

2018年10月18日／浪宏友ビジネス縁起観塾

## 苦悩と幸福の間

### 1. 概要

#### (1) 資料

増谷文雄著『阿含經典1』(ちくま学芸文庫)／人間の分析(五蘊)に関する經典群／蘊相應／02  
取著と苦悩

庭野日敬著『法華三部經 各品のあらましと要点』佼成出版社

#### (2) 主題

苦悩の人生と、幸福な人生について、考察してみたいと思います。

### 2. 聞いて考える

#### (1) 経文「取著と苦悩」

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)のジェータ(紙陀)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仰せられた。

「比丘たちよ、わたしは、汝らのために、取著と苦悩、および、不取著と不苦悩を説こうと思う。聞いて、よく考えてみるがよい。では、わたしは説こう」

「大徳よ、かしこまりました」

と、彼ら比丘たちは答えた。(増谷文雄著『阿含經典1』ちくま学芸文庫、p.391～392)

#### (2) 聞いて考える

① 釈迦牟尼世尊は、修行者たちに、これこれの教えを説きますと告げてから、「聞いて、よく考えなさい」と、念を押ししました。

これに対して、修行者たちは「お師匠さま、その通りにいたします」と答えました。

② 釈迦牟尼世尊が修行者たちに教えを説くときには、必ず、「聞いて、よく考えてみるがよい」とおっしゃいます。師の教えだからといって、鵜呑みにしてはいけないのです。

③ 妙法蓮華經法師品にも、「聞解(もんげ)・思惟(しゆい)・修習(しゆしゆう)」という教えが説かれています。

教えを聞いて理解し、よく考えて理解を深め、現実実践して教えが正しいことを確かめ、実践を繰り返して身につけるとのことだと思えます。

④ 主体的な努力によって身につけた教えが、智慧となって、人生の大きな力となるのです。聞いて記憶しただけの教えは、知識であって、人生の力にはなりません。

### 3. 凡夫

#### (1) 経文「取著と苦悩」

世尊は説いていった。

「比丘たちよ、取著と苦悩とはどういうことであろうか。

比丘たちよ、ここに、まだ教えを聞かぬ凡夫がある。彼は、聖者にまみえず、聖者の法を知らず、聖者の法を修せず。あるいは、善き人にまみえず、善き人の法を知らず、善き人の法を修せず」(増谷文雄著『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 392)

#### (2) 凡夫と聖者

凡夫(ぼんぶ)：煩惱に支配されている人(経文に「まだ教えを聞かぬ凡夫」とあります)

聖者(しょうじゃ)：煩惱の支配から脱した人(釈迦牟尼世尊の教えを聞いて修行する修行者たちと思われま)

善き人：正しい教えを説いて導いてくれる人(釈迦牟尼世尊でありましょう)

#### (3) 凡夫

凡夫は、聖者や善き人と交流したことがありません。このため、法を知りません。したがって、法を修行したことがありません。

### 4. 凡夫における自分

#### (1) 経文「取著と苦悩」

「色(肉体)は我(われ)である、われは色を有する、わがうちに色があり、色のなかに我(われ)があると見る」(増谷文雄著『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 392～393)

#### (2) 「我(が)」

まだ釈迦牟尼世尊の教えを聞かない凡夫は、自分について次のような見かたをします。

色(肉体)は自分であると見ます。

自分は色(肉体)を持っていると見ます。

自分の中に色(肉体)があると見ます。

色(肉体)の中に自分があると見ます。

これらは、色(肉体)に執着して思い描いた自分であり、自分に対する錯誤(さくご)です。錯誤とは、認識と事実が一致しないことです。本人は、錯誤に気づかず、これが自分だと思い込んでいます。

このような「自分に対する錯誤」を「我(が)」と言います。

凡夫は、受(感覚)、想(表象)、行(意志)、識(意識)にも執着し、錯誤して、同じような「我(が)」を生じます。

### (3) 取著

錯誤した自分すなわち「我(が)」に執着することを「取著」と言っています。執着によって生じた「我(が)」に、さらに執着するのです。

「我(が)」に取著することによって、本当の自分は見失われ、ないがしろにされます。

## 5. 移ろい変わる

### (1) 経文「取著と苦悩」

「しかるに、彼において色は移ろい変る。色が移ろい変るがゆえに、彼の意識もまたその色の移ろいについて作動しはじめる」(増谷文雄著『阿含經典』ちくま学芸文庫、p. 392～393)

### (2) 移ろい変わる

色(肉体)などの五蘊は、移ろい変わります。このため「我(が)」もまた移ろい変わります。

「我(が)」に取著している心は、移ろい変わる「我(が)」に引きずられ、振り回されます。

このため、心は安定しません。また、この先、どう移ろい変わるか分かりませんから、いつも不安が漂っています。

## 5. 苦悩

### (1) 経文「取著と苦悩」

「色の移ろいについて作動するがゆえに、苦悩の思いが頭を擡(もた)げて、彼の心を捉えて放さない。彼の心を捉えて放さないからして、彼は困惑し、腹を立てながらもしがみついて、苦しみ悩むばかりである」(増谷文雄著『阿含經典』ちくま学芸文庫、p. 392～393)

### (2) 苦悩の発生

色(肉体)などの五蘊に執着して生じた「我(が)」に取著したために、五蘊の移ろいに引きずられ、振り回され、苦悩が生じます。すると、今度は苦悩に捉われます。

### (3) 苦悩への捉われ

苦悩に捉われた人は、どうしたら苦悩がなくなるかと考えますが分かりません。どうしてもなくならない苦悩に腹を立てます。こうして、寝ても覚めても苦悩が心から離れません。

## 7. 取著と苦悩

### (1) 経文「取著と苦悩」

以下、受(感覚)、想(表象)、行(意志)、識(意識)について、同じ経文が繰り返され、次の経文で締めくくられます。

「比丘たちよ、取著と苦悩とはかくのごとくである」(増谷文雄著『阿含經典』ちくま学芸文庫、p. 393)

## (2) 取著

「我(が)」に対する執着が「取著」です。取著すると、どこまでも「我(が)」の満足を求め続けます。これが渴愛であり、貪欲です。

## (3) 貪欲と幸福

幸福とは、自分が満ち足りたときに覚える満足感です。

取著し、貪欲で生きる人は、もっと欲しい、もっと欲しいと求め続けますので、満ち足りることがありません。このため、幸福を感じることはできません。

## (4) 瞋恚

貪欲が満たされないと怒りを生じます。こうした怒りを瞋恚(しんに)と言います。貪欲は決して満たされませんから、瞋恚が生じ続けます。

## (5) 愚痴

愚痴とは智慧が無い状態です。どうすれば苦悩から脱することができるか分からず、どうすれば幸福になれるのかも分かりません。ついには、幸福を思い描くことさえできなくなります。

## (6) 三毒

「貪欲・瞋恚・愚痴」を、「三毒」と言います。

三毒は自分を毒し、幸せの芽を自分で摘み取ってしまいます。自分ばかりでなく、周囲の人々にも害毒を流します。

## 5. 聖なる弟子

### (1) 経文「取著と苦悩」

「では、比丘たちよ、不取著と不苦悩とはどのようなことであろうか。

比丘たちよ、ここに、すでに教えを聞いた聖なる弟子がある。彼は、聖者にまみえ、聖者の法を知り、聖者の法を修する。あるいは、善き人にまみえ、善き人の法を知り、善き人の法を修する」(増谷文雄著『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 393)

### (2) 聖なる弟子

「すでに釈迦牟尼世尊の教えを聞いた聖なる弟子」とは、聖者や善き人と出会って法を聞き、よく考えて、修行している人々です。

## 6. 本当の自分

### (1) 経文「取著と苦悩」

「だから、彼は、色(肉体)は我であるとは見ない。われは色を有するとは見ない。また、わがうちに色があるとも、色のなかに我があるとも見ない」(増谷文雄著『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 393)

(2) 聖なる弟子における自分

聖なる弟子は、自分について、次のような見かたをしません。

色(肉体)は自分であるとは見ません。

自分は色(肉体)を持っているとは見ません。

自分の中に色(肉体)があるとは見ません。

色(肉体)の中に自分があるとは見ません。

これは、色(肉体)に執着せず、錯誤を生じないことを意味しています。

受(感覚)、想(表象)、行(意志)、識(意識)についても、錯誤を生じることはありません。

(3) 無我

釈迦牟尼世尊の教えを聞いて修行する修行者も、五蘊(色・受・想・行・識)を自分と見ます。

しかし錯誤することはなく、執着することはありません。本当の自分を見るのです。「本当の自分」は「我(が)では無い」ので、「無我(むが)」と言います。

7. 苦悩は生じない

(1) 経文「取著と苦悩」

「しかるに、彼においでも、色は移ろい変る。だが、色が移ろい変っても、彼の意識はその色の移ろいととともに働きはしない。

だから、色の移ろいととともに、苦悩の思いが頭を擡げて、彼の心を捉えるということもない。

彼の心はそのように捉えられないから、彼は困惑することもなく、腹を立てながらもしがみついて、苦しみ悩むということもないのである」(増谷文雄著『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 394)

(2) 苦悩は生じない

聖なる弟子においても「色(肉体)」などの五蘊は変化します。しかし、聖なる弟子は、五蘊がどのように変化しても、それに心が引きずられることはありません。したがって、苦悩することがありません。

8. 不取著と不苦悩。

(1) 経文「取著と苦悩」

以下、受(感覚)、想(表象)、行(意志)、識(意識)について、同じ経文が繰り返され、次の経文で締めくくられます。

「比丘たちよ、不取著と不苦悩とはかくのごとくである」

(増谷文雄著『阿含経典』ちくま学芸文庫、p. 394)

(2) 不取著と不苦悩

本当の自分を見ている聖者には、取著が生じませんから、苦悩も生じません。

### (3) 幸福感

聖なる弟子は、色（肉体）などの五蘊による快さを覚えますと、素直に喜び、満足します。こうして幸福感を味わうことができます。

これによって感謝の気持ちが湧いてきますが、執着することはありません。

## 9. 本当の自分

「本当の自分」に関して、実務的な観点から、少し考えてみたいと思います。

### (1) 言葉

「本当の自分」は、「あるがままの自分」、「真実の自分」などともいわれます。そのほかにも、さまざまな言い方があるようです。

### (2) 関係・変化

自分を含めて人間はみんな、他のものごとや人びとと関係しながら変化しています。これは眼前の事実です。

### (3) 関係

人びとと関係しながら生きているという事実をよくよく検討すれば、人間はだれでも、多くの人びとに生かされて生きていることが分かります。

これを裏返して考えてみれば、人間は誰でも、他の人びとを生かす働きをする立場にあることが分かります。

### (4) 変化

変化しながら生きているという事実をよくよく検討すれば、人間は肉体的、精神的、社会的に成長し、向上しながら生きるのが自然であることが分かります。

### (5) 本当の自分

関係・変化の世界に生きている自分を考えれば、本当の自分とは、次のような生き方をしている自分であろうと思われれます。

- ① 自分は、他の人びとに生かされて生きている。
- ② 自分は、他の人びとを生かす働きをしながら生きるのが、当たり前の生き方である。
- ③ 自分は、肉体的にも、精神的にも、社会的にも成長しながら生きるのが、当たり前の生き方である。

### (6) 人間的成長

本当の自分を生きる資質を「人間性」と言い、人間性を高めることを「人間的成長」というのでありましょう。

釈迦牟尼世尊は、人間的に成長することを、私たちに勧めています。人間的成長の目標は、釈迦牟尼世尊が到達した境地であると、阿含経も、妙法蓮華経も語っています。