

2018年2月22日／浪宏友ビジネス縁起観塾

苦悩の抜本的解決

1. 概要

(1) 資料

増谷文雄著『阿含經典2』（ちくま学芸文庫）／実践の方法（道）に関する經典群／諦相應／5如来所説

(2) 主題

執着があれば苦がある、執着がなければ苦がないという理論をベースにして、四つの聖諦を学び直してみたいと思います。

2. 四つの聖諦

四つの聖諦を「執着」の観点から見ると、次のように整理することができます。

苦の聖諦 : 苦を明らかにする

苦の生起の聖諦 : 執着があるから、苦があることを明らかにする

苦の滅尽の聖諦 : 執着を滅尽すれば、苦が滅尽することを明らかにする

苦を滅尽する道の聖諦: 聖なる八支の道を実践すれば、執着が滅尽することを明らかにする

3. 苦の聖諦

(1) 経文「如来所説」

「さて、ところで、比丘たちよ、苦の聖諦とはこれである。いわく、生は苦である。老は苦である。病は苦である。死は苦である。嘆き・悲しみ・苦しみ・憂い・悩みは苦である。怨憎するものに遭うは苦である。愛するものと別離するは苦である。求めて得ざるは苦である。総じていえば、この人間の存在を構成するものはすべて苦である」（増谷文雄編訳『阿含經典』ちくま学芸文庫、p.284）

(2) 生・老・病・死

経文に「生は苦である。老は苦である。病は苦である。死は苦である」とあります。

生・老・病・死は、生あるものすべてに必ず巡りくる現象です。多くの人が、必ず巡りくるこれらの現象に苦悩しています。

(3) 生活・人生における諸苦

経文に「嘆き・悲しみ・苦しみ・憂い・悩みは苦である」とあります。多くの経文で「愁・悲・苦・憂・悩」と表現されています。

生活・人生に生じる思うにまかせない苦悩をこのように表現したのでありましょう。

(4) 人間関係の苦

経文に「怨憎するものに遭うは苦である。愛するものと別離するは苦である」とあります。これは人間関係における苦悩であると思います。

(5) 欲求が満たされない苦

経文に「求めて得ざるは苦である」とあります。欲求が満たされない苦悩です。欲求には、肉体的欲求、精神的欲求、社会的欲求などさまざまな欲求があります。これらの欲求が満たされないことを苦悩するのです。

(6) 五陰盛苦

経文に「総じていえば、この人間を構成するものはすべて苦である（五陰盛苦）」とあります。「人間を構成するもの」は「色(肉体)・受(感覚)・想(表象)・行(意思)・識(意識)」の五つの要素です。すなわち人間の心身です。

経文は「人間の心身はすべて苦である」と読めますが、「心身を持つ人間は、苦悩から完全に免れることはできない」ということでありましょう。

(7) 苦の聖諦

「苦しんでいるのは自分である」と自覚し、自分の心・身・環境を観察して、自分は何を、どのように苦しんでいるのかを明らかにします。これが苦の聖諦です。

4. 苦の生起の聖諦

(1) 経文「如来所説」

「さて、ところで、比丘たちよ、苦の生起の聖諦はこうである。いわく、迷いの生涯を引き起こし、喜びと貪りを伴い、あれへこれへと絡まりつく渴愛がそれである。すなわち、欲の渴愛、有の渴愛、無有の渴愛がそれである」(増谷文雄編訳『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 284)

(2) 渴愛

増谷文雄博士は、「渴愛」と題する経文の後に、次のように注解しています。

「この経題は『渴愛』とある。喉の渴きを意味し、それによって欲望の激情をいうことばである。

欲の渴愛 : 性的欲望に対する渴愛である。漢訳には「欲愛」と訳する。

有の渴愛 : 生存にたいする渴愛である。漢訳には「有愛」と訳する。

無有の渴愛 : 権勢、繁栄、富などに対する渴愛である。漢訳には「無有愛」と訳する」

(増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p. 119)

(3) 渴愛の発生

欲望は感情の一種で、執着から生じます。執着が深まると欲望が増大し、渴愛となります。四六時中欲し続けている欲望、激しく燃え上がっている欲望などが、渴愛であると思います。

渴愛から歪んだ欲望(貪欲)が生じ、さまざまな煩惱を生み出します。

(4) 欲の渴愛

「欲の渴愛」とは「性的快樂に対する渴愛」とあります。

性的欲望がもととなって、さまざまな現象が生み出され、人びとを幸福にもし、また不幸にもしていることは、多くの事象が物語っています。

性的欲望が崇高な精神と結びつけば、自分を高め、価値ある現象を生み出します。恋愛、結婚は性的欲望によってなされる高貴な営みです。

逆に低劣な精神と結びついて「欲の渴愛」となれば、自分を損ない、社会を乱します。渴愛によって、高貴な営みであるはずの恋愛、結婚を低劣で不幸な営みにしてしまうこともあります。

(5) 有の渴愛

「有」とは「自己存在」であり、「有の渴愛」とは「生存にたいする渴愛」とであるとされます。

「生存に対する欲求」には生命維持に関する食物、衣類、住居、睡眠、衛生環境などへの欲求、安全に暮らしたいという欲求、家族や仲間たちから愛されたいという欲求などが考えられます。

「生存に対する欲求」を正しく満たしていけば、自分・他人・世間に幸福をもたらすはたらきを生み出すこともできます。

これが「生存に対する渴愛」となれば、人間らしい生き方を失って、自分・他人・世間に不幸をもたらすことを平気で行ったりします。

(6) 無有の渴愛

「無有」は「非存在」とか「形のないもの」などとされます。

「無有の渴愛」は、権勢、繁栄、富などに対する渴愛です。

権勢、繁栄、富などに対する欲望を持つことは必ずしも悪いことではありません。正しく求め、正しく使えば、社会の繁栄のために役立つことができるからです。

こうした欲望が「無有の渴愛」となると、自分を損ない、社会を乱し、多くの人々に不幸をもたらす恐れがあります。

(7) 欲望

妙法蓮華経譬喩品に次の経文があります。

「すべての苦の原因は何であるかといえば、貪欲こそじつにその根本であります」（庭野日敬著『新釈法華三部経 3』佼成出版社、p. 228）

この経文について、庭野日敬師は、次のように解説しています。

「まえにものべましたように、物欲・名誉欲・享楽欲・権勢欲などの欲望それ自体はわるいことではなく、むしろ人間および人間社会の進展の原動力となるものですが、それが高じて〈貪り〉となり、〈執着〉となれば、たちまち個人としての苦の本となるばかりでなく、社会の進展をそこなうマイナスの力となるのです」（同、p. 228）

(8) 苦の生起の聖諦

苦悩する自分を観察して、自分の渴愛を自覚し、これらの渴愛によって苦が生じていることを自覚することが、「苦の生起の聖諦」でありましょう。

5. 苦の滅尽の聖諦

(1) 経文「如来所説」

「さて、ところで、比丘たちよ、苦の滅尽の聖諦はこうである。いわく、その渴愛をあますところなく離れ滅して、捨て去り、振り切り、解脱して、執着なきにいたるのである」(増谷文雄編訳『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 284)

(2) 渴愛の滅尽

「苦の滅尽の聖諦」といいながら、ここには、渴愛を滅尽することばかり述べられています。苦を滅尽するためには、渴愛を滅尽しなければならないからであり、渴愛を滅尽すれば苦は自ずから滅尽するからです。

渴愛という苦の根本原因を、根こそぎ滅尽してしまうわけですから、再び苦が生じることはなくなるわけです。いわゆる、抜本的な解決ができることになります。

(3) 苦の依りどころ

妙法蓮華経譬喩品に次の経文があります。

「すべての苦の原因は何であるかといえば、貪欲こそじつにその根本であります。もし貪欲を滅しさえすれば、苦の依りどころがなくなるわけですから、ひとりでに消滅してしまうのです」

(庭野日敬著『新釈法華三部経 3』佼成出版社、p. 228)

この経文の後半について、庭野日敬師は、次のように解説しています。

「たとえば、空気中には水蒸気があります。その水蒸気は、草の先とか木の葉というような依って止まるところがあれば、そこに露や霜を結びます。そういう依りどころがなければ、露にも霜にもなりません。

それと同様に、貪欲という依りどころがあればこそ、そこに苦という露や霜ができるのであって、貪欲がなければ、形となってあらわれようがありません。

苦の本は、この三界に充満しています。まるで空気中の水蒸気のように、そこらじゅうにいっぱいあります。しかし、それに貪欲という依りどころをあたえさえしなければ、現実の苦となってわれわれを悩ますことはないのです。まことに、理に合った教えです」(同、p. 228-229)

(4) 苦の滅尽の聖諦

自分の渴愛を自覚し、この渴愛を滅尽すれば苦が滅尽することを自覚するのが、「苦の滅尽の聖諦」であると思います。

6. 苦の滅尽にいたる道の聖諦

(1) 経文「如来所説」

「ところで、さて、比丘たちよ、苦の滅尽にいたる道の聖諦はこうである。いわく、聖なる八支の道である。すなわち、正見・正思・正語・正業・正命・正精進・正念・正定である」(増谷文雄編訳『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 284)

(2) 渴愛を滅尽する道

苦を滅尽するには、渴愛を滅尽すればよいことがわかりました。そして、渴愛を滅尽するための具体的な方策は、聖なる八支の道を実践することであると、ここで説かれます。

(3) 苦の滅尽にいたる道の聖諦

渴愛を滅するために、聖なる八支の道を実践しようと決意をすることが、「苦の滅尽にいたる道の聖諦」でありましょう。

7. 経文「分別」

「聖なる八支の道」を詳しく解説した「分別」と題する経文(増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p. 172-176)を、掲載します。(2016年9月21日に、一度学習しました)

(1) 聖なる八支の道

かようにわたしは聞いた。

ある時、世尊は、サーヴァッティー(舎衛城)のジュータ(祇陀)林なるアナータピンディカ(給孤独)の園にましました。その時、世尊は、もろもろの比丘たちに告げていった。

「比丘たちよ、いまわたしは汝らのために聖なる八支の道を説こうと思う。ひとつ、それを汝らのために分析してみようと思う。よく注意して聞くがよろしい。そして、よくよく考えてみるがよろしい。では、わたしは説こう」

「大徳よ、かしこまりました」

と、彼ら比丘たちは世尊にこたえた。世尊は説いていった。

「比丘たちよ、いかなるをか聖なる八支の道というのであろうか。いわく、正見・正思・正語・正業・正命・正精進・正念・正定である

(2) 正見

比丘たちよ、いかなるをか正見というのであろうか。

比丘たちよ、苦なるものを知ること、

苦の生起を知ること、

苦を滅することを知ること、

苦の滅尽にいたる道を知ることがそれである。

比丘たちよ、これを名づけて正見というのである。

(3) 正思

比丘たちよ、いかなるをか正思というのであろうか。

比丘たちよ、迷いの世間を離れたいと思うこと、
悪意を抱くことから免れたいと思うこと、
他者を害することなからんと思うことがそれである。
比丘たちよ、これを名づけて正思というのである。

(4) 正語

比丘たちよ、いかなるをか正語というのであろうか。

比丘たちよ、偽りの言葉を離れること、
中傷する言葉を離れること、
麁惡（そあく、あらあらしくて悪い）な言葉を離れること。
および雜穢（ぞうえ、役に立たない）なる言葉を離れることがそれである。
比丘たちよ、これを名づけて正語というのである。

(5) 正業

比丘たちよ、いかなるをか正業というのであろうか。

比丘たちよ、殺生を離れること、
与えられざるを取らざること、
清浄ならぬ行為を離れることがそれである。
比丘たちよ、これを名づけて正業というのである。

(6) 正命

比丘たちよ、いかなるをか正命というのであろうか。

比丘たちよ、ここに一人の聖なる弟子があり、よこしまの生き方を断って、正しい出家の法を
まもって生きる。

比丘たちよ、その時、これを名づけて正命というのである。

(7) 正精進

比丘たちよ、いかなるをか正精進というのであろうか。

- ① 比丘たちよ、ここに一人の比丘があり、いまだ生ぜざる悪しきことは生ぜざらしめんと志を
起して、ただひたすらに、つとめ励み、心を振り起して努力をする。
- ② あるいは、すでに生じた悪しきことを断とうとして志を起し、ただひたすらに、つとめ励み、
心を振り起して努力をする。
- ③ あるいは、いまだ生ぜざる善きことを生ぜしめんがために志を起し、ただひたすらに、つと
め励み、心を振り起して努力をする。

- ④ あるいはまた、すでに生じた善きことを住せしめ、忘れず、ますます修習して、全きにいたらしめたいと志をたてて、ただひたすらに、つとめ励み、心を振り起して努力をする。

比丘たちよ、その時、これを名づけて正精進というのである。

(8) 正念

比丘たちよ、いかなるをか正念というのであろうか。

① 身の観察

比丘たちよ、ここに一人の比丘があって、わが身において身というものをこまかく観察する。

熱心に、よく気をつけ、心をこめて観察し、それによってこの世間の貪りと憂いとを調伏して住する。

② 感覚の観察

また、わが感覚において感覚というものをこまかく観察する。

熱心に、よく気をつけ、心をこめて観察し、それによってこの世間の貪りと憂いとを調伏して住する。

③ 心の観察

あるいは、わが心において心というものをこまかく観察する。

熱心に、よく気をつけ、心をこめて観察し、それによってこの世間の貪りと憂いとを調伏して住する。

④ 存在の観察

あるいはまた、この存在において存在というものをこまかく観察する。

熱心に、よく気をつけ、心をこめて観察し、それによってこの世間の貪りと憂いとを調伏して住する。

比丘たちよ、この時これを名づけて正念というのである。

(9) 正定

比丘たちよ、では、いかなるをか正定というのであろうか。

① 初禪

比丘たちよ、ここに一人の比丘があって、もろもろの欲望を離れ、もろもろの善からぬことを離れ、なお対象に心をひかれながらも、それより離れることに喜びと楽しみを感ずる境地にいたる。これを初禪を具足して住するという。

② 第二禪

だが、やがて彼は、その対象にひかれる心も静まり、内浄らかにして心は一向となり、もはやなにもものにも心をひかれることなく、ただ三昧より生じたる喜びと楽しみのみのできる境地にいたる。これを第二禪を具足して住するという。

③ 第三禪

さらに彼は、その喜びをもまた離れるがゆえに、いまや彼は、内心平等にして執著なく、ただ念があり、慧があり、楽しみがあるのみの境地にいたる。これを、もろもろの聖者たちは、捨（しゃ、何のものにもとらわれない）あり、念ありて、樂住するという。これを第三禪を具足して住するというのである。

④ 第四禪

さらにまた彼は、樂をも苦をも断ずる。さきには、すでに喜びをも憂いをも滅したのであるから、いまや彼は、不苦・不樂にして、ただ、捨あり、念ありて、清浄なる境地にいたる。これを第四禪を具足して住するという。

もろもろの比丘たちよ、これを名づけて正定というのである」

8. 正念、正定について

(1) 正念の要約

「正念」とは、智慧の目で、自分の心・身・環境を、熱心に、よく気をつけ、心をこめて観察すれば、貪り(苦の原因)を離れて、憂い(苦悩)を滅することができるということだと思います。

(2) 正定の要約

「正定」の四つの段階には、真理を見つめることによって、執着・欲望から徹底的に離れ、智慧を開き、自分のすべてが真理と共にあるという境地に入っていくことが述べられていると思います。

9. 渴愛・三毒

執着・渴愛について、少し、掘り下げてみたいと思います。

(1) 欲望の発生

① あるものごとに快さを覚えますと、そこに執着が生じます。

快さに執着し、快さをもたらすものごとに執着します。

② 執着は欲望を生み出します。

快さを求め、快さをもたらすものごとを求めます。

(2) 渴愛の発生

① 欲望が強まり、大きくなりますと渴愛になります。快さを渴愛し、快さをもたらすものごとを渴愛します。

② 渴愛は、倫理を無視してでも満たしたい、不法行為をしてでも満たしたいという、燃え上がるような欲望です。

(3) 三毒の発生

- ① 「渴愛」は「喉が渴いたものが水を求めるように求める感情」であり、「貪欲」は「貪り求める欲望」です。「渴愛」と「貪欲」は、同じ意味であると見ることができます。
- ② 貪欲が満たされないと、瞋恚を生じます。
- ③ 貪欲に引きずられますと愚痴になります。知性が本来のはたらきを失って、貪欲・瞋恚を制することができなくなるのです。
そればかりか知性が貪欲・瞋恚を正当化し、煽るようにさえなります。知性が貪欲・瞋恚に支配されるのです。
- ④ 貪欲・瞋恚・愚痴を三毒と言います。

(4) 煩惱

貪欲・瞋恚・愚痴から、さらなる悪い感情が生じます。また誤った見かた、考え方が生じます。これらが、煩惱、随煩惱です。