（勝義諦）と尽所有性（世俗諦）という対象に対して無分別に瞑想することが奢摩他であり、そしてその二つの対境に対して詳細に考察することが毘鉢舍那であると説かれて⁴⁾いる。

(ii) 毘鉢舍那は正しく個別観察することを本質とするものであると『聖法雲經』と『解深密教』等においても〔世尊によって〕語られている⁵⁾。

つまり、毘鉢舍那の特徴は、上記の引用 (i) に示されているように、対象を詳細に考察することであり、またそれは、最初に見た引用や上記の引用 (ii) にあるように、個別観察智であると捉えることができる。

III

先に言及したように、ツォンカバは、奢摩他と毘鉢舍那の修習に関して、前者より後者がより重要であると捉えているのであるが、それは下記の引用の中に見てとることができる。

(i) 真実の意味を誤りなく決定する般若を生ぜしめて、毘鉢舍那が修習されるべきである。何故ならば、そのようでないならば、その三昧（奢摩他）一般は、外教徒〔の三昧〕とも共通なものであることより、それだけが〔どんなに〕繰り返されても、彼ら（外教徒）の道〔におけるの〕と同様に、煩惱の種子は断じられないから、有（輪廻）より解放されることとはならないからである。⁶⁾

(ii) とりわけ無我という対象に堅固な決定を長い期間生ぜしめる手段である個別観察〔智〕という般若によって考察して、〔その智を〕維持する如所有性（勝義諦）を所縁とする毘鉢舍那が無いならば、どれだけ奢摩他を繰り返したとしても、煩惱が顕現（生起）することを抑制することのみをなし得るのであって、それ（煩惱）の種子を根絶し得ないのであるから、奢摩他のみが修習されるべきではなく、毘鉢舍那も修習されるべきなのである。⁷⁾

(iii) [……何故ならば、] 外教徒の聖者たちにも三昧と神通力等の多くの功德は有るけれども、無我という正見は無いから、輪廻を少しも克服することはできないからである。⁸⁾

まず、引用 (i) によれば、舎摩他は外教徒によっても修習（実践）されるものであり、毘鉢舍那を修習をすることによって、はじめて仏教徒の外教徒 (tirthika, mu stegs pa) に対する優位性が示されるということである。そして、引用 (ii) には、より本質的なことが述べられていると考えられる。つまり、舎摩他はあくまで煩悩が顕現すること、即ち煩悩が生じることを抑制するものでしかなく、それを根本（種子）から断じるためには毘鉢舍那が必要であるということなのである。何故ならば、引用 (iii) にあるように、外教徒も同じように実践する舎摩他には、無我という正見即ち正しい理解 (darśana, lta ba) が無く、毘鉢舍那による修習を通してのみ無我の理解が可能となるからである。

IV

確かに、ツォンカパにとっては、舎摩他と比較した場合、毘鉢舍那がより重要なのであるが、だからといって舎摩他がまったく不要であるというのではなく、やはりその両者は共に修習されなければならないものなのである。そのことを示しているのが、次の記述である。

そのようであれば、奢摩他が成立した後に毘鉢舍那を修習する時、考察による修習のみがなされるならば、以前 [に成立したところ] の奢摩他が減してしまうこととなり、[その奢摩他が] 新たにまた (gsal du yang)

成立することはないから、奢摩他が無いこととなり、それによって毘鉢舍那も生じないこと〔となること〕は、以前に述べた通りである。それ故に、以前に〔心の〕安定性が成立している（sngar gnas pa grub pa）奢摩他も維持されるべきであり、考察による修習（毘鉢舍那）も維持されるべきであるから、〔奢摩他と毘鉢舍那の〕両者が⁹⁾必要なのである。

余談であるが、ツォンカパがこのように「舎摩他と毘鉢舍那の両者を修習すべきである」と理解していた中で、毘鉢舍那をより重視していることは、「悟りを得るためには、舎摩他の修習のみで十分である」とする理解、別な言い方をすれば、「あらゆる考察即ち分別を排除することのみで十分であり、個別観察智という般若の智慧による考察はまったく必要ない」とする理解、あるいは「一度無我・無自性を内容とする般若の智慧を得てしまえば、もはやその般若の智慧を洗練・練磨(修習)してゆく必要はない」という見解の存在が想定されていることが推測されるのである。¹⁰⁾

V

そこで、ツォンカパが強調するのは、「舎摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習すること（通常は、『双運』と訳される）」（śamatha-vipaśyanā-yuganaddha, zung du 'brel ba）ということである。この「舎摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習すること」は、インド仏教に起源を有するものであり、例えば『瑜伽師地論』*Yogācārabhūmi* の「声聞地」や、『修習次第』*Bhāvanākrama*、『般若波羅蜜多ウパデーシャ』*Prajñāpāramitopadeśa* 等が、この『菩提道次第論』では典拠として示されている。¹¹⁾

この「舎摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習すること」について、ここで

は特に奢摩他と毘鉢舍那の修習の量（すなわち修習の割合）と、その順序という二つの点について見てゆきたい。

まず、両者の修習の割合について、ツォンカパは、以下のように述べている。

〔心が〕散動することなく（mi 'phro bar），〔その状態を〕保つ瞑想による修習（奢摩他）と個別観察の般若による考察（毘鉢舍那）が混成されるべきである。その場合、考察による修習が多いことより〔心に〕安定した部分が少なくなるならば、瞑想による修習が多くなされて、〔心のある部分を〕安定した部分とすべきである。〔一方〕、瞑想による修習が多くなされたことより〔心の〕安定した部分が多くなり〔過ぎ〕て、考察することを肝要と認めないことによって、考察がなされないならば、真実に対する堅固な決定が強力になることはない。そして、それ（真実に対する決定）が生じないならば、〔その〕決定の反対の立場である「二我（人我，法我）が有る」と執着する増益を、それ（瞑想による修習 / 奢摩他）だけでは損なわせることはないから、考察による修習（毘鉢舍那）が多くなされることを通して、奢摩他と毘鉢舍那の両者が同分に修習されるのである。¹²⁾

この引用は、ツォンカパが当該箇所で典拠として言及している『修習次第・後編』からの、以下の一節を通して見た方が、より分り易いと思われる。

〔例えば、〕『修習次第・後篇』において、〔以下のように説かれている。〕
「また、毘鉢舍那が修習されることによって、般若〔による考察〕が非常に多くの部分〔を占めること〕となる場合、奢摩他が少なくなることより、風〔の前〕に設定された灯火のように、心が動くこと（gyo ba）より、

真実を明晰に見ないこととなる。それ故に、その場合は、奢摩他が修習されるべきである。奢摩他の部分が多い場合も、眠っている人のように、真実を明晰に見ないこととなる。それ故に、その場合も般若〔による考察〕¹³⁾が修習されるべきである」。

つまり、ツォンカパによれば、舎摩他と毘鉢舍那は、バランスを取って、同じ割合、同じ分量で修習されるべきものであるということなのである。

では次に、「舎摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習すること」における順序についてのツォンカパの理解を、見てみることにしよう。

修習一般が、「対象に心を集中させ、その対象を考察し、無我であることを正確に理解していく」というようなものであると捉えられることより、まず舎摩他が実践され、それを基に毘鉢舍那が実践されるというのが修習の基本的なあり方と考えられる。そして、そのことは、下記の引用にもあるように、『入菩薩行論』*Bodhisattvacaryāvatāra* を引き合いに出して、ツォンカパ自身も認めている所なのである。

『入菩薩行論』において「舎摩他を有する毘鉢舍那によっては煩惱が征服されると理解して、最初に舎摩他が追求されるべきである」と説かれているように、まず舎摩他が実践・成立させられて、その後それ(舎摩他)に依って毘鉢舍那が修習されるべきである。¹⁴⁾

厳密な意味で、ここで問題とされているのは、「舎摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習する」と云った場合、それらは同時に修習されるのか、或るいは継時的に修習されるのかということであると考えられる。ツォンカパは、以下にあるように、「舎摩他と毘鉢舍那の修習は、連続的なものであ

って、同時的なものではない」と明確に述べているのである。

「両者を実践・享受する」(gnyis ka nyams su myong ba) とは、無分別の映像を所縁とする奢摩他と、分別の映像を所縁とする毘鉢舍那の両者を経験するということである。そして、それはまた、同時ではなく (dus gcig min), まさにその修習される作意が中断することなく連続することによって [奢摩他と毘鉢舍那の両者を]¹⁵⁾ 享受するのである。

さらに、この奢摩他の修習を先とし毘鉢舍那が後とされる場合の他に、ツォンカバは、毘鉢舍那の修習を先とし、奢摩他のそれを後に位置づける「奢摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習すること」の、もう一つの状況に言及している。それに関する記述は、次のようなものである。

(i) さらに、考察による修習がなされた後に、瞑想による修習がなされ維持されることそれは、[最初に] 奢摩他が得られた [場合] と同様な瞑想による修習となる時に、[奢摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習することとなる]¹⁶⁾ のである。

(ii) これ (奢摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習すること) [に関して] はまた、考察は毘鉢舍那であり、[その] 考察 (毘鉢舍那) の後に住するのは、特別な空性を所縁とする奢摩他のことである。¹⁷⁾

ここにおいて注目すべきなのは、上記の引用 (ii) にあるように、毘鉢舍那の修習を先とし奢摩他のそれが後とされる場合の「奢摩他」とは、毘鉢舍那すなわち個別観察智によって理解された空性を所縁 (対象) とする特別な奢摩他であると捉えられていることである。

ともかく、これらのことより「舎摩他と毘鉢舍那を結び付けて修習すること」は、以下のようなことを含意するものと推察される。最初に舎摩他によって対象に心を集中させ、次に毘鉢舍那における考察によってその対象の無我・空であることが理解される。それから、その無我性・空性を所縁（対象）として舎摩他が再び修習され、さらにそれを基にして成立する新たな毘鉢舍那を通して、より精度の高い対象の無我性・空性の理解を、修習者は獲得するのである。つまり、それは「舎摩他と毘鉢舍那を継時的に、つまり「奢摩他→毘鉢舍那→奢摩他→・・・・」のように連続して交互に修習する」という構造を有するものであると考えられるのである。

VI

本稿に示された舎摩他と毘鉢舍那の修習方法に関するツォンカパの理解が、どれだけ彼独自のものであるかは、もう少し精査しなければならないが、それは、前にも触れた「悟りを得るためには、舎摩他の修習のみで十分である」等の禅定至上主義的な見解、あるいは「頓悟」の立場を批判することを主に目的としたものと考えられるのである。

さらに、そのプロセスの中で、舎摩他と毘鉢舍那が交互に繰り返されてゆき、特に毘鉢舍那つまり「般若の智慧による考察の修習」を一度だけでなく、何度も繰り返し実践しなければならないとされていることに、ことば（分別）に基づく考察を重視するツォンカパ独自の思想が顕著に反映されていると考えられるのである。

略号

BA: *Bodhisattvacaryāvatāra*, D. (dbu ma), vol. 10.

- BK: *Bhāvanākrama*. D. (dbu ma), vol. 15.
 D: Tibetan Tripiṭaka sDe dge edition.
 Lamotte: *Samdhinirmocana sūtra: l'explication des mysteres: texte tibetain*, edite et traduit par Etienne Lamotte, Bibliotheque de l'Universite, 1935.
 LRChen: *Byanb chub lam rim chen mo, The collected Works of rJe Tsong kha pa Blo bzang grags pa*, vol. 20.
 P: Tibetan Tripiṭaka Peking (Beijing) edition.
 RM: *Ratnameghasūtra*, P. vol. 35.
 SN: *Samdhinirmocanasūtra*.
 Tucci: *Third Bhāvanākrama, Minor Buddhist Texts (Part III)*, Is. M. E. O., 1971.

註

- 1) 本稿は、平成19年9月11日並びに12日（本発表は12日に行われた）に武蔵野大学で開催された日本佛教学会学術大会での発表原稿に若干の手直しを加えたものである。
- 2) *dGongs 'grel** dang mthun par / *'phags pa dKon mchog sprin*** las kyang / gzhi gnas ni sems rtse gcig pa'o // lhag mthong ni yang dag par so sor rtog pa'o // gsungs so //(LRChen. pa. 284b4-5)*SN. Lamotte [1935], p. 92, **RM. P. dzu. 98a6.
- 3) de la dmigs pa'i sems de gzhan du mi gyeng bar dran shes kyis rgyan chags su dmigs pa de la btags pas sems dmigs pa la rang gi ngang gis gnas te / lus sems shin tu sbyangs pa'i dga' bde skyes pa na ting nge 'dzin de zhi gnas su 'gyur te / 'di ni sems dmigs pa las mi gyeng bar nang du bzung ba tsam las skye bar 'gyur gyi dngos po'i de kho na nyid khong du chud pa la mi bltos so // (LRChen. pa. 284a1-3)
- 4) zhes ji lta ba dang ji snyed pa'i don la mi rtog par 'jog pa ni zhi gnas dang yul de gnyis la rnam par dpyod pa ni lhag mtong du gsungs te / (LRChen. pa. 285b3-4)
- 5) lhag mthong ni yang dag par so sor rtog pa'i ngo bo nyid yin par *'phags pa dKon mchog sprin** dang *dGongs pa nges 'grel ba*** la sogs pa las kyang bka' bstsal to //(LRChen. pa. 478a4-5) *RM. (註記1参照), **SN. (註記1参照).
- 6) de kho na nyid kyi don phyin ci ma log par nges pa'i shes rab bskyed

nas lhag mthong bsgom par bya dgos te / de lta ma yin na ting nge 'dzin
de tsam ni mu stegs dang yang mthun mong ba yin pas de tsam la goms
par byas kyang de rnams kyi lam bzhin du nyon mongs pa'i sa bon mi
spong bas srid pa las grol bar mi 'gyur ba'i phyir ro //(LRChen. pa. 338
a1-2)

- 7) khyad par du bdag med pa'i don la nges pa shugs drag la rgyun ring
ba bskyed pa'i thabs so sor rtog pa'i shes rab kyis dpyad nas skyong ba'i
ji lta ba la dmigs pa'i lhag mthong med na zhi gnas la yun ji tsam goms
par byas kyang nyon mongs mngon gyur mgo gnon pa tsam srid kyi de'i
sa bon rtsad nas spong ba mi srid pas zhi gnas tsam bsgom par mi bya
yi lhag mthong yang bsgom dgos te / (LRChen. pa. 288b4-6)
- 8) mu stegs kyi drang srong rnams la'ang ting nge 'dzin dang mngon
par shes pa la sogs pa'i yon tan du ma yod kyang bdag med pa'i lta ba
med pas 'khor ba las cung zad kyang brgal mi nus pa'i phyir ro //
(LRChen. pa. 338b4)
- 9) de ltar na zhi gnas grub pa'i 'og tu lhag mthong bsgom pa'i tshe dpyad
sgom 'ba' zhig byas na sngar gyi zhi gnas 'jig la /gsar du yang ma bsgrub
pa'i phyir / zhi gnas med par 'gyur la / de'i phyir lhag mthong yang mi
skye ste sngar bshad pa ltar ro // des na sngar gnas pa grub pa'i zhi gnas
kyang bskyang dgos la / dpyad sgom yang bya dgos pas gnyis ka dgos
so //(LRChen. pa. 474b4-6)
- 10) LRChen. pa. 466b4-472b2.
- 11) LRChen. pa. 484b2-486a6.
- 12) mi 'phro bar 'dzin pa'i 'jog sgom dang so sor rtog pa'i shes rab kyis
dpyod pa spel mar bya'o // de'i tshe dpyad sgom mangs pas gnas cha
chung du song na 'jog sgom mang du bya la / gnas cha sor gzhus 'jog
sgom mang du byas pa'i mthus gnas cha che bar song nas dpyod snying
mi 'dod pas ma dpyad na de kho na nyid la nges pa brtan la shugs drag
pa mi 'ong zhing / de ma byung na nges pa'i ldog phyogs bdag gnyis yod
par 'dzin pa'i sgro 'dogs la de tsam du mi gnod pas dpyad sgom mang du
byas pa'i sgo nas zhi lhag gnyis cha mnyam la bsgom ste / (LRChen.
pa. 480b1-3)
- 13) *sGom rim tha ma* las / yang gang gi tshe lhag mthong bsgoms pas shes
rab shin tu shas che bar gyur pa de'i tshe / zhi gnas chungs pa'i phyir mar
me rlung la bzhas pa bzhin du sems gyo bas de kho na shin tu gsal bar

mi mthong bar 'gyur te / de'i phyir de'i tshe zhi gnas bsgom par bya'o //
zhi gnas kyi shas che na'ang gnyid kyis log pa'i mi bzhin du de kho na
shin tu gsal bar mthong bar mi 'gyur te / de lta bas na de'i tshe'ang shes
rab bsgom par bya'o zhes* so //(LRChen. pa. 480b3-5)* BK. D. ki. 59b2-
4; Tucci [1971], pp. 9-10.

- 14) *sPyod 'jug* las / zhi gnas rab tu ldan pa'i lhag mthong gis // nyon
mongs rnam par 'joms pa shes byas nas // thog mar zhi gnas btsal bya /*
zhes gsungs pa ltar sngon la zhi gnas bsgrubs nas de nas de la brten te
lhag mthong bsgom pa yin no //(LRChen. pa. 289b3-4)* BA. (VIII-4), D.
la. 23b1-2.
- 15) gnyis ka nyams su myong ba ni mi rtog pa'i gzugs brnyan la dmigs pa'i
zhi gnas dang rnam par rtog pa dang bcas pa'i gzugs brnyan la dmigs pa'i
lhag mthong gnyis ka nyams su myong ba ste / de yang dus gcig min
gyi / bsgom pa'i yid byed de nyid kyi bar ma bcad pa'i rgyun gyis myong
ba'o //(LRChen. pa. 485b3-4)
- 16) de yang dpyad sgom byas pa'i mthar 'jog sgom byas shing bskyangs pa
de zhi gnas thob pa ji 'dra ba de 'dra ba'i 'jog sgom du gyur pa na yin
no //(LRChen. pa. 484b4-5)
- 17) 'di yang dpyod pa ni lhag mthong yin la / dpyad mthar gnas pa ni zhi
gnas khyad par can stong nyid la dmigs pa'o //(LRChen. pa. 485a6-b1)

