

# 法然上人ご法語シリーズ

## 一紙小消息(いっしこししようそく)

〈黒田の上人へ使わす御文〉

わが浄土宗の元祖法然上人が、お念仏の教えの要旨を簡潔にまとめ、「黒田の上人」に宛てた手紙です。

法然上人はの中で、時代や人の資質を問うことなく、阿弥陀仏の本願を信じて称名念仏に励み、往生を期(こ)するようにと勧めています。

「一枚起請文(いちまいきしようもん)」と並び、浄土宗信徒に最も馴染み深いご法語として親しまれています。

因みに、「黒田の上人」とは、奈良東大寺の勧進僧(造宮に際し寄付を集める僧のこと)として有名な俊乗坊重源(しゅんじょうぼうちようげん)、或はその門下生という説があります。

## 原文(浄土宗信徒日常勤行式)

末代の衆生を、往生極楽の

機にあてて見るに、行すく

なしとても疑うべからず、

一念十念に足りぬべし。罪人なりとても疑うべからず、罪根ふかきをもきらわじとのたまえ

り。時くだれりとても疑うべからず、法滅以後の衆生なおもて往生すべし、況や近來をや。

我が身わろしとても疑うべからず、自身はこれ

煩惱具足せる凡夫なりとのたまえり。十方に

浄土おおけれど西方を願うは、十悪五逆の衆

生の生まるる故なり。諸仏のなかに弥陀に帰し

たてまつるは三念五念に至るまで、みずから

来迎したまう故也。諸行の中に念仏を用うるは

かの仏の本願なる故なり。いま弥陀の本願に

乗じて往生しなんに、願として成ぜずと云う

事あるべからず。本願に乗ずることは信心のふ

かきによるべし。うけがたき人身をうけて、あ

いがたき本願にあいて、おこしがたき道心を発

すべし。

こして、はなれがたき輪廻の里をはなれて、生ま  
れがたき浄土に往生せん事、悦の中の悦な  
り。罪は十悪五逆の者も生まると信じて、  
少罪をも犯さじと思ふべし、罪人なお生まる  
況や善人をや。行は一念十念なおむなしから  
ずと信じて、無間に修すべし、一念なお生まる  
況や多念をや。阿弥陀仏は不取正覚の言を  
成就して、現に彼の国にましますれば、定んで  
命終の時に来迎したまわん。釈尊は善哉、我  
が教えに随いて生死を離ると知見したまい、  
六方の諸仏は悦ばしき哉、我が証誠を信じて、  
不退の浄土に生まると悦びたまうらんと、天に  
仰ぎ地に臥して悦ぶべし、このたび弥陀の本願  
にあう事を。行住坐臥にも報ずべし。かの仏の  
恩徳を。頼みても頼むべきは、乃至十念の詞、

信じても猶信ずべきは必得往生の文なり。

(一浄土宗日常勤行式・じょうどしゅうにちじょうごんぎようしき)より)

### 【現代語訳】

乱れきつたこの末法の時代(①)に生きる人々が、  
阿弥陀仏(②)の極楽浄土(③)に往生(④)を遂  
げられるかどうかについて考えた場合、称えるお念  
仏の数が少なくては往生はかなわないのではない  
か、などと疑つてはいけません。阿弥陀仏は、たと  
え十遍あるいは一遍のお念仏であつたとしても往  
生をかなえようと誓つているのですから。

また、自分は罪深い人間であるから往生などかな  
わないのではないかと疑つてもいけません。釈尊  
(⑤)は「たとえどんなに罪深い人であらうとも、  
阿弥陀仏は決して見捨てることなどしない」とおつ  
しゃつているのですから。

また、今は釈尊在世の時代(⑥)から長い時を経  
ているから、往生はかなわないのではないかと疑  
つてはいけません。末法が過ぎ、ついには仏の教え  
すべてが滅んでしまう時代がやってきても、お念仏

を称えるならば必ず往生がかなうのですから。まして今の時代でそれがかなわないことなどありましようか。

さらには、自分は煩惱(⑦)を断ち切れぬおろかな身であるから往生などかなわないのではないか、と疑つてもいけません。かの善導大師(⑧)でさえ、「自分こそは煩惱にまみれた愚かな人間である」とおっしゃっているのですから。

仏の国である「浄土」があらゆる世界に無数にある中、阿弥陀仏の西方極楽浄土への往生を願うのは、十悪五逆(⑨)といった重い罪を犯してしまった人でさえ往生がかなうからです。

無数の仏の中から阿弥陀仏をたよりとするのは、三遍或は五遍といったわずかな数しかお念仏を称えなかつた人でも、臨終(⑩)には阿弥陀仏自らが来迎(⑪)して下さるからです。

往生のための数ある修行の中から称名念仏(⑫)を選ぶのは、阿弥陀仏が誓われた本願に「念仏をとなえる者は、皆往生せしめよう」とあるからです。

私たちが今、阿弥陀仏の本願にこの身をゆだ

ねてお念仏を称え、必ず往生しようと願うならば、それがかなわないことなど決してないので。本願にこの身をゆだねるといふことは、阿弥陀仏を心底(しんそこ)、信じきることにあります。

幸いにも、私たちは人としてこの世に生を享(う)け、阿弥陀仏の本願の教えにめぐり遇(あ)い、これまで

おきなかつた往生浄土の志がおこり、生き死にを繰り返すこの迷いの世界を離れ、生まれ難(がた)い浄土に往生を果たせるのですから、これに勝る悦びがあるでしょうか。

たとえ十悪五逆といった重い罪を犯してしまった人でも、極楽に救つていただけることを信じ、救つていただけるからこそわずかな罪も犯すまいと心がけるべきなのです。罪深い人でも往生はかなうのですから、罪を犯さないように心がけている人が往



生できないことなどあるでしょうか。

たとえ、わずか一遍でも十遍でも、お念仏を称えれば往生がかなわないことはないと言ひ、なほ絶(た)やすことなく、生涯、お念仏を継続すべきです。一遍のお念仏でも往生できるので、まして、生涯称え続けるのであれば必ず往生はかなうのです。

阿弥陀仏は、「私は、自(みづか)らたてた誓願(⑬)が成就しないうちは、決して仏の位には就かない」と本願に誓われました。そして、その本願をすべて成就して極楽浄土を建立(こんりゅう)し、現にそこにいらつしやるのですから、命尽(つ)きる時には必ず私たちを迎えに来てくださるのです。積尊は、お念仏を称えて往生を願う者を、「よい、それでよいのだ。私の説法を信じ、念仏を称えてこの迷いの世界を離れようとするのだな」と見守ってください、あらゆる世界の仏は、「悦ばしいことだ。汝らは、我々が真実であると証明したことを信じてお念仏を称え、迷いの世界に二度と戻ることのない極楽浄土へ往生していくのだな」と御悦びになるでしょう。

これほど素晴らしい阿弥陀仏の本願に出遇えたことを、天を仰ぎ、地にひれ臥(ふ)して悦びなさい。そして、私達のために阿弥陀仏の教えを説いて

くださった積尊のご恩に報いるために、いつもお念仏を絶やさないようになさい。

頼みすがるべきは、「念仏を称える者すべてを我が極楽へ導こう」との阿弥陀仏の誓願であり、全霊を傾けて信じるべきは、「阿弥陀仏の本願は決して虚偽(きよぎ)などではなく、念仏を称えれば必ず往生がかなうのである」との善導大師の力強いお言葉なのです。

以上が現代語訳です。原文とともに何回もお読みください。原文は非常に調子のよい文章です。ある程度読めるようになりましたら、朝でも夕でもお仏壇前で読むようになさるとよいでしょう。



## 【注釈】

① 仏教では、お釈迦さまが亡くなって以降（滅後・めつご）、時代を三つに区切っています。

滅後五百年の間は、仏教の教えも、それを実践する行（ぎょう）も、その結果としてのさとりも正しく備（そな）わって、お釈迦さまの教えが完全に行（おこな）われています。

次の千年は、像法（ぞうほう）の時代といつて、教えと行とは残っています。が、教えをさとることはなかなか困難な時代です。

最後の一万年は、お釈迦さまの教えだけが残り、実践することもさとることも難（むずか）しいので末法の時代といえます。日本では平安時代末期の永承七年（一〇五二）に末法の時代に入ったと考えられています。

原文で「末代の衆生」とは、末法の時代を過ぎた後の百年の時代に生きる人々を指しています。

このことは、『仏説無量寿経』に説かれていて、法然上人の『選択本願念仏集』に、解釈されており、善導大師の『往生礼讃』にも示され、「救いの道」であるお念仏を勧めています。

② 限らないみ光と限らない寿命を兼ね備えた仏で、無量寿仏・無量光仏と別称する。『無量寿経』には、無量寿仏を無量光仏・無辺光仏・無礙光仏・

無対光仏・燄王光仏・清浄光仏・歡喜光仏・智慧光仏・不斷光仏・難思光仏・無称光仏・超日月光仏と名づけ（以上十二光仏）、その他無量清浄仏、不可思議光仏、尽十方無碍光如来等の異名をもち、弥陀仏と略称される。

阿弥陀仏は、法蔵菩薩と呼ばれていたその修行時代に、その師世自在王仏によりすべての仏の浄土を見た後、長い間考えて四十八の本願を發（こ）し、長い間修行をかさね、十劫の昔に本願を成就して現在西方の極楽世界で説法していらつしやる。

③ 私たちの住む娑婆世界より西方へ十万億の仏国土を過ぎた処にあり、現に阿弥陀仏が説法されている浄土のこと。諸事円満具足し、樂のみあつて苦のない、円満無欠・自由安樂の理想郷である

④ 往き生まれること。極楽往生といえ、阿弥陀仏のお浄土に生まれかわること。即ち、私たちは長い間生き死にの在る世界、六道（ろくどう）・地獄・餓鬼・畜生、修羅、人間、天上の六つの世界（しよくじ）を繰り返してきたが、極楽往生が決定（けつじよう）すれば、再び、迷いの世界（六道）へ戻ることはない。

⑤ お釈迦さまの尊称。

⑥ 紀元前五六五年〜紀元前四八五年在世八十年。

⑦身心（しんじん・肉体と心）を乱し悩まし、正しい判断を妨げる精神作用のこと。即ち、目の苦楽に迷い、善根を毒する三つの煩惱である、貪（とん・むさぼり）・瞋（じん・いかり）・癡（ち・おろかさ）の三毒（さんどく・垢に譬えて三垢ともいう）によっておこされる精神作用のこと。

⑧六一三年〜六八一、中国浄土教五祖のうち第三祖道綽禪師（どうしゃくぜんじ）の後を受け大いに浄土教を弘め、中国浄土教の大綱を確立した。

永隆二年寂、終南大師・光明大師という。

法然上人の師でもある。著書に『観経疏（かんぎようしよ）』『往生礼讚（おうじょうらいさん）』

『法事讚（ほうじさん）』『観念法門（かんねんほうもん）』『般舟讚（はんじゆさん）』等。

⑨十悪と言うのは、人間として犯してはならない悪のことで、身・口・意（しん・く・い）、身体と口と心の意）の三業（さんごう）によって起こる十種の悪、十善の対象語で次のようなもの。

殺生（せつしよう・生命を大切にしない）

偷盜（ちゆうとう・盗みをする、ものを大切にしない）

邪淫（じゃいん・淫らなことばかりする）

妄語（もうご・嘘を言う）

悪口（あつく・他人の悪口をいう）

綺語（きご・口からでまかせの出鱈目をいう）  
両舌（りょうぜつ・二枚舌）

貪欲（どんよく・限りなく貪る）

瞋恚（しんい・怒り憎むこと）

愚痴（ぐち・心が暗く、一切の道理を知る智慧に欠けたこと）

五逆とは、正しい道理に逆らうことの甚だしい、仏教で最も重いとされる五つの罪悪のこと。

殺父（さつふ・父を殺すこと）

殺母（さつぼ・母を殺すこと）

殺阿羅漢（さつあらかん・阿羅漢を殺すこと。阿羅漢とは、煩惱を断ちつくし、高い智慧を得て、世間の供養を受けるに値する境地に達した聖者のこと。略して羅漢という）

⑩臨命終時（りんみんじゆうじ）の略。この世での一生の終わりをいう。末期（まつご）と同じ。

⑪らいこう又はらいごうと読み、浄土に生まれることを願う人の臨終の際、佛・菩薩が来現（らいげん・あらわれること）して、お浄土に迎え入れるということ。

⑫南無阿弥陀仏（六字の名号という）と声を出して称（とな）え、心に阿弥陀如来を念（おも）うこと。

⑬ 菩薩が、修行の目的を願い定めて、それを必ず成就することを誓うこと。

全ての菩薩が共通して起こす四種の誓願である  
四弘誓願（しぐせいがん）、弥陀の四十八願、お  
釈迦さまの五百の大願、薬師如来の十二願、等



カリステモン（和名ブラッシの木）