

2019年8月22日／浪宏友ビジネス縁起観塾

自分を整える

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／道相応／6分別

(2) 主題

八支の聖道のうち「正定」について、学んでみたいと思います。

2. 三学

釈迦牟尼世尊のもとで修行する修行者は、戒学・定学・慧学を学びます。

(1) 戒学

水野弘元博士は、「戒とは、身心を調整することであり、身心についてよい習慣をつけることである」（水野弘元著『仏教要語の基礎知識』春秋社、p. 212）と解説しておられます。

悪を行わず、善を行う自分になることと言っていいでしょう。

(2) 定学

① 水野弘元博士は、「戒によって身心が調整されると、次には心を統一する定が生ずる」（同書、p. 218）と述べ、定を修習する目的を次のように解説しておられます。

「仏教では何のために禅定を修するかといえば、心を統一し、明鏡止水の心で諸法の実相を観察して正しい智慧を獲得し、心を空しくして適切な判断や迅速（じんそく）・的確（てきかく）な処置をとることができるためである。つまり、定によって慧が得られ、慧が活用されるのである」

（同書、p. 224）

② 「心を統一し、明鏡止水の心で諸法の実相を観察する」のが「定学」です。

これによって「正しい智慧を獲得」します。これが「慧学」です。

正しい智慧を獲得すれば「心を空しくして適切な判断や迅速・的確な処置をとる」ことができるようになります。これは「慧」の活用であり、「戒学」にあたると思います。

「戒・定・慧」は一体であり、切り離して考えることはできません。

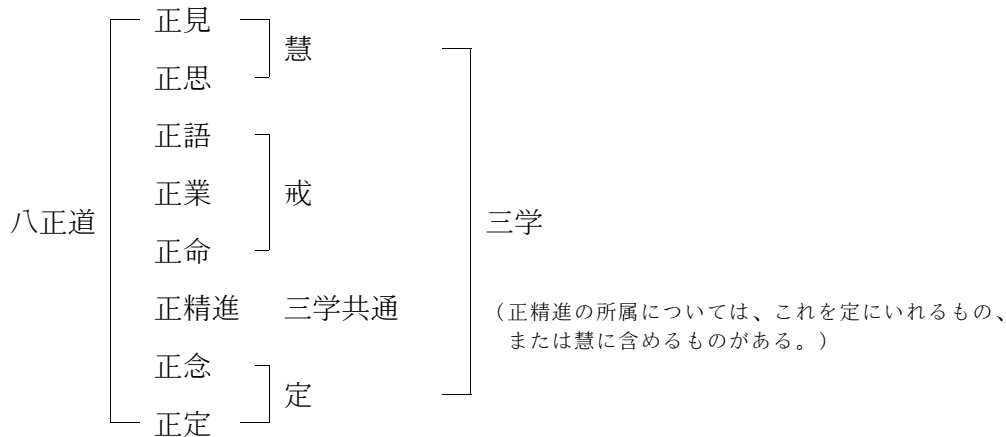
(3) 慧学

水野弘元博士は、「仏教の最後の目的は悟りの智慧をえることにある」（同書、p. 224）と述べておられます。智慧が充実すれば、戒も定も充実し、これによって、智慧がさらに充実するとも、述べておられます。

3. 三学と八正道

水野弘元博士は、三学と八正道の関係について、パーリ仏教の説を紹介しておられます。

(同書、p. 204)



4. ひとつの聖道

(1) 八正道は一体のもの

水野弘元博士は、「八正道は八つの項目であるが、これは一つの聖道を成す部分部分であって、八つは一体のものとして有機的に結びついているから、別個のものではない。説明の便宜上、八つに分けたにすぎない」(同書、p. 203)と述べておられます。三学も同じでありましょう。

(2) 修行の例

例えば、「言葉に気をつけよう」と、焦点を絞って修行に取り組みます。

このとき、言葉に気をつける(正語)ためには、考え方に気をつけたり(正見・正思)、身の振舞いに気をつけたり(正業・正命)、心のもちかたに気をつけたり(正念・正定)することになりますから、結局、八正道の全体、三学の全体を修行することになります。

5. 経文「分別」より

水野弘元博士は、「原始仏典における定の定義説明としては、三学中の定学でも、八正道中の正定でも、その内容にはすべて四禅定が説かれている。これが定のもっとも基本的なものだからである」(同書、p. 218)と解説しておられます。この経文でも、四禅定が定型句で説かれています。

(1) 初禅

「比丘たちよ、では、いかなるをか正定というのであろうか。

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じずる境地にいたる。これを初禅を具足して住するという」(増谷文雄著『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p. 175)

(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(ひとむき)となり、もはやなに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中の境地にいたる。これを第二禪を具足して住するという」(同書、p. 175)

(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」(同書、p. 175)

(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」(同書、p. 175)

6. 初禪

(1) 経文「分別」(再掲)

「比丘たちよ、では、いかなるをか正定というのであろうか。

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じずる境地にいたる。これを初禪を具足して住するという」(増谷文雄著『阿含經典』ちくま学芸文庫、p. 175)

(2) 初禪

修行者は、釈迦牟尼世尊からいただいた教えに心を専注します。こうして心が統一され、現象に振り回されなくなりますと、欲望の対象に心を引かれながらも、欲望から離れ、善からぬこと(真理から外れたこと)からも離れて、喜びと楽しみを味わいます。

ここでは、欲望の対象に心をひかれながらも、欲望を起こさないというところに、注目すべきであると思います。

7. 第二禪

(1) 経文「分別」(再掲)

「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(ひとむき)となり、もはやなに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中の境地にいたる。これを第二禪を具足して住するという」(同書、p. 175)

(2) 第二禪

修行者は、釈迦牟尼世尊からいただいた教えに心を専注し続けます。

教えが心に染み入り、ものごとのありのままが深く分かるようになりますと、欲望の対象に心を引かれなくなります。浄らかになった心は、教えにまっすぐ向き合っ、真理のほかには心を向けなくなります。

こうして、教えに集中することに喜びと楽しみを覚えるだけの境地に入ります。

8. 第三禪

(1) 経文「分別」（再掲）

「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」（同書、p.175）

(2) 第三禪

第二禪から、さらに進んだ境地が、第三禪として述べられています。

修行者は、釈迦牟尼世尊からいただいた教えに専注し続け、心が真理で満たされるようになりますと、心の表面に生じていた喜びからも離れます。

修行者は、あらゆるものごとのありのままを、分け隔てなく心に受け入れ、なにごとにも執着しません。ただ念（正念でありましょう）があり、慧（智慧すなわち正見でありましょう）があり、心の奥で味わう楽しみがあるだけという境地に入ります。

(3) 聖者の言葉

「もろもろの聖者」とは、「諸仏」であろうと思います。

「捨」とは、自分本位の迷いを捨て、静かで安らかな心になることだと思います。

「念」は「正念」、「樂住」は「心の奥の静かな喜びがずっと続くこと」でありましょう。

仏さまたちは、第三禪に入った修行者に、「釈迦牟尼世尊の教えに心を専注していけば、あらゆる迷いを捨てて、深く静かな喜びを味わい続けるであろう」と、言葉をくださるのです。

9. 第四禪

(1) 経文「分別」（再掲）

「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」（増谷文雄編訳『阿含経典2』ちくま学芸文庫、p.175）

(2) 第四禪

釈迦牟尼世尊からいただいた教えに心を専注し続ける修行者は、第四禪の境地に進みます。

修行者は、現象にとらわれ、振り回されることがなくなっていますから、心の表面における喜びや憂いは、既に、まったくなくなっています。更に修行を続けて、心の奥における楽も苦も断じます。修行者は、あらゆる迷いを捨てて、正念を続け、貪欲・瞋恚・愚痴などのない清浄な境地に到ります。

10. 三界

(1) 三界

仏教では、人びとが行き来したり、住み着いたりする世界として、三層構造の世界を考え、これを三界と言っています。三界は、下から、欲界・色界・無色界と呼ばれています。

妙法蓮華経に「三界は安きことなし 猶(な)お火宅の如し」(『訓訳妙法蓮華経并開結』平楽寺書店版、佼成出版社発行、p.107)とありますように、三界は迷いの世界です。

(2) 欲界

最も下の世界です。地獄・餓鬼・畜生・修羅・人間・天上の六道があります。

(3) 色界

欲界の上にある世界です。初禪天・第二禪天・第三禪天・第四禪天の四禪天があります。

(4) 無色界

一番上の世界です。四つの無色定を修めた者が生まれるところとされています。四つの無色定とは、空無辺処定・識無辺処定・無所有処定・悲想非非想処定です。

11. 禪定と悟り

(1) 無所有処定を修める

出家したゴータマ・シッダールタ(釈迦牟尼世尊の本名)が、最初に師事したアーラーラ・カーラーマ師は、無色界の上から二番目にあたる「無所有処定」の境地にあったそうです。

ゴータマ・シッダールタはたちまちその境地に達しました。しかし、この境地は真の悟りの境地ではないと見切りをつけて、そこを立ち去りました。

(2) 非想非非想処定を修める

ゴータマ・シッダールタが次に師事したウツダカ・ラーマプッタ師は、無色界の中でも最も高い「非想非非想処」の境地にあったそうです。

ゴータマ・シッダールタはたちまちその境地に達しました。しかし、この境地もまた真の悟りの境地ではないとして、そこを立ち去りました。

(3) 禅定の限界

このエピソードは、真理の教えが無いところでは、禅定の境地を極限まで高めても、悟りを得ることはできないことを示していると思います。

(4) 苦行から中道へ

ゴータマ・シッダールタは、そののち苦行に入りました。

しかし、苦行は悟りのために役立たないとしてこれを捨て、中道の修行に入りました。

そして、ついに正覚を得てブッダ（覚った人）となりました。

ゴータマ・シッダールタは、真理の道である「中道」を発見して、これを修したので悟りを得ることができたのです。