

断食考(下)

山折哲雄

五

〔五、15〕以下、日本仏教史にあらわれた仏道修行者の〈精進—木食行〉と〈断食行〉の様態を、次の資料に基づいて明らかにする。すなわち元亨釈書〈元〉、東国高僧伝〈東〉、真言伝〈真〉、野峯名徳伝〈峯〉、豊山伝通記〈豊〉、本朝高僧伝〈高〉、続日本高僧伝〈続〉の伝記、および日本往生極楽記〈往〉、大日本法華験記〈法〉、続本朝往生伝〈続往〉、拾遺往生伝〈拾〉、後拾遺往生伝〈後拾〉、三外往生記〈三〉、本朝新修往生伝〈新〉、緇白往生伝〈白〉、高野山往生伝〈野〉の往生伝がそれである。^{※1}以上の資料中から断食行にか

んする記述はできうるかぎり精査し、逐一抽出したが、精進—木食行については多少の取捨を行ない、そのヴァリアントの全容を示すことに心がけた。以下、最初に精進—木食行の検討を行ない、次いで断食行の分析へと進む。

※1 〈元〉〈東〉は大日本仏教全書第六十二卷史伝部一、〈高〉は同書第六十三卷史伝部二、〈統〉は同書第六十四卷史伝部三、〈真〉〈峰〉〈豊〉〈野〉〈往〉〈統往〉〈拾〉〈後拾〉〈三〉〈新〉〈白〉は同書第六十八卷史伝部七、および〈法〉は統群書類第八輯卷第九十四の本文頁を使用する。各定本の解題は、大日本仏教全書第九十八巻・解題二と藤本智董（国訳一切経史伝部二十四・解題）を参照。なお各往生伝については重松明久『日本浄土教成立過程の研究』が役に立つ。文献掲出の方法は最初に定本頁を出し、それに関連する資料は巻数で示した。

〔五、16〕 中国の場合の例にならって精進—木食行の特色を分類して示そう。

断穀塩——积相応（近州浅井郡人。応性精勤苦行、断穀食棄塩味、落飛鳥上靈雨—〈元〉一一八、〈法〉第五、〈高〉卷第四十七）、积叡好（三昧和尚之門人。自兹二人絶塩穀精修過七日已—〈元〉一二八、〈東〉卷第八）、积良算（東関人。雍染後永絶穀塩只食淡菜、誦法華無佗業、常居深山絶壑…荷葉木皮為上衣…又上金峯山住薺嶽数十年、持法華、鬼神始現可畏形、不怖—〈元〉一二九、〈東〉卷第八、〈法〉第四十九、〈高〉卷第五十二）、积応照（居紀州那智山、誦法華、每至薬王品随喜追慕、一時絶穀塩膳松葉、…焼身、〈元〉一三四、〈法〉上第九（一二二頁）、〈東〉卷第十、〈高〉卷第六十六）、性信（仁和寺。長和帝第四子。密乘支学至梵字悉曇、無不洞曉、又耐勤苦、或辟穀而度日、或不解帶經年—〈元〉一二八、〈東〉卷第七、〈高〉卷

第五十、〈三〉二四八)、釈行勝(撰州高木人。習秘密教：受伝法灌頂、：巡歴修練、名山絶嶽、：久居和州
笮窟窟、修不動使者法、一日明王、出現壇上：絶五穀喫棗龜、後止野山寂解院—〈峯〉八三、〈高〉卷第五
十四)、釈日円(本天台之学徒、後発菩提心、隱身於巖谷、住於金峯山之三石窟、長断米穀、殆似神仙、後
移住於美作国真島山、当国隣国欽仰如仏—〈統往〉一九七、〈高〉卷第六十七)、釈蓮待(丹波人。住仁和寺
：本名永算、：俗呼曰石蔵聖矣、：又籠金峯山、断穀塩味—〈拾〉二〇七、〈野〉第四、〈真〉卷第六、〈高〉
卷第七十)、喜撰(城州宇治山。居醍醐山、隱乎宇治山、結菴於御室戸、持密呪修仙方、絶粒服餌、：撰善
和歌—〈高〉四〇三、〈元〉卷第十八)、藤太主・源太主(和州吉野郡。布衣烏帽、辟穀持呪、得通仙術—
〈高〉四〇三、〈元〉卷第十八、〈真〉第五)、釈亮汰(豊山第十一世、住鷲尾興法。去還興法寺、一日詣和
之安倍、七箇日夜安居堂内断絶穀味、欣求恵命、期已満夜夢—〈豊〉一〇五)、釈慧任(豊山第二十二世、
就乎護国寺快意大僧正。己亥九月、一七日掃浄道場於宝仙、断穀退醬、修八千枚護摩法、兼為浄心器、行一
千座之不動供—〈豊〉一一六)、明寂(隱岐守大江安成息。初受戸羅以降、以虚空蔵菩薩、久為本尊、修求
聞持法、即成悉地、其後住当山、随良禪阿闍梨、受兩部大法、一生之間、永断五穀、身不著絹綿、口不嘗塩
酢—〈野〉一五二、〈高〉卷第七十)、僧念光(相州人。経歴讚州甲州等諸国之名山霊区、木食草衣而永不食
塩穀等、苦修練行年已久矣—〈白〉二七四、〈統〉卷第九)。

木食—役小角(和州葛木上郡茆原村人。年三十二棄家入葛木山、居巖窟者三十余歳、藤葛為衣松果充食、
持孔雀明王呪駕五色雲優遊仙府—〈元〉一四四、〈真〉卷第四)、泰澄和尚(後ニハヒトエニ彼峯〔越智峯〕

ヲ栖カトシテ久修練行ス、自ラ出家シテ比丘ノ形ト成リテ、藤ノカハ苦ノ衣ヲ以テ膚ヲ隠シ、松ノ葉華ノ汁ヲ以テ命ヲタスク：名ヲハ臥リノ行者ト云、常ニ以テ臥カ故也——〈真〉三五、積仏蓮（居安祥寺。後移越後之古志郡国上山、三時沐浴誦法華、：負薪汲水三時湯未嘗欠、又拾果設食供給尤勤——〈元〉一二七）、積泰澄（越之前州麻生津人。後棲遲此峰〔越知崎〕苦修練行、：衣藤皮食松葉修懺積年、甞得智解自然感悟密乘——〈元〉一四五、〈東〉卷第一）、久米仙（和州上郡人。入深山学仙法、食松葉服薜荔——〈元〉一六四、〈高〉卷第七十四）、積良胤（丹州三重郷人。艸結数椽、敷衍宗義、燒松葉、煮菜根、貧窶清節、自宴如也——〈高〉一〇六）、積亮典（勢州宇治県人。十三随憲式学真言教、：乃授沙弥十戒、尋受四度瑜伽、：包笠芒鞋、遊遍四方、：卷衣還郷隠于宮崎、掘樹構寓、傍崖拓架、拾薪採果、專注送歳、弊衣疏食——〈高〉一一八）、上人彈誓（濃州人。上人其後到南紀熊野山、神殿自開、権現親出現、：其錦袋織付大日尊及上品印相弥陀尊像、從其到甲州一之沢、彼山有石窟、居彼窟三歳、其跡至今時相統、永以上人為開山、闔衆木食、：經歷諸国名山靈区、：恒木食草衣：抹香合於松之甘皮、以石臼擣之、細末為丸、一日以三顆為食——〈白〉二七〇、〈統〉卷第九）、僧一心（泉州人。心無定日課、：唯任口称念、於四儀六作中、曾無有脣動止、：以分衛為活命、心或時為令生厭穢欣淨心故木食——〈白〉二八〇）、積了把（江州浅井郡人。夢一老僧告曰、寛永十五年、子五十歳、三月廿一日正午時、必可取滅、死期三十日前、須木食矣、把覺後銘心腑——〈統〉八一）。

蔬食菜食——沙門覺尊（住延曆寺、唯修淨土之業、始以念仏為宗、後漸明於止觀、且夕唯斗藪、：然而布衣不礙風、蔬食纔并日而已——〈統往〉一九七）、積徳一（学相宗于修円、：一闢常州築波山寺、門葉益茂、而

嫉沙門莊侈飽食弊衣恬然自怡、終慧日寺、全身不壞——〈元〉八八、〈東〉卷第六、〈高〉卷第五、貞觀皇帝
〔清和天皇〕（御膳只菜蔬而已、：或兩三日一齋六時苦修一心禪念——〈元〉一五二、〈後拾〉卷下、〈真〉卷第
四）、積了性（京兆人、和州極樂寺沙門。恒修淨邦、唱号三万反、麤衣糲飯、晏然自處、〈高〉三五六）、永觀
（四十余年：漿粥菓蔬、隨時求施——〈拾〉二二三）、沙門善法（甲州人。經歷國邑、不定居處、弊衣麤衣〔食
歟〕是為常事、勸進道俗、勤行講經、令人勤法華、限以六万部、時人呼号六万部聖矣、：〔靈夢〕：其後身
厭污穢、口断水漿、：起向西方、礼拜三四度、称念弥陀、寂而氣絕——〈拾〉二二四）、積真察（美濃人、京都
華頂山沙門。麻衣糲食、貧窶尤甚、未嘗見其憂色也——〈統〉二三）、積道感（美濃人。又住竹林樹間、恒打
銅鈺、昼夜無間、称念弥陀、麤食弊衣、以為足焉——〈統〉七九）、積入玄（越後新瀉人。專修念仏、心期淨
土、或居醍醐山直堂、或住三輪山、及金剛山麓与樂寺、念仏無怠、：麤食弊衣、持戒清淨、日課三万——〈統〉
七九）、積閑空（尾州熱田人、紀州総持寺沙門。棲遲隣村茅屋、麻衣藜食、清淨活命、專修念仏——〈統〉八
二）、積天空（上野國人、佐渡念仏堂沙門。專修念仏、不雜他業、野菜木菓——〈統〉八二）。

断葷酒等——積慶日（平安城人、居叡山。誦法華修密供、：持齋不欠、亦不食油酒、或雨夜出行前有持炬人、
後有擎笠者、遠人望之走近見之無炬笠而日独行——〈元〉一二七、〈法〉第六十五、〈拾〉卷上、〈真〉卷第七）、
藤原義孝（右近衛少將。深帰佛法、終断葷腥——〈往〉一九〇）、算學博士善為康（越之中州射水郡人。康和
元年以來絕色欲修念仏、亦著拾遺往生伝、永久四年以來每日誦般若心經三百卷、為臨亡除魔障資、保安元年
以來永絶肉味、大治三年秋書如法法華經、爾來禁酒、凡日課金剛心經如上、并弥陀經九卷、如意輪大呪一千

反、念仏一万反——〈元〉一五四、〈新〉二五六、藤氏敦光之女（九歲讀大乘經若干卷、至經齋日絕肉味——〈元〉一六一、〈後拾〉卷中）、法師勸修（円城寺沙門。自幼不如葷、家人戲以海月入其口、遂病、不數日瘡為瘡、形如海月——〈東〉二七〇、〈高〉卷第四十九）、釈尊意（延曆寺沙門。好讀書籍、不食肉葷、不害羽鱗、口唱南無——〈高〉二八七）、淨尊法師（弟子淨尊今夜可往生西土、故斷肉食——〈拾〉二〇九、〈法〉第七十三）、上人賢昭（京兆人。生而有異相、敢不食魚味、若嘗肉食、即以反吐、父母異之、遂入釈氏、自爾以降、一生不觸女身、：每日誦法華經、并誦藥師經——〈拾〉二二二）、相応和尚（既出、無動寺沙門。嬰兒之間、口嫌酒肉、心厭葷腥、父母異之、羞以精菜、供以別器、：不嘗醕糟油蘇之味、陳臭經宿之食、：食飯粥於同時、：一生之間、過中不食——〈拾〉二二八）、平明（華洛人、上総国分寺講師。生涯之間、唯願誦誦觀無量壽經、兼又自月朔一日、至晦三十日、定光仏乃至釈迦牟尼仏、依次禮拜、敢無懈怠、又自生年三十三、長斷肉食——〈後拾〉二三七）、阿闍梨増全（河内人、延曆寺内供奉。葷腥適口則以反吐、：十八歲出家為沙門——〈三〉二四六）、律師了性（止惡修善、禁斷酒肉、制止五辛、持六齋等、至誠念仏——〈白〉卷中）、信士某甲（漸及暮年、弥成信心堅固念仏、恒誓不食葷腥——〈白〉卷下）、釈天海（奥州会津人、武州東叡山沙門。幼惡葷腥、強嘔則吐、父母異之、年十一投本邑弁蒼法印、得度稟戒——〈高〉三三二）、淨嚴（河州錦部郡鬼住村人、江戸靈雲寺沙門。自誦普門品尊勝陀羅尼、又善書阿弥陀觀地音藏等仏号、或請父出家、私称空經、嫌見女人、不食葷羶——〈統〉八）。

持齋精進——釈護命（濃州各務郡人、和州元興寺沙門。辞入吉野山、結茅宴居、白月修呪、黒月禅坐、苦

行精進、殆忘寒暑——〔高〕四七、〔元〕卷第二、源信法師之姉（雍染以來精持禁戒、誦法華粗解深義、衣僅蔽身食可接氣、：嘗見普賢菩薩隆室、又得觀自在摩頂、山鳥野狐常來捧果供——〔元〕一六一）、釈隆明（江州園城寺沙門。學顯密法、自十一歲、衣不解帶、修練精進、効感如神——〔高〕三〇五、〔元〕卷第二十六）、釈頼西（紀州高野山沙門。學顯密法、自十一歲、衣不解帶、修練精進、効感如神——〔高〕三〇五、〔元〕卷第二十六）、釈頼西（紀州高野山沙門。專遵法義、時齋堅持——〔高〕三二二）、蓮秀法師（醍醐住僧矣。頃年持法華、每日無懈倦、兼念持觀音、十八日持齋：每日誦觀音經一百卷——〔法〕一五九）、仏師感世法師（而誦法華經、每日必誦一品一卷、其中暗誦普門一品、日々必誦卅三卷、又十八日持齋、奉仕觀世音菩薩——〔法〕一七二）、大隅椽紀某（年來受持法華經、每日誦誦、若一部半部、或一卷一品、更無退轉、又念觀音、至十八日、精進持齋——〔法〕一八五）、奥州鷹取男（姓名未詳。此男頃年每月十八日、持齋精進、誦法華經第八卷矣、鷹取遇苦念觀音——〔法〕一八九）、女人（山城国久世郡人。從年七歲、誦法華經觀音品、每月十八日持齋、奉念觀音、至十二歲、誦法華經一部——〔法〕一九四）、円空上人（伯耆国弘瀬寺ノ僧ナリ、一生持齋、六時ニ觀行ス、其体仙人ノ如シ——〔真〕五六）、円長山籠（紀州人。以理趣弥陀尊勝仏頂等為持經、戒行日積、精進齡闌、加之三部大法勤行累年——〔野〕一五三）、増延山籠（和泉国人。出家學道、精進之行、勇猛不怠、書一字三礼經、致每夜千遍礼、伝諸尊秘法、遂入壇灌頂、每朝大仏頂理趣經尊勝陀羅尼二千遍、不動慈救呪一万遍——〔野〕一五三）、信濃入道西念（遇心蓮上人受弥陀行法、多年之間、勤行不倦、一生齋食、遍厭濁世——〔野〕一五四）、釈玄鑑（延曆寺座主。持律純清、齋戒無虧——〔高〕二八七）、上人永暹（石州人。住雲州鰐淵山、

即如法書写法華經、其後於天王寺并良峰山、同書寫供養如法經、其間斷言持齋、凡修大仏事六箇度、每度切足一指、燃灯供養—〔後拾〕一三三六、沙門寂禪〔百日潔齋參金峰山、精進之間、日致一千遍之礼拜—〔後拾〕二四三三〕、道寂〔元興寺沙門、俗呼為伊賀聖。少年參詣長谷寺、七日精進、祈求道心—〔新〕二五八〕、尼正寿〔山州愛宕郡。平生以口称念仏為淨業、昼夜六時不退、曾不廢忘、恒護持八齋戒—〔白〕二八四〕。

右の外、類似の事例を挙げる。律師無空〔平生念仏為業、衣食常乏—〔往〕一八七〕、光孝天皇孫〔尼。日不再食—〔往〕一九〇〕、釈玄賓〔遁去隱於湯川、草衣澗飲—〔東〕二四三三〕、釈開成〔光仁帝之子、恒武帝之兄。〔仲算〕一六〇曰、已經四旬余耳、以何為食、〔成〕曰、有二鳥、日銜物至、我嘗之味甘—〔東〕二四三三〕、釈法空〔下野州人。飢食果蔬、侶烟霞而伍鳥獸—〔東〕二五六〕、釈永観〔洛東禪林寺沙門。授不動呪、…暮中誦呪、…遂稟密灌、辞往東大登壇具戒、…山棲谷飲凡十年矣—〔高〕八三〕、釈蓮待〔既出。後移高野山、嵩棲谷飲、多送歲月—〔高〕三八六〕、沙門清仁〔飲食不多、素有分量—〔拾〕二〇七〕、良乘〔或居山州上醍醐山直堂、忍飢苦練、或住和州三輪山遍照院及金剛山麓広瀬与楽寺等、守閑念仏—〔白〕二七七〕。

以上の諸例によって、法華經の持經者、真言密呪や念仏の行者などの仏道修行者が、いかなる身心の環境の下で精進—木食行を行っていたかが明らかになったであろう。以下にのべる断食行も、実は右のような仏道修行者の広い裾野を背景にしてはじめて数多く実修されるようになったといふことができる。断食行は、修行への祈求願望という点からすれば、いわば精進—木食行の論理必然的な帰結とも考えられるからである。

〔五17〕 次に断食行の諸形態について検討する。^{*1} 引文のあとに断食苦行の性格を規定するうえで重要と思わ

れる事項を注記する。

三、七日断食——積日藏（洛城人）。延喜十六年二月入金峯山椿山寺薙髮、時年十二、絶塩穀精修六歲、…居東寺学密教而往来金峯、天慶四年秋於金峯山尅三七日絶食不語修密使、八月一日午時修法之間忽舌燥氣塞、欲呼人相救、又思已称不言豈得出声、如是思惟氣息既絶、恍至一窟前——元——一一五〔金峯山、修密供、失神——他界遍歷——蘇生〕東卷第五、真卷第五、高卷第四十八）、積長円（鎮西人。少年出家居叡山、常持法華修不動法、後入葛木山三七日絶食誦經修法、夢八金剛童子以鈴杵劔等為服飾、異口同音合掌讚嘆曰、勤苦修行者猶如婆伽梵、…一時到河辺、寒氷徧鎖不知淺深、忽有大牛從出渡河、往反數回牛乃隱、円因而得渡、自然野山入大峰、詣金峰山迷不知路、一心誦經、時一童子唱曰、…長久中卒…元——一一六〔葛木・熊野・大峰・金峰、法華・不動法、靈夢〕東卷第七、高卷第六十八、法第九十二）、積文覚（親衛校尉持遠之子。覚受滝水竟三七日、其責豆州誓曰、我若成神護之修、波上舟中至豆州不言久近、不敢飲食而命不終、或又溘焉營復之不成也、營復之不成也、生何如死、經三旬著州上、遂無飲食云——元——一四一——二〔瀧苦行〕東卷第九、高卷第六十五^{※2}）、式部太輔敦光朝臣（凡一生之間、深信仏法、日別転読法華經、大数及二千部、其外造仏写經、不遑甄録、冬十月以後、病力羸疲、命在旦暮、廿余日断食絶水火、謂曰、今我半死、唯待觀音勢至之来迎而已——新——二五八〔法華經、病——命終・来迎期待〕）、尼寿正（和州川合村人。或時染微疾、而一心念仏、頗過平日、於其病中、曾不食、已及二十日計、胆病人等、進食則尼曰、我日々從阿弥陀仏、給美膳而食、以故曾不乏、何強可用食耶——白——二八四〔病、甘露靈験〕）、積禪峯（出羽国村山郡

藏增村人、羽州松高山沙門。早信仏乘、不嗜葷腥：日唱仏名三万遍：拋擲妻子田宅独歩雲遊、時年三十三也、初登羽黒山、端坐巖間、一食長齋、昼夜不臥、一心念仏、十万余声、四十八日、無有間断、次登月山湯殿山、断食念仏、二七日、又登最上山、三七日、昼夜六時、一心念仏、尋登奥州蔵王嶽、断食念仏、三七日、而鳥海山、信州浅間嶽、紀州熊野山、駿州富士山、常州筑波山、神波山、上州妙義山、相州大山、箱根山、無不經歷、到処三七日、或百日、或五十日、苦修練行、採松花、充午齋、汲澗水、代非時藥、降伏妖蛇毒竜、斷役魍魎鬼神、貸精修立山、三七日、徧觀奈落迦苦相：後移和合村草舎：三日一食、木食支命：享保十年之夏、登松高山、断食称名、日課十五万遍、一七日中、苦修懇到、感見金色世界七宝宮殿、文殊師利淨土、又觀紫雲中三尊來迎、更蒙靈告：安然入定、享年四十七、僧臘十一（統）八五〔羽黒以下の名山靈区、念仏断食、靈驗・來迎〕。

一、旬断食——积三修（江州伊吹山沙門。從元興寺明詮僧都削染受業、質唯識論、特究因明、旁通密教：納戒已後、巡遊名山勝地、仁寿年中、登江州伊吹山、愛其深邃、結菴禪坐、誦千手陀羅尼、不出山者二十余年、或旬一食、修練純真——〔高〕五九〔密教、名山勝地、千手陀羅尼〕、〔真〕卷第七）、円空上人（伯耆国弘瀬寺之禪徒〔既出〕。一生持戒、六時勤行、其体如仙、俗呼曰円空仙矣、長曆三年七月二十五日、身心受惱、不輕不重、其年以往二三箇年、雖無所痛、不肯飲食、或十箇日、或五六日、断食入禪——〔拾〕二二五〔禪、身心病〕、积性空（平安城人。年三十六出家、尋人跡不至鳥音不聞之深山、乃往曰州霧嶋結廬而居、或隔數日而食、或不食而歷旬、或夢中受美膳、覺後肚裏能飽、余味在口：或夢人送餐、覺必有餽、是以雖苦行絶食、身

体肥滑光彩過人——〔元〕一二五〔霧嶋、夢中甘露、靈驗〕、〔法〕第四十五、〔東〕卷第六、〔高〕卷第四十九。
七日、断食——〔元〕一〇〇〔内州北郡人、元興寺沙門。從昭学禪者多矣、昭禪坐之間或三日起、或七日一食、或暮夜兩牙放光誦經、文武四年三月澡浴淨衣跌坐繩床、光明盈室——〔元〕七〇〔誦經、靈驗〕、〔東〕卷第一、〔高〕卷第一〕、〔元〕一〇一〔肥之後州飽田郡人。始十月十六日尅一百日絶眠精坐：苒修不動使者法期七日、至第四日壇上東北角燭無故自滅：苒不得已訴本尊曰、密乘軌則此方已絶、只我本域独能煽伝、我在異境適修供法、若失感応非唯貽本邦之耻、何不激此土之一感悔乎、精修益堅、至第七日蓋銳起坐澹啜——〔元〕一三五〔密修、靈驗〕、〔東〕卷第十〕、〔元〕一〇二〔釈行範（叡山沙門。大治年中、世間不静、常觀無常、自厭有為、便詣天王寺、七日断食、一心念仏、著新淨衣、衣裏盛沙、往海中將投身、此時隣里調音楽、方舟供献法音、即安住正念、沈没而止——〔後拾〕二四〇〔念仏、天王寺、水定〕、〔新〕二五五、〔高〕卷第六十六〕、横川永慶法師（楞嚴院住僧。乃至本山、籠箕面滝、夜在仏前、誦經拜礼、左右人々、睡臥同夢、老狗高音吼、立居礼仏、夢覺驚見、沙門永慶、拳音礼拜、以此夢語永慶、比丘聞已、欲知事縁、七日断食、籠堂祈念、至第七日、夢、竜樹菩薩現宿老形、告云、汝前生身、是耳垂大狗也——〔法〕一五一〔法華、滝、靈夢〕、薩摩国府旅僧（其名未詳。八月十六日、夜静月明：即語諸侶曰、自明日断食七日、於此道場可祈心事也、至翌日俄以入堂、：出堂謂曰、：娑婆者無常界也、縦雖久住終有何益、因玆来二十日、偏望西土、欲設下流也、衆人雖誘、確乎不動、人皆從之、忽巖数舟、亦調音楽、焼香散華、随流到湊、既而衆僧同音念仏合殺、：合掌閉臉、奄而沈海、：于時天永三年八月二十日午刻、生年三十一——〔後拾〕一三九〔望西土——沈海〕、〔元〕一〇三〔忍激（江戸人、城州法然院沙

門。正保二年正月八日生：遊相州江島、入于弁才天石窟、一七日間勇猛精進、出窟飛錫、至江州竹生島、尅
一百日、精修練行：夢高山巍々聳於東方、日出山巔、忽然弁才天顯現日輪之中：時黑雲俄起、天像朦朧、傍
有天童、告曰、此是業障也、言訖寤、激大感歎、深自尅責、益加精進、更期七日、絕食作礼（統）八（江
島・竹生島、靈夢）、釈闕通（尾州人、尾州西方寺沙門。上京拜瞻華頂山祖跡、瓶鉢飄然、分衛為生、遊歷
幾内南海諸州、持念安倍文殊及春日神祠、断食七日、懇禱冥助（統）九（遊歷、文殊、春日社）、釈学信
（芸州巖島光明院沙門。学浄土門、兼説外典、信年志学、七日昼夜、断食接心（統）一八）、釈契冲（河内
妙法寺沙門。自絶腥葷、恒唱仏号：十三雜染、登高野山：一笠一鉢、雲遊任心、詣和州長谷寺、絶食念誦一
七日、登室生山、薰修精練三七日、吉野葛城等、凡名山靈刹、無不躋攀、又登高野（統）二七（高野・室
生・葛城）、釈廓三（参河苅屋沙門。性好幽棲：一時詣鳳來寺、尅一七日、断食称号、祈菩提心、至第七日、
暫時就眠、薬師仏告曰（統）七八（称号、靈夢）、釈湛海（和州生駒山沙門。海一日猛省、欲修八万枚護
摩供、未有道場、因募里民、締構茅庵、〔延宝〕八年春正月二十七日、築壇修前便、橡栗菜茹、僅統氣息、
四月朔以来、断食接心、從五日至八日、八万枚成就也（統）九〇（密供、接心）。

五日断食——釈証如（摂州豊嶋郡吏佐通之子。如精進絶倫、一旬二飯、一月六餐、断語二十歳、行常不輕
行十六万七千六百余家、其所過之宅必留異香、常閉室而坐、弟子猶不見面者数日、行道之時異僧常相随云（
元）一一四（常不輕行、靈驗）、（東）卷第三、（後拾）卷上、（高）卷第四十六）、釈峰延（東寺十禅師。
一日望北山有紫雲、延出寺向北行、尋雲起処至鞍馬寺、日已暮、敲燧焚木禅坐、居数日、一夜女鬼来向火、

延起入堂後朽木中、鬼逐至怒目動唇、延念毘舍門、忽朽木自倒打殺鬼、翌日大中大夫藤伊勢人入山見延臥、問曰、師何人、何故臥乎、對曰、我來此已五日而不食、故臥耳、大夫便洗粳米飲白漿——〔元〕一一五〔靈異、臥伏〕、〔東〕卷第五、〔高〕卷第四十七、信女妙玉（洛陽人。歸本願寺宗：染疾日久：俄然而悶絕及命終、有暫蘇生、語左右瞻病人曰、我今已到淨土、見彼土漫々海邊、而於彼處在諸仏菩薩、又有寶船：已而蘇生畢矣、從其不用食事、及四五日、預知時至——〔白〕二八九—二九〇〔疾病、失神——他界遍歷——蘇生〕）。

三日断食——积仁鏡（南京人。九歲投東大寺習教法：一時夏深山練行、香火滅、忽有持火人、雖見手臂不見全体、或深夜灌嗽、瓶無水、欲掬溪谷瓶水自盈、如是之事九旬數十、晚年尋求勝地：住居大鷲峰、昼夜誦妙經、六時修懺、紙衣葛裘恬度寒燠、一粥動經三四日、或煮茶之外又無饌苦修積功勝相現前、師子白象來馴——〔元〕二二八—九〔深山勝地、靈驗〕、〔法〕第十六、〔東〕卷第八、〔高〕卷第五十三、尋靜（楞嚴院十禪師。十余箇年不出山門、昼誦金剛般若、夜念弥陀仏、所修種々善根、只期極樂、行年七十三、春正月臥病、命弟子三時令修念仏三昧、二月上旬、語弟子等曰、我夢、大光中數十禪僧、將寶輿唱音樂、從西方來住虛空中、自謂、極樂迎也、歷五六日更加沐浴、三箇日夜永絶食飯、一心念仏——〔往〕一八八〔念仏、靈夢、來迎〕、〔東〕二八一、

數日断食——积蓮防（叡山慈念之門人。有密学持法華、修法靈感人被勝利、結夏於江文山、張大笠為場、弘平石為床、昼夜不臥、數日不食、或只菜蔬、又去塩味、專誦法華修懺悔、夢普賢乘白象對立、毗沙門天善言慰諭——〔元〕二二五—六〔密学・法華、靈夢〕、〔法〕第二十、〔東〕卷第五、〔真〕卷第七、〔高〕卷第六十

八)、**釈源算**(因州人。自入良峯七十余年不踐紅塵、長臥白雲…去寺不遠別構草菴閉門冥坐、動經時日、七十年來不破齋、或數日斷食、衣無蟣虱身無疥癬—〔元〕一四一〔入峯長臥〕、〔拾〕卷上、〔東〕卷第八)、**叡実法師**(神明寺沙門。住愛太子山、練誦法華經、極寒之時、脫所著衣、施裸形人…或時大雪、數日不食、取竈土食、其味甚甘…白象現來、聖人前來—〔法〕一五七〔法華經、靈異〕、〔高〕卷第四十八)、**釈見仏**(奥州松島寺沙門。精勤苦修一十二年、持誦法華滿六万部…屢顯靈応…能州稻津邑有一窟窟、高山擁後、海水濺前、見仏毎月來棲、禪坐誦經、其間絶食、西行法師遊北地日、問訊聽法、酬唱和歌—〔高〕三七九〔法華、靈驗〕、**覚鑊上人**(伝法院本願。崇徳保延三天ヨリコノカタ、ヒトヘニ行法坐禪、日ヲウツシテ食ニ及ハス、已ニ現身成仏ノ証ヲウルニ似タリ、高野山密嚴院ニ禪居シテ、タヤスク人ヲ出入セシメス—〔真〕七二〔坐禪、現身成仏〕)、**上人経暹**(中納言定頼卿之息。初則住興福寺…後則遷小田原、汲真言之定水、念仏多年、行業幾日、偏修往生業、故号迎接房、而間數日不食、四大不予…弥陀仏手、繫五色縷、引之念仏合殺—〔後拾〕二三四〔真言、念仏〕)。

忘寝食—**釈奉実**(尾州人。年及八十始学密宗、耽味而忘寝食—〔元〕七九、〔東〕卷第三)、**法師明詮**(元興寺沙門。忽猛省曰、…我雖鈍、但学之不輟、不幾于博聞乎、乃帰房、勵志不舍昼夜、寝食俱廢、遂成名徳任僧都—〔東〕二五五)、**釈道範**(泉州船尾县人、高野山正智院沙門。遍遊畿内、負笈密場、嘗從華王院覚海、大徳仁和寺覚法親王、淬刃瑜伽、寝食都忘—〔高〕一〇〇〔高野、密場〕)、**僧了把**(既出。道心堅固、以執持名号為淨業…專精念仏已及二千余日、於其間衣食等者、任有而用…勇猛強盛、寝食永忘也…寛永六年六月

二十三日申之刻夢、一老僧出現……〔白〕二七二〔念仏、靈夢〕、尼某甲（長州之武家某息女。生年恒持戒念仏、勇猛精進、而寢食永忘矣——〔白〕二八二〔念仏〕）、尼教恩（加州金沢人。平生恒一食長齋、以念仏六万声為日課、晝夜六時不退、寢食共忘……常坐不臥、而脇不印席、每月六度出分衛活命、以茶碗一杯之米穀、宛四日之齋供——〔白〕二八二〔念仏〕）、尼存忍（前出尼教恩と姉妹。与姉尼教恩同時發心……一食長齋、晝夜不臥、以念仏六万遍為日課……恒閉門戶、寢食齊忘——〔白〕二八三〔念仏〕）、尼貞正（但州城崎郡氣比村人。於此地結小菴、而為居住、常行分衛活命矣、生乎至誠念仏、寢食共忘——〔白〕二八四〔念仏〕）、信士某甲（締小廬屏居、守閑念仏、寢食齊忘矣——〔白〕二八五〔念仏〕）、釈飲光（河内高貴寺沙門。爾來激勵勤學、至忘寢食……大成梵學津梁一千卷……岩棲谷飲、殆將十載——〔統〕一〇）。

命終断食——釈延朗（但州養父郡人。至除日入道場閉戶断食轉經念誦、明年正月四日五更啓扉出、告諸徒曰、我住世只八九日而已、十二日夜端坐向西結八字印唱三仏号吉祥而逝——〔元〕一三〇〔西方往生、密印、仏号〕、〔東〕卷第九、〔高〕卷第五十二）、釈延救（武州慈光寺頼算之徒。嘗修千日護摩時時絶食、至散日本師頼真設飯食与之、救辭曰、我自今不復欲知絶食之命期……語弟子勝命曰、我今断語食而自居、非吾呼不來告……過旬呼命曰我今命竟、汝速往房言此事、命走算所告之、相去一里許、算馳來開戶見之、手結定印跏趺而化、異端甚多——〔元〕一三三〔密供、靈異〕、〔法〕第九、〔拾〕卷下、〔東〕卷第六、〔真〕卷第六、〔高〕卷第六十六）、射水親元（身嬰國務心御仏乘、休退之暇修法華会写大船若經、六齋十齋必事勤修、康平之年春初羅疾……〔二月〕十五日朝謂家人曰、今日死期多時所望也、至午時令人念仏、又自唱、日之昃或思勞困勸漿粥、辭曰、我

頃者以此日或持齋或絕食、何于今破齋戒乎、遂不受寂爾而逝——〔元〕一五四〔法華會、念仏〕、源伝（撰州渡辺郡人。家世弓馬、自少年慕仏法：暮年患風痺飲食已絶、臨終時謂妻子曰、我壯歲以来有親友沙門、授弘法大師袈裟、我今瀕死欲披之、則出衣著之、又曰、往年一比丘教曰、南無一心敬礼西方極樂教主三十六万億一十一万九千五百同名阿弥陀仏、如是唱礼、汝罪早滅郡生浄界、我伝衣受号以来至今三十年、每日一千遍内心称念、不令人知、今已時至始露此事、言已向西安祥逝——〔元〕一五八〔大師信仰、称念〕、釈明祐（東大寺沙門。一生持齋、全護戒律、每夜参堂、不宿房舎、及于命終、念仏不休、天徳五年二月十八日入滅焉、先一兩日頗有惱氣、飲食非例、弟子等曰、終日不食勸粥何、師曰、齋時已過、命終又近、何可破乎——〔往〕一八七〔坐禅、念仏〕、〔東〕卷第六、〔高〕卷第五十七）、釈行信（予州神宮寺沙門。深山幽谷禅坐安居、誦尊勝陀羅尼、遊巡予州神門山、修練苦節、齋飯屢空、日課無輟、有神女問曰、禅師何求来送数日、信曰、我修菩提期粮尽命没耳、女帰敬而去——〔高〕二八四〔深山、陀羅尼、禅坐、靈験〕、〔真〕卷第四）、春素（延暦寺定心院十禅師。一生披見摩訶止観、又常念阿弥陀仏、春秋七十有四、冬十一月、語弟子僧温蓮云、弥陀如来欲迎撰我、其使禅僧一人、童子一人、共著白衣、衣上有画、如重花片、明年三四月、是其期也、自今須断飯食飲茶耳、至于明年四月、又命温蓮曰、前使重来在我眼前、定可去闍浮也、至日中遷化矣——〔往〕一八八〔止観、念仏、来迎〕、〔高〕卷第七十）、石蔵寺聖（大和国人。至彼山洞、結菴始住、漸経四十余年：一万日之間、修不動護摩、年余七旬、寢食乖例、病経日増、身累夜衰、既臨死期——〔後拾〕二四三〔不動護摩〕、上人信譽（漸至閏三月二十日、告門弟僧等曰、我之疾甚革：同二十三日々中、百万遍念仏廻向之時、上人之病床

上：來現矣：同二十六日、上人告門弟僧等曰、我此回雖急期往生、至今命不絕、是偏用食事故也、我深厭苦域、如居火宅、以故毛髮計無惜身命、從今日斷食、欲速遂往生淨土、大眾同意可祈此事于三宝也——白〱二八〇〔念仏、靈驗〕、釈一道（勢州觀正菴沙門。不耻惡衣惡食、隨有晏如、十二月十日、發願絕水穀、六時執五色糸、尅体念仏、十四日薄暮、礼誦畢、称名声漸微、頭北面西而寂——統〱二八）、釈智了（但馬広谷人、城州獅谷法然院沙門。頻厭穢土勞煩、八月七日、潜白仏祖、誓心決定、断食絶醬、畢命為期——統〱八三）、釈本覚（備後奈良津沙門。天保九年四月十九日、赴請福山檀越、是時飲食如常、至明日、断然不食、自告死期、斥以次月八日、仍永訣社友、講当麻曼荼羅、閏四月朔、又断醬水——統〱八七）。

以上の外、一日断食および類似の事例を次に列挙する。釈空海（讃州多度郡人。被葛而終冬、絶膳而過夏——元〱七四、高〱卷第三）、釈玄常（上都人。出家於叡山持法華兼有慧解、後移播州雪彦山、紙楮木皮以充衣：持齋不欠、或時絶食、不解衣帶：遇人必拜、見鳥獸屈膝、或日喫一栗子經一百日、或以柚百顆為一冬糧——元〱一二九、法〱第七十四、東〱卷第八、高〱卷第六十六）、釈忍性（相州極楽寺沙門。十一拈師登信貴山、誓不茹肉、十六母没、入額安寺出家、翼歳登壇受戒、往竹林寺、帰命文殊、祈菩提心、断諸食事、誦五字呪、五万余遍：慈心独切、禁著蠶衣、弊衣蔬食——高〱三四八）、釈陽勝（能州人。学止観兼受瑜伽密教、誦法華勤密供：後居和州夏入金峰山、冬下牟田寺、習仙方、初辟穀食菜蔬、次去菜食果蔬漸止飲食、或日食粟一粒衣薛蘿躡雲煙——元〱一六四、法〱第四十四、東〱卷第四、高〱卷第七十四）、蓮寂上人（比良山持経者。断食苦行、懺悔修行、送於年月——法〱一二八）、鑿取上人（越後国人。白月十五日、断食籠居、

黒月十五日、雖不断食、五六日、希有受食、是定途事——〔法〕一四七、海蓮法師（越中国人。参向立山白山及余靈験、祈禱此事、難行苦行、断食断塩、誦此三品、総不得憶持、則夢有一菩薩形人——〔法〕一七五）、沙門祥蓮（天台楞嚴院浄侶。久修西方之業、每日三時、修六根懺悔法、每月十五日断食、一日夜間、至心念仏——〔三〕二四七）、上人玄誉（天和元年正月、上人感微疾——六月朔日、自避薬及絶飲食——〔白〕二七九）、釈澄禪（城州大原山沙門。東発湯殿山、西詣巖島——掛錫三縁山——坐禪称名為業——貞享五年——遊歴名山聖迹、是年二月、寓于相州曾我巖窟、其山屹立千尋、如屏風昼峙——禪居洞中、一百日、少食蘿蔔——勤修觀仏口称両三昧、次登塔峰阿弥陀寺、棲遲巖洞、弊衣忍寒、樹菓保命——秋九月、登富士山、坐臥雪氷、誓断水穀、懺悔業障、一日甘露漱口、而得活命——〔統〕八一）、釈直道（伊予岩城島沙門。但勵口称三昧、或登峻嶺、断食念仏、専修功積、三昧現前、毎夜三更、拝瞻西山絶頂、光明照耀、阿弥陀仏出現——〔統〕八六）。

※1 以下期日を明示した断食のうち命終断食に入れるべき事例があるが、ここでは便宜上、期日明示を考慮して分類しておいた。

※2 文に即せば三旬断食であるが、〔四13〕の事例を配慮して、一応三七日断食の項に編入しておく。

〔五18〕 以上の諸例から、断食行の重要な特色の一つとして、それがとりわけ諸国の名山霊区への登攀、はげしい山林抖擻、および密教の事相的行法との格別の連関性を有していることが明らかにされた。それはもちろん、法華経等の読誦、称名会仏、禅定等の行法および仙方と兼修される場合が多いのであるが、そこには一口にいつて右にいうごとく密教的山嶽修行という性格がきわめて濃厚である。そして断食行には木食行

が前提されていることを考える場合、この木食―精進行がよりいっそう山嶽における修行の基本性格を示すであろうことが予想される。ところでわが国における山嶽修行といえば、修験道のそれが第一に考えられるであろう。しかも修験道の特色の一つとして、それが事相教相の両面で密教の影響を強く受けているということは看過できない。そのうえ修験道では、伝統的に断食行がつねに重要視されてきたという歴史的事実がある。したがって以下においては山嶽修行を代表する修験道のなかで、断食行がいかなる性格と意味を担っていたかということについて検討してみることにする。山嶽修行者によって信仰される葛城山は、大峯山と並んで二大修行道場とされ、役行者が最初に修行したところともいわれ、密教の峰である大峰山にたいして、葛城山は顕教の峰、法華の峰といわれる。そしてこの葛城山で行なわれる葛城灌頂は、中世末まで大峰山の深山灌頂と並んで本山修験の二大灌頂とされていた^{※1}。そしてこの灌頂のさいに断食が行なわれるのであるが、とりわけ葛城灌頂の場合の断食行が古来よく知られている。修験道では古くから「十界修行」という独特の行を実践していたが、これはもともと峰から峰へと跋涉する山林抖擻の修行であった。だがのちに一か所に参籠して行なう修行方式に改められ、儀式化の過程を辿った。山岳を跋涉するか、あるいは参籠をした行者たちは、この十界修行の試練をへたのちに、正灌頂を受けて、仏になることを示す秘印を授けられる。そういう意味ではこの十界修行は修験道という「即身即仏」をはたすための必須の修行なのである。まだ儀式化されない古い時代の入峰修行では、行者たちはけわしい山岳を抖擻して、人間が仏になるまでに経験しなければならぬ十の難所、すなわち仏教の十界に配当された場所での難行苦行に身を挺しなければならなかつ

た。いまこの十界修行を峰中十種修行作法によって略述すれば、次の通りである。(第四水断と第九穀断以外は抄出)。「第一床堅者、即身即仏形儀、十界一如極位也。…第二懺悔者、六道中人道修行也。…第三業秤者、地獄道行令糺明三業罪障輕重之義也。…第四水断者畜生道修行、但念水草余無所知之義也。初夜供養法之時、嗽口前正先達对新客等從今夜水断之旨可有披露示教也。…嗽口以後至于手水鵜飼洒顔等堅可制止之、若違犯之旨露頭者、乃可曳其日床皮者也。第五闕伽者示十界凡聖字出生本源也。…第六相撲者修羅道修行、瞋恚鬪諍、我慢勝他之形儀也。…第七延年者天道快樂修行、壽命延年妓樂歌舞之粧也。…第八小木者、新客等依身断焼死滅之義也。…第九穀断者餓鬼道修行、飢渴憔悴之形儀也。穀断修行者於神仙宿。初夜供養法之時。嗽口以前修之。先正先達对新客等。從今夜一七日之間、穀断修行之旨可有披露示教也。次新客等嗽口終。而能調前具裏仏具巾。各付我名符。乳木柴燈之後。次宿先達取新客等壇板并前具。乃可納權籠也。次床開。…口決云。穀断一七日間。新客等不可謁未修行之輩。不制事露頭者。可課其過役者也。第十正灌頂者。六大法身慧命相統法味。無相三密依正一体形儀也。正灌頂作法者。於神山宿穀断満日未刻修之。如從飢国来忽遇大王饗説可思合之^{※2}。以上から分かる通り、第四「水断」は六道の内畜生道の苦難を追体験することであり、第九「穀断」は餓鬼道の苦難を追体験することを意味する。水断、穀断の作法については右に記したように儀礼的に入り組んだものである^{※3}。ここで注意すべきは、第十正灌頂(仏位を象徴)の作法が一七日の穀断修行の直後に修せられるということである。この意味において正灌頂と穀断とは不即不離の関係にあるといえる。行者が即身即仏をうる直前にこの穀断行が挿入されているということは、それが修驗道儀礼においてき

わめて重要視されていることを示すものである。また葛城修行灌頂式と大峰修行灌頂式にはともに「断食事」の記載がみられるが、それを前者によって示すと次の通りである。「第二断食事—先徳明匠苦行也。以是為專要。然今非器同行等動不非法式族有之。云云冥顯可恐可恐、但或釈云。断食励修行。云云彼等聞相応会釈犯戒相。堅可加制誡。凡当峯行状事理俱密大懺悔。速疾頓悟直道也。留心可行^{※4}」。断食行が先徳明匠の苦行形式であったことを記しているが、それが山嶽修行において古くから採用されていた修行であったことを伺わしめる。峰中十種修行作法における「穀断」は、かならずしも文字通りの断食を意味しないが、しかしそれが「水断」と結びつくとき、右の灌頂式にいう「断食事」とほとんど同一のものであったと考えられるであろう。^{※5} 右の葛城・大峰の両灌頂式には、「断食事」につづいて第三「齋食事」のことが記され、木食行の規定がでてくる。すなわち「木食草衣仏弟子通戒也。本師釈迦牟尼如来難行之昔。先断食後食鳥麦手一合六年苦行。今手一合斯先蹤也。同行殊致精進全戒相者速可証得成仏果矣^{※6}」という。木食行は釈尊の成道前六年の苦行における重要な一環であったとして、成仏の果をうるために修行すべきものとしていのである。また葛城山中津川行者堂の境内には、この場所で断食修行が行なわれたことを示す供養碑が立てられている。^{※7} そして今日比叡山に伝えられている千日回峯行には、九日間の断食、断水、断眠、断臥の苦行が含まれているのであるが、この回峯行は古く修験道と密接な連関をもち、原始修験道が天台行門のなかに習合昇華されていく過程で生み出されたものであった。^{※8}

※1 宮家準『修験道儀礼の研究』九八頁。

※2 修驗道章疏第一（日本大藏經第四十六卷、二六二―二七〇頁）

※3 修練秘要義卷一（修驗道章疏第一所収、六一―一三頁）、峯中作法次第（修驗道章疏第二所収、四三―四四頁）。

※4 修驗道章疏第二（日本大藏經第四十七卷、五六頁〔大峯〕、同六〇頁〔葛城〕）。

※5 和歌森太郎『修驗道史研究』一五〇―一五四頁参照。

※6 同右、五六頁〔大峯〕、同、六一頁〔葛城〕。

※7 たとえば「元和元年、南無断食供養十七日、二世安楽」、「元禄十一年、奉為開眼供養不食焉」など。宮家準『前掲書』九八頁に拠る。

※8 星宮智光「比叡山回峯行の成立とその形態」、〔論集〕第2号、東北印度学宗教学会をみよ。現代における実践記録としては葉上照澄『道心』を参照。また出羽修驗と断食行の関係については、内藤正敏「修行」（日本人の宗教Ⅱ『儀礼の構造』）を参照。

〔小結〕 以上によって本稿の試論的報告を一先ず終ることにする。断食にかんする資料はこれまでに用いたものの外にもまだ多くのものが残されていると思われるが、それらについては今後必要に応じて補足していきたい。また本来は〈事相的〉局面を示す断食行を〈教相的〉局面に移してこれを意義づけかつ解釈するという試みは、宗派的仏教の側においては行なわれなかったようであるが、修驗道では前述したように多少とも行なわれてきた。この問題の吟味は、当面は小論の射程を超えたテーマであるが今後の課題として残されている。しかし本論においてこれまで行なってきた検討によって、少なくとも以下の四点が明らかにされた

のではないかと思う。

一、中国の仏道修行者において断食という禁欲もしくは修行の方法は、例外的な現象にとどまり、そのほとんどが精進―木食行を採用した。

二、これにたいして日本の仏道修行者においては、精進―木食行が当の修行の前提として重視された点ではインド、中国の場合と同様であったが、しかし同時にインド、中国においてはみられなかったような激しい断食修行が、それと並んでかなりの比重を占めるようになった。

三、日本における仏道修行者の断食行は様々の時代、宗派にわたってみられるが、そのうちとりわけ密教的行法と山嶽修行とに深い連関を有している。そしてその実修者の多くは、遊行漂泊に求道の生命を賭ける^{ひじり}聖たちや、山嶽的密教もしくは修験の行法を奉ずる行者たちであったように思われる。なかでも断食行をその修行体系のなかに位置づけている修験道は、仏道修行者が断食を採用するうえで大きな刺激になったのではないであろうか。修験道はその山嶽修行の特異性のゆえに密教から多大の影響を受けたが、同時に逆に仏教の修行法にたいしても影響と刺激を与えたように思われる。

四、本文中にもしばしば示したように、断食行は、それを行なう仏道修行者にたいして霊夢、靈験、他界遍歴などの超自然的な宗教経験をさせるうえで一定の役割をはたしている。その点で神秘的な宗教経験のうちでもとくにオルギー・エクスターゼ的局面を理解するうえで、断食の機能と役割を考察することが重要である。

もちろん断食行は、しばしばふれたようにつねに精進—木食行との連関性のもとに考察されなければならないのであって、それだけを切り離して論ずべきではない。以上小論は、日本仏教思想史上における禁欲的行法の一局面を、とくに「断食」という問題をかりて明らかにしようとしたのである。

一九七三、九、一二稿