

瞑想中に現れる光のイメージ

— 上座部仏教における観の付随的煩惱への対処法をめぐって —

Images of Light during Meditation :
On the Method for Coping with the Minor Defilements of Insight
(*vipassanūpakkilesas*) in Theravāda Buddhism

林 隆 嗣

Takatsugu, HAYASHI

Abstract

According to the *Visuddhimagga* (Vism) by Buddhaghosa, one of the most important Pāli commentators in the Mahāvihāravāsins of Theravāda Buddhism, it happens to the novice practitioners that minor defilements of insight (*vipassanūpakkilesas*), such as light, knowledge, joy and so on, arise at the first stage of the *vipassanā* meditation called “*maggāmaggañāṇadassana-visuddhi* (purification of knowledge and perception about path and not-path).” When some extraordinary image of light comes into being during the meditation, one may get agitated or frightened by its miraculous experience. Otherwise, perhaps misunderstanding it as a sign of enlightenment leads to him/her being overproud. The discussion of this topic in the Vism is based on the *Paṭisambhidāmagga* (Paṭis), which is further traced back to the *Aṅguttaranikāya* (AN). Furthermore, it is apparent that the *Vimuttimaggā* (Vim) which belongs to the Abhayagirivihāravāsins built the foundation of the method for coping with the problem. In this paper, I shall introduce various episodes referring to the images of light in meditation and, investigating the development of the discussion transmitted from the AN to the Paṭis, then from the Vim to the Vism, clarify how to deal with disturbance and pride which are manifested as negative reactions to those luminous phenomena.

キーワード：止観、光明、『清浄道論』、『解脱道論』、『無碍解道』

1. はじめに

光は暗闇に対抗し、愚昧や迷妄を破る智慧の働きに譬えられ、進む道を照らす灯明として仏法を象徴する。また、仏伝文学ではしばしばブツダの誕生や成道、初転法輪、涅槃などの瞬間に世界がまばゆい光に満ち溢れる奇瑞が描写され、ブツダの身体から発する光輝はあまねく世界を照らし、衆生を導き救済するものとして語られる。

瞑想修行の実践においては、心が次第に研ぎ澄まされて非日常的な状態に入りこみ、意識を向けていた対象の様相（心像）が変容していくとともに、現実にはありえない不思議な光に包まれたような感覚を味わったり、光が作り出す霊妙なイメージを知覚したりすることがある

という。瞑想中にこのような神秘的な体験をしたときに、自分が何か特別な智慧を獲得して超越的な境地や覚りのステージに到達したと思うかもしれない。しかし、それらの現象がたとえ修行の効果的な影響によるものとしても、妄想や誤った理解によって心が乱れ、気分が高揚し、エゴが肥大化するなどの煩惱を惹起して、本来進むべき仏道から外れてしまうと、天台智顛の『摩訶止観』などで言うところの「魔事」、「魔事境」¹⁾のたぐいになるだろう。

瞑想中にネガティブな感情反応や思考が生じてても反応や判断をせずに、それらに注意を向けて観察しつづけることによって対処する現代のマインドフルネス瞑想は、うつや不安やストレス低減などに有効な療法 (Mindfulness-Based Stress Reduction program や Mindfulness Based Cognitive Therapy) として、臨床

心理学や精神医学、脳科学をはじめとする多様な学問分野から注目され、科学的な実証研究が蓄積されており、近年は一般商業誌の特集に取り上げられることも多く、マインドフルネスを取り入れた研修や日常生活のメンタル・ヘルスケアとしても応用され広く普及している。マインドフルネス瞑想については、宗教的要素が排除されているものの²、もともと仏教の修行法を基にして開発されたプログラムであることから、思想や目的や方法などの異同、評価について、伝統的な仏教(学)側からの応答も期待されており、仏教文献学の情報を心理学や脳科学の分野に提供して実証研究に活かすことを視野に入れた研究も行われつつある。³

筆者は、拙稿[林 2020]において、瞑想の阻害要因に反応して生起する煩悩や瞑想中の妄想・感覚異常などにスポットをあてて、上座部仏教の文献、特に紀元5世紀にスリランカで活躍した註釈家ブッダゴーサの著作である『清浄道論』(Visuddhimagga = Vism)が指摘する数々の事例をとりあげて論じた。本稿では、修行者が瞑想中に光明などを体験して、その非日常的現象にとらわれて陥ってしまう心のトラブルについて整理して論じる『清浄道論』に基づき、瞑想中の光の出現(の知覚)とそれに対する負の反応、そしてその対処法について検討してみたい。また、『清浄道論』の内容や構成に影響を与えたと考えられる上座部アバヤギリ派の先行文献『解脱道論』(Vimuttimagma=Vim)を視野に入れて、解釈や議論がどのように形成され継承されてきたのかを明らかにしたい。

2. 観の付随的煩悩

仏教の瞑想には、止観と呼ばれる二種類の修行法が知られている。心を瞑想対象に集中させながら、日常的な意識領域(欲界)に起こる煩悩(五蓋)を捨てて、心の反応や働きをそぎ落とし、色界初禪に始まる禪定の世界に入り込んでいく「止」(samatha、集中瞑想)に対して、「観」(vipassanā、洞察瞑想)は、対象を観察して無常、苦、無我の観点から理解を深めて清浄な智慧をもって覚りに向かっていくことを目指す修行を指す。修行者のなかにはどちらか一方のみを実践する者もいるだろうが、一般的には止と観を往還し双方のトレーニングを積み重ねながら修行の段階を高めていくことが求められる。

止の場合、修行を進めていく過程で心の集中(samādhi、定)が起こっていても妄想や幻覚などのトラブルが起こりうるが、心が安定して色界や無色界の禪定に達している間は、少なくともアビダンマの修道理論上、煩悩の働き(不善心所)は停止しているため、心の

とらわれや負の感情や意識反応に翻弄されることはない。一方、観の瞑想は、煩悩のない色界・無色界の意識状態や善・不善・無記などの心・心所の体系と直接リンクせず、最終的な聖者のステージまでは欲界の領域で行われるものなので、ステップを踏んで正しく観の瞑想状態に入っても煩悩は起こりうる。

『清浄道論』で整理された上座部大寺派の修行階梯⁴に従うなら、観を実践する修行者は、まず「見清浄」(ditthi-visuddhi)という段階から着手する(Vism ch. 18)。ここでは、自分の身心のあり様(名色)を観察して、それらを構成する要素を詳細に区別し分析していくなかで、慣用的に呼ばれる「我(attan)、存在者(satta、有情)、個体(puggala、人)」などが実在ではない、という認識や理解に達する。次の第二段階は、「度疑清浄」(kankhāvatarāṇa-visuddhi)と呼ばれる(Vism ch. 19)。ここでは、心身の諸要素の発生に関する関係性(因縁や業)を様々な観点から考察し、自分自身の過去・現在・未来に関して疑惑なく理解する。これを踏まえて、第三の「道非道知見清浄」(maggāmaggañānadassana-visuddhi)では、身心(五蘊)について「無常・苦・無我」という三つの相(特徴)から考察したり、それらが生滅する様子を観察したりしながら、聖者に至る正しい道とそうでない道を区別して理解する(Vism ch. 19)。観の瞑想修行は、正確にはこの第三段階から始まるのだが、まさにこの段階に至った観の初心者には「観の付随的煩悩」(vipassanūpakkilesa)と呼ばれる心のトラブルが生じる(Vism ch. 20)。

「観の付随的煩悩」という用語は、『清浄道論』以前の文献には見られない新しいものだが、このトラブル自体はすでにパーリ聖典後期に成立した『無碍解道』(Paṭisambhidāmagga=Paṭis)において論じられている。そこでは、「現象について浮つき(掉挙)によってとらわれている思考」(dhammuddhaccaviggahitam mānasam)という表現⁵が用いられており、体験の内容から①光明(obhāsa)、②智(nāṇa)、③喜び(pīti)、④落ち着き(passaddhi、軽安)、⑤安楽(sukha)、⑥志向(adhimokkha、信念)、⑦策動(paggaha)、⑧寄り立つもの(upatthāna)、⑨無関心(upekkhā、捨)、⑩愛好(nikanti、欲求)の10種類に分類されている。それが『清浄道論』に引用され、それに基づいた議論が展開していくのである。

この分類の第一に挙げられる光明について、『無碍解道』では次のように説明する(Paṭis II. 100-101)。

どのようにして「現象について浮つきによってとらわれている思考」になるのか。無常という観点から作意している(思考の上に対象を作り出し置いてい

る)ときに、光明が発生する。「光明という現象がある(光明が真理である)」とあって光明に心を転じ向ける。それに基づく散乱(vikkhepa)が浮つきである。その浮つきによってとらわれている思考をもつ者は、無常という観点から、そばに立ち現れるものをありのままに洞察することがない。苦しみという観点から、そばに立ち現れるものをありのままに洞察することがない。無我という観点から、そばに立ち現れるものをありのままに洞察することがない。それゆえに、「現象について浮つきによってとらわれている思考」と言われる。⁶

ここでは、身心に意識を向けて無常・苦・無我の点から観察しているうちに光明が出現すると、その現象を誤解して心が乱れ正しい洞察を得ない状態に陥ってしまうことが指摘されている。『清浄道論』は、この『無碍解道』の説明を紹介したうえで、さらに以下のように解説を加えて補足する(Vism 633)。

そのうち「光明」とは、観における光明である。それが生じている時、ヨーガ実践者は、「ああ、今より以前にこのような光明が私にはかつて生じたことがない。きっと私は道に達したのだ。果に達したのだ」というように、決して道ではないものを「道だ」と、そして決して果ではないものを「果だ」と〔誤って〕把握(執持)する。道ではないものを「道だ」と、果ではないものを「果だ」彼が把握しているときに、観の通路はまさしく切り上げられたものとなる。彼は自分の根本業処を投げ捨てて、ただ光明のみ味わいながら座る。⁷

ここで指摘されているのは、瞑想のさなかに未知の光明を体験して、聖者の道に到達したと思い込んでしまい、これまで進めてきた観の修行実践を中断して、自分のレベルを誤解したまま本来の道から逸れていくことになる危険性である。ブッダゴーサは、こうした特別な瞑想体験がかえって心を乱して傲慢な自意識を形成し、それによって聖者への道が閉ざされてしまうことを警告しているのである。

光明以外の現象も同様である。②は帝釈天(インドラ)の武器である金剛(ヴァジュラ)に譬えられるほどの鋭利な智が瞑想中に生じる場合であり、③は5種類の喜び⁸が全身に充満する感覚を味わうこと、④は身心がとてもリラックスした状態で非人間的な悦楽(amānūsī ratī)を経験すること、⑤は極度の心地よさが全身を駆け巡るような感覚、⑥は強固な確信(balavatī saddhā)、⑦は、ゆるすぎず激しすぎず、よく奮励努力しようという意欲

にあふれた精神状態、⑧は揺るぎない不動の注意力(念)が生じることによって意識を向けた場がずっと寄り立っている状態、⑨は、観察対象に対して好悪の感情を持つことなく、強力で鋭い無関心状態になることである。こうした特殊な状態や感覚はいずれも日常では味わえないものであって、ある意味、修行のポジティブな効果として得られる特別な現象とも言えるが、その現象の体験が修行者に道を見誤らせて、煩惱を引き起こす要因となるのである。一方、⑩の「愛好」というのは、①～⑨の体験に対する固着(ālaya)が起こることによって、例えば光明などの体験に心を動かされて、「聖道に達した、聖果を得た」、「アートマンを見いだした」と、誤解したまま自己満足してしまうことである。⁹ 愛好は欲求としてそれ自体が煩惱であり、同時に他のさまざまな煩惱の基でもある。

3. 瞑想中に現れる光明

上座部仏教には、光を瞑想の対象にして観察する「光遍処」(ālokakasiṇa)と呼ばれる修行法(Vism 174-175. cf. [Sutus 2006])があるが、それは壁の穴から差し込む太陽光や灯光、木漏れ日などによって地面に照らされた明るい部分に心を集中させていく止の瞑想であって、ここで論じられている光のイメージとはまったく別物である。観の瞑想中に現れる光明とは、自分自身や周囲全体(あるいは世界全体)が光り輝く様子を知覚することである。『清浄道論』(Vism 634)の説明によると、瞑想中の光明が照らす範囲や大きさの程度には個人差があるという。

しかし、そのようなこの光明は、ある比丘にとっては単に結跏趺坐の場所だけを光らせつつ生じるのだ。ある者にとっては房室の内部を、ある者にとっては房室の外も、ある者にとっては精舎全体を、1ガーヴァタ(1/4ヨーjana)分、半ヨーjana分、1ヨーjana分、2ヨーjana分、3ヨーjana分、……ある者にとっては大地の表面からアカニッタ梵天界(色界最高天)にいたるまで光一色になしつつ〔生じる〕。一方、世尊の〔光明〕は一万世界を光らせつつ生じた。¹⁰

こうした光の正体や発生原因は詳しく語られず、光源についても、ここでは瞑想者自身の身体が発光しているのか、あるいは外部からの光がスポットライトのように自分に向かって放たれるのかといった説明もない。たとえば、『ジャータカ註』(Jātakatṭhavaṇṇanā =Ja-a)で語られる釈尊の伝記によると、苦行を放棄した釈尊(菩薩)

が菩提樹の下に座ると、金色の身体から出る光で樹木全体が照らされるという場面 (Ja-a I. 69) があるが、おそらくこれは三十二相に関連した内容であって、瞑想修行による現象ではない。また、成道の瞬間には、鉄圍山世界の東西南北それぞれの果てから光線が放たれて反対側の端まで照射し、地表とはるか上空の梵天界の間でも互い光線を照らし合うといった壮麗な演出が見られる (Ja-a I. 76)。これは、世尊が一万世界を光らせたという上記の内容と関係するかもしれないが、成道に伴う超自然現象は、この六方からの光の照射だけではなく、花が咲き乱れて果実が実り、海水が甘くなり河川の流れが止まり、生来の身体障がいが消えるなどの一連の未曾有の奇跡の一つにすぎない。

『律蔵』「小品」には、釈尊が結髪行者ウルヴェーラ・カッサパの教団を訪れて近隣の森で夜を過ごしていたときに、火の塊のように森全体が輝いたという神変が語られているが、これは訪問した四天王や帝釈天や梵天が照らした明りによるものである (Vin I. 26-27)。¹¹

このように仏典には釈尊の存在や行動に関連して光が発生する事例が散見されるが、光の現れ方は一律ではない。瞑想時において修行者が体験する光明の様態も千差万別であって、自分の居場所を照らす光の明るさを知覚するだけでなく、以下のように視覚的な映像として外界に光の形象を見る場合があるという (Vism 634)。

そして、このように、こうした相違がある(人によって光の現れ方が異なる)ということについては、この物語がある。伝え聞くところによると、チッタラ山では、二壁に〔隔てられた〕居室の中に二人の長老たちが座っていた。そして、その日は黒分の布薩であった。黒雲のかたまりが四方に〔広がって〕、夜の時分に4つの条件を備えた暗闇が転現していた。そのとき、一人の長老が言う。「貴殿、私には、いま塔廟の庭にある獅子座に五色の花々 (pañcavaṇṇāni kusumāni) が認められる」と。しかし、もう一人の長老は言う。「友よ、不思議なことではない。君はそう語っているが、しかし、私には今のところ、大海の中で1 ヨージャナの場所に魚やカメたち (macchakacchapā) が認められる」と。¹²

ここでは、何も見えないはずの漆黒の闇の中で瞑想している2人が、それぞれ「塔廟の獅子座にある五色の花」、「大海の中にいる魚やカメたち」というまったく異なる光景を目にする。この状況で現れた花や海中生物の形象は光明の産物と考えられるが、幻覚のように本人だけに知覚できる主観的なイメージである。

4. 光明と心の動揺

「観の随煩惱」として光明が挙げられているのは、このように現れた光明の内容やその体験そのものが悪や煩惱ではなく、それに付随して発生する煩惱の基盤 (upakkilesavatthu) になるからである。ここで問題視される煩惱は、パーリ聖典での名称である「現象 (法) について浮つきによってとらわれている思考」からもわかるように、その現象を覚りのしるしと勘違いして起こる心の浮つき (uddhacca¹³=vikkhepa、動揺、散乱) とそれによって現象に心がとらわれ固執している状態 (viggahita) を指している。

ブッダゴーサは「古人たち (porāṇā)¹⁴」の言説として、光明などの10種の現象に対する心の動揺を様々な語で表現した『無碍解道』の詩句を紹介している (Vism 637)。

光明と智と喜びがあるとき、激しく動揺する (vikampati)。

落ち着きと安楽があるとき、それらによって心が震撼する (pavedhati)。

志向と策動と寄り立ちがあるとき、揺れる (kampati)。

そして捨としての転向、捨 (観捨)、愛好があるとき、〔揺れる〕。¹⁵

心を静めて洞察を深めていく観の修行を始めても、このように特殊な現象に心が揺れ動いて (kampati)、気を散らす (vikkhipati) なら、瞑想状態から離れてしまう。そして、それに固執してさらに煩惱を呼び起こしていくことになる。また、固執 (gāha、とらわれ) に関しては、生じた現象に対する誤った理解や考えに基づいてそれにとらわれる「見解 (ditṭhi) による固執」、自分の特別な体験にうぬぼれてそれにこだわる「高慢 (māna) による固執」、そしてその不思議な体験を堪能し、耽溺してそれを追い求めてしまう「渴望 (tanhā) による固執」という3つのタイプに分類し、それらによって複合的な心のトラブルを抱えることを指摘する。こうして10種の付随的煩惱は、それぞれ3つの固執タイプに細分化されて合計30種類の煩惱に分類されることになる。

観の付随的煩惱の多様なあり方は、『清浄道論』で示される具体的な事例を見ると、よくわかる。ここでは、定によって煩惱がなくなっている状態を誤解して「私は阿羅漢だ」という思いを抱く3人の長老、つまり①ウッチャヴァーリカ (Uccavālīka) に住むマハーナーガ長老 ([森 1984, no. 50])、②ハンカナカ (Haṅkanaka) に住むマハーダッタ長老 ([森 1984, no. 48])、そして③

チッタラ山 (Cittalappabata) にあるニカペンナカ (Nikapennaka) 勤行堂に住むチューラスマナ長老 ([森 1984, no. 35]) が挙げられている。そのうち、マハーナーガ長老のエピソードは以下の通りである (Vism 634-635, cf. Vibh-a 489-490)。

伝え聞くところによると、ターランカラに住むダンマディンナ長老という名の、分析智 (無碍解) を開発した1人の偉大な漏尽者で、比丘の大教団を教戒する者がいた。彼は、ある日、昼休み場所に座っていて、「いったい私どもの阿闍梨であるウッチャーヴァーリカに住むマハーナーガ長老には沙門の本性としてなすべきことが頂点に達しているか、否か」と傾注していても、この者には凡夫の状態しか見受けられず、しかも、「私が行かなければ、ただ凡夫のままに命終をなすことになるだろう」と知って、神通力によって空中に飛び上がって、昼休み場所に座っていた長老の近くに降りて行って、お辞儀をして、しかるべき作法を示してから一端に座った。すると、「友、ダンマディンナよ、適時でもないのに君は何しにやって来たのか」と言われたので、[ダンマディンナは]「貴殿よ、質問をするために私は来ました」と言う。そうすると、「友よ、質問しなさい。知っているならお話ししましょう」と言われたので、[ダンマディンナは] 1000の質問をした。長老は問われるたびに、滞ることなく語った。そのため、「貴殿よ、あなたの智慧は鋭利すぎます。あなたがこの教法を証得したのはいつですか」と言ったところ、[マハーナーガ長老は]「いまから60年前の時である、友よ」と言う。「貴殿よ、[神通の] 定を辿って (用いて) ください」と。「友よ、これは難儀ではない」と。「それなら、貴殿よ、1頭のゾウを造り出してください」と。「マハーナーガ」長老は全身真っ白なゾウを造り出した。「貴殿よ、いまこのゾウが耳を曲げ広げて、尾を伸ばして、鼻を口の中に放り込んで、恐ろしい形相を表して、咆哮をあげつつ、あなたの面前に向かって来るような様子でそれを作ってください」と。「マハーナーガ」長老は、そのように作って、猛烈な勢いでやって来るゾウの恐ろしい形相を見て、「恐怖にかられて」立ち上げて逃げようとしかけた。それゆえこの方に漏尽の長老(ダンマディンナ)は手を差し伸べて、衣の端のところを掴んでから、「貴殿よ、漏尽者には怖気づき (sārajja, cf. BHS. sāradya) というものがありますか」と言う。彼はその時に、自分が凡夫であることを知って、「私の援助者 (避難所) になってください、友ダンマディンナよ」と言って、

足元にしゃがんで座った。「貴殿よ、私はただ『あなたの援助者になりましょう』とだけ思って来ました。思いつめないでください」と [言って] 業処を語った。[マハーナーガ]長老は、業処を把握して、経行所に上がって三步目で最上の果である阿羅漢の境地に到達した。¹⁶

この話では、マハーナーガ長老は、弟子のダンマディンナに頼まれるままに、神通力で作り出したゾウが自分に向かって襲って来るように動かすが、そのゾウの突進に慄いて逃げようとする。本人が驚くほどリアルなものを現出させたというのは優れた神通力の証ではあるが、そのときの動揺によってマハーナーガ長老は自分の未熟さに気づかされて弟子に教を乞う。

光明や発光現象はここで明示的には述べられていない。前述の2人の瞑想者が闇夜で見た光景とは異なるが、この文脈では修行の産物である神通力をもって生成されたゾウの姿を指すとしか考えられない。¹⁷ 本人の知覚の問題 (幻覚など) なのか、現実の空間に現れる実体なのかも不明だが、このように特殊な能力によって自覚的に出現させたイメージも観の付随的煩惱としての光明とみなされるのだろう。

さらに、このエピソードを示した上で、ブツダゴーサは、「伝え聞くところによると、長老は瞋氣質の者 (dosacarita, 怒りっぽい人) であった。このような類の比丘たちは、光明に対して動揺する」と付記する (thero kira dosacarito ahoṣi. evarūpā bhikkhu obhāse kampanti)。つまり、光明 (ゾウ) に対して怖気づいたり臆病 (sārajja) になったりするという心理的反応が、心の動揺という煩惱のあり様なのである。さらに、『清浄道論復註』では、怒りっぽい人はすぐに恐怖する (というかたちで心を動揺させる) けれども、すぐに理解して、執着を離れることも早いという点にも触れている。¹⁸

5. 光明と増上慢

『清浄道論』が語るマハーナーガ長老の物語には、観の修行中に生じた光明を見て「阿羅漢の境地に達した」と錯誤し、うぬぼれるような場面は見られない。しかし、『分別論註』(Vibhaṅgaṭṭhakathā=Vibh-a) においては、観に励む者に起こりうる増上慢 (adhimāna、修行の成果や徳に関する高慢) の例として同じエピソードが挙げられていて、瞋氣質者の動揺についての付言もなく、光明とも関係づけられていない (Vibh-a 489-490)。

「観の付随的煩惱」は初心者に起こるとされるので、長年修行を重ねた大長老にあてはめるのは無理があるかもしれないが、出家修行の年数と観の到達レベルは必ず

しも比例するわけではない。『清浄道論』が指摘した「高慢 (māna) による固執」は、修行の成果を誇り (見誤り)、自信過剰になった修行者の実情を反映したものであろう。修行に励んで特別な体験や何らかの能力を得ているのに、それが元でかえって煩惱を起こす者たちの存在については、パーリ經典でも考察されている。『中部經典』第8「サッレーカ経」(Sallekhasutta) には、四禪定・四無色界定に達した修行者であっても煩惱を根絶したとは言えず、禪定の成果を誤解して「自分は煩惱の削減を為し遂げている」という意識が生じうるといふ。この経の註釈書『中部註』(Papañcasūdanī=Ps) は、こうした人を増上慢者 (adhimānika) とみなし、増上慢の発生に関連して上述のマハーナーガ長老の弟子であるダンマディンナ長老に関連する複数のエピソードを紹介している (Ps I. 184-185)。

①タランガラティッサ山 (Vism ではターランカラ) に住むダンマディンナ長老はティッサ大精舎の教団からの呼び出しに応じる。教団に向かう途中、ハンカナ精舎に立ち寄ると、そこには増上慢を抱き阿羅漢を自称する60年を過ぎた大長老 (cf. マハーダッタ長老、森 no. 48) がいる。ダンマディンナは彼の神通力を披露するように願うと、大長老は「全身真っ白で、三又の尾を振り回し、鼻を口の中に放り込んで、2本の牙で突き刺そうとするかのように面前に向かってやって来る大きなゾウを」(sabbasetam sattapatiṭṭham, tidhāpabhinnaṃ, naṅguṭṭham vījamānaṃ, soṇḍaṃ mukhe pakkhipitvā dvīhi dantehi vijjhītukāmaṃ viya paṭimukhaṃ āgacchantam mahāhatthim) 造り出してみせるが、大長老自身がその姿に怯えて逃げだしそうになる。大長老は自分の未熟さに気づかされて、ダンマディンナに指導を仰ぐ。

②チッタラ山にも同じような長老 (cf. チューラスマナ長老、森 no. 35) が住んでいて、ダンマディンナ長老に言われるままに、神通力で「池」と「蓮の花托」を造り、その「蓮の花托に立って、甘美な声音で歌って踊っている女の形体を」(padumagabbhe thatvā madhurassarena gāyantaṃ naccantañ ca ekaṃ itthiviggahaṃ) 造り出す。さらに、そこに思いを凝らすように求められ、熟思しているうちに煩惱が揺れ動く (欲情する)。

③このダンマディンナ長老がティッサ大精舎に到着すると、作務 (vatta、僧院の規定業務) で忙しい長老たちは彼の来訪に気づかない。しばらくして長老たちが問いかけると、ダンマディンナは足指で大地を打ちつけて、「この不動の地面は〔心がなくても〕徳と不徳を区別して知っている。しかし、いったい、貴殿ども、心ある〔君

たち〕が徳と不徳を知らないとは!」と詩を唱え、その場で空に舞い上がり自分の居所の山に帰ってしまう。

このうち、①のハンカナ精舎の大長老と②のチッタラ山の長老は、上記のマハーナーガ長老と同じく、修行の年数や熟練度を過信して増上慢に陥り、阿羅漢になったと誤解していたが、若いダンマディンナ長老に見抜かれて、得意げに神通力を披露したものの、出現した形象に翻弄され、恐怖心や欲情などの煩惱を起こす。¹⁹ このゾウや蓮華の踊り子が、『清浄道論』での話と同様に、神通力による光明で造作されたイメージである。

6. 観の付随的煩惱への対処法

止の瞑想を実践して色界禪などに入ると、その間は煩惱が消えていくが、根絶するわけではない。一方、観の瞑想はそもそも欲界の状態で行われるため、煩惱の捨断を前提としない。そのため、瞑想中に得た深い精神統一とさまざまな非日常体験について省察したときに、驕り高ぶりというかたちで煩惱(動揺)が現れることもあり、錯誤や妄念、不安、欲や執着などさまざまな心のトラブルを引き起こす可能性がある。このように瞑想中に生じた特殊現象やそれに基づく煩惱に対して、上座部大寺派ではどのように対処することを教えているのだろうか。

上述の通り、『清浄道論』では、初心者が観の付随的煩惱に陥る可能性があることを指摘しているが、「巧みな賢者であって明晰で知性をそなえたヨーガ実践者」(kusalo paṇḍito vyatto buddhisampanno yogāvacharo) は以下のように対処法を心得ていると述べる (Vism 637-8)。

しかし、〔瞑想に〕巧みな賢者であって明晰で知性をそなえたヨーガ実践者は、光明などが発生したとき、「これは私に発生した光明なのだが、しかしそのようなこれは無常であり、形成されたもの(有為)であり、縁によって起こったものであり、壊滅の性質をもつもの、衰亡の性質をもつもの、滅(色あせ)の性質をもつものなのだよ」と〔考える〕。このようにして、それを智慧 (pañña) でもって区別し、考察する。一方、あるいはまた、この方には次のような思いがある。「もしも、光明がアートマンとなるのなら、アートマンとして把握するのもよい。しかし、このアートマンは無我であると把握される。それゆえ、それは「支配力を発揮しないという意味で無我である。存在してからの非存在という意味で無常である。発生と衰亡によって押しつぶされるといふ意味で苦である」というように、すべて非色の

七つ組で述べられた仕方です。詳説されるべきである。²⁰

拙稿 [林 2020] において指摘したように、上座部大寺派のパーリ註釈文献では、不浄観や出入息観の実践中に妄想や感覚異常による動揺などが起こった時には、正知 (sampajañña) を働かせ、自分自身に言い聞かせて現実相を再確認させることによって心の安定を取り戻すという対処法が説かれていたが、観の随煩惱に対しても基本は同じである。つまり、妄想や強固な誤解に陥ってしまうと、そこから抜け出すのは難しいが、熟練者はそうなる前に自分で無常・苦・非我の知識に立ち返って光の現象を正しく順次観察し (samanupassati)、その生滅変化のあり様を冷静に考察して自分を説得するのである。ブッダゴースは再び「古人たち (porāṇā)」の言説として『無碍解道』の詩節を引用する。

これら10の状況が智慧 (pañña) でもってその人によく理解される (馴染まれる) と、現象についての浮つきに巧みな者となり、そして愚昧に向かわない。²¹

『清浄道論』が示した智慧による対処法は、『無碍解道』における議論を継承していることが明確であるが、実はこの議論は上座部の文献の中でさらに遡ることができる。『増支部経典』 (Anguttaranikāya=AN) 第4集第17章170経「双方に結ばれた」 (Yuganandha、双運) は、①止から観、②観から止、そして③止観双運の修行方法をアーナンダが説く有名な経だが、この止観双運を説明した後で第4の方法として次のように述べる (AN II. 156-157, cf. Patis II. 93)。

さらにまた、友よ、比丘には、現象について浮つきによってとらわれている思考がある。友よ、そのような時になって、その心が内面にのみ留まり、完全に落ち着き、一点集中のものとなり、統一して定められる [ならば]、彼には道が生成される。彼はこの道を習い親しみ、修養し、繰り返し行う。彼がその道を習い親しみ、修養し、繰り返し行ううちに、結縛ども (saññojanāni) が捨て去られ、煩惱ども (anusayā) が滅ぼされる。²²

下線で示したように、瞑想中に起こった現象に反応して煩惱 (浮つきによるとらわれ) が起きた時には、心を統一する (samādhīyati) ことでそれらが滅ぼされるという。この説明の簡潔な表現で、具体的にどのような方法が指示されているのかはわからないが、観から止への

瞑想に切り替えることを意味しているとも解釈できる (cf. [プラボンサック2009:55])。ただし、これと同じ分類を掲げる『無碍解道』 (Patis II. 101) は、『増支部経典』に説明を加え、この心統一によって「八支聖道」が生成されるとし、²³ 上述した『清浄道論』の引用偈の通り「智慧」によって対処することも述べている。そのため、いったん集中して心を落ち着かせ観の瞑想を整えつつ、生じた現象を智慧の力で洞察する瞑想を継続していくと解釈することもできるだろう。

7. 『解脱道論』の解釈と対処法

上座部の文献成立史上、『解脱道論』 (T1648, vol. 32) はパーリ聖典と『清浄道論』及びパーリ註釈文献との中間の時代に位置づけられ、両者を中継する役割を果たしている。特に『清浄道論』の内容や構成には『解脱道論』との一致点が多く見られることから、上座部の思想形成と『清浄道論』の独自性や著者ブッダゴースの功績を正當に評価するためには『解脱道論』の記述に目を向けて比較する必要がある。

瞑想中に起こる光明などの現象やそれによる煩惱、そしてその対処法について、『解脱道論』はどのように論じているだろうか。『解脱道論』では、聖者に至る智の階梯のうち、名色等を分別する「分別智」、諸行の発生と消滅を理解する「起滅智」に続いて獲得される「観滅智」のステージにおいて、次の記述が見られる (Vim 456b19-22, cf. [干潟 1933:260-261], [浪花 2001:297-298], [釋洞崧 2018:811])。

彼の坐禪人、かくのごとく滅の無盡を見て定に入れば、火を鑽して烟の起こるが如く、菩提品の刹那刹那に光明・智が起こり、喜・猗・楽・取・解脱・念処が起こり、捨・出離が起こる。ここにおいて**不明了なる坐禪人は、彼の法において或いは乱を起し、或いは増上慢を起す**。²⁴

ここでは、『無碍解道』で示された①光明・②智・③喜・④猗・⑤楽・⑥取・⑦解脱・⑧念処・⑨捨・⑩出離という10種の現象を挙げながら、「木を擦って火鑽りで発火させようとする途中煙が生じる」という独特な喩えを用いて、瞑想修行をしていると必然的にそれに付随して特殊現象が発生することを述べている。そのとき明晰でないヨーガ行者 (不明了坐禪人) は、「聖道に達した」と思って心が動揺したり、増上慢を起したりするという。『解脱道論』は、さらにこの2種類のトラブルを区別して、それぞれについて具体的な対処法を示している。まず、心の動揺について次のように述べる (Vim

456b22-26)。

問いて云はく、何が乱を除くを為すや。答うるに、彼の坐禪人、法において喜を起こさば、彼の喜は、復た更に安んぜしむ。かくのごとく彼、坐して復た更に安んぜしむるに、其の心、法調に撰せらるるを成ず。若し、法調に撰せらるる心あれば、滅観の定によりて、其の心、常を離る。常を離れば、通達す。かくのごとく離去す。²⁵

光明などの特殊な現象が起こった時にそれを喜び、安逸のままに坐り続けていると、その現象に心が浮ついて捉えられてしまう。これが心の動揺である。このとき、滅(無常)の観点からこの現象を改めて観察し、それが無常であることを理解することができれば心の乱れが鎮まるという考えは、『清浄道論』で示された対処法と一致している。

一方、増上慢については次のように述べる(Vim 456b26-c 2)

問いて云はく、何が増上慢を起こすや。答うるに、彼の坐禪人、法において初めて光相を起こし、出世間法を得たりと、いまだ得ざるにおいて得の相を成し、更に精進を作さざること常とする。かくのごとき増上慢起こる。明了の坐禪人は、此れ煩惱にして、是れ、定の乱なりと知り、世間法、行を事とするを知る。かくのごとく出世間法、泥洹を事とするを知る。かくのごとく知り已りて、かくのごとく智は乱を除き、増上慢を除き、唯だ滅(=無常)を見て、〔苦を見て、無我を見て〕是れを善く修行し多修する。²⁶

増上慢に関しては、瞑想中に現れた光明を見て「出世間法を獲得した」と勘違いしたとたんに精進努力を停止してしまうという問題が指摘されている。このような状況に対して、明晰なヨーガ行者(明了坐禪人)は、自分の心の状態を振り返って「これは煩惱であって、精神統一を乱すもので、俗世間に属するものである」と理解する。そうすると、その智慧が心の乱れを除去し、増上慢を除去することができるという。

『解脱道論』では、瞑想中に発生する特殊現象を体験して心が動揺したとしても、聖道・覚りに達したと誤解して慢心を抱いてしまう場合でも、心を落ち着けて正しい知(智慧)をもって現象を洞察することで、煩惱を離れることが可能になると説いている。『解脱道論』はこの議論のソースを示さないが、ここに見られる光明をはじめとする10種の現象のリストはもとより、「法調に撰

せらるる心」(法調所攝心、心法調所攝)という語句が、明らかにパーリ語の“dhammuddhaccaviggahitam mānaṣam”に対応していることから、『無碍解道』の議論を踏まえて展開していることは疑いえない。さらに、この現象を体験する修行者を「不明了坐禪人」と「明了坐禪人」に分類して、煩惱の発生と智慧による対処法を検討する手法は、ブッダゴーサの『清浄道論』に受け継がれていく。

8. まとめ

仏教の瞑想では、精神統一が深まる過程と並行して身心の活動が沈静化し煩惱が断たれていくと説かれる。そして、静まった心で世界や自己のありさまを観察することを通して、清らかで深い智慧を獲得して覚りの境地に近づいていく。けれども、心に現れた思いがけないイメージにとらわれて瞑想が阻害されたり、それらが心の動揺や煩惱を生み出すきっかけになったりもする。

パーリ聖典の『増支部経典』は、「現象について浮つきによってとらわれている思考」と呼んでこの点を示唆している。『無碍解道』は、これに注目し、トラブルの可能性となる現象を整理して対処法を論じた。さらに『解脱道論』はこの議論を継承し、瞑想修行の初心者陥りやすい動揺と慢心の問題と熟練修行者による対処の仕方を区別して考察した。ブッダゴーサは、『無碍解道』での分析と『解脱道論』の論述方法を踏まえながら、「観の付随的煩惱」という新しい概念を用いて上座部大寺派の修行体系の中に位置づけ直し、智慧による煩惱の対処法を示した。

瞑想中に身心が日常的なモードから離れて知覚が変容していくなかで、目を閉じた闇の中に光を見たり、光の放射、照射を感じたりする不思議な体験が起こることがあるが、上座部の長老たちやパーリ註釈者らは、これらを覚りや聖者の境地と結びつけて解釈することはなく、身体的精神的な病や障害による錯覚や幻覚妄想などとみなすこともない。また、修行者を惑わす悪魔や鬼神などのしわざとも考えない。彼らは、こうした事象を驚異の出来事とみなして特別視することはなく、よい意味でも悪い意味でも賞賛したり否定したりすることをせず、ただ瞑想過程で現実によく起こることとして受け止めていたのだろう。

また、集中が深まりゆく瞑想の途上で得られる神通力を用いれば、光明を操って具体的な事物を現し出すことができるという。しかし、こうした能力は修行の目的ではないため、この効果や作用についても、彼らは特別な評価を与えることをしない。

問題は、瞑想中の光明体験に対して心が翻弄されて歓

喜したり恐怖したりして、あるいは修行者がそれを過大評価し理解を誤ってうぬぼれたり、執着し耽溺したりして、結果的に修行道を外れてしまうことである。

心に起こった反応や思考や感情に対して、それらにとらわれずに評価や判断することもなく落ち着いてラベリングしながら確認し続けていくことによって手放すことがマインドフルネス瞑想の技法であるなら、確かに上座部仏教の観の瞑想法と共通する部分は大きい。ただし、観の瞑想では、あくまでも「無常、苦、無我」という三つの指標（三相）に基づいて観察し、生じた現象についてもその同じ指標に基づいて再評価することが求められる。そして、現象と体験を客観的に捉えなおすこの正しい知（智慧、洞察）によって理解し、そうした現象へのとらわれや固執を離れ、こだわりを捨てて無関心（平静）に身心の観察を継続することが可能になると説くのである。本稿では、主に『清浄道論』に基づいて、これら三つの指標による繰り返しの評価こそが観の付随的煩惱の発生を阻止する働きを担うことを明らかにしたが、それは、もちろん煩惱の対処法に関与するだけでなく、観の修行体系全体を貫く中心的な基軸とも言える。そして、現代のマインドフルネス瞑想と対比しうる仏道修行の宗教性は、教義と実践を特徴づけるこの根幹部分に見いだすことができるだろう。

参考文献

使用したパーリテキストはPTS版（Ee）を底本とした。略号は主に *A Critical Pali Dictionary*, begun by V. Trenckner, ed. by D. Anderson et al., Copenhagen, 1924-に従った。

Ehara, N. R. M., Soma Thera and Kheminda Thera (trsl.) 1961/1995, *The Path of Freedom (Vimuttimaggā)*. Kandy: Buddhist Publication Society. [= Vim-trsl]

(Bhikkhu) Ñāṇamoli (trsl.) 1956/1991, *The Path of Purification (Visuddhimaggā)*. Kandy: Buddhist Publication Society. [= Vism-trsl]

—(trsl.) 1982/1991, *The Path of Discrimination (Paṭisambhidāmagga)*. Oxford: The Pali Text Society. [= Paṭis-trsl]

Sutus, Aramrattana 2006「パーリ仏教における光明遍 (āloka-kasīṇa) 業処について」『パーリ学仏教文化学』20, 41-51

榎本文雄ほか 2014:『ブッダゴーサの著作に至るパーリ註釈文献の五位七十五法対応語—仏教用語の現代基準訳語集および定義的用例集—』（パウッタコーシャⅢ）山喜房佛書林。

大野栄人 1994:『天台止観成立史の研究』法蔵館。

勝本華蓮（訳）2017:『増支部経典 第三卷』（原始仏典Ⅲ）春秋社。

斎藤翔一郎 2017:「心理療法としてのマインドフルネスにおける仏教性」『早稲田大学高等学院研究年誌』61, 140-128。

釋洞崧 2018:『《解脱道論》註解 下』法鼓文理学院。

浪花宣明 2001:『新国訳大蔵経論集部5・解脱道論』大蔵出版社。

林隆嗣 2020:「瞑想の阻害と負の意識反応—『清浄道論』を中心として—」『こども教育宝仙大学紀要』第11号, pp.21-30。

干渴龍祥訳 1933『国訳一切経論集部七・解脱道論』大東出版社。

藤井修平 2017:「マインドフルネスの由来と展開—現代における仏教と心理学の結びつきの例として—」『中央学術研究所紀要』46, 61-81。

ブラボンサック K. 2009「後代パーリ文献における止観」『仏教学研究』65, 51-77。

水野弘元 1964:『パーリ仏教を中心とした仏教の心識論』ピタカ。

菘輪顕量 2021:「天台智顛に見る心の負の反応への対処法」『インド哲学仏教学研究』29, 1-26。

菘輪顕量（編）2021:『仏典とマインドフルネス：負の反応とその対処法』臨川書店。

森章司 1979:「南方上座部の行道論」『東洋学論叢』（東洋大学文学部紀要）32, pp. 71-124。

森祖道 1984:『パーリ仏教註釈文献の研究』山喜房佛書林。

- 1) たとえば [大野 1994] の第五章では、『魔訶止観』で説かれる十境のそれぞれについて詳細に論じており、魔事境に関しても原因や対治法を論じ、広範囲に文献をあたって成立史的視点から検討している。
- 2) マインドフルネス瞑想の形成に果たした仏教の意義や役割と療法プログラムにおける脱宗教化については、[藤井 2017]、[斎藤 2017] など参照。
- 3) たとえば、科学研究費助成事業挑戦的研究（開拓）「仏教学・心理学・脳科学の協同による止観とマインドフルネスに関する実証的研究」（<https://kaken.nii.ac.jp/ja/grant/KAKENHI-PROJECT-20K20323/>）の研究成果、及び [菘輪（編）2021]、[菘輪 2021] など参照。
- 4) 『清浄道論』における観の修行体系（五清浄から聖道への流れ）の概要については、[水野 1964: 928-933] と [森 1979: 76-84] 参照。
- 5) この語句の解釈は註釈書によって異なる。『増支部註』では、「止観の諸法について、十の観の付随的煩惱と称する浮つきによってとらわれている、[つまり] しっかりと捉えられているという意味である」（Mp III. 143: samathavipassanādhamesu dasavipassanūpakkilesasamkhātena uddhaccena viggahiatm, suggahitan ti attho.）とあり、「諸法」が説明されていないが、「浮つき」が観の付随的煩惱と同一視されている。しかし、『無碍解道註』では、「この場合、智慧が鈍い観の修行者たちにとって付随的煩惱の基盤であることによって、観の付随的煩惱として知られる光明などの十法どもの上をうろついている状態によって浮つきを伴った心の発生に

よって〔心の〕散乱と称する浮つきが dhammuddhacca であり、その dhammuddhacca によってとらわれている〔つまり〕醜悪にとらわれている違和感に達した思考〔つまり〕心が〈現象について浮つきによってとらわれている思考〉である(となる)。あるいは、その現象についての浮つきが原因となって、それを根本とする渴望(渴愛)・慢心・〔邪〕見の発生によってとらわれている思考となる」(Paṭis-a III. 585: *dhammuddhaccaviggahītaṃ mānasam hoti* ti ettha mandapaññānaṃ vipassakānaṃ upakkilesavatthuttā vipassanūpakkilesa - saññitesu obhāsādīsu dasasu dhammesu bhantatāvasena uddhaccasahagatacittupattiyā vikkhepasāṅkhātaṃ uddhaccaṃ *dhammuddhaccaṃ*, tena dhammuddhaccena *viggahītaṃ virūpagahītavirodham āpāditaṃ mānasam cittaṃ dhammuddhaccaviggahītaṃ mānasam hoti*. tena vā dhammuddhaccena kāraṇabhūtena tammūlakatanhāmānadiṭṭhupattiyā *viggahītaṃ mānasam hoti*.) という解釈がなされ、光明などの十種が「諸法」とみなされている。他の現代語訳を参照すると、Ñānamoli は“the mind come to be seized by agitation about higher stares” [Vism-trsl 656]、“mind agitated overestimation of ideas [manifested in contemplation]” [Paṭis-trsl 294] とし、[勝本 2017:237] は「ところが法を観察しているなかで、心のうわつきに襲われることがあります」と訳している。

- 6) *kathaṃ dhammuddhaccaviggahitaṃ mānasam hoti. aniccato manasikaroto obhāso uppajjati. “obhāso dhammo” ti obhāsam āvajjati [Ee āpajjati], tato vikkhepo uddhaccaṃ, tena uddhaccena viggahita-mānaso aniccato upaṭṭhānaṃ yathābhūtaṃ nappajānāti, dukkhato upaṭṭhānaṃ yathābhūtaṃ nappajānāti, anat-tato upaṭṭhānaṃ yathābhūtaṃ nappajānāti, tena vuccati dhammuddhaccaviggahitaṃ mānasam [Ee dhammuddhaccaviggahitamānaso] hoti.*
- 7) *tattha obhāso ti vipassanobhāso. tasmim uppanne yogāvacarō: na vata me ito pubbe evarūpo obhāso uppannapubbo! addhā maggappatto ’smi! phalapatto ’smi ti amaggam eva maggo ti aphalam eva ca phalan ti gaṇhāti. tassa amaggam maggo ti aphalam phalan ti gaṇhato vipassanāvīthi ukkantā nāma hoti. so attano mūlakammaṭṭhānaṃ vissajjetvā obhāsam eva assādentō nisīdati.*
- 8) 5種の喜びは、様々なパーリ註釈文献に述べられている (cf. Vism 143, Atṭhasālinī 155, Paṭis-a I. 182, Mahāniddeśa-aṭṭhakathā I.128, etc.)。それよると、「小さな (khuddikā) 喜、瞬間的な (khanikā) 喜、繰り返し起こる (okkantikā) 喜、高揚させる (ubbegā) 喜、充滿する (pharaṇā) 喜」であり、先行する『解脱道論』(Vim 416a) では、「小喜 (『笑喜』を訂正)、念念喜、

流喜、越喜、満喜」。(水野 1964/1978: 473-474) 参照。

- 9) *Vism 636-637: nikanṭi ti vipassanānikanti. evaṃ okāsādi-paṭimaṇḍitāya hi ’ssa vipassanāya ālayam kurumānā sukhumā santākārā nikanṭi uppajjati. yā nikanṭi kilesō ti pariggahetum pi [637] na sakkā hoti. yathā ca okāse, evaṃ etesu pi aññatarasmim uppanne yogāvacarō: na vata me ito pubbe evarūpaṃ ñānaṃ uppannapubbam ... evarūpā pīti ... passaddhi, sukhaṃ, adhimokkha, paggaḥo, upaṭṭhānaṃ, upekkhā, nikanṭi uppannapubbā! addhā maggappatto ’smi! phalapatto ’smi ti amaggam eva maggo ti aphalam eva ca phalan ti gaṇhāti. tassa amaggam maggo ti aphalam phalan ti gaṇhato vipassanāvīthi ukkantā nāma hoti. so attano mūlakammaṭṭhānaṃ vissajjetvā nikhantim eva assādentō nisīdati. (『◎愛好』とは、観における愛好である。つまり、上記のように光明などによって飾り立てられた観に対して固着をなしつつある微細で静かな様相の嗜好がこの者に生じる。「嗜好たるものは煩惱である」と把握することすらできない。そして、光明の場合と同様に、これらのうちのどれであっても生じた時には、ヨーガ実践者は、「ああ、今より前にこのような知が、このような喜びが、落ち着きが、安楽、志向、策動、寄り立つもの、捨、嗜好(欲)がかつて生じたことがない。きっと私は道に達したのだ。果に達したのだ」というように、決して道ではないものを「道だ」と、そして決して果ではないものを「果だ」と把持する。道ではないものを「道だ」と、果ではないものを「果だ」彼が把握しているときに、観の通路はまさしく切り上げられたものとなる。彼は自分の根本業処を投げ捨てて、ただ愛好をのみ味わいながら座る。)*
- 10) *so kho panāyaṃ obhāso kassaci bhikkhuno pallaṅkaṭṭhānamattam eva obhāsento uppajjati, kassaci anto gabbhaṃ, kassaci bahi gabbham pi, kassaci sakalavīhāraṃ, gāvutaṃ, addhayaṃ, yojanaṃ, dviyojanaṃ, tiyojanaṃ ... pe ... kassaci pathavītalato yāva akaniṭṭhabrahmalokā ekālokaṃ kurumāno; bhagavato pana dasa sahasīlokaḍḍhatuṃ obhāsento udapādi.*
- 11) 註釈文献には、釈尊以外の修行者でも似たようなエピソードが語られている。例えば、20年の修行の末に阿羅漢に達した長老(マハーブッサーデーヴァ)のために神が指に火を灯して、四天王や帝釈天や梵天も集まっていると、林住のマハーティッサー長老がその光り輝く様子を見る (Sv. I.189, Ps I.208, Spk III.154, Vibh-a 352, Sn-a I.56, cf. Ap-a 145)。つまり、阿羅漢に達して覺りを開いた人物の体が発光するのではなく、神が光をともして照らすのであって、その光は自分の内面に映し出されるイメージではなく、他者が客観的に確認できるものである。
- 12) *evam vemattatāya [Ee eva attatāya] c’ assa idam*

- vatthu : cittalapabbate kira dvikuḍḍagehassa anto dve therā nisīdīmsu. taṃ divasaṃ ca kālapakkhuposatho hoti, meghapaṭalacchannā disā, rattibhāge catur-aṅgasamannāgatam tamam pavattati. ath'eko thero āha bhante mayham idāni cetiyaṅgaṇamhi sīhāsane pañcavaṇṇāni kusumāni paññāyantī ti. taṃ itaro āha anacchariyam, āvuso kathesi. mayham pan' etarahi mahāsamuddamhi yojanaṭṭhāne macchakacchapā paññāyantī ti.
- 13) uddhacca の定義については、[水野 1964: 498-505] 参照。[榎本文雄ほか 2014: 144-155] ではこの語に「動揺」という訳語を与えている [河崎豊担当]。
- 14) パーリ註釈文献に言及される「古人たち (porāṇā)」の全体像については、[森 1984: 241-270] 参照。
- 15) obhāse ceva nāṇe ca pītiyā ca vikampati/passaddhiyā sukhe ceva yehi cittaṃ pavedhati//adhimokkhe ca paggāhe upaṭṭhāne ca kampati/upekkhāvajanāya ca upekkhāya nikaṭṭiyā ti // (Paṭi II. 102).
- 16) Tālaṅkaravāsī Dhammadinnatthero kira nāma eko pabhinnapaṭisambhido mahākhīṇāsavo mahato bhikkhusaṅghassa ovādadāyako ahosi. so ekadivasam attano divaṭṭhāne nisīditvā, kiṃ nu kho amhākaṃ ācariyassa Uccāvālikavāsī Mahānāgattherassa samaṇabhāvavakiccam matthakapattam, no ti. āvajjanto, puthujjanabhāvam ev' assa disvā, mayi agacchante puthujjanakālakiriyam eva karissatī ti ca nātvā iddhiyā vehāsam uppativā divaṭṭhāne nisinnassa therassa samīpe orohitvā vanditvā vattam dassetvā ekamantam nisīdi. kiṃ āvuso Dhammadinna akāle āgato sī ti ca vutte. pañham bhante pucchitum āgato 'smī ti āha. tato, pucch' āvuso jānamānā kathayissāmā ti vutte pañhā sahasam pucchi. thero pucchitapucchitam asajjamāno va kathesi, tato, atitikkham vo, bhante nāṇam. kadā tumhehi [Ee tumhe pi] ayam dhammo adhigato ti. vutte, ito satthivassakāle āvuso ti āha. samādhim bhante vaḷaṅjethā ti, nayidam āvuso bhāriyan ti. tena hi bhante ekaṃ hatthim māpethā ti. thero sabbasetam hatthim māpesi. idāni bhante yathā ayam hatthi aṅcitanāṇo pasāritanaṅguttho soṇḍam mukhe pakkhipitvā bheravam koñcanādam karonto tumhākaṃ adhimukho āgacchati, tathā nam karothā ti. thero tathā katvā vegena āgacchato hatthissa bheravam ākāram disvā utthāya palāyitum āraddho. tam enam khīṇāsavatthero hattham pasāretvā cīvarakaṇṇe gahetvā, bhante khīṇāsavassa sārājjam nāma hoti ti āha. so tamhi kāle attano puthujjanabhāvam nātvā, avassayo me, āvuso Dhammadinna hoti ti vatvā pādāmūle ukkuṭṭikam nisīdi. bhante tumhākaṃ avassayo bhavissām' icc' ev' āham āgato, mā cintayitthā ti kammaṭṭhānam kathesi. thero kammaṭṭhānam gahetvā caṅkamam āruyha tatiye padavāre aggaphalm arahattam pāpuni.
- 17) 『清浄道論』(Vism 375-376, cf. Vism 154-155) には、山を出現させて金翅鳥から竜王を救ったブツラッキタ長老や空中に大地を出現させて火の雨を降らす悪魔から人々を救った長老など、神通力によって(幻影ではなく)実体的な物質を出現させる事例も示される。また、チューラパンタカがマンゴー園を千人の化身で満たしたとき園全体が輝いた (Vism 389) というように、神通で作られた事物はしばしば光輝と結び付けられる。絶望したヴェッカー長老が崖に立った時、遠く離れた釈尊が自分の姿を示すために光明を放つ (attanam dassetum obhāsam vissajjento) という場面が『長老偈註』(Theragāthā-aṭṭhakathā II. 147) にあるが、これも同様だろう。
- 18) Vism-mhṭ (Ne) III. 1499-1500: dosacaritassa hi sūrassāpi sahasā bhayaṃ uppajjati. tenassa khīṇāsavathero ajjhāsayaṃ nātvā "iminā upāyena puthujjanabhāvam jānāpessāmī" ti hatthinim-māpanādim akāsi. dosacaritattā hi thero khippam paṭivijjhi. khippavirāgī hi dosacarito. 「なぜなら瞋氣質の者には、たとえ勇ましかったとしても、ふいに恐怖(bhaya)が起こる。それゆえ、この人の意向(性質の特徴)を漏尽の長老が知って「この方法で、凡夫の状態であることを〔私が〕知らしめよう」と〔考えて〕、ゾウを化作させることなどを行った。なぜなら怒りっぽさによって、長老は速やかに〔自分が凡夫であることを〕貫知(通達)する。なぜなら瞋氣質の者は速やかに欲を離れる者で〔も〕あるから。」
- 19) ただし③は、このように優れたダンマディンナ長老でさえも、僧院の長老たちの非礼に対して、高慢による怒りで神通力を用いたというエピソードになっており、光明(神変)に対する心の動揺とは明らかに関係ない。漏尽者には煩惱が起らない、という教義との整合性も見られない。
- 20) kusalo pana paṇḍito vyatto buddhisampanno yogāvacarobhāsādisu uppannesu: ayam kho me obhāso uppanno so kho panāyam anicco saṅkhato paṭiccasamuppanno khayadhammo vayadhammo virāgadhammo niroddhammo ti. iti vā taṃ paññāya paricchindati upaparikkhati, atha vā pan' assa evam hoti: sace obhāso attā bhavēyya, attā ti gahetum vaṭṭēyya, anattā ca panāyam attā ti gahito, tasmā so avasavattanaṭṭhena anattā, hutvā abhāvaṭṭhena anicco, uppādavaya-paṭipīḷanaṭṭhena dukkho ti sabbam arūpasattake vuttanayena vitthāretabbam.
- 21) imāni dasa ṭhānāni paññā yassa paricitā / dhammuddhaccakusalo hoti na ca sammoham gacchati

//ただし、Paṭis II. 102に従って paññāy' yassa と解し、さらに paricitā を中性複数主格 paricitāni の短縮とみなした。

- 22) puna ca param āvuso bhikkhuno dhammuddhaccaviggahitaṃ mānaṣaṃ [Ee, -viggahītaṃ] hoti so āvuso samayo yaṃ taṃ cittaṃ ajjhataṃ ñeva santiṭṭhati sannisīdati ekodi hoti samādhīyati, tassa maggo sañjāyati. so taṃ maggaṃ āsevati bhāveti bahulīkaroti, tassa taṃ maggaṃ āsevato bhāvayato bahulīkaroto saññojanāni pahīyanti, anusayā byantihonti. この箇所は漢訳『雜阿含經』T99, vol.2, 146c19-147a12 と対応しない。
- 23) so samayo, yaṃ taṃ cittaṃ ajjhataṃ ñeva santiṭṭhati sannisīdati ekodi hoti samādhīyati, tassa maggo sañjāyati ti. kathaṃ maggo sañjāyati? ... pe ... evaṃ maggo sañjāyati ... pe ... evaṃ saññojanāni pahīyanti, anusayā byantihonti. 「そのような時になって、その心が内面にのみ留まり、完全に落ち着き、一点集中のものとなり、統一して定められる〔ならば〕、彼には道が生成される」(Paṭis II. 93, cf. AN II. 157) と述べられる。どのようにして道が生成されるのか。〔見るという意味で正見という道が生成される。……不散乱の意味で正定という道が生成される。〕このように道が生成される。〔彼はこの道を習い親しみ、修養し、繰り返し行う。彼がその道を習い親しみ、修養し、繰り返し行ううちに、結縛どもが捨て去られ、煩惱どもが滅ぼされる。(so taṃ maggaṃ āsevati, bhāveti, bahulīkaroti, tassa taṃ maggaṃ āsevato bhāvayato bahulīkaroto saññojanāni pahīyanti, anusayā byantihonti)] このようにして結縛どもが捨て去られ、煩惱どもが滅ぼされる。」(cf. [Nāṇamoli 1982/1991: 296].)
- 24) 彼坐禪人、如是見滅無盡入定、如鑽火烟起、菩提品刹那刹那起光明智起喜猗樂取解脫念處起捨出離。於是不明了坐禪人於彼法或起亂、或起增上慢。
- 25) 問云何爲除亂。答彼坐禪人於法起喜。彼喜復令更安。如是彼坐復更令安。成其心法調所攝。若法調所攝心。從滅觀定其心離常。難常通達。如是離去。
- 26) 問云何起增上慢。答彼坐禪人於法初起光相。得出世間法。於未得成得相。常不更作精進。如是增上慢起。明了坐禪人。知此煩惱是定亂。知世間法行事。如是知出世間法泥洹事。如是知已。如是智除亂。除增上慢。唯見滅是善修行多修。

(本研究は日本学術振興会科学研究費「挑戦的研究」(開拓)(研究番号/領域番号18H05302)「仏教学・心理学・脳科学の協同による止観とマインドフルネスに関する実証的研究」(2018年度-2020年度)に基づく研究成果の一部である。)