



東塔前にて

「千日回峰行」と並ぶ比叡山の難行「十二年籠山行」。「十二年は山門から外に出ず修学に務める」という最澄の理念を受け継ぎ、「今なお生きる最澄」に仕える侍真として、御廟がある浄土院で定められた勤行や修法を実践する。戒律復興によって江戸期に今の制度が確立してから、行に挑んだのは116人、うち満行できたのは81人という難行だ。その81人目の満行者である宮本祖豊さん(61)に、十二年籠山行と行を通して感じた最澄についてお話を伺った。

みやもと・そほう

- 1960年 北海道室蘭市で生まれる。
- 1984年 比叡山にて出家得度
- 1988年 叡山学院・仏教大学卒業
- 1989年 比叡山十二年籠山行に入門
- 1994年 比叡山円龍院住職
- 1997年 好相行満行。伝教大師最澄の御廟所である浄土院で戦後六人目の侍真僧となる
- 2001年 十二年籠山行満行。引き続き籠山。
- 2009年 二十年にわたる籠山を終え下山。
大黒堂執事、居士林所長、大講堂輪番、比叡山延暦寺大靈園園長を経て、
- 2020年 比叡山観明院住職
- 2020年7月 法華総持院東塔輪番・阿弥陀堂導師

主な著書に『覚悟の力』（致知出版）

籠山20年、最澄の覚悟と願いを伝える

湖生うみと宮本祖豊さん
「十二年籠山行」満行

● インタビュー

聞き手・三宅 貴江
写真・中村 憲一



東塔内部にて

— お寺の生まれでないのに、なぜ比叡山に？

宮本 宇宙物理学を学びたいと大学浪人中、雑誌で湯川秀樹博士の対談を読んで、学問の限界を感じました。もっと広い真理はないのかと探り続けて出会ったのが仏教、なかでも感銘を受けたのが最澄さんの『願文』でした。

— 最澄が数え年20歳の時に著した『願文』に、ほぼ同じ年ころで出会われたんですね。

宮本 1200年前これだけ精神的に偉大な人がいた。感激でした。この精神が源にある場学びたいと思いました。でも両親の理解は得られず、片道切符で北海道の実家を出たのは22歳。「出家」でなく単なる「家出」ですね。根本中堂でお薬師さんをお願いしてから延暦寺事務所を訪ねました。

— 追いつかれなかったのですか？

宮本 幸い対応してくれた人が話を聞いてくれました。坐禅に関心がある、いつか十二年籠山行をしたいと伝えると、「一番坐禅に詳しい人だから」と堀澤祖門師のところに連れて行ってくれました。戦後、最初の十二年籠山行を達成された方です。一度は1カ月で追い出されましたが、大峯山の放浪を経て、翌年再び門をたたくと浄土院での小僧見習いとして受け入れてくださいました。正式に得度受戒したのは24歳です。

— 最初から十二年籠山行を目指されていたのですか？

宮本 はい。ぜひ最澄さんが決めた式（『山家学生式』の「六条式」）にのっとって自分もやってみたいと。ただ、行に入るためには学問と修行、両方の資格が必要です。小僧をしながら4年間、叡山学院と佛教大学で学び、さらに1年小僧をつとめて十二年籠山行に入りました。籠山5年で比叡山の住職となったあと、34歳で「好相行」に入りました。

— 好相行？

宮本 好相とは三十二相、八十種好あるとされる仏・菩薩のお姿です。このお姿を感得するための修行が好相行です。比叡山では伝教大師最澄上人の魂は生きています。その生きたお大師さまに仕えるお坊さんが、十二年籠山行比丘である侍真（真影）に侍るという意味です。伝教大師に仕えるのですから、身も心も清らかで戒律を守っている清僧でなければなりません。好相行は侍真になるためのテストです。

浄土院の一角に釈迦如来、文殊菩薩、弥勒菩薩三尊のお軸をかけ、過去千仏、現在千仏、未来千仏の一仏一仏、焼香し檜の葉を散華し、「南無〇〇〇〇仏」と大きな声で唱え、五体を床に向かって投げだす。この五体投地の礼拝を仏さまが見えるまで、1日3千回無期限に行います。



浄土院の拜殿前で

事とトイレ、沐浴以外は堂内において不眠不休不臥。縄ではった椅子に座って仮眠はとりませんが、絶対に横になって眠ってはいけません。

— 過酷ですね。

宮本 ええ。7日目くらいから幻覚・幻聴・幻臭が始まりました。4、5カ月たつて真冬になると、堂内は連日マイナス10度以下。氷のような板の間に五体投地するので、手足のすべての指先、かかと、土踏まず、手のひらや甲も割れ、血が出て化膿します。指先から麻痺が始まり、脚は股関節まで、腕は肩まで冷たく感覚がなくなっていくますが、意識はより一層とぎすまされます。6カ月たつと舌も麻痺し味もありません。誤つて額を床にぶつけても痛みも感じない。さらに続けると、耳の三半規管が狂い、立っていられなくなりました。

— なぜ続けることができたのですか。

宮本 比叡山の行は、「行不退ぎょうふたい」といって途中でやめることは許されません。好相行も仏さまを見るまで無期限に続けられます。感得できなければ死ぬ覚悟で行に入ります。

なにより仏さまを感得したいという思いがあります。

ただ、何が何でもという思い、煩惱がある限り、仏さまは出てこない。

歴代の行者は百日ほどで満行となるのです

が、私は煩惱がとりわけ深かったのか、2度の中断をはさんで足かけ3年かかりました。

最後はもはや出し尽くしてしまつてどうしようもないという心境でした。心が真っ白になつて満行の条件が整つたのでしよう。3度目の行に入つてまもなく、建物も屋根も木も石も土もすべてのものがダイヤモンドのようにきらきらと輝き、体が喜びにあふれ、自分の声が天地に鼓動して、その振動に木も石も大地もすべてが喜んでいられるかのように感じました。自我の意識が薄くなり、天と地そして宇宙いっぱい自己意識が広がり、一体となつた感覚が幾日も続き、最終的に好相を感得できました。その様子を先達、延暦寺執行、天台座主に報告し、間違いないと認めていただいたので無事満行できました。

— それからさらに12年、侍真として浄土院から一歩も出ずに行を？

宮本 はい。籠山期間は最終的に20年間に及びました。侍真になると午前3時半起床、4時のお勤めに始まり、午後9時の消灯まで毎日のスケジュール(39頁参照)をただひたすら行じます。毎日約3時間する掃除は、草一本、枯れ葉一枚落ちていないほど徹底的にしますので掃除地獄と呼ばれます。正月も祭日もありません。浄土院は比叡山で最も清らかな場所ですが、湿気が高く最も寒い。そこに籠るので体を壊す。でも、医者に診て



雪の比叡山、木立の中を歩む

もらうこともできません。手伝いの僧も食事や掃除の補助役で話することもありません。テレビ、ラジオ、新聞、パソコン、インターネットもない。孤独に耐え、ただひたすら自分自身と向き合い続けて、一步一步悟りに近づいていきます。

—過酷な好相行の意味は何なのでしょう？

宮本 無我の境地で仏を感得することです。私たちはふだん頭を使う訓練はしても、思考を止める方法は習わない。思考を完全に止めた時に無我の境地が現れます。しかし、その大切さはなかなか伝わらない。

—思考を止める大切さ？

宮本 天台宗では坐禅を止観しかんといいます。「止」とは心を止める。「観」は観察です。心を止めて観察した時、初めてものを明らかな状態で確かに見ることができ、それが本物の知恵です。「止」と「観」と両方ができなければ修行は進まず精神レベルは上がらない。道徳や戒律を守り、煩惱を少なくして、心の波が完全に穏やかになれば、まるで鏡のように本物の景色を映すことができる。その状態が「止」です。心が揺れているのに知恵だけ働かせる状態は「狂」。心は穏やかでも学ぶ知恵がなければ「愚」です。現代は頭のいい「狂」の人が多い。だから、社会をよくするためには、「止」が大切なのです。

—十二年籠山行の間は？

宮本 厳しい戒律を守り、学問だけでなく実践する。止観のバランスが偏らない事が大切です。

—籠山行の間は最澄を身近に感じるのですか？

宮本 毎日生きたようにお仕えする中でその存在を感じる事が度々ありました。「最も澄んだ心の人で、生真面目で慈悲深い。そして修行に対して実直なほど厳しい人」。よほどの強い思いがなければ、鬱蒼うつそうとした山に十二年も籠ることも入唐もできなかった。一乗止観院のちの根本中堂を建てたのは23歳です。若くして多くの人をひきつけ動かす魅力があった。そして天皇の心まで動かした。

その強さの底にあるのが、法華経の「すべての生き物はみな平等で必ず悟りは開ける」という一乗の教えであり、もうひとつが人を思いやる「慈悲の心」です。最澄さんは、生きている人間がよりよく生きるために教えを説いた。

コロナでふだん考えなかった死が身近に感じられる今、よりよく生きるとはどういうことか見つめ直す時代に私たちはいます。最澄さんは決して平安時代になくなった人ではなく、浄土院だけにその魂があるわけでもありません。上人じんじんを想う多くの人の心の中に生き、今も一乗の教えで、一隅を照らす人づくりをしておられる。そう思っています。