

2017年7月20日／浪宏友ビジネス縁起観塾

## ありのままの自分

### 1. 概要

#### (1) 資料

増谷文雄著『阿含経典2』（ちくま学芸文庫）「人間の感官（六処）に関する経典群／閻浮車相應／13 己身」

#### (2) 主題

ありのままの自分と、主体性について学んでみたいと思います。

### 2. ジャンプカードカとサーリプッタ

#### (1) 経文

「かようにわたしは聞いた。

ある時、長老サーリプッタ（舍利弗）は、マガダ（摩揭陀）の国のナーラカ（那羅迦）という村に住していた。

その時、ジャンプカードカ（閻浮車）なる遊行者が、長老サーリプッタを訪ねきたって、たがいに会釈をかわし、親愛にみちた懇懇なる談話をまじえて、やがてその傍らに坐した。

傍らに坐したジャンプカードカは、長老サーリプッタに問うていった」（増谷文雄編訳『阿含経典2』

ちくま学芸文庫、p.127）

#### (2) ジャンプカードカ（閻浮車）

増谷文雄博士による注解より。

「ジャンプカードカ（閻浮車）とは人名。遊行者であって、また普行沙門などとも訳する。彼は、外道であって、仏教者ではなかったが、サーリプッタ（舍利弗）とおなじマガダ（摩揭陀）国のナーラカ（那羅迦）村の出身であって、サーリプッタと親交があり、しばしば、サーリプッタを訪れて問いを呈した。それに対してサーリプッタは、いつも簡明にして正確なる答えを与えた」

（増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.106）

### 3. 己身とは／ジャンプカードカの問い

#### (1) 経文

「友サーリプッタよ、己身、己身と称せられるが、友よ、いったい、己身とはなんであろうか」

（増谷文雄著『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.127）

#### (2) 己身

「己身」とは、「このわたし」というほどの意味であると増谷文雄博士は説明しています。ジャンプカードカは、サーリプッタに、「己身」とは、何なのだろうかと、問いました。

#### 4. 自分に関する迷い

##### (1) 「自分」が分からない

- ① 自分が分からない。本当の自分が分からない。自分の気持ちが分からない。自分が何を考えているのか分からなくなった。このような悩みを持つ人が少なくありません。
- ② 仕事人間だった人が、定年退職したらどうしたらいいか分からなくなって、自分とは何なんだろうと悩み始めることもあるそうです。
- ③ 主体性が確立しないまま現象に振り回されているうちに、自分というものが分からなくなってしまふ人もいます。

##### (2) 思い込み

- ① 「衣食に追われてあくせく働き、欲望を追って右往左往しているこの身、この心が自分なのだ」  
(庭野日敬著『法華三部経 各品のあらましと要点』佼成出版社、p.90) という思い込みを持つ人も多々います。
- ② 「この肉体が自分だ」、「この肉体だけが自分だ」と思い込んでいる人もいます。
- ③ 「この肉体は本当の自分ではない」「自分の奥に本当の自分がいる」というようなことを考えている人もいます。
- ④ この肉体が死んでも、死なない自分がいると思っている人も少なくありません。

#### 5. 己身とは／サーリプッタの答え

##### (1) 経文

「友よ、これらの五つの人間を構成する要素が、世尊によって己身と称せられるのである。

すなわち、色（肉体）という構成要素、受（感覚）という構成要素、想（表象）という構成要素、行（意志）という構成要素、そして、識（意識）という構成要素がそれである。

友よ、これらの五つの構成要素が、世尊によって己身と称せられるのである」（増谷文雄著『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.127～128）

##### (2) 身体・精神

釈迦牟尼世尊は、人間を構成する要素として「身体」は色（肉体）、「精神」は受（感覚）・想（表象）・行（意志）・識（意識）と分析し、この五つの構成要素を「己身」と称しました。

現実にはここに身体、現実に働いている精神、これが自分だと言っているわけです。

#### 6. 己身を知りつくす道はあるか

##### (1) 経文

「『では、友よ、その己身を知りつくす道があるであろうか。そこにいたる方法があるであろうか』」（増谷文雄著『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.128）

(2) 己身を知りつくしたい

「私たちを構成する五つの要素が己身である」といわれて一応は納得できたけれど、どこか漠然としています。ジャンプカードカは、もっとはっきりと己身を知りたかったのであります。

(3) 模索

現代の人々も、自分のことが知りたくて、いろいろな方法を模索しているようです。

星占い、気学、姓名判断、血液型、心理テスト、ルーツ探し、自分探し・・・。

それぞれがどのようなものか、私には分かりません。それによって、どれほど自分を知ることができるのかも、私には分かりません。

ただ、「自分を知りたい」という、人々の思いは伝わってきます。

## 7. 己身を知りつくす道はある

(1) 経文

「『友よ、その己身を知りつくすには道がある。そこにいたるべき方法があるのである』

『では、友よ、その己身を知りつくす道とはなんであろうか。そこにいたる方法とはなんであろうか』」（増谷文雄著『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.128）

(2) 己身を知りつくす道はある

サーリプッタは、即座に「己身を知りつくす道はある、方法はある」と答えます。するとジャンプカードカは「その道とはなんですか、その方法とはなんですか」と、身を乗り出しました。

おそらく、ジャンプカードカは、当時の哲学者たちに、同じ質問を繰り返したのであります。しかし、納得できる答えに出会わなかったのであります。サーリプッタなら、納得できる答えを示してくれるに違いないと、身を乗り出したのであります。

## 8. 己身を知りつくす道

(1) 経文

「『友よ、かの聖なる八支の道こそは、この己身を知りつくす道である。それは、すなわち、正見・正思・正語・正業・正命・正精進・正念・正定である。友よ、これが、その己身を知りつくす道であり、そこにいたるべき方法なのである』」（増谷文雄著『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.128）

(2) 己身を知りつくす道

サーリプッタは、聖なる八支の道を実践すれば、己身を知りつくすことができると答えました。聖なる八支の道は、真の人間の歩む道であり、真の自分を生きる道です。

聖なる八支の道の教えに導かれて真の自分を生きることによって、真の自分を知りつくすことができるのであります。

## 9. ジャンプカードカの感動

### (1) 経文

「『友よ、その己身を知りつくす道は、まことに善い。そこにいたるべき方法は、まことに素晴らしい。友サーリプッタよ、それはまた勤めはげむに足る』」（増谷文雄著『阿含經典2』ちくま学芸文庫、p.128）

### (2) ジャンプカードカの感動

サーリプッタの回答に、ジャンプカードカは感動し、讚嘆せずにはいませんでした。全くその通りだ、聖なる八支の道を歩めば、真の自分を知ることができるにちがいない。ジャンプカードカは、そう確信したのでした。

## 10. 主体性について

### (1) 自分という意識

私たちは、「現に、ここに、こうして生きている自分」を意識しています。「色・受・想・行・識」の理論では、自分を意識するのは「識」のはたらきとされています。

### (2) 主体性

私たちは、自分の意思で自分の行動をコントロールすることができます。これを「主体性」と言います。「色・受・想・行・識」の理論では、主体性は「行」のはたらきとされています。

### (3) 変化する自分

色・受・想・行・識なる構成要素は、それぞれ刻々と変化しています。これは私たちが刻々と変化していることを意味しています。

どんなに変化しても「これが自分である」という意識と主体性は継続します。

### (4) 自燈明・法燈明

自燈明・法燈明における「自」は、「『これが自分である』という意識と主体性をもつ自分」であると考えられます。

## 11. 我

### (1) 我とは

仏教には「我」という概念があります。

「色・受・想・行・識」における「識」の働きによって「これが自分である」と意識します。このとき、自分を誤って認識してしまうことがあります。この「自分に対する誤った認識（自己誤認）」を「我」と言います。

## (2) 常・一・主宰

代表的な自己誤認に、「常・一・主宰」があります。

常：自分は変わることなく、永遠に存在し続けると思い込む自己誤認。

一：自分は他の人びととは関係なく、単独で存在していると思込む自己誤認。

主宰：自分のことは自分の思うままになると思い込む自己誤認。さらには、自分に関わる人やものはすべて自分の思うままになると思い込む自己誤認。

## 1.2. 無我

### (1) 一般的な意味

「無我」という言葉は、一般的には、次のような意味で使われています。

#### ① 私心が無い

私心とは、利己心や私情のことです。自分本位の欲望や、身びいきのために偏った思いや考えを持つことです。こうした私心が無いことを、無我と言います。

#### ② 我を忘れる

心が何かに集中して、自分という意識がなくなってしまうことです。無我夢中という言葉があります。

#### ③ とらわれが無い

とらわれが無いとは、執着心がなく、心がなにもものにも引っかからずに、ものごとに柔軟に向き合うことです。

### (2) 仏教における「無我」

① 仏教における「無我」は、「自己誤認が無い」ことです。ですから、「我が無い」と読むのではなく、「我では無い」と読むのが正しいとされています。

② 仏教における「無我の実践」は、真の自分を生きることを意味します。「今、なすべきことをなす」のが、「無我の実践」であると言えます。