

佐保田鶴治における『般若心経』

—菩薩としての大乗観—

人文学部教授 大久保 正 廣

はじめに

『ニューヨークタイムズ』紙の上級記者であり、科学ジャーナリストとしてピューリッツァー賞をはじめ出版界やテレビ界の主要な賞を受賞してきたブロード (Broad, W.J.) は、ヨガについて次のように述べている (ブロード, 2013, pp. 28-29)。

かつてはごく少数の人々が行う秘儀であったヨガが、世界的な現象へ、そして心の平穩の普遍的な象徴へと姿を変え、とりわけ精神が張り詰めた都会人に受けている。2010年からマサチューセッツ州ケンブリッジ市の駐車違反切符には、心を落ち着かせる一連のヨガポーズが描かれている。

ヨガが人気を博しているのも、ストレスを緩和するその作用のためだけではなく、ヨガの伝統が現代の生活と好対照をなすことも挙げられる。古来から伝わるヨガはテクノロジー無用の自然な形で精神を集中させるもの、つまり、インターネットや情報に誰しもが散漫になっている中、そうした影響を中和してくれる一種の抗「文明」剤となるものである。心を落ち着けるヨガの古来の作用によって、新たな癒しがもたらされる。

日本でもヨガ¹の人気はこれまで以上に高まっている²。ヨガが現代において世界的に持てはやされる理由について、山下 (2009, p. 12) は次のように述べている。

まず、ヨガには特別な道具や施設が要らない。一人でもペアでも、グループでも行うことができる。場所を選ばず、どこでもできる。エクササイズの本質上、身体への急激で過度な負荷をとまわずに、からだ全体の筋肉が強化される。基本的に有酸素運動なので、やったあと、筋肉痛や疲労感ではなく独特の爽快感・充実感がある。ヨガは立ったり座ったりする際の正しい姿勢も教えるので、コンピュータと向かい合ったり、デスクワークで長時間同じ姿勢をとること

の多い現代人にうってつけである。実際に、五分間ヨガ、オフィス・ヨガ、椅子に座ったままできるヨガを手ほどきする教則本も数多い。

世界の先頭を争うかのように高齢化社会の進む日本において、ヨガは、医学的、心理学的にもその少なからぬ意義や効用が明らかになってきており、社会教育の場においてもますますその存在の意義が大きくなっている。ヨガの世界的広まりは、1960年頃から1970年代にいわゆる「第1次ヨーガブーム」に遡るが、日本における研究・実践の第1人者としてその社会教育の中心となったのが佐保田鶴治である。

もともとインド哲学研究者であった佐保田がヨーガ実践の道にはいったのは、1961年におけるインド人からの手ほどきによるものであった。その後1973年日本ヨーガアシラム開設よりヨーガ禅道友会会長となり、日本のヨーガの研究・実践の第1人者として普及に貢献した。歴史的・思想的にみてもヨーガは、もともとヒンズー教や仏教と深いかわりがあり、インド哲学研究者である佐保田にとっては必然的な出会いだっただといえるだろう。その著書『ヨーガ入門』や『ヨーガ根本教典』など多くの啓蒙書と研究書により、また佐保田鶴治・かしいけいこ・番場一雄 (1982) や佐保田鶴治・かしいけいこ (1985) 等、テキスト付きの健康教室がNHKなどのメディアによって放映されることによって、日本でのヨーガはますます大きな発展を遂げ、日本における佐保田のヨーガ研究・実践の第一人者としての位置は確立されることになる。ヨーガ禅道友会はヨーガの理論と実践における中核となるものであり、佐保田はその社会教育の中心として活躍した。

NHKの健康教室に実演者として佐保田とともに参加し、佐保田を師と仰ぐかしいけいこにおいては、「わたしたちのような大乗の行者を菩薩と呼びます」(かしい, 1995, p. 197) として、現役引退した今日もなお息の長い静かなヨーガ生活に至っている。「私の師である佐保田先生がご存命のころは、いつも『般若心経』を唱和して、ヨーガの行に入っていました」として、『般若心経』は「菩薩による菩薩のための菩薩の経典」(かし

い、1995, p.202) なのであれば、佐保田における『般若心経』の位置こそがその研究と実践のひとつの要となるべきものである。本稿では佐保田の1982年の著書である『般若心経の真実』を主たる資料としてその『般若心経』観に迫りたい。

佐保田はこの『般若心経の真実』の冒頭において、五年ほど前に般若心経の講義や解説が沢山出て「中にはベストセラーになったものもある」が、「大部分は、般若心経の詳しい注釈ではなくて、著者のご意見の上手な、言葉巧みな披露にすぎなかった」として、『般若心経』の「真実」がこれまで伝わっていなかったことを指摘する。また、「インドの言語で書かれている般若心経から日本語に訳されている本」も、「余りにも淡々として分かりやすいことは分かりやすい」が、「何故あんなに仏教徒に愛されてきたのかその理由」がわからない。したがって「自分でやってみるより他に仕方がない」とその執筆の動機を述べている。そして、「やり始めてみて昔からの偉い高僧達の御講釈に随分大きな思い違いがあったり、この経の肝心な所が見抜かれていない」と気づく(佐保田, 1982, はじめに)。佐保田にとって『般若心経』は、「大乘仏教のもっとも深遠な思想のコンデンスされたもの」であり、「最高の智慧」であった(佐保田, 1982, p.62)。

ここでは、まず佐保田(1982)『般若心経の真実』の翻訳と解説を資料として提示し、次にこれまでのインド思想や仏教思想研究者として碩学の中村元、宮本啓一、鈴木大拙の三人の『般若心経』解説の資料を示し、最後にそれらの資料をもとに(1)史的位置づけ (2)般若の内容

(3)明呪 といった観点からの比較検討・分析によって佐保田における『般若心経』観、大乘観に迫った。

なお、資料である『般若心経』の漢訳原文は、中村元・紀野一義訳注(1960)となっており、その中の唐三蔵法師玄奘訳を使用している。佐保田の資料で提示している漢訳原文は、中村元・紀野一義訳注の底本と完全に一致しているわけではないが、指摘するほどのものではなくここではそのまま取り上げた。また、中村元、宮本啓一による資料については、読者により深い理解をもたらすべくサンスクリット原文からの現代語訳が添えられており、そのまま資料とした。なお、『般若心経の真実』における(5)の「般若(智慧)の内容の解説」については、資料の中核であり箇条書き的に分かりやすくしている。

1 佐保田における『般若心経』

(1) まえおき

ここで佐保田は「心経の講釈はベストセラーが出るほど大流行」したが、「恐ろしい見当違いの評価と解釈がその大部分であるのは驚き入りました」と述べている。「このままでは心経があまりにもおかわいそうと申すほ

かありません」。「拙老もこの愛すべき經典の真実を解明してみようと決意した次第でございます」とここに至る動機を述べている(pp. 6-7)。

(2) 心経の構造

構造では順に、経題・序・般若(智慧)の内容・明呪(マントラ)の提示となっている。これまでは般若(智慧)の内容として、「この部分がこのお経の中心と考えられて」いたが、「見当違いも甚だしい」のであり「心経が書かれたそもそのねらいはここにあるのではない」として、「明呪(マントラ)」の「この部分こそ、この経の説かれた当の目的」とする(pp. 8-9)。以下、この構造にしたがって佐保田は解説している。

(3) 経題について

般若波羅蜜多心経 唐三蔵法師玄奘訳

「昔からこの経題について大きな誤解」があり「玄奘も同じようなつもりでこの経題を訳されたと思います」が、これでは、この経題をつけた原著者の願いは全く裏切られてしまうことになる」として、佐保田は、ここでは二百年前の有名な仏典翻訳者の鳩摩羅什(クマラジーヴァ)の「魔訶般若波羅蜜大明呪経」という経題の「大明呪」に注目している(pp. 11-12)。

さらに、宋代の施護の訳本での経題は「聖仏母般若波羅蜜多経」とは、「ハンニャ・ハラミッタという女体のボサツの心臓を解き明かしたお経」であり、「心臓とはとりもおさず、このお経の最後にある明呪のことである」(pp. 12-13)。したがってハンニャ・ハラミッタという「ただ極限的な智慧だけが仏を生み出すことができる」ということで「女性のボサツの名」とし、「女性のボサツの崇拝はインド教の方の女性神崇拝の影響と思われる」として女性神シャクティ信仰が背景にあり、「般若心経」は「密教のお経」であり、顕教である「大般若系統のお経」ではないとする(pp. 15-16)。「般若心経は大乗仏教の密教化の時代の作品」というのが佐保田による史的立場づけとなる(pp. 11-19)。

(4) 般若心経のなかの序文

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。

観自在ボサツがボサツにとっての行法の一つである「深遠な最高の知恵(ハンニャハラミッタ)の行法について修練しておられた時に、人間存在を構成している五つの要素を観照せられ、これらがすべて本来実体のあるものではないことを見きわめられて人生の不幸を超えられた。

「観自在ボサツ」は、「元来密教にゆかりのあるボサツ」であり「後には女性のボサツ」となるが、「本経ではまさしく女性のボサツとして」取り扱われており（p. 28）、「インド教に縁の深い、密教的な色彩を有ったボサツさま」であってこの「お経の密教的な性格を物語って」いる（p. 40）。「観自在ボサツは男性、般若ボサツは女性」であり「男性の神から女性への神への転換、そして男女両神の共同、合体という経過をたどるのはインド教の世界ではごくありふれた現象」（p. 41）である。

「人間という存在を分析して、五種類の要素に還元し、この五つの要素のどれも自我ではないことを説明されたのが五蘊無我説」としているが、より正確には「五蘊非我」が訳としては正しいとしている（pp. 43-44）。

ウパニシャッドの人間存在を外から内へと重なり合った層とみる「五我説」では、一番内側を「妙楽からなる自我」と名づけている。これは内実において「ネハンと同じこと」で「あるともないともいえないところは言いようがないので」、これを仏教では「空」としている。「大乘仏教の哲学で空」とは「真我のことである」（p. 45）。

(5) 般若（智慧）の内容の解説

特にこの部分は佐保田資料の中核であり、その解説については○を付してわかりやすく簡条書式的にまとめている。

舍利子。色不異空、空不異色、色即是空、空即是色受想行識亦復如是。

ところでシャーリープトラよ、色は空に外ならず、空は色に外ならない。色はすなわち空であり、空はすなわち色である。受、想、行、識についてもまた同じことがいえる。

○ここからが「大乘仏教のもっとも深遠な思想のコンデンスされたもの」であり、「最高の智慧」であって、「観音さまがお釈迦さまのお弟子のなかの最優等生でありますシャーリープトラ（舍利弗）長老を相手に説き示してゆかれるという趣向で経文は展開」する（p. 62）。

○「色即是空、空即是色」の「空」を、「実体を欠くこと」とすると、「色即是空、空即是色」は、「ますますもって『たわごと』めいて」くる（p. 67）。

○「真我のサインとしてえらばれたコトバ」が、「空」であり、「空」とは「むなしいこと」であり「むなしい」という「語がサイン」であり、「コトバでストレートに表せる何ものも示していない」。したがって「空」とは「概念つまり第二情報の中味ではないのだということを忘れますと、どんな大議論もしよせんは戯論つまりコトバの遊びになってしまう」（p. 71）。

○「真我の存在は否定できない」。「真我を求め、真我に近づこうとする努力こそが宗教の神髄で」あって、「ハンニャは宗教の智慧」でありそれは「真我への道」である（pp. 70-71）。

○「色すなわち物理的自然でありまして、それが経験的直観に与えられた段階におきましては、ただ生命の流れを感じるだけで、客観的知識をなしてはおりませんし、コトバで表すこともできない」とし、「色等」は「無自性」つまり「直観の世界では客観性の欠けたもの」とする（pp. 76-77）。

○しかし、「無自性の空とは、畢竟するところ真我のことなのだ」という議論になると恐ろしく難しい。つまりこうした議論は、「真我と色とが同じものだ」ということであり、それは「ハンニャの智慧のレベル」であり「このレベルに達していないわれらにとってはただこれを信じておくより外に仕方がございません」としている（p. 77）。

○「インドの近世の聖哲ラーマナ・マハリシ」のことばである「世界の万象は真我の現れとしては実在なのだ。真我とは別の客観的存在としての世界は非実在である」とは、「奇しくも心経の説くところと一致する」（pp. 78-79）。

○「五蘊を初めとする一切万象は『空』、すなわち真我の現象として見るならば、改めてその実在性を容認せられるべきである」。「これが『色と空は同じものである』という心経の思想の本意ではないかと思われる」（pp. 79-80）としている。

舍利子、是諸法空相、不生不滅、不垢不淨、不増不減、

さてシャーリープトラよ、これらの存在は空によって定義づけられているのである。だから、それらは生じもしなければ、滅びもせず、きたなくもなければ、きれいでもなく、増しもしなければ、減りもしない。

○ここでの眼目を「是諸法空相」として、シナの論師たちが「これらの諸法は空の相である」と読んでいることに対して、佐保田はサンスクリットの原本をもとに、「空の方が諸法の相」と読んでいる（p. 81）。

○「相」というのは「目じるし」「物の属性」である。つまり「空相」とは、「空すなわち無自性或は非客観性を属性としたものと解」して、「定義づけられる」のであり、「すべての存在は無自性ということで定義づけ、規定することができる」のであり、「ありとあらゆるも

のを否定することができる」ので「不生不滅」以下「無智亦無得」まで「一瀉千里に否定をかきねてゆくことになる」(pp. 81-82)。

○「空」を「真我のサイン」とみる佐保田であれば、「諸法は真我によって定義づけられる」ということはどういうことか。「諸法は真我を介してその存在を確保された」つまり、「真我と別のものとしての万物はマーヤーにすぎないが、真我と一体としての万物は実在である」。したがって、「万物は相対差別の面と平等一味の面とを有っていて、それぞれ知識と智恵の内容をなしている。その平等の面に於いては万象ことごとく真我である」。このように理解すれば「大乘仏教の哲学だけでなくインド伝統の哲学の最も深い層に触れることになるのではないか」(pp. 82-83) とする。

○さらに続く「不生不滅、不垢不浄、不増不減」という否定の効果については、「二つの心理効果」があり、ひとつは「有名な大哲人ヤージュナヴァルキヤ」が「非々のアートマン」と名付けたもので「雑念を払う効果」であり、もうひとつは、「読むもの、聞くものの心に弛緩をもたらす」ものだという (pp. 83-84)。

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。

それゆえに、空の中には色はない。受想行識もない。また、そこには目耳鼻舌身意も無い。また、そこには色声香味触などという法(存在)もない。さらには眼という界(種類)もなく、その外意識に至るまでの界もないのである。

もちろん、無明もなければ、無明が無くなってしまいうことも無い。そのほか老死に至るまでの存在も無く、したがって、それら老死等が無くなってしまいうことも無いのである。

いうまでもなく、苦集滅道といったものも無い。

そもそも知る働きも無ければ、それによって証を得るということも無いのである。

○前の段をうけて、「ハンニャの至上智の次元で空によって規定された諸法は一味平等、無差別であるから、そこには当然に何物も無い」ので、「一切諸法、つまりありとあらゆるものの否定のために、古来仏教で使ってきた種々の分類法を持ち出してきた」(p. 85)。

○まずは色・受・想・行・識という「五蘊」の否定。「感情的要素は受」だけであり、「その他の要素は知性的なものばかり」で「無我(非我)説を説くのがその主旨」であるので「知性の方へ偏った説き方をなされた」(pp. 85-86)。

○次に「眼・耳・鼻・舌・身(皮膚感覚)・意の六つ」つまり六根の対象となる外界の対象としての「色(いろ、かたち)・声・香・味・触(身根に対する)・法(思考作用の対象である客観的存在)」としての「十二処」の否定である (p. 87)。

○次の「否定の対象」はブッダの教説の中で最も哲学的だといわれて「無明-行-識-名色-六入-触-受-愛-取-有-生-老死」という「十二因縁のセオリー」である。「ブッダ」の教説はあくまでも「主知主義・合理主義の立場」であり、この「十二因縁」の関係については「-」の関係において、(無明)「に縁って」(行)「あり」という「順観」と、(無明)「が滅べば」(行)「は滅びる」という「逆観」があってこの「順観、逆観」の「両者を否定」している (pp. 87-88)。

○さらには、「ブッダの教説の総まとめともいべき『四諦』説の否定」であり、最後に、「ブッダの説かれた教説のすべての根底となる智と得とを否定」してしまう。「大乘般若の思想は旧来の仏教にとってまことに破天荒な試みであった」(pp. 88-89)。

○「このような破天荒な革命的転換」の「その間の事情」については、問題は「法」(ダルマ)ということばの意味にある。「法」とは「自性(本質)を保持して不変」であり、「物解(事物の知識)を生ずる規範を与える」もので、「概念の対象になる客観的存在のこと」であれば、「ハンニャの空智の建前からは、法は否定されなければならない」(p. 90)。

○「ハンニャ智の立場では、智自身の存在をも否定しなければならない」。「通例の思索法」では「自己を否定すれば、その反面にその自己を否定する別の自己が定立されることになり、いわゆる無限逆行」の論理に落ちこむが、「三昧の境地の中の無分別智のさとり」では「この過失にはまりこむ危険はない」(p. 91)。

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。

上に説いた如く、ハンニャの智にあっては真理を手に入れるということもないから、ボサツがたはハンニャ至上智をよりどころとして、何物にも心が覆われくらまされることがなく生きてゆかれるのである。心が覆われくらまされることがないから、恐怖がなく、すべての間違った思想を超越して、永遠なるネハン(平和な心境)にとどまっておられるのである。

過現未三世に出現されたホトケさまがたも、このハンニャ至上智をよりどころとして、至上の正しい完全なさとりを得られたのである。

○この一段は「ハンニャ智の功德（ご利益）を説いている」。「三世のホトケさま」のありがちな誤解は二つほどあり、①仏を「永遠の存在」として、過去、現在、未来という「区別を立てるのはおかしい」②「おひとりのホトケさまの化身が時を異にした世代に現れなさる」であるが、大乘仏教ではホトケさまは「同時に無数においでになる」。「一切即一、一即一切の原理」として「無数のホトケさまの存在とホトケの無限性とは少しも矛盾しない」し、「仏教は多神教であって一神教」ではない。「法身、報身、応身という三つの在り方」があり、ホトケ様も「ボサツとしてのご修行時代よりも以前からそなわっていた」として「われわれにも法身としての在り方はそなわって」おり、「如来蔵」としてホトケ様の「胎児を立派に育ててホトケにするというのがその責任」として

いる（pp. 92-97）。
ここで菩薩行と大乘仏教はまさに直接的に結びつのである。

(6) 般若ボサツのマントラ

故知般若波羅蜜多、是大神咒、是大明咒、是无上咒、是无等等咒、能除一切苦、真実不虛故、説般若波羅蜜多咒、即説咒曰。揭諦揭諦、波羅揭諦、波羅僧揭諦、菩提僧莎訶。 般若心経

かような次第であるから、おんみは次のことを知らなければならぬ。般若波羅蜜多は偉大なるマントラであり、偉大なる咒法のマントラであり、至上のマントラであり、比類なきマントラであって、すべての苦悩を消し去り、いささかも偽りをふくまないものであるからあるから真理である。この般若波羅蜜多に関するマントラを説くと次の如くである。

ガテー！ ガテー！ パーラ・ガテー！ パーラ・サンガテー！ ボーディ！ スヴァーハ！！

至りたもうた尊妃、至りたもうた尊妃、彼岸に至りたもうた尊妃、彼岸に至り終わられた尊妃にまします菩提ボサツさま、わが猷げものをご喜納あれ！

題名の説明で、「ハンニャ・ハラミッタという女性のボサツの心臓を説き明かしたお経」としたが、「心臓とは、言うまでもなく、最後に掲げられるマントラ（咒文）」のことである。「般若波羅蜜多というのはほんとうは一つの偉大なマントラ（神咒）」なのであり、「それは肩を並べるもののない至上のマントラであって、すべての苦悩を取り除くことができる。それはいっさいのうそをふくまない真理」なのである（p. 99）。ここで「般若波羅蜜多」とは、「六波羅蜜多の一つ」か「女性のボサツのお名前」かという疑問が生じるが（p. 101）、密教では「菩提は般若波羅蜜多ボサツの別名」であり、「般若ボサツを呪のなかでは菩提ボサツとよんでいるわけ」（p. 105）である。佐保田は、「2000年に近い時間をへだてて、このお経さまの真意に通ずることができたの

は、観音さまのお導き」と感謝している（p. 102）。

最後の「僧莎訶」については、「供物をささげますよ！」という「神に対する合図」として捉えており、「スヴァーハー抜きのマントラを何遍も唱えて最後にスヴァーハーと唱えて香をささげたら本格的に」なるとしている（pp. 106-107）。

インドでは、「紀元前後頃から女性優位の傾向が宗教界に現れ始め」、「その頃にバラモンの宗教はインド教という形」となり、仏教でも「大乘経という信仰運動が起こってきますと、だんだん女性神の地位が高まって」、「密教的な色彩」となり、紀元6、7世紀頃には、「インドの宗教界の大半を支配」（p. 109）するに至ったのである。

2 中村元における『般若心経』

次に、中村元・前田専學（2018）による中村の資料を提示する。

(1) サンスクリット原文からの現代語訳

全知者である悟った人に礼したてまつる。

求道者にして聖なる観音は、深遠な智慧の完成を實踐していたときに、存在するものには五つの構成要素があると見きわめた。しかも、かれは、これらの構成要素が、その本性からいうと、実体のないものであると見抜いたのであった。

シャーリープトラよ、

この世においては、物質的現象には実体がないのであり、実体がないからこそ、物質的現象で「あり得るの」³ある。

実体がないといっても、それは物質的現象を離れてはいない。また、物質的現象は、実体がないことを離れて物質的現象であるのではない。

【このようにして、】およそ物質的現象というものは、すべて、実体がないことである。

およそ実体がないことは、物質的現象なのである。

これと同じように、感覚も、表象も、意志も、知識も、すべて実体がないのである。

シャーリープトラよ。

この世においては、すべての存在するものには実体がないという特性がある。

生じたということもなく、滅したということもなく、汚れたものでもなく、汚れを離れたものでもなく、減るということもなく、増すということもない。

それゆえに、シャーリープトラよ、

実体がないという立場においては、物質的現象もなく、感覚もなく、表象もなく、意志もなく、知識もない。眼もなく、耳もなく、鼻もなく、舌もなく、身体もなく、心もなく、形もなく、声もなく、香りもなく、味もなく、触られる対象もなく、心の対象もない。眼の領域から意識の領域に至るまでことごとくないのである。

【さとりもなければ、】迷いもなく、【さとりがなくなることがなければ、】迷いがなくなることもない。こうして、ついに、

老いも死もなく、老いと死がなくなることもないというにいたるのである。苦しみも苦しみの原因も、苦しみを制することも、苦しみを制する道もない。知ることもなく、得るところもない。それ故に、得るといことがないから、諸の求道者の智慧の完成に安んじて、人は、心を覆われることなく住している。心を覆うものがないから、恐れがなく、顛倒した心を遠く離れて、永遠の平安に入っているのである。

過去・現在・未来にいます目ざめた人々は、すべて、智慧の完成に安んじて、この上ない正しい目覚めを覚り得られた。

それゆえに人は知るべきである。智慧の完成の大いなる真言、大いなる覚りの真言、無上の真言、無比の真言は、すべての苦しみを鎮めるものであり、偽りがなく真実であると。その真言は、智慧の完成において次のように説かれた。

ガテー ガター パーラガテー パーラサンガテー ボー
ディ スヴァーハー

(往ける者よ、往ける者よ、彼岸に往ける者よ、彼岸に全く往ける者よ、さとりよ、幸いあれ。)

ここに、智慧の完成の心が終わった。

(中村元・前田専學, 2018, pp. 18-20)

(2) 中村による解説

中村(2018)は、『般若心経』は、正しくは『般若波羅蜜多心経』であり、般若は「真実の智慧」、波羅蜜多は「究極に至る」、心とは「精髓」とし、「完全な覚りの精髓を述べた経典」と説明している。また、「一切の苦厄を度したまえり」はサンスクリット原文にはないのは、玄奘三蔵が、「われわれの真実の姿を見れば、苦しみ、悩みはなくなるという趣旨で付け加えた」とする(pp. 7-9)。

ここで中心となっている「空の思想」について中村は次のように述べている。「われわれは、固定的なものという観念を懐いてはならない。ありとあらゆるものが空である。種々の事物というものは他のものに条件づけられて成立していて、そのかぎりにおいて存在しているものである。固定的・実体的な本性をもっていない。本体を持たなければ、空であるといわねばならない。そう見なすのが空の思想なのです」(p. 5)。

したがって「色は空に異ならず」については、色は「物質的な姿かたち」であり、「われわれは、物質的な面を離れては生存しえないけれども、その本性を尋ねると、それは実は空にほかならない。「うちに何も無い、何も無いからこそ展開することができる」とする。

「色はすなわちこれ空、空はすなわちこれ色なり」とは、「われわれの物質面というものは実は空なのである。空というものは実は物質的な形として展開するものである」(p. 10)。

さらに、「五蘊」については、「われわれの存在を構成する五つはいずれも空である。そして、空がまた色・受・

想・行・識としてあらわれ出ている」として、仏典によく出てくる「鏡の譬え」で、「鏡のなかになにか特殊な姿があれば、清らかに映すということができない」「空であるからこそわれわれの命、生存というものが実現する」という譬えで説明している(pp. 10-11)。

「高い立場」から見ると「ただ偉大なるひとつの理があるだけ」である(p. 11)。五感に加えて、「思考する器官」としての「意」をいれて「六根」、これに応ずる対象として「色・声・香・味・触・法」があるが、法とは「思考器官で思考されるもの」であり、これらに「固定的な実体はない」。ちょうど、それは「世の中にわがものとはなかりけり身をさえ土に返すべければ」といった境地で示される(p. 12)。

さらに、縁起説の「十二縁起」の「根本には無明」があるが、「高い立場から見ると、それは一つの局面についてあるだけのことであって、全体としては無明ということもなく、また、無明が尽きてさとりを開くということもない」。仏教の「四諦」も「高い立場から見れば、何も分けて説く必要はないし、「何も得るところがない」(pp. 13-14)。

「菩提」は「さとり」、「薩埵」とは「人」であり、「菩提薩埵」とは「真実の求道者」つまり「菩薩」は、「般若波羅蜜多=完全な智慧によるがゆえに、こころにさわりのない」(p. 13)。

「三世諸仏」つまり、「過去・現在・未来の三つの時期のもろもろの仏さま」も「般若波羅蜜多」の「完全な智慧」によるがゆえに「無上の正しい悟りを得られた」(p. 14)。

「この般若波羅蜜多という真実の智慧は不思議な力がある、これは偉大な智慧の言葉である」。サンスクリット原語では「咒」は「マントラ」であり「ヴェーダの祭りのときに唱える文句」であり、「ほんとうに力のあるものは何か、それは般若の悟りであるという立場から」「大神咒」「大明咒」と讃えている(pp. 15-16)。

この般若心経は「空」の「究極の境地をじかにぶっつけに述べていて、空の境地を身につけたならば、不思議なすばらしい力があらわれるという趣意を伝えているのです」(p. 17)とする。

3 宮元啓一における『般若心経』

次にインド哲学の研究者である宮元(2004)による資料を提示する。

(1) サンスクリット原文からの現代語訳

全知者に敬礼したてまつる。

聖なる観音菩薩は、深い般若波羅蜜多という行を修していた

とき、〔われわれの身心を構成する〕集まりには五つあると見きわめた。そして、彼は、それらが本体を欠いている(本体空)と見てとった。

ここでシャーリープトラよ、色かたちはそのものずばり空なるものであり、そのものずばり空なるものこそが色かたちなのであり、そのものずばり空なるものは色かたちと異なることなく、およそ色かたちなるものはそのものずばり空なるものであり、およそそのものずばり空なるものは色かたちなるものであり、〔五つの集まりのうち、色かたち以外の〕感受作用も識別作用もこれとまったく同じである。

ここでシャーリープトラよ、すべての事象は空であることを特質とし、生ずることもなく、滅することもなく、穢れもなく、穢れないものでもなく、欠損があるのでもなく、完全に満ちているのでもない。

それゆえシャーリープトラよ、〔すべての事象が〕空であるからには、色かたちもなく、感受作用もなく、識別作用もなく、記憶力などの作用もなく、判断作用もなく、眼もなく、耳もなく、鼻もなく、舌もなく、身体(皮膚)もなく、意(内官)もなく、色かたちもなく、音声もなく、香りもなく、味もなく、感触もなく、考えられるべき対象もなく、目という要素から始まって意識という要素にいたる〔認識を構成する一八の要素〕もなく、明知もなく、無明もなく、明知が壊れることもなく、無明が壊れることもなく、ということからはじまって〔十二因縁の最後の項目である〕老死もなく、老死が壊れることもなく、苦〔聖諦〕もなく、〔苦〕集〔聖諦〕もなく、〔苦〕滅〔聖諦〕もなく、〔苦〕道〔聖諦〕もなく、智慧もなく、涅槃への到達もない。

それゆえ、〔涅槃への〕到達がないことのゆえに、菩薩は般若波羅蜜に依拠して心に覆いのないものとなる。心に覆いがなくなるから、〔菩薩は〕畏怖することなく、迷乱を乗り越え、涅槃に安住したものとなる。

〔過去世、未来世、現在世の〕三世にそれぞれ在すすべての私たちは、般若波羅蜜に依拠して、この上ない正しい目覚めにしっかりと目覚められたのである。

それゆえ、次のように知るべきである。すなわち、般若波羅蜜は大いなる真実のことは(マントラ、真言)であり、大いなる明知による真実のことはであり、この上ない真実のことはであり、比類のない真実のことはであり、すべての苦しみを鎮めるものであり、過つことがないがゆえに〔すべての願望を成就する力をもつ〕真実〔のことは〕である、と。

般若波羅蜜と同じことを意味する、真実のことはとしての呪文が説かれている。それはつぎのごとくである。すなわち、
往くことよ、往くことよ、彼岸に行くことよ、
彼岸に完全に往くことよ、目覚めに幸いあれ！

以上で『般若波羅蜜の心髄』終わる。

(宮元, 2004, pp.148-150)

(2) 宮元による解説

宮元においては、特に「波羅蜜多」の捉え方に特徴があり、それは「徹底的に守り通されて真実となった誓いのことは」(p.90)とする。それは、布施、持戒、忍辱、

精進、禅定、智慧(般若)の六波羅蜜のうち、智慧波羅蜜の誓いのもとに、「真実となった誓いのことは」なのである。「観音菩薩」とは、「ヒンドゥー教の絶対的救済神ヴィシュヌを仏教に写し取ったものにほかならない」もので「救済力は絶対的」なもので、「その観音菩薩がシャーリープトラに教えを説いている個所だけを呈示している」(pp.97-98)

「ゴータマ・ブッダは、わたくしたちが身心を常住不変の自己だと勘違いして」いるのに対して、「五蘊のいづれにも自己はない」と「五蘊非我説」を説いた。このことは、「五蘊が、つまり身心が皆空だということは、自他の身心に執着してはならないということの意味すると考えればよい」とする(p.102)。なお、初めの方にある「度一切苦厄」については、中村と同じくサンスクリット原文にはないことが述べられ、それは鳩摩羅什にならなかったのであり、鳩摩羅什は後半部の「能除一切苦」を「考慮にいれてのことだったのでしょう」と説明している(p.103)。

「色即是空、空即是色」については、ここでの「空」はサンスクリット語は「シュウーニヤター」であり、合理的な解釈をする学者は修辭学的な強調としているが、ここでは「具体的でかつ臨在的」なものとして「そのものずばり」と訳している。したがって、「五蘊、つまり自他の身心への執着を離れよということ」であり、その時「わたくしたちは、自他の身心のあるがままを、虚心坦懐に見てとることができる」とする(pp.106-109)。

以下、「すべての事象がみな空」として「一氣に一般的な命題が述べられて」おり、「不」は「概念」のことごとくに「不」を付けることが「この節の主旨」であり、この後、「仏教でとくに重視される教えに出てくる項目すべてについて」「無」としている。「重要な教えでも、いったんはそれらへの執着の心を捨てなければならない」のである(pp.111-114)。

さらに、認識を構成する要素(界)には、六つの感官(六根)と、六つの対象(六境)、その両者によって生ずる六種の認識(六識)があり、これらを十八界というが、それもない。「無明」というのは「十二因縁」の最初にある因果の鎖であり、「無明、行、識、名色、六入、触、受、愛、取、有、生、老死」もなく、四聖諦もない(pp.115-120)。

「得」とは「到達」であり、「涅槃への到達がないから涅槃に安住したものになる」という「じつにみごとな逆説的展開」とする(pp.121-123)。

大乘仏教では、過去仏、未来仏とともに「現在にも、全方位にわたって、無数の仏が在すのだという、壮大な話」となり、これらをまとめて「三世十方の諸仏」というが、「三世十方の諸仏も、みな般若波羅蜜の力によって、つまり、空観に何が何でも徹しぬくという誓いのことは」その「真実のことはの力によって、この上ない正

しい目覚めにしっかりと目覚められたのだ」としている (pp. 126-128)。

「マントラ」というのはもともと「ヴェーダ聖典のことば」であり、「そのことば通りに世界を創る力があり、真実である」と考えられており、この信念が『般若心経』にまで「まっすぐに通じている」(p. 130)と力説している。

したがって、「すべての苦しみを鎮める」とは「すべての衆生(民衆)が受けているすべての苦しみと考えるべき」であり、菩薩は「真実のことばの力により、完全な利他(民衆救済)を行えるようになるということ」を示している。「この上ない正しい目覚め」という「自利」と「民衆のすべての苦しみを鎮める」という「利他」と「ふたつながら成就して、菩薩の真骨頂に達するという」のである。つまり、「過つことがないがゆえに〔すべての願望を成就する力をもつ〕真実〔のことば〕」であり、これこそが、『般若心経』の「本当のメッセージ」なのであり、「掲諦・・・」と唱えれば、「観音菩薩が般若波羅蜜で得た偉大な力をそのままそっくり獲得することができる」のである (pp. 130-133)。

また、「往った人、あるいはもの(女性)」とする解釈もあるが、「般若波羅蜜が彼岸に往ってしまった」とは「『般若波羅蜜』の本当の意味を考え」と理解できないし、「一種の女神」とする女性原理が登場するのは「7世紀以降」であり「無理がある」(p. 135)とする。

4 鈴木大拙における『般若心経』

鈴木大拙における「般若心経」については、鈴木(2001)を資料としたい。この資料では、禅宗と『般若心経』の関係についても大きな紙幅が割かれており、ここでは前半と後半に分けて、(1)禅と『般若心経』 (2)鈴木による解説 とする。

(1) 禅と『般若心経』

まず、ここでは『般若心経』一類の経典と禅との関係が論点となっている。鈴木によれば、巴利経典だけでは「仏陀体験の全部と見るわけには到底いかぬ。是において般若説の起こるのは当然である」(p. 133)として、達摩が『楞伽経』を慧可に授けたのは「仏陀の自覚聖智」を伝えるためであり、六祖慧能以後、禅宗が次第に『金剛般若心経』を貴ぶようになったのも「自然の勢」とする(p. 135)。

『般若心経』の本質を鈴木は、「禅宗に関係を持つよりも、それ以上に真言宗の経典とみてよいし、『心経』には却って般若系以外と考へられ得べき思想が中心」となっている。しかし「禅と『般若心経』が交渉がある」との理由だけでは、禅と『心経』との関係を説明できぬのである」(p. 136)として、『般若心経』は観自在菩薩が

経の主人公であり、最後に真言があることから『般若心経』の中でも「大分後半に出来上がったもの」(p. 137)であり、「一般には般若思想は消極的・否定的であると考えられてゐるが、是は大なる誤解」であり、「其の裏に潜んでゐる感じは全然肯定的なものである」(p. 138)とする。

般若思想は阿耨多羅三藐三菩提を土台としており、「まずその土台の上に心を置いて、それから眼を文字に向けなくては、仏教を一種の哲学思想とみるようになる」のでその「真相に触れたものは何れも如如観を以て部節の至極となさざるを得ぬ」(pp. 138-139)とし、次にその「実行原理」は「無作」であり、「夢といい無作と云ふのはその跡から見ての話で、本のうごくところから云へばここに儼然として『如実』がある」(p. 141)とする。さらに、今一つ重要な項として挙げられているのは「忍」であって、普通には「認」の「義に介するが」「知的色彩はなく全く意的体認とみるべき」であり、「『如如』が主観が客観に対するところの知的立場を云うたものとするれば、『忍』はその意的立場を明にしたものである」(pp. 142-143)と説く。

(2) 鈴木による解説

こうして鈴木は、「大体是の如如・無作・忍の三綱目を般若系思想の特色と認定」(p. 144)している。そして、『般若心経』にもどると「始めから終わりまで否定句の連続で、最後に僅かに不可解の呪文があるばかりで」、そこには般若系の思想である「如如もなければ、無作もなく、又諦忍もない」。「意味の頭わに通ぜぬ密号は非般若系に属する」ため、「ならばなぜに『心経』を般若の精髓または心核となすか、それから又『心経』は何が故に禅宗の経典となって日夕に誦誦せらるるか」(p. 145)と問題提起し、「肯定のところ」を「掲諦一聯の呪文」と見て、「此の呪文の意義に阿耨多羅三藐三菩提の全意義があるべきはずだ。それから禅宗も亦この呪文において否定道の落処を見出すべきはずだ」(p. 146)と述べる。そして、「般若系の見方は普通の認識を否定するに」あり、「五蘊は云ふまでもなく、六根・六塵・六識・十二因縁・四諦など皆一時に掃討し去る。『心経』によると、こんな数字的教説は『顛倒せる夢想』なのである」(p. 148)から、「さうして路頭窮する処、般若波羅蜜多の力が電光の如くに閃く時節がある、即時に無上正覚が成就する。その時忽然として口を衝いて出るのが、『掲諦掲諦』である」(p. 149)。「禅では文字上の不可解に意味づける体験の背景があるので陀羅尼も真言も活躍して来る」ので、「この眼で、『掲諦掲諦』を見る時、『心経』本文の頂点が此の呪文でなくてはならぬ理由が会得せられる」(p. 150)のである。

「一経の主意が最後の真言であること、すべての否定が此処で一大肯定に転換して般若系世界観の骨子である

如如説が明瞭になること、この意義で『心経』は般若の核心であること、随って、禅宗が真言宗的呪文のあるにも拘わらず、否、実にそれあるが故に、『心経』の読誦を日々に懈らぬこと、『般若経』が只々むやみに般若波羅蜜多に不思議を高唱するに止まってゐたのを、『心経』は最後に掲諦一聯の呪語を附加することによりて、阿耨多羅三藐三菩提が単に知的の門でなくて、宗教心理の上に重大な意義を有する所以を証明したこと、是れだけで『心経』が般若系に占めている位地及びその禅宗に於ける使命は十分に看取せらるると、余は信ずる」(p. 151)としている。

5 佐保田における「真我」を鍵とする視座

資料がすべて出そろったところで、佐保田の般若心経観をより明らかにするために、次の三つの視点、(1)史的位置づけ (2)般若の内容 (3)明呪についてそれぞれ比較検討、分析する。なお、ここでの資料は既出のものについては頁を省略している。

(1) 史的位置づけ

佐保田においては、「昔からこの経題について大きな誤解」があるとして、有名な仏典翻訳者の鳩摩羅什(クマラジーヴァ)の「魔訶般若波羅蜜大明呪経」という経題の「大明呪」に注目している。そのうえで、宋代の施護の訳本での経題「聖仏母般若波羅蜜多経」とは、「ハンニャ・ハラミッタという女体のボサツの心臓を解き明かしたお経」であり、「心臓とはとりもなおさず、このお経の最後にある明呪のことである」とする。

したがって、「女性のボサツの崇拜はインド教の方の女性神崇拜の影響と思われる」として女性神シャクティ信仰が背景にある「般若心経」は「密教のお経」であり、顕教である「大般若系統のお経」ではないとする。また、「観自在またの名は観世音と申されるボサツさま」は、「元来仏教にゆかりのあるボサツ」であり「後には女性のボサツ」となるが、「本経ではまさしく女性のボサツとして登場」し、「インド教に縁の深い、密教的な色彩を有ったボサツさまであって」「般若心経は大乗仏教の密教化の時代の作品」というのが佐保田の史的位置づけとなる。

宮元においては、「波羅蜜多」は「徹底的に守り通されて真実となった誓いのことば」であり、布施、持戒、忍辱、精進、禅定、智慧(般若)の六波羅蜜のうち、智慧波羅蜜の誓いのもとに、「真実となった誓いのことば」と強調する点が特徴的である。

「観音菩薩」とは、「ヒンドゥー教の絶対的救済神ヴィシュヌを仏教に写し取ったものにほかならない」もので「救済力は絶対的」であり、「その観音菩薩がシャーリープトラに教えを説いている個所」を呈示しているのがこ

の経としている。「マントラ」というのはもともと「ヴェーダ聖典のことば」であり、「そのことば通りに世界を創る力があり、真実である」と考えられていた。この信念が『般若心経』にまで「まっすぐに通じている」のであり、「紀元後すぐころの成立」(p. 140)として、「大乘仏教運動の炎が、本当に高らかに燃え上がっていた時代に成立した」(p. 186)と述べている。

鈴木においては、ここでは『般若経』一類の経典と禅との関係が論点となっている。巴利経典だけでは「仏陀体験の全部と見るわけには到底いかぬ。是において般若説の起るのは当然である」として、達摩が『楞伽経』を慧可に授けたのは「仏陀の自覚聖智」を伝えるためであり、六祖慧能以後、禅宗が次第に『金剛般若経』を貴ぶようになったのも「自然の勢」とする。『般若心経』の本質を鈴木は、「禅宗に関係を持つよりも、それ以上に真言宗の経典とみてよいし、『心経』には却って般若系以外と考へられ得べき思想が中心」となっていると指摘する。したがって、『般若心経』は観自在菩薩が経の主人公であり、最後に真言があることから『般若経』の中でも「大分後半に出来上がったもの」としている。

『般若心経』は、鳩摩羅什訳の『摩訶般若波羅蜜大明呪経』が403年(中村・紀野, 1960, p. 18)とされているので、400年までには成立したものであると考えられる。その点では、宮元の紀元前後という説は理解できる。佐保田と鈴木における密教との関連の重視は共通しているが、前者は「大乘仏教の密教化の時代の作品」、後者は『般若経』の中でも「大分後半に出来上がったもの」として、ここではそれ以上には言及してはいない。

(2) 般若の内容

ウパニシャッドの人間存在を外から内へと重なり合った層とみる「五我説」では、佐保田は一番内側を「妙樂からなる自我」と名づけており、これは内実において「ネハンと同じこと」で、これを仏教では「空」としていると述べる。また、「大乘仏教の哲学で空」とは「真我のこと」であり、「真我の存在は否定」できず「真我を求め、真我に近づこうとする努力こそが宗教の神髄」であって、「ハンニャは宗教の智慧」でありそれが「真我への道」であるという。また、「色すなわち物理的自然でありまして、それが経験的直観に与えられた段階におきましては、ただ生命の流れを感じるだけで、客観的知識をなしてはおりませんし、コトバで表すこともできない」とし、「色等」は「無自性」つまり「直観の世界では客観性の欠けたもの」とする。

さらに、「インドの近世の聖哲ラーマナ・マハリシ」のことばである「世界の万象は真我の現れとしては実在なのだ。真我とは別の客観的存在としての世界は非実在である」とは、「心経の説くところと一致する」。「五蘊を初めとする一切万象は『空』、すなわち真我の現象と

して見るならば、改めてその実在性を容認せられるべきで、「これが『色と空は同じものである』という心経の思想の本意ではないかと思われる」としている。

「空」を「真我のサイン」とみる佐保田であれば、「諸法は真我によって定義づけられる」ということはどういうことか。「諸法は真我を介してその存在を確保された」とは、「真我と別のものとしての万物はマーヤーにすぎないが、真我と一体としての万物は実在」であり、「万物は相対差別の面と平等一味の面とを有っていて、それぞれ知識と智慧の内容をなしている。その平等の面に於いては万象ことごとく真我」であって、「大乘仏教の哲学だけでなくインド伝統の哲学の最も深い層に触れることになるのではないか」としている。

前の段をうけての否定句の連続では、「ハンニャの至上智の次元で空によって規定された諸法は一味平等、無差別であるから、そこには当然に何物も無い」ので、「一切諸法、つまりありとあらゆるものの否定のために、古来仏教で使ってきた種々の分類法を持ち出してきた」。そして「五蘊」の否定、「十二処」の否定「十二因縁」の否定、さらには、「ブッダの教説の総まとめともいうべき『四諦』説の否定」があり、最後に、「ブッダの説かれた教説のすべての根底となる智と得とを否定」してしまう。「大乘般若の思想は旧来の仏教にとってまことに破天荒な試みであった」としている。

中村によれば、『般若心経』は、正しくは『般若波羅蜜多心経』であり、般若は「真実の智慧」、波羅蜜多は「究極に至る」、心とは「精髓」とし、「完全な覚りの精髓を述べた経典」としている。

ここで中心となっている「空の思想」について中村は次のように述べている。「われわれは、固定的なものという観念を懐いてはならない。ありとあらゆるものが空である。種々の事物というものは他のものに条件づけられて成立していて、そのかぎりにおいて存在しているものである。固定的・実体的な本性をもっていない。本体を持たなければ、空であるといわねばならない。そう見なすのが空の思想なのです」。

したがって「色は空に異ならず」については、色は「物質的な姿かたち」であり、「われわれは、物質的な面を離れては生存しえないけれども、その本性を尋ねると、それは実は空にほかならない。「うちに何も無い、何も無いからこそ展開することができる」とする。

「色はすなわちこれ空、空はすなわちこれ色なり」とは、「われわれの物質面というものは実は空なのである。空というものは実は物質的な形として展開するものである」としている。

ここで中村は「種々の事物というものは他のものに条件づけられて成立」しているという縁起的な観点から説明し、「固定的・実体的本性」がないとしている。色は「物質的な姿かたち」であるがこれもそれ以上の説明の

ないまま「その本性を尋ねると、それは実は空」としている。これらは、「固定的・実体的本性」がないものとして、そのまま文章にそって繰り返されている。佐保田においては、「真我」を鍵とする「空」への説明が詳細になされたが、ここでは、これ以上の説明はない。一般的な空観が前提とされていることがその理由として考えられよう。

ここでの中村の説明は、譬えによる特徴がある。「五蘊」についての「空」では、仏典によく出てくる「鏡の譬え」で、「鏡のなかになにか特殊な姿があれば、清らかに映すということができない」、「空であるからこそわれわれの命、生存というものが実現する」と説明している。「六根」とその対象である「色・声・香・味・触・法」としての「六境」に関する「空」では、「世の中にわがものとはなかりけり身をさえ土に返すべければ」といった境地で示される。

空観が前提とされていることは、「高い立場」という言葉が繰り返し使用されていることから理解できる。「五蘊」にしても、「十二縁起」、「四諦」においても「高い立場」から見れば、本文のごとく「空」であり、「菩提薩埵」とは「真実の求道者」つまり「菩薩」は、「般若波羅蜜多＝完全な智慧によるがゆえに、こころにさわりが無い」として、「空」の「究極の境地をじかにぶっつけに述べていて、空の境地を身につけたならば、不思議なすばらしい力があらわれるという趣意を伝えている」としている。

宮元においては、「色即是空、空即是色」の「空」はサンスクリット語では「シュウニヤター」であり、合理的な解釈をする学者は修辞学的な強調としているが、ここでは「具体的でかつ臨在的」なものとして「そのものずばり」と訳している。したがって、「五蘊、つまり自他の身心への執着を離れよということ」であり、その時「わたくしたちは、自他の身心のあるがままを、虚心坦懐に見てとることができる」とする。

以下否定句の連続については、「すべての事象がみな空」として「一気に一般的な命題が述べられており」、「不」は「概念」そのことごとくに「不」を付けることが「この節の主旨」である。また、「仏教でとくに重視される教えに出てくる項目すべてについて」「無」としている。「重要な教えでも、いったんはそれらへの執着の心を捨てなければならない」。また、認識を構成する要素(界)には、六つの感官(六根)と、六つの対象(六境)、その両者によって生ずる六種の認識(六識)があり、これらを十八界というが、それもない。また、「無明」というのは「十二因縁」の最初にある因果の鎖であり、「無明、行、識、名色、六入、触、受、愛、取、有、生、老死」もなく、四聖諦もない。さらに、「得」とは「到達」であり、「涅槃への到達がないから涅槃に安住したのものになる」という「じつにみごとな逆説的展開」

であるとする。

「三世十方の諸仏も、みな般若波羅蜜の力によって、つまり、空観に何が何でも徹しぬくという誓いのことば」その「真実のことばの力によって、この上ない正しい目覚めにしっかりと目覚められたのだ」としている。

鈴木は、「如如・無作・忍の三綱目を般若系思想の特色と認定」している。しかし、『般若心経』にもどると「否定句の連続で、最後に僅かに不可解の呪文があるばかりで」、そこには般若系の思想である「如如もなければ、無作もなく、又諦忍もない」。「意味の顕わに通ぜぬ密号は非般若系に属する」ため、「ならばなぜに『心経』を般若の精髓または心核となすか、それから又『心経』は何が故に禅宗の経典となって日夕に読誦せらるるか」。こうした難問を鈴木はどのように考えたか。

鈴木は「肯定のところ」に着目し「掲諦一聯の呪文」を取り上げ、「此の呪文の意義に阿耨多羅三藐三菩提の全意義があるべきはずだ。それから禅宗も亦この呪文において否定道の落処を見得すべきはずだ」とする。しかし、「般若系の見方は普通の認識を否定するにある」。「五蘊は云ふまでもなく、六根・六塵・六識・十二因縁・四諦など皆一時に掃討し去る。『心経』によると、こんな数字的教説は『顛倒せる夢想』なのである」。「さうして路頭窮する処、般若波羅蜜多の力が電光の如くに閃く時節がある、即時に無上正覚が成就する。その時忽然として口を衝いて出るのが、『掲諦掲諦』である」。「すべての否定が此処で一大肯定に転換して般若系世界観の骨子である如如説が明了になる」とする。

鈴木の説明では、「如如説」は「般若系世界観の骨子」であり、その「実行原理」の「跡から見ての話」が「無作」なのであり、「本のうごくところ」が「如如」なのである。「『如如』が主観が客観に対するところの知的立場を云うたものとすれば、『忍』はその意的立場を明にしたものである」と説く。このようにして鈴木の般若系思想観と『般若心経』は結びついた。「禅では文字上の不可解に意味づける体験の背景があるので陀羅尼も真言も活躍して来る」ため、「この眼で、『掲諦掲諦』を見る時、『心経』本文の頂点が此の呪文でなくてはならぬ理由が会得せられる」のである。

いずれの理解においても「空」がその中核にはあるが、ここでも中村の般若の「心」とは「精髓」として「完全な覚りの精髓を述べた経典」とする「空の思想」を全文にわたって強調する解説と、佐保田における「真我」としての「空」、宮元の「自他の身心のあるがままを、虚心坦懐に見てとることができる」、「空観に何が何でも徹しぬくという誓いのことば」、「真実のことばの力」としての「空」、そして鈴木における「般若波羅蜜多の力が電光の如くに閃く」、「無上正覚」としての「空」という、「マントラ」を重視する三者の理解の共有と相違が明らかになっている。

(3) 明呪

佐保田は、経題の説明で「ハンニャ・ハラミッタという女性のボサツの心臓を説き明かしたお経」としたが、「心臓とは、言うまでもなく、最後に掲げられるマントラ（呪文）」とする。ここで「般若波羅蜜多」とは、「六波羅蜜多の一つ」か「女性のボサツのお名前」かという疑問が生じるが、密教では「菩提は般若波羅蜜多ボサツの別名」であり、「般若ボサツを呪のなかでは菩提ボサツとよんでいるわけ」である。「2000年に近い時間をへだてて、このお経さまの真意に通ずることができたのは、観音さまのお導き」であると述べている。

中村においては「この般若波羅蜜多という真実の智慧は不思議な力がある、これは偉大な智慧の言葉である」として、サンスクリットの原語では「呪」は「マントラ」であり「ヴェーダの祭りのときに唱える文句」であり、「ほんとうに力のあるものは何か、それは般若の悟りであるという立場から」「大神呪」「大明呪」と讃えているとしている。

宮元においては、「マントラ」というのはもともと「ヴェーダ聖典のことば」であり、「そのことば通りに世界を創る力があり、真実である」と考えられており、この信念が『般若心経』にまで「まっすぐに通じているのです」とする。したがって、「すべての苦しみを鎮める」とは「すべての衆生（民衆）が受けているすべての苦しみと考えるべき」であり、菩薩は「真実のことばの力により、完全な利他（民衆救済）を行えるようになるということ」である。つまり「この上ない正しい目覚め」という「自利」と「民衆のすべての苦しみを鎮める」という「利他」と「ふたつながら成就して、菩薩の真骨頂に達する」という。「過つことがないがゆえに〔すべての願望を成就する力をもつ〕真実〔のことば〕である」。これこそが、『般若心経』の「本当のメッセージ」であり、「掲諦・・・」と唱えれば、「観音菩薩が般若波羅蜜で得た偉大な力をそのままそっくり獲得することができる」とする。

鈴木においては、「一経の主意が最後の真言であること、すべての否定が此処で一大肯定に転換して般若系世界観の骨子である如如説が明了になること、この意義で『心経』般若の核心であること、随って、禅宗が真言宗的呪文のあるにも拘わらず、否、実にそれあるが故に、『心経』の読誦を日夕に懈らぬこと、『般若経』が只々むやみに般若波羅蜜多に不思議を高唱するに止まってゐたのを、『心経』は最後に掲諦一聯の呪語を附加することによりて、阿耨多羅三藐三菩提が単に知的の門でなくて、宗教心理の上に重大な意義を有する所以を証明したこと、是れだけで『心経』が般若系に占めている位地及びその禅宗に於ける使命は十分に看取せらるると、余は信ずる」としている。

佐保田と宮元、鈴木において共通するのは明呪への力

点であり、中村は般若の説明が中心でそれがほとんどない。特に佐保田と宮元においてはこれまでの般若を中心とする通説への批判があり、宮元は中村による「智慧の完成の大いなる真言」の訳は、「誤訳」(p. 73)であるとしている。

しかし、この三人にしても、それぞれ強調する点が微妙に違う点にも注意したい。佐保田は、「明呪(マントラ)」の「この部分こそ、この経の説かれた当の目的」であり、ハンニャ・ハラミッタという「ただ極限的な智恵だけが仏を生み出すことができる」とするが、宮元は、「過つことがないがゆえに〔すべての願望を成就する力をもつ〕真実〔のことば〕である」。これこそが、『般若心経』の「本当のメッセージ」であり、「掲誦・・・」と唱えれば、「観音菩薩が般若波羅蜜で得た偉大な力をそのままそっくり獲得することができる」としている。

さらに、鈴木においては『般若経』が只々むやみに般若波羅蜜多に不思議を高唱するに止まっていたのを、『心経』は最後に掲誦一聯の呪語を附加することによりて、阿耨多羅三藐三菩提が単に知的の門でなくて、宗教心理の上に重大な意義を有する所以を証明した」として、「無上正覚」との関係性を強調している。

さて、この『般若心経』の最後の「菩提」については、四人のなかで佐保田の解釈が異色である。この点について宮元は、佐保田のように「往った人、あるいはもの(女性)」とする解釈もあるが、「般若波羅蜜が彼岸に往ってしまった」とは『般若波羅蜜』の本当の意味を考えると理解できないし、「一種の女神」とする女性原理が登場するのは「7世紀以降」であり「無理がある」(p. 135)とする。佐保田においても、「女性のボサツが信仰対象として現れるのはインド仏教の末期」であり、「6、7世紀以後になると女性菩薩への信仰が盛んになった」と同様の見解を述べているが、その「初期の作品」であるとして「女性神シャクティ」の信仰は「すでに1世紀の中頃から歴史上に現れて来たといわれます」(佐保田, 1982, p. 109)としている。

6 菩薩としてのヨーガ — かしいの場合 —

佐保田におけるヨーガ研究と実践は、1961年からインド人の手ほどきによって始まったが、その後1973年日本ヨーガアシラム開設よりヨーガ禅道友会会長となり、日本のヨーガの研究・実践の第1人者として普及に貢献した。そのヨーガ禅道友会を中心とする大きな流れの中で、そのところを知る後継者が今日も生きる佐保田のヨーガ禅を支えている。

ここでは、現役時代には佐保田とともにNHKのヨーガの健康体操等に参加し、マニの会会長、ヨーガ禅道友会教師、ヨーガの里施設長としてヨーガの普及に努めた

かしいけいこの、「菩薩」としてのヨーガ観についていくつかの視点から取り上げたい。

まず、これまで検討してきた『般若心経』については、「菩薩による菩薩のための菩薩の経典」(かしい, 1995, p. 202)としており、「大乘の徳目は、社会生活の中で実践することが可能です。しかも大乘は、互いに支え合い励ましあって目標に向かうのですから、大乘には、対社会的な条件が大きなウエートを締めます。そしてわたしたちのような大乘の行者を菩薩と呼び、「お釈迦様の過去の姿と同じ」(pp. 196-197)であって、「菩薩は社会生活を営みながら智慧の完成を目指す人」(p. 203)として、「大乘の行者」としての「菩薩」の社会性・実践性を重視している。

また、『空』は『実体がない』というほどの消極的な理解ではつくせないものがあると、故佐保田先生は述べて居られます」(p. 204)として、「真我は、小宇宙である個人を中心と考えられていますから、ヨーガはその真我、ここでいう『空』の探求に他ならない」(p. 205)として、師の佐保田の見解に重なる「般若心経」観を述べている。

「わたしたちは大乘ヨーガの菩薩」とするかしいは、還暦を迎えた頃に、ヨーガ行が「30年間続いた理由」として、「師との出会い」「健康観」「思想と精神性」(pp. 1-2)の三つをあげている。ここでは、さらにこの三つの視点について検討したい。

<師との出会い>

かしいは、40代の半ばに五木寛之との対談を持ちかけられているが、そのなかで2回目のインド旅行で佐保田と出会い、「帰国後の度重なる縁で、次第にヨーガの道を進むようになる」(五木・かしい, 1982, p. 66)ことが述べられている。

初めは「なんかいかかわしくて、得体が知れないなんて思っていたんですけど、先生がヨーガの会の案内の葉書をくださるもんですから、行かなきゃ悪いと思っただけで、なんだか自分がそこに入ってしまった」(p. 68)と率直な思いを述べている⁴。そして人生の師そのものとなった「佐保田先生の講義中の面影は、私のなかで少しも色褪せることはありません」として、主著である『ヨーガに親しむ』には、「佐保田先生に教えていただいたヨーガの知識がおりこまれていきます」(p. 4)としている。

かしいは佐保田との出会いによるヨーガの「解脱」への道について、その主著で次のように述べている。「ヨーガとの出会いで、わたしたちは、その距離が飛躍的に短縮されたと考えることができます。(中略)『幸福』は善であり、わたしたち全ての目的でもあります。わたしたちは、低い幸せの段階から、より高い段階の幸せを求めていきたいと思えます。動物レベルの本能的幸せから、人間としてのさまざまな幸せを経て、人間を超えなければ

ばなりません。わたしたちには、自分の未来をつくる力があります。魂は絶対の自由を持っているからです」(p. 25)。

<健康感>

「『真面目にヨーガをすると思想が変わる。思想が変わるから健康になる』この碑文は佐保田先生のお言葉のなかから選びました」(p. 3)とあるように、壱岐「ヨーガの里」の石碑には佐保田の「ヨーガ禅」を象徴的に示すこの言葉が刻まれている⁵。佐保田の著書にはヨーガ実習によって心と体の健康を取り戻した数多くの事例があげられているが、意外にもNHKの実技指導等で活躍したかしいの場合も例外ではなく、「戦中戦後に成長期を迎えた私は、骨の発育が悪く首の骨も不揃いで、素質が脆くできて」おり、「ヨーガの意味を理解し、そのコツを知ってから健康感を得ることができました」(p. 2)と述べている。

かしいはガンジーの「自然がその汚物の除去をやってくれるに任せるのが知恵というものである」という言葉を借りながら、「ヨーガの行法は、まさに除去を促すこと」であり「身体の内部に蓄積した垢」を除去するだけでなく、食物など「自然の法則」を守ることの重要性をも説いているとする。そして「病む心を包む肉体は、病気に他ならない」として、「真の健康人は、健全な肉体に包まれた健全な精神をもつ人間」(pp. 229-233)とその要諦を述べている。

<思想と精神性>

かしいは、前述した五木寛之との対談の中の東洋と西洋の文明についての会話で、西洋では「客観的であるということが科学の本質ですから、そのぜんぜん反対のところヨーガの生き方があると思いますけれども、選択じゃなくて、両方を受け入れていくことはできないでしょうか」と問いかけているが、それに五木は、「うーん、ぼくにはなかなかそれが・・・」と答えている。さらには、東洋と西洋が「やっぱり同じぐらいの重みを持って存在するとするならば、我田引水ですけれども、それはやっぱりヨーガの世界に通ずるといいますか、瞑想の境地だと思えますね」(p. 70)と五木に呼びかけている。五木のその後の東洋や日本への関心を鑑みれば、意識的かどうかだっかはいざしらず、かしいのことは五木のなかに沈殿したに違いない。

かしいにおけるインドへの敬愛は、現代の一般的日本人のレベルを超えるもので、インド人やその歴史にまで及んでいる。これはかしいのヨーガの通底にあるもので、最後にその四住期を含む生活スタイルについて言及し現代日本への伝言としたい。「ヨーガは、世間的幸福とともに、精神的幸福を探求するさまざまな道」(p. 16)であり、インド商人の「神からの委託の精神」は、「日本人とは、かけ離れたもの」(p. 17)でありヨーガのあり方にも重なる。また、『マヌ法典』に記されたイ

ンドにおける四住期の生活スタイルは、前半は「世間的価値を追求する期間」であり後半は世俗の生活を捨てる「放棄の道」である。第1期から第4期までを示せば次のようである(pp. 20-21)。

第1の学生期「師のもとに弟子入りして、ヴェーダなどの学習をしますが、主として世間的な智恵を学ぶ期間です」。

第2の家住期「学生期で学んだ世間的な智恵を実践に移します。結婚して家族を守り、家業に従事して富を蓄え、世俗的栄華を求めます」。

第3の林住期「脱俗の智恵を身につけるときです。家業を長男に譲り、家長の地位と義務から解放されます。妻をともなって森で隠居し、その間は森と家とを行き来しながらヨーガに励みます。このような生活のなかで、人生の週末に向けて着々と心の準備がととのっていくという訳です」。

第4の遊行期「いよいよ脱俗の智恵を実践に移す時期です。すべてのしがらみから自由になるため、自ら蒸発して諸国を放浪し、心静かに終末の到来に備えます」。

日本では不可能な第4期の説明については、「インドにはダルマサーラというところが処々にあります。ダルマサーラでは一般の篤志家がこうした放浪者に食事と寝所を提供します。この世に生を享けた以上、現実の世界を肯定的に生き、人生を心ゆくまで満喫して、幸福も苦しみも、そして人生の空しさも納得したうえで、第二の時期、つまり『放棄の道』へ進みます。そして悠々人生の舞台を降りていくのです」(p. 22)としている。「法を山村の奥まで浸潤させるのは、ひとえにヨーガの遊行者たちでした。こうしたなかで、精製され、純化したのが、道としてのヨーガではなかったかと思えます。生活に根差した道こそ、法にかなったもの」(p. 23)であるからである。

こうしたインドへの目は「死生観を見直す」という小見出しのなかの日本人の人生観に向けられる。「現代の日本では、社会的にも、個人にも『放棄の道』が欠けています。それは、ただ生命活動の維持にのみ注目する末期医療のあり方にも象徴されます。最早生きる力を失った人に対して、『頑張れ!』と言い続けなければならないことを、考え直すときではないかと思えます。『死』は『死神の手で闇に引き込まれる忌まわしいとき』とせず、前向きのヴィジョンが拓かれることを願っています」(p. 24)。

おわりに

佐保田(1982)は日本の真言宗の開祖である空海の『般若心経秘鍵』を初めて見た時「目が覚めるような感じ」(はじめに)がしたという。それでも「全面的に賛成することはできない」理由としては、「拙老の解釈は真言

密教の大物である空海聖人のご意見に近い」が、空海が「密教を大日法身の内証の境界をエリートのボサツ達に説いた教」などとするとところが「賛成できかね」とし、「密教はそんなイカツイものではなく「もっとクダケタもの」であり「密教の元はといえば、母性神信仰なのです」(p. 16) としている。

竹村(2003)によれば、空海は『般若心経』を密教の経典であると見ており、「本文の箇所にも六宗をよみ」こんだ上で「最後の真言が密教の立場になる」(pp. 266-267)と考えているとしているが、本文を「薬の効能書」(p. 21)と説き「密教の元」を「母性神信仰」とする佐保田の「クダケタ」解説とはその点では少なからず異なっていたということであろう。

本稿で試みた『般若心経』解説の諸相の比較検討によっていくらかでも明らかになったものがあるとするならば、それはこれまでの通説とは異なる明呪(マントラ)の位置とその意義という問題である。特に宮元においては、「従来のどの『般若心経』の解説書にも見いだせない『般若心経』の本当のメッセージと、『般若心経』がわたくしたちのような凡夫の大衆に授けてくれているプレゼントが明らかになりました」とあり、「守り抜かれて真実になった誓いのことば」としての明呪を力説している(pp. 136-137)。般若観とともにさらに継続的な今後の課題としたい。

最後に、佐保田のこころを今も伝え、息の長い静かなヨーガ生活に至っているかしいの菩薩としての大乗観を示す端的な言葉を記して論の締めくくりとしたい。

大乘の徳目は、社会生活のなかで実践することが可能です。しかも大乘は互いに支えあい励ましあって目標に達するのですから、大乘には、対社会的な条件が大きなウエートを占めます。そして、私たちのような大乘の行者を菩薩と呼びます(p. 196-197)。

菩薩は社会生活を営みながら知恵の完成を目指す人で、それは他ならぬ読者の「あなた」自身なのですから・・・。「あなた」も般若波羅蜜多、つまり他に奉仕する精神をもち、非暴力や知足を心がけ、ヨーガに励み、瞑想をすることによって、一切の問題を解くことができるのであると、『般若心経』は説いているのです(p. 203)。

山口(1992)によれば、佐保田による「ヨーガ禅」は、「佐保田博士のヨーガ研究の客観的主体的結論である」。「ヨーガ禅」と名づけたのは、「仏教の座禅と区別するため」であり、「ハタ・ヨーガが示唆するときヨーガから、新たに、人間一生涯にわたって十分に役立つ『ライフ・スタイル』というべきものを『ヨーガ禅』として提唱したのである」として次のように述べている(p.

10)。

「ヨーガ禅」は博士の学問の到達点であるとともに、博士の生涯を支えた人生観のバックボーンを特徴づけたのであった。

このことは、『ヨーガ根本経典』『続ヨーガ根本経典』の研究と実践を見ればよく分かるであろう。「研究」というのは、多年の間、インド哲学、特にヴェーダとウパニシャッドの研究に従事した佐保田博士が晩年の20余年をかけて、ハタ・ヨーガを含むヨーガの四教本の訳注と解説をうち出したことを意味する。また、「実践」というのは、晩年の著作である『ヨーガのすすめ』(昭和42年刊)・『ヨーガ入門』(昭和50年刊)に見るごとく、博士がハタ・ヨーガの実践者として、ヨーガの調身・調息・調心(瞑想)の導師役を果たし、「ヨーガ禅」の賛同者を得たことを意味する。これは、博士の人生観のバックボーンを特徴づけたといえることができる。

「ヨーガの調身・調息・調心(瞑想)の導師役」として、禅はその「調心(瞑想)」との共通性ゆえに「ヨーガ禅」という日本的な命名がなされたものと考えられる。調心(瞑想)は、例えば道元の「ただ、生死すなわち涅槃とこころえて、生死としていとうべきなく、涅槃として願うべきものなし。この時初めて生死をはなる分あり」(佐保田, 1969, p. 78)という境地と重なっているからである。

ヨーガの「どの宗教にも無い長所」として、佐保田は、「肉体的操練の方法さえそなわっている」こと、また「ヨーガはドグマや信条を押しつけ」ないことをあげている(佐保田, 1973, はしがき)。佐保田による宗門のない「内的宗教」(佐保田, 1975, p. 28)としての「ヨーガ禅」の提唱は、仏教とヨーガとの日本的融合であり、学問的、実践的到達点であった。

最後に、日本のヨーガを論ずる際には、極めて深刻な事件について触れないわけにはいかない。佐保田が没する2年前の1984年、「オウム真理教」の前身である「オウムの会」というヨーガ教室は開かれたのである。超能力の獲得を目指す教室として当時のオカルトのブームもあって「空中浮揚」などと称していたことが事件後に明らかになっている。なぜこうした事件が起きたのかここで詳細に論ずる余裕はないが、この衝撃的な事件はこれからもより詳細に研究されるべきものであり、70年代からのヨーガブームも背景にあったことは間違いない。しかし、無論、佐保田の説く「ヨーガ禅」はそうした超能力とは無関係であり、教説においてもその根本教典である『ヨーガ・スートラ』にある「ヨーガ行法の体系」八部門の禁戒の最初に、「非暴力」があげられていることだけでも明白である⁶。こうした事件が再び繰り返されぬ

よう、日本の宗教教育のあり方を含めた、今後様々な視点からの検討が望まれる。

橋爪大三郎（2006）は、明治維新以後、「江戸幕府の圧迫がなくなったので、日本の仏教は回復したか」と言うと、そんなことはなく、日本の近代化の過程でほとんど何の役割もはたしていません。じつに残念なことです」（p. 218）と慨嘆している。現代日本における仏教の役割については、形骸化、世俗化等の様々な批判があるが、一方で地道な実践も続けられていることも確かである。大乘の本来に立ち戻るべく更なる活性化を期待したい。世界的なヨーガ熱の中、大乘本来の流れを汲む「内的宗教」としての「ヨーガ禅」は、現代日本における宗教のあり方を問い直し、宗派を超えた新たな可能性を切り開くひとつの契機となりうるのではないだろうか。

注

1. ここで、「ヨーガ」としているのは本稿で論じる佐保田の表記にあわせてためであり、これまで一般的に使われてきた「ヨガ」は引用等ではそのまま使っている。
2. ヨガジャーナル日本版調査（2017年3月発表）・ヨガジャーナル&全米ヨガアライアンス調査（2016年1月発表）を踏まえた「MYLOHAS」の近年の数字では、2017年の時点で「日本のヨガ人口は約770万人」だったが、「毎年新たに始める人が100万人のペースで増えているので、2020年には1000万人を超えと言われています。アメリカでは2016年時点で、約3670万人という調査結果が出ていて、2012年からなんと2000万人も増加！たった3年で2倍以上も増えました。これはアメリカの国民8～9人に1人はヨガをしている計算ですから驚異的な数字です」とある。
(https://www.mylohas.net/2017/09/064393yoga_guide.html 2019. 9. 4)
3. [] は原文にはないが補った方が理解に便と思われるとき用いられている。宮元の現代語訳も同じ。
4. 銀線細工（フィリギリ）等のインドとの取引をしていた当時の状況を、かしい（1996）は、「どろどろとした世間のしがらみにどっぷりつかっていました。他人を出し抜いたり、また、他人に出し抜かれたり」、「生きるとはそういうことだ」と思っていたとラジオで話している。ヨーガの世界とは程遠い俗世間的な欲望の世界だった。「以前の私は、激高しやすい性格だった」というが、佐保田との出会いによって、いつの間にかそのヨーガの世界に引き込まれている自分を見出している。
5. かしい（1996）はラジオで、佐保田から「菩提心」という言葉が扉に書かれた著書を贈ってもらったことを述べている。まさに菩薩行への激励であり、とにか

く毎日継続的に行を続けることの意義をかしいも強調している。また、かしいはソウルで生まれているが、敗戦によって帰国途中、船が漂流し死を実感しており、この体験はその後の自然のなかの地についた暮らしとともにヨーガにも生きているようだと話している。ヨーガの行によって「性格が変わるから思想が変わり、思想が変わるから健康になる」。ヨーガの行には「魂にまでしみとおってゆく力があるようです」と語っている。

6. かしいにおいては、本稿における資料としたその主著を執筆中の1995年5月頃に、壱岐「ヨーガの里」で「オウム真理教」の事件を知ることになる。そして、「ヨーガの里に、警察のパトカーがやって来たことから、『ヨーガの里はオウムだ』の噂が島中をかけめぐることになりました」と記している。日本のヨーガ関係者にとっては特に忘れることのできない事件だった。その年の1月には、かしいの「西宮の自宅が阪神大震災の直撃を受け、「私の関係する教室は12か所が壊滅し、数人の方が亡くなりました。活動の基盤が失われ、私の前途は存亡に関わる打撃を受けたのに加えて、スタッフの病気や怪我が相次ぎました」とある。まさに「受難の年」であった（p. 235）。

文献

- 五木寛之・かしいけいこ（1982）. 「すばらしきクイーンたち かしいけいこさん：人生を決めたヨーガとの出会い」『月刊キング&クイーン』9月号, pp. 64-71.
- ブロード, W・J（2013）. 『ヨーガを科学する：その効用と危険に迫る科学的アプローチ』（坂本律訳）晶文社.（原著は2012年）
- かしいけいこ（1995）. 『ヨーガに親しむ』東方出版.
- かしいけいこ（1996）. 「ヨーガの灯をともし続けて1-3」NHK ラジオ第2『人生読本』, 9月26～9月28日放送.
- 佐保田鶴治（1969）. 「機械文明と宗教」『大阪大学開放講座／機械文明のなかの人間4：機械文明と人間の生き方』大阪大学科学技術センター, pp. 7-84.
- 佐保田鶴治（1973）. 『ヨーガ根本教典』平河出版社.
- 佐保田鶴治（1975）. 『ヨーガ入門』池田書店.
- 佐保田鶴治（1982）. 『般若心経の真実』人文書院.
- 佐保田鶴治・かしいけいこ・番場一雄（1982）. 『初歩のヨーガ』.
- 佐保田鶴治・かしいけいこ（1985）. 『ヨーガ』日本放送出版協会.
- 鈴木大拙（2001）. 「禅宗と『般若心経』」『鈴木大拙全集第18巻』岩波書店, pp. 132-156.
- 竹村牧男（2003）. 『般若心経を読みとく：仏教入門の第

- 一步』大東出版社。
- 竹村牧男 (2017). 『般若心経を読みとく：二六二文字の
仏教入門』角川文庫。
- 中村元・紀野一義訳注(1960). 『般若心経・金剛般若経』
岩波文庫。
- 中村元・前田専學 (2018). 『<仏典をよむ> 3 大乘の
教え (上) 般若心経・法華経ほか』岩波現代文庫。
- 橋爪大三郎 (2006). 『世界がわかる宗教社会学入門』ち
くま文庫。
- 宮元啓一 (2004). 『般若心経とは何か：ブツダから大乘
へ』春秋社。
- 山口恵照 (1992). 「佐保田ヨーガの誕生と背景：方法論
的反省(覚え書き)」『立命館文学』第522号, pp. 1047
-1063.
- 山下博司 (2009). 『ヨーガの思想』講談社。