

2017年2月23日／浪宏友ビジネス縁起観塾

# 人生の夜明け

## 1. 概要

### (1) 資料

増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫／実践の方法(道)に関する経典群／道相應／9 善友(1)

### (2) 主題

善き友を得ることによって、聖なる八支の道を習い修めることができるようになり、人生の夜明けが訪れることについて、学びたいと思います。

## 2. 善き友

① 経文に「善き友」という言葉が出てきます。漢訳の経文には「善知識」とあります。

「友(知識)」は、自分と親しい人間関係を結んでいる人です。

「善き友(善知識)」とは、調和と向上をもたらす善き影響を及ぼしてくれる友です。

これに対して、調和を乱す友、向上を妨げる友は、「悪き友」となります。

② 「善き友を持つ」とは、善き影響を及ぼしてくれる人を友とすることです。

## 3. 朝陽の譬え

### (1) 経文

かようにわたしは聞いた。

ある時、世尊は、サーヴァアッティ(舎衛城)のジェータ(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、比丘たちに告げて仰せられた。

「比丘たちよ」

「大徳よ」

と、比丘たちは世尊にこたえた。世尊は説いて仰せられた。

「比丘たちよ、朝、陽の出づるにあたっては、まず東の空があかるくなってくる。すなわち、東の空があかるくなるのは、朝陽の出づるきざしであり、その先駆である。比丘たちよ、それとおなじように、比丘たちが聖なる八支の道をおこすときにも、その先駆があり、そのきざしがある。それは善き友をもつということである。」(増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p. 179~180)

### (2) 朝陽の譬えの意味

「善き友をもつ」ことが、「東の空が明るくなる」ことです。

「聖なる八支の道をおこす(修習を始める)」ことが、「朝陽が昇る」ことです。

#### 4. 人生の夜明け

##### (1) 経文

「数学者モッガラーナ(目犍連)の問い」という経文に、釈迦牟尼世尊による弟子に対する指導のひとつとして、次の一節があります。

「来れ、汝、比丘よ、汝はすべからく行住坐臥のつつしみを修することに専念するがよい。昼は、経行〔きんひん〕と坐禅とによっていろいろの妨げ(五蓋〔ごがい〕)から心を清らかにするがよい。また、夜の初分(午後八時ごろ)にも、経行と坐禅によって、いろいろの妨げから心を清らかにするがよい。また、夜の中分(真夜中のころ)には、右脇を下にして、獅子のごとくにして臥(が)すがよい。足に足をかさね、よく気をつけ、あきらかに意識して、やがて起きるべきことを考えながら。そして、夜の後分(午前四時ごろ)には起きいでて、また、経行と坐禅とによって、いろいろの妨げからその心を清らかにするがよい」(増谷文雄編訳『阿含經典3』ちくま学芸文庫、p. 21)

【注】経行(きんひん)：坐禅から立って静かに歩くこと

五蓋(ごがい)：心を覆うもの、貪欲蓋(とんよくがい)、忿怒蓋(ふんぬがい)、恨眠蓋(こんみんがい)、掉悔蓋(じょうげがい)、疑蓋(ぎがい)

##### (2) 昼夜修行に励む仏弟子たち

この経文によれば、修行者たちは、昼、夜の初分、夜の後分は、経行と坐禅に励んでいます。夜の中分は、睡眠を取りますが時間は短いようですし、睡眠中も心を引き締めています。

この経文には表れていませんが、陽が昇ると修行者たちは托鉢に出かけます。托鉢から帰った修行者たちは、鉢の洗浄・衣の洗濯・精舎の掃除・その他の作業を行ないます。

これらが済むと、短い休憩の後、この経文にある経行・坐禅に励むのです。

##### (3) 早朝の修行者

- ① この経文から、釈迦牟尼世尊も仏弟子たちも、まだ暗いうちに起床して、経行・坐禅に勉め、心を清浄にしていたことが伺えます。
- ② まだ暗いうちに起床し、星明りのもとで経行・禅定に励んでいる修行者たちの目に、東の空が明るくなってくるのが見えますと、ああ、もうすぐ朝陽が昇るなあと、ほっとするような気持ちが出てきたのではないのでしょうか。

##### (4) 人生の夜明け

- ① 釈迦牟尼世尊は、聖なる八支の道を歩み始めることを、朝陽が昇ることに譬えました。  
聖なる八支の道を歩んでいない人生は、暗がりも明かりもなく歩いている人生であり、聖なる八支の道を歩み始めたとき、朝陽が昇り、人生に夜明けが訪れるのです。
- ② 朝陽が昇る前には、東の空が明るくなるという前触れがあります。聖なる八支の道を歩み始める前には、善き友を持つという前触れがあるのです。  
これを掘り下げれば、善き友を持つまでは暗がりの人生から抜け出ることができないことを示していると思います。

## 5. 善き友を持った修行者

### (1) 経文

「比丘たちよ、だから、善き友をもった比丘は、彼がやがて聖なる八支の道を習い修め、さらにいくたびとなく聖なる八支の道を修するであろうことが、期して俟たれるのである」(増谷文雄

編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.180)

### (2) 期待

「期して俟たれる」とは、「期待できる」ということです。

善き友を持った修行者には、次のことが期待できるのです。

① 善き友を持った修行者は、聖なる八支の道を、習い修めることが期待できます。

② 善き友を持った修行者は、聖なる八支の道を、繰り返し修習することが期待できます。

### (3) 「やがて」の意味するもの

経文には「彼がやがて聖なる八支の道を習い修め」とあります。

善き友を持てば直ちに聖なる八支の道を習い修めるのではないのです。善き友による導きを受けて、だんだんに聖なる八支の道を習い修めるようになるのです。

そのことを、「やがて」と表しています。

## 6. どのようにして

### (1) 経文

「比丘たちよ、では、善き友をもてる比丘においては、どのようにして聖なる八支の道を習い修め、さらに修行を重ねるのであるのか」(増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.180)

### (2) どのようにして

それでは、修行者は、善き友から何を学び、どう導かれ、どう修行を重ねるのでしょうか。

## 7. 貪り・煩惱との闘い

### (1) 経文

「比丘たちよ、ここにおいて比丘は、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨てきて、正しい見方を修習するのである。

また、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨てきて、正しい考え方を修習するのである。

また、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨てきて、正しい言葉を修習するのである。

また、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨てきて、正しい行為を修習するのである。

また、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨てきて、正しい生き方を修習するのである。

また、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨てきてることによって、正しい努力を修習するのである。

また、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨てきて、正しい念いをこらすこととなるのである。

また、欲望の対象を遠ざかり、貪りを離れ、滅しつくし、ついに煩惱を捨離して、正しいことに心を専注することとなるのである」(増谷文雄編訳『阿含經典2』ちくま学芸文庫、p.180~181)

## (2) 貪り・煩惱との闘い

善き友は、修行者を、貪り・煩惱と闘い打ち勝つ道に導きます。

貪り・煩惱と闘いつつ「正しい見方、正しい考え方・正しい言葉・正しい行為・正しい生き方・正しい努力・正しい念いをこらす・正しいことに心を専注する」について修習することによって、貪り・煩惱に打ち勝つことができます。

## (3) 苦悩の原因

人々はさまざまな苦悩を味わいます。「生・老・病・死」「愛別離苦・怨憎会苦・求不得苦・五陰盛苦」などと整理されていますが、これらに収まらないような苦悩も数知れません。

こうした苦悩の根本原因を、この経文では、貪り・煩惱と言っています。

自分の中に、貪り・煩惱がある限り、苦悩から脱することはできないのです。苦悩から脱する道は、貪り・煩惱と闘って打ち勝つほかないのです。

ですから、善き友は、修行者を貪り・煩惱と闘い打ち勝つ道へと導くのです。

## (3) 修行の内容

聖なる八支の道を修習することによって、貪り・煩惱に打ち勝つ順序が示されています。

- ① 欲望の対象を遠ざかる：いきなり欲望を滅しようとしても、簡単にはできません。そこで欲望の対象に近づかないように、遠ざかるように気を付けます。
- ② 貪りを離れる：貪り(歪んだ欲望)が湧き上がらないように気を付けます。どうしても湧き上がってくるときは、行動に結びつかないように気を付けます。
- ③ 貪りを滅しつくす：常に自分を振り返り、ほんの少しでも貪りが残っていたら、これを滅し尽くそうと勤めます。
- ④ 煩惱を捨てきる：貪りを滅し尽くし、六大煩惱(貪欲・瞋恚・愚痴・憍慢・疑・邪見)や、六大煩惱とともに現れるといわれる数々の随煩惱が現れなくなるまで、心身を浄化します。

## 8. 聖者の階梯との関係

ここに示された修行の順序は、聖者の段階と関係があるかもしれないと思いつき、次のように当てはめてみました。(学問的な意味での根拠はありません)

修行者は、まず欲望の対象を遠ざかります。預流(須陀洹)の修行はここから入るのでしょう。

次に、貪りを離れます。ここが一来(斯陀含)の境地かもしれません。

そして、貪りを滅し尽くします。これは、不還(阿那含)の境地と思われます。

ついに、煩悩を捨て切ります。これが応供(阿羅漢)の境地です。

## 9. 念押し

### (1) 経文

「比丘たちよ、そのようにして、善き友をもてる比丘は、聖なる八支の道を習い修め、さらに修行を重ねるのである」(増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.181)

### (2) 念押し

経文の冒頭で、善き友を得た修行者にたいする期待が述べられ、本文で善き友によってどのように導かれるのかが示され、締めくくりにもう一度、善き友を持った修行者は、聖なる八支の道を習い修め、さらに修行を重ねると念を押しています。

## 10. 善き友とは誰か

- ① この経文には、善き友とは誰であるかについては、何も述べていませんが、釈迦牟尼世尊から教えをいただき、ひとところに集まって修行に励む僧伽であろうことは容易に推察できます。
- ② この修行者たちは、自燈明・法燈明の姿勢で修行を重ねている人々です。  
現代においても、そのような人を見出して師と仰ぐことができれば、正しい人生に導いてもらうことが期待できると思います。
- ③ 「三年勤め学ばんよりは三年師を選ぶべし」という中国のことわざがあるそうですが、よく噛みしめたい言葉だと思います。