

目次

はじめに.....002

— 序章 — 5分で分かる

仏さまの基本

日本の仏教 大乘仏教を引き継ぐ.....010

日本仏教と仏像 日本での進化をたどる.....012

仏教の教え 心穏やかに暮らすために.....014

本書の見方.....016

— 1章 — 最上位の仏さま 如来

如来のキホン 悟りを開いた仏.....018

釈迦如来① 唯一の實在した仏さま.....020

釈迦如来② 悩める若き王子だった.....022

釈迦如来③ 悪魔を退け、悟りの境地へ.....024

阿弥陀如来① 極楽浄土に導く仏.....026

阿弥陀如来② 阿弥陀へのストーリー.....028

阿弥陀如来③ 女性の味方となる仏.....030

薬師如来① 万病治療する仏.....032

薬師如来② 貧しい人の味方となる仏.....034

毘盧遮那如来① 悟りを具現化した仏.....036

如来の見習い 菩薩

毘盧遮那如来② 人々を救う最後の砦……………038

大日如来① 宇宙を仏格化した存在……………040

大日如来② 密教の頂点にいる仏……………042

大日如来③ 山岳宗教とのつながり……………044

阿閼如来 決して怒らない穏やかな仏……………046

多宝如来 釈迦の説法を褒めたたえた仏……………047

Column

当麻曼荼羅 阿弥陀信仰をけん引した当麻曼荼羅……………048

菩薩のキホン 衆生に身近な仏……………050

文殊菩薩① 智慧を司る仏……………052

文殊菩薩② 変わった像も多い……………054

普賢菩薩 女性往生のシンボルとなった仏……………056

観音菩薩① 性別の枠を超えた仏……………058

観音菩薩② 変身信仰から変化観音が誕生……………060

勢至菩薩 観音にも劣らぬ實力ある仏……………064

地藏菩薩① 末法の世を救う仏……………066

地藏菩薩② 閻魔との深い関係……………068

弥勒菩薩 兜率天で修行中の次代の如来……………070

日光・月光菩薩 薬師如来を支える仏……………072

薬王・薬上菩薩 仏道のコ・メディカル……………073

虚空蔵菩薩 超・記憶力を授ける仏……………074

金剛薩埵菩薩 金剛の力で昇進した仏……………075

Column

三途の川 この世とあの世の境界……………076

— 3 章 — 忿怒で説き伏せる 明王

明王のキホン 大日如来の化身仏	078
不動明王① 仏界随一の破壊力を誇る	080
不動明王② 童子たちを従える	082
不動明王③ 庶民にも広がった不動信仰	084
五大明王 五智如来の化身	086
降三世明王 硬軟の力で三世界を従える	088
軍荼利明王 蛇を巻きつけ能力を高める	089
大威徳明王 水牛に跨り障害を乗り越える	090
金剛夜叉明王 超硬の力で煩惱を破壊する	091
愛染明王 愛という煩惱を悟りに変える	092
孔雀明王 忿怒相ではない明王	094
大元帥明王 国を守る、勇猛な「軍神」	096
烏枢沙摩明王 火炎ですべてを焼き尽くす	098

Column

人気を博した江戸五色不動 今も地名に残る

100

— 4 章 — 仏教のガードマン 天部

天部のキホン 仏教を守護する神々	102
梵天 天部の中でも最高位の神さま	104
帝釈天 天部最強の力をもつ神	106
四天王 帝釈天に仕え四方を守る	108
毘沙門天 四天王の多聞天と同一神	110
弁才天 あらゆる功德に通じる女神	112
鬼子母神 子どもを守る元鬼神	114
吉祥天 美しい幸福の女神	116
大黒天 破壊神から柔和なおじさんに	118
韋駄天 天部一の俊足	120

信仰の対象に

羅漢・高僧

羅漢・高僧のキホン 最高の悟りを得た修行者

140

摩利支天 勝利をもたらす陽炎の神

122

執金剛神 頼もしいボディガード

124

歓喜天 2神で一つの円満の神

126

十二神将 薬師を守る12の將軍

128

阿修羅 帝釈天との因縁をもつ戦闘神

132

八部衆 釈迦如来に従う異教の神々

134

二十八部衆 千手観音の信者を守る

136

Column

七福神 福を授ける神さまグループ

138

十六羅漢・五百羅漢

人々の尊敬を集める聖者の集団

141

十大弟子 最も優れた10人の弟子

142

達磨 中国禅宗の開祖

144

玄奘 インドへ旅した求法僧

145

日本の祖師たち 最澄

146

空海

147

空也・法然

148

親鸞・一遍

149

道元・日蓮

150

一休 アウトローな名僧

151

仏さまに会えるお寺リスト

152

おわりに

157