菩提資糧

パオ・セヤドー

翻訳：Paññādhika Sayalay

目次

Ⅰ. 大空経 4
序文 4
大空の修習 7
社群の過誤 8
空 10
基礎禅 12
三相 13
五禅支 15
道の生起または出現を導く観智 16
出離思惟～出離思惟とは何か？ 23
三聖道へ向かう道 24
社群の利点 27
独居の患 29
友好と怨恨 30
Ⅱ. 除妄念経（Vitakkasaṇṭhāna　Sutta　除尋経） 32
前言 32
一、その他の対象への作意 33
二、悪念のもたらす危険を思惟する 39
三、悪念を忘れる 41
四、悪念の源を取り除く作意 43
五、決心でもって悪心を撃退する 45
Ⅲ. 大菩提乗（一）　（Mahābodhiyāna） 48
波羅蜜とは何か？ 49
それらの条件とは何か？ 53
大悲心と方法善巧智 60
16 種類の内心の気質 62
Ⅳ. 大菩薩乗（二）　（Mahābodhiyāna） 65
一、布施波羅蜜 65
二、持戒波羅蜜 71
三、出離波羅蜜 76
四、智慧波羅蜜 78
五、精進波羅蜜 81
六、忍辱波羅蜜 83
七、真実（＝不妄語）波羅蜜 88
八、決意波羅蜜 90

九、慈波羅蜜 91
十、捨波羅蜜 95
Ⅴ. 大菩提乗（三）（Mahābodhiyāna） 98
波羅蜜を汚染する要素とは何か？ 98
波羅蜜を修習する時の詳細法とは何か？ 100
如何にして持戒波羅蜜を円満成就するか？ 104
如何にして精進波羅蜜を修習するのか？ 110
波羅蜜の全面的分析とは何か？ 113
三種類の菩薩 117
仏果を前倒しに成就する事はできない 118
波羅蜜は何の利益を齎すか？ 119
波羅蜜の果とは何か？ 121
Ⅵ. 問答編 122
＜問答 一＞ 122
＜問答 二＞ 132
＜問答 三＞ 142
＜問答 四＞ 151
＜問答 五＞ 159
＜問答 六＞ 168
Ⅶ. 郁伽居士の八種類の奇妙な素質 176
Ⅷ. 仏教は人類にどのような利益を齎し得るか（一） 180
Ⅸ. 仏教は人類にどのような利益を齎し得るか（二） 189
安般念の修行 189
ジャーナについて 194
三十二身分（＝32 の身体部分） 195
白遍 197
慈心観 198
Ⅹ. 仏教は人類にどのような利益を齎し得るか（三） 202
如何にして四界分別観を修行するのか 202
如何にして、色聚の分析をするか 204
如何にして名法を分析するか 205
如何にしてジャーナ心路過程を識別するのか 206
如何にして縁起を識別するのか 208
如何にして未来を識別するのか 209
観禅 210

Ⅰ．大空経

序文

空経には二種類ある。すなわち：
１）《小空経》
２）《大空経》である。
ここで私が皆さんと検討したいと思うのは、《大空経》である。

一時仏陀住在釈迦国迦毘羅衛城里的尼拘陀園（Nigrodhārama）。（以下に解説する）

当該の国名が釈迦というのは、ここが、諸々の釈迦王子の住まいであるから。当該の国の首都は迦毘羅衛城で、我々の菩薩は、まさにこの城（＝都市）で生まれた。当該の都市が、迦毘羅衛城と呼ばれるのは、ここがかつて、賢者迦毘羅の住居のあった所であり、また、彼が生活の為に托鉢していた場所でもあったが故である。

仏陀が、仏陀の親族が迦毘羅衛城で開く集会に赴いた時、尼拘陀という名の釈迦（族の）王子が、その林園の中に一座の精舎を建て、それを仏陀とサンガに布施した。この時は、仏陀が悟りを開いた後、初めて祖国に帰国したものである。仏陀はここに７日間とどまった後、再び、王舎城に戻って行った。しかし、後になって、仏陀は、時々迦毘羅衛城を訪ねることがあった。《大空経》は、仏陀によって、尼拘陀園で開示されたものである。

経文の中にはまた、下記のような記述がある： 於清晨時、仏世尊著好袈裟、拿了鉢与外衣進迦毘羅衛城托鉢。従迦毘羅衛城托鉢回来、用完餐之後、仏陀即前往釈迦王子黒安（Kāḷakhemaka）的精舎度過白天。

黒安の精舎は、尼拘陀園の片隅にある。そこには塀があり、大きな門があり、鷲形（haṁsavattaka）という名の建築物、殿堂、食堂等々があった。

当時、釈迦王子黒安的精舎備有許多休息処。

当時、そこには、多くのベッド、椅子、マットレス、枕、草製のゴザ、皮製のゴザ、および地面に敷く草ムシロ、葉製ムシロ、藁製ムシロなどがあった。それらが、密接に繋ぎ合っていて、あるいは床に敷き詰められていて、已に、社会集団を構成する比丘の住まいのようであった。

当仏陀看到這情形時、他想：「在釈迦王子黒安的精舎裏備有許多休息処、是否有許多比丘住在此処？」

上記に関して、注疏では、以下のように解説している。実際は、仏陀には、特別疑問はなかった。というのも、彼は菩提樹の下で開悟した時、已に完全に、自己の煩悩を根絶やしにしたからである。当該の疑問は、単なる修飾的な意味合いしか持たない:「是否」は、ただ修飾的に用いられているのである。未だ疑心のある人は、究極的な悟りに到達する事はできない。故に、この部分は、修飾的な働きのみであって、諸仏は、その智でもって、一切の、自分が知りたいと思う事柄を、知ることができる。上記の文章を参考に考えるに、仏陀は、10 人、または 12 人くらいの比丘が一か所において、共に住んでいるのを見たことが無かったのかもしれない。

仏陀はこのように考えた：「この生死の輪廻の中で、共同生活はすでに極点にまで発展した。水が集まって河になるように、地獄、畜生、餓鬼、阿修羅、人、天界及び梵天の衆生は、皆共同生活を送っている。直径が一万由旬の地獄には、衆生が押し合いへし合いしており、粉石けんが詰まったガラス瓶みたいだ。五種類の束縛と折檻をうける地獄には、数えきれないほどの衆生がいる。

そこは：「焼いて赤くなった鉄の叉股が、彼の片方の手を刺し貫き、もう一つの赤く焼いた鉄の叉股が彼のもう一方の手を刺し貫いている。焼いて赤くなった鉄の叉股が彼の片方の足を刺し貫き、焼いて赤くなった鉄の叉股が、彼のもう片方の足を刺し貫いている。そして、もう一つの、焼いて赤くなった鉄の叉股が、彼のお腹を挿し貫いている」。斧で（皮肉骨）をそぎ取る地獄なども、また似たようなものである。彼らはこのように、共同生活における熱い苦悩に満ちている。畜生界においては、アリ塚のシロアリはどれくらいいるのか、計算できないほどである。一つの蟻の巣にいる蟻たちは、数えきれないほどである。畜生界で共同生活している衆生もまた、このように熱い苦悩に満ちている。

ある種の鬼の城（亡霊の住処）は、直径が四分の一か又は半由旬ほどで、その中にも鬼（亡霊）がひしめいている。餓鬼界の共同生活もこのように熱い苦悩に満ちている。人間界では、舎衛城に住む大きな族人は、570 万人で、王舎城の内外に住む人は 1800 万人である。これらの人々の共同生活もまた、このように熱い苦悩に満ちている。天界においては、土地神から梵天界までもが、また共同生活を営んでいる。大きな福報のある天人は、少なくも 250 万の舞姫を擁し、900 万の舞姫を擁している者もいる。また、一万の梵天神が一か所に集まって、共同生活している場所もある。

仏陀はまた考えた：「私が四阿僧祇劫と十万大劫でもって、諸々の波羅蜜を実践・円満したその目的は、共同生活から離脱するためであった。比丘たちが一たび群れを成して、共同生活を送り、共同生活を楽しむようになると、彼らは波羅蜜の実践という目的から離反してしまう。」

当時、正法に思いを寄せていた仏陀は、またこうも考えた。「もし、一つの戒を設けて、二人の比丘が一緒に住んではならないとすることができるならば、私はこのようにしたい。しかし、これは不可能だ。故に、私は弟子たちに、大空という名の経を開示して、彼らを訓練しようと思う。この経は、戒を定めたと同じ効果があり、それは、城門の前に置いた大きな鏡のようだ。今後、刹帝利（貴族）などが鏡を見て、自分の汚点を見つけた時、即刻それをふき取って、汚点の残らないようにするように、私が般涅槃に入った後の 5000 年の間、（独り）静かに暮らしたいと思う弟子は、この経を聞いて、共同生活から遠く離れ、そのことによって、生死輪廻の一切の苦しみを断ずるであろう。」

その後、仏陀の願いを如実に実現するかのように、この経を聞いて、共同生活から離れ、生死輪廻の一切の苦を断じ、般涅槃を証した弟子は、数えきれないほどであった。
ある時、スリランカの　Vālikapiṭṭhi 寺　に住む、アビダンマ論学者の無畏長老は、雨安居に入った時に、何人かの比丘と一緒に、この経を読んだ。
読んだ後に彼は言った：「仏陀はこのようにしなさいと述べたのに、我々は一体どのような暮らしをしているというのだろうか？」
その後、共同生活から離れ、（仏陀の）独り静かに暮らす事を楽しむ教えに従ったので、彼らは皆、当該の雨季の内に、阿羅漢果を証した。故に、この経は「共同生活を解散する者（の経）」とも呼ばれる。

（お経では、また以下の記述がある）
当時、在釈迦族加達（Ghaṭā）的精舎裏、阿難尊者与許多比丘正在忙著做袈裟。
この精舎は、黒安精舎と同じく、尼拘陀園の中にあった。人々はアーナンダ尊者に、袈裟を作る布地を供養した。そのため、彼は、そこにおいて、何人かの比丘たちと一緒に、袈裟を作っていたのである。

在傍晩時、仏陀出定之後、即前往釈迦族加達的精舎。到了該地、彼即坐在早已為他準備好的座位、問阿難尊者道：「阿難、在釈迦王子黒安的精舎裏備有許多休息処、是非否有許多比丘住在該処？」阿難尊者即答道：「世尊、在釈迦王子黒安的精舎裏備有許多休息処。有許多比丘住在該処。現在是我們縫製袈裟的時候、世尊。」

上記に関して、注疏は以下のように解説する：早朝、縫物をするために皆が集まった。比丘たちは集合して、忙しくしていたため、休憩処を整えていなかった。そして、思った：「（袈裟を）縫い終わってから、休憩処を片付ければよい。」
当時、アーナンダ尊者もこう思った可能性がある「思うに世尊は、あれらの比丘の休憩処が片付いていないのをご覧になって、不愉快で、皆を厳しく叱ろうとしている。私は、あれらの比丘の為に、状況の説明、言い訳をしなければならない。」
これが、アーナンダ尊者の発言の理由である。しかし、彼がここで言った「現在是我們縫製袈裟的時候、世尊」の本当の意味は、以下の通りである：「世尊、これらの比丘が、ここにこのように一緒に住んでいるのは、忙しいのが好きだからではなく、袈裟を縫う為です。」

大空の修習

当時、仏陀は即刻、大空の修習を開示した。その内容とは、以下の通り：
「阿難、比丘不会因為楽於群体、楽於社群、取楽於社群、歓喜社群而照耀（世間）。誠然、阿難、若説楽於群体、取楽於群体、把自己投入於楽於群体、楽於社群、取楽於社群、歓喜社群的比丘、能如意而豪無困難地獲得出離之楽、離群隠居之楽、寂静之楽、菩提之楽、那是不可能的。然而、若比丘独居、遠離社群、則他能如意而豪無困難地獲得出離之楽、離群隠居之楽、寂静之楽、菩提之楽、這些是可予料之事。」

上述の法話に関して、注疏は以下のように解説している：
比丘不能照耀：「忙しい時も、そうでない時も、袈裟を縫っている時も、そうでない時も、群体（=共同生活）を楽しむ比丘は、全員、優越した成就を得る事はできない。支持してはならない事を支持してはならない。」
ここにおいて、「群体」とは、自分の内部の人との会合を指し、「社群」とは、各種の、異なる（＝団体の）人々との集会を指す。
故に、群体または社群であろうと、それを楽しむ比丘、社群に沈潜して深く楽しむ比丘は、社群の結に束縛され、その結果、優越した成就を得る事は不可能になる。しかし、もし、比丘が、食事を終えて、昼間居住する場所を掃除し、足を洗い、その後に基礎禅を修習し、独居を楽しむならば、彼は、仏陀の教えの中において、（世間の中で）耀くことができる。

出離之楽：出離の楽（nekkhammasukha）は、已に貪欲及び欲楽を捨て去った楽をいう。離群隠居之楽（pavivekasukha）は、貪欲と欲楽から遠く離れた楽を言う。寂静之楽（upasamasukha）は貪、瞋、痴等を、滅し除いた楽を言う。

菩提之楽（sambodhisukha）は、涅槃を目標の縁とする聖道（ariyamagga）によって導かれる覚醒の楽を言う。比丘が涅槃を知見する時、楽はその心中から生起する：当該の楽の名を菩提の楽という。比丘が独居し、社群から遠く離れる時、彼は心の思うまま、全くの困難なく、出離の楽、群を離れる隠居の楽、寂静の楽、菩提の楽を得ることができる。これらは皆、予見できるものである。

社群の過誤

当時、仏陀は引き続き、大空の修習について開示した。
「誠然、阿難、若説楽於群体、取楽於群体、把自己投入楽於群体、楽於社群、取楽於社群、歓喜社群的比丘能安住於暫時性与可喜的（色界及無色界）心解脱（rūpāvacara and arūpāvacara-cetovimutti）、或安住於永恒与不可動揺的（出世間）心解脱（lokuttara-cetovimutti）、那是不可能的。然而、若比丘独居、遠離社群、他能安住於暫時性与可喜的（色界及無色界）心解脱、或安住於永恒与不可動揺的（出世間）心解脱、這是可予料之事。」

上記について、注疏では以下のような説明がある：「暫時」：いついかなる時においても、安止定に入りさえすれば、（暫定的に）煩悩を離れる事ができる；心解脱とは、色界と無色界心解脱（すなわち：色禅と無色禅）を指す。《無碍解道》の中では：’Cattāri ca jhānāni catasso ca arūpasamāpattiyo、ayaṁ sāmāyiko vimokkho’――「四色禅と四無色禅は、暫定的な解脱である」と書かれている。何故か？

比丘がジャーナに入る時、色禅であろうと、無色禅であろうと、その煩悩は、ただジャーナに安住している時のみ、暫定的に停止するからである。比丘がジャーナから出ると、各種の目標に対する不如理作意（ayoniso-manasikāra）によって、煩悩は、再び引き起こされる（からである）。ジャーナに入っている時は、比丘はジャーナの目標、例えば、地遍だけを知覚している。もし、彼が安定的に当該の目標に専注することができるならば、彼の深くて強く、かつ力のある禅支が煩悩と対抗し、諸々の煩悩は生起する機会を失う。これが、暫定的解脱（sāmāyika-kanta cetovimutti）である。

永恒与不可動揺的心解脱（asāmāyika-akuppa cetovimutti）：これは、煩悩の暫定的解脱ではなく、永恒的出世間心解脱である。
経の中ではこう言われている ’Cattāro ca ariyamaggā cattāri ca sāmaññaphhalāni、ayaṁ asāmāyiko vimokkho.’――「四聖諦と四沙門果は永恒の解脱である」

不可動揺（akuppa）：動揺しない、とはどういう事か？それは、煩悩の影響を受けて動揺しない、と言う意味である。ここで言われている事は、何を意味するのか？群体（＝共同生活）を楽しみ、また社群の結によって束縛されている比丘は、世間又は出世間的な特別の素質を、証する事ができない。社群を離れ、独居を好む比丘だけが、それを証する事ができる。例えば、慧観菩薩（Bodhisatta　Vipassī）の例では、出家後の7年間、８万４千人の出家者に囲まれていた時、唯一無二の一切知智を証悟する事はできなかった。しかし、彼が社群を遠く離れ、独居を好んだ時、7日の内に、菩提の高峰に上ることができた。

我々の菩薩も同じく、出家した初めの6年間は、5名の沙門とあちこち遊行したが、唯一無二の一切知智を証悟する事はできなかった。彼は、皆と別れてから、独居を楽しんだ後、菩提の高峰に上り、唯一無二の一切知智を証悟する事ができたのである。

随後、仏陀継続開示：「阿難、我没有看到任何一種変易的色法不会導致貪恋及耽楽於它的人感到愁、悲、苦、憂、悩。」
上記の（＝仏陀の）開示の意味は：群体を楽しむ者は、特別の素質を成就する事ができないと指摘した後、仏陀は言う：「アーナンダ、私は見たことがない云々。」そして、（＝人々の）間違いがどこにあるのかを（＝仏陀は）言う。

ここで、色と言われている身体は、多くの微小な粒子または色聚によって構成されている。もし、比丘が系統的にそれらを識別するならば、彼はそれらの中の究竟色法（paramattha-rūpa）を見る事ができる。それらの生滅は非常に迅速で、一たび生起するや否や、即刻、滅尽する。故にそれらは無常である。もし人が、智でもって、この本質を照見することができないならば、貪欲によって、色に於いて楽しむということが起こる。もし、彼がそのように為すならば、彼は色が変化するということによって、愁、悲、憂、悩を感じることになる。
故に仏陀は：「私は、いかなる変易の色法であっても、貪恋及びそれに耽溺して楽しむ者に、愁、悲、苦、悩を感じさせないという事を見たことがない。」と言う。

例えば、シャーリプトラとモッガラーナがサンガに入団して、仏弟子になったというこの変化の為、（彼らの以前の師である）サンジャヤは、悲、悲、苦、悩を感じた。在家居士のウパーリは、仏陀と仏法について語りあった後、仏陀の弟子になったが、この変化も、同じく（彼の以前の師であった）ナータプッタに悲痛を与えた。当時のナータプッタは、尼乾達教（＝ジャイナ教）の創始者で、ウーパリは彼の大弟子であった。ある日、ウーパリは、出かけて行って仏陀に多くの質問をし、仏陀は多くの、明晰な例を挙げて説明したので、彼は非常に満足した。この問答の部分の経は、《ウーパリ経》

と呼ばれる。ウーパリは、当該の経を聞き終わった後（初果須陀洹を証して）仏陀の弟子になった。以上が、注疏に書かれている解説である。

仏陀が発見した安住

その後、仏陀は引き続き、大空の修習について開示した：

「然而、阿難、於此有如来所発現的安住：通過不作意一切相而進入及安住於内空。若如来如此安住時、諸比丘或比丘尼。衆男居士或女居士、諸王或大臣、衆外道或他們前来見他、那麼、以傾向離群隠居、独居、楽於出離及已完全断除諸漏根基的心、他肯定只会以傾向遣散他們的心給与開示。」

上記の意味は何か？出家したばかりの無智なる比丘がいて、「世尊は牛を田野に放牧するみたいに、我々を社群から引き離し、群れから離れて隠居せよと訓戒する。しかし、彼自身の周囲には、多くの王と大臣がいて、彼を取り巻いている（＝ではないか）」と言う事があるかもしれない。このような批判を封じるために、仏陀は、法話を始めるその初めに、このように言った。それは、仏陀はたとえ世界に遍満する社群の中に座っていても、ただ一人で静かにしているのと同じだという事を示している。

また、仏陀は《相応部・蘊品・花経》（Saṁyutta　Nikāya、Khandhavagga、Puppha Sutta）の中でこのように述べている：「比丘たちよ、一輪の青蓮または白蓮は、水の中に生まれて、水の中で成長し、その後に水面に出て水の汚染を受けない。このように、比丘たちよ、如来はまた、世間に生まれ、世間で成長するが、その後に世間を超越し、世間に汚される事なく安住する。」

空

（什麼是）一切相（sabbanimittānaṁ）：名色を、相又は行（saṅkhāra）と言う。仏陀が阿羅漢果定に入った時、生じた阿羅漢果心は無名無色の涅槃を縁とし、その目標とした。その中には、全くもって、名色の相ー一色彩等々はない。この安住は、如来が発見したものである。彼は一切の相を作意しないという事を通して、空に安住していたのである。まず、それ自身の特質に基づいて、果定を空と称するが、その目標である涅槃もまた、空と称する。というのも、それは全き、無貪、瞋、痴（無知）であるから。また、道に入る、その方式にみあう形で、解釈する事も出来る。なぜなら、観智（vipassanā-ñāṇa）もまた「空」（suññata）、「無相」（animitta）及び「無願」（appaṇihita）と呼ばれるからである。

この事から、若し、比丘が諸々の行法の無常を観照し、聖道が無常の内より導き出され（そして、涅槃に趣向する）のであるならば、この、聖道へと導くように生起する観智は、すなわち、「無相」と呼ばれる。若し、比丘が、諸々の行法について、不断に生滅の逼迫を受けるという、苦の一面を観照するならば、聖道への導きは、苦から生起する。この時の、聖道へと導く観智を「無願」と呼ぶ。

もし比丘が、諸々の行を無我として観照し、その時、聖道が無我より導き出されるならば、その聖道を導き出した観智を「空」と呼ぶ。このように、道が、無相の観智から生じた時は無相といい、無相道の果もまた無相と呼ばれる。無願と空についても、同様である。

仏陀が聴衆に向かって仏法を開示する時、彼の心は、群れを離れ、隠居（＝独居）する傾向、及び涅槃へ向かう傾向があった。彼は、必ず、人々が（＝早めに）解散するようなやり方で、仏法を開示した。故に、仏陀はよくこう言う「皆さん、帰ってよろしい」。

仏陀はどのような時に、こう言うのか？食事を済ませた後の活動時間、または初夜（＝夕方、宵の口）の活動の時間。食事が済むと、世尊は香舎において、獅子の如くに横になって（ひと時休憩する）。そして、起きあがって座って果定に入る。その時、サンガ（＝の人々）は、仏法を聞くために集まって来る。適当な時刻になると世尊は香舎から出てきて、（すでに彼の為に準備されている）座席に座り、仏法を開示する。

彼は、薬を煎じる時に時間を守るのと同じように、決して（＝法話の）時間を超過する事はなかった。そして、離群の心をもって、サンガ（＝の人々）を解散させた。初夜の時も、彼は同じようにサンガを解散した「夜が深くなった。あなたがたの、為すべきことをなす時間が来ました」と言って。証悟して以来、仏陀の意門転向心は、涅槃へ傾向している。

故に、彼の（眼、耳、鼻、舌、身）の双五識もまた、涅槃に傾向していた。仏陀は、諸々の行法について、徹底的に理解していたので、目にする微妙な目標も、その嫌悪な一面が現前しているのを見るだけであり、その他の目標に至っては、その嫌悪性はもっと強烈であった。というのも、涅槃は極めて静かで殊勝であった為、その心は、ただ涅槃に向かうだけであったから。それは、例えば、喉が渇いた人が、ただひたすら、冷たい水のある場所を求めるのと、同じようなものなのである。

空へ向かう道

空に安住するのは、静かで、殊勝な事である。

（仏陀はこう言う：）「所以、阿難、若比丘立願：『願我進入与安住於内空』、他即応向内穏固其心、令之寧静、専一及専注。」

上記の法話の意義は何か？もし、比丘が涅槃を縁とし、それを目標として、空（空果定、suññata-phalasamāpatti）に入ろうとするならばまず、彼は、その心を安定したものにし、ジャーナの目標一一例えば、: 安般似相（ānāpāna-paṭibhāga-nimitta）、地遍似相（pathavī-kasiṇa-paṭibhāga-nimitta）等々に専注する。

（経の中で、仏陀は続いて以下のように言う：）「阿難、他又応如何向内穏固其心、令之寧静、専一及専注？於此、阿難、遠離欲楽及遠離不善法的比丘進入与安住於初禅・・・第二禅・・・第三禅・・・安住於擁有不苦不楽（受）及由於捨而念清浄的第四禅。這是比丘如何向内穏固其心、令之寧静、専一及専注。」

基礎禅

仏陀はここにおいて、四色禅を観智の基礎とする方法を教えている。パーリ系仏教の伝承では、二種類の、異なる観を修する行道がある、と言う。その内の一つは、止行道（samatha-yānika）で、この行道は、先に止禅を、近行定または安止定まで修し、それをもって観を修する基礎とする。この種の行道を行く止行者は、先に近行定または色禅または無色禅を修行してそれを証しておかねばならない。その後に、ジャーナに入った後、生起する名色法を識別する所から、観の修習を始める。

その後、欲界の名色法（kāmāvacara-nāma-rūpa）、例えば、眼門心路過程等々を識別する。この後は、修行者本人の因縁に従って（＋修行するが）、これが即ち、縁起の実習方法、という事になる。その後、修行者は、名・色及びそれらの因の三法である無常・苦・無我の三相を、再び観照する。この種の禅修行者に関して、彼が以前に証悟した近行定または安止定は心清浄であり、それはすなわち、七清浄の内の、第二項の清浄に相当する。

もう一つの修行方法は、「純観行道」（suddhavipassanā-yānika）といい、この種の行道は、止禅を（観の）修行の基礎としない。まず、戒で（＋己を）清浄にした後、禅修行者は、系統的に（＋順序に従って）、四界分別観を修習する。修行者が、名前を色聚という微小な粒子を観る事ができるようになったら、彼はそれらを識別する必要がある。もし彼が、色聚内部の四大界を識別する事ができ、また、四大界に専注することができたならば、その時の定力は、隠喩的に「近行定」と呼ぶが、実は、本当の近行定ではない。真実の近行定は、ジャーナに近い定を指す。四界分別観においては、禅修行者がいかように精進しても、ジャーナを証する事はできない。

なぜか？色聚内部の四大界の特相（＝現前する特徴）は、非常に奥深いからである。（＋それらは）一たび生起するやいなや、たちまち滅尽する。これら、不断に変易する四大界は、非常に集中力のある心でなければ、目標とすることができない。修行者の観照力が増強され、又、正確になった時、その心は、自然に色聚の内部の、不断に変易する四大界の流れに専注する事ができる（＋ようになる）。この時の定力は、ほぼ、近行定と同等である。

四大界の特相の、刹那から刹那への（＋生滅変化への）心の専注力は、止刹那定（samatha-khaṇika-samādhi）と言う。この時の心の安定度が、近行定の相と等しいので、これを純観行者の心清浄、と言う。この種の禅修行者は、またの名を「乾観行者」（sukhavipassaka）と言うが、それは、彼がジャーナの「潤い」を得ないまま、観禅の修行をするからである。

（＋　）（＝　）訳者

三相

名色を分別し、また、それらの因を識別した後、止行者と純観行者の両者は、共に、諸々の行法の三相を観照しなければならない。すなわち：壊滅する故に無常である；不断に、生滅する、逼迫の厄を受けるが故に苦である；在世、相続及び刹那の三つの方面において、実質（＝実体）がないが故に、無我である。この観照力が強くなり、更に正確になる時、その心は即ち、自然に、不断に変易する名色の流れに専注することができるようになる。この時の定力は近行定に相当する。

心の、名色の（＋流れる）過程における無常、または苦、または無我の、刹那から刹那の間の専注力は、その名を観刹那定（vipassanā-khaṇika-samādhi）と言う。

四禅

安般念（略）（「智慧の光」（菩提樹文庫 HP 所蔵）参照の事）。

三種の禅相

もし、あなたが鼻孔の周囲にぴったりと張り付いた禅相に、一時間以上専注することができるようなら、あなたの定力は上昇し、禅相もまた徐々に変化する。通常、（＋禅相の発現の）始まりの段階では、禅相は灰色である：これすなわち、遍作相または預作相（parikamma-nimitta）と言う。当該の禅相への専注力が更に強化された時、それは綿花の如く白くなる：これすなわち、取相（uggaha-nimitta）である。

あなたは、引き続きこの禅相に専注しなければならない。このようにして、更に定力が増した時、それは明けの明星のように清らかに光輝くようになる：これが似相（paṭibhāga-nimitta）である。もし、あなたがこの禅相に一時間以上または二時間ほど専注し続ける事ができるならば、久しからず、近行定（upacāra-samādhi）または安止定（appanā-samādhi）を証する事が出来る。安止定とは、すなわち、ジャーナ（jhāna）である。

近行定の段階では、諸禅支が未だ相当に弱い為、有分心が非常に頻繁に生起する。しかし、安止定の段階になると、諸禅支は、ジャーナを一定時間維持できるほどに、強くなる。ここで言う有分心とは何か？《アビダンマ論》に基づいて簡単に説明すると、心は二種類に分ける事ができるが、それは心路過程心 vīthicita）と離心路過程心（vīthimuttacitta）である。

心路過程とは、生命の中で、心の流れが活発な一面を持つものである；離心路過程心は、結生、有分及び死亡の時に出現する不活発な心である。心路過程が生起していない時、有分心が生起するが、それは前の世の臨死の時に出現した目標を縁とする。心路過程が再度生起する時、有分心は停止する。有分心の生起は、心の流れを停止させないためであり、ゆえに、有分と呼ばれるが、すなわち、生命の相続流または生命の成分の事である。それは、過去世において造られた業力が引き寄せ、生じさせた果報心である。それは、現在の目標を縁に取ることができず、ただ過去の目標を縁とし、ゆえにそれは、不活発な心、または離心路過程心、である。このようであるから、それは安般似相などを目標とすることができない。

近行定の段階では、諸禅支が未だ相当に弱く、長時間定力を維持できない為、有分心はこの段階においても、非常に頻繁に生起する。もしそれが、何分間か継続して生起すると、修行者は自分がなんらの目標も認識しない、と思ってしまう。

なぜか？有分心は、現在の目標、例えば、安般似相等々を縁に取ることができないからである。それはただ、前世の臨終の時に出現した過去の目標しか縁とすることができないのである。縁起の修習をすると、多くの修行者はこの事が理解できるようになる。故に、有分心を暫定的に生起させないためには、あなたは強くて力のある正念でもって、安般似相を専注しなければならない。もし、有分心を調伏することができ、かつ、安般似相を深く専注する事ができたならば、あなたは、久しからずして、ジャーナを証する事ができる。これが初禅で、その中には五禅支がある。それらは非常に強く、あなたをして、長い時間ジャーナを維持させる事ができる。

五禅支

五禅支とは：

１）尋（vitakka）：心を安般似相に向かわせ、そこにおいて安定させる。

２）伺（vicāra）：心をして引き続き、安般似相に注意を向けさせる。

３）喜（pīti）：似相を好ましく思う事。

４）楽（sukha）：似相を体験しているときの楽受または楽しさ。

５）一境性（ekaggatā）：似相に対して一心に専注する事。

初禅の中には五禅支がある；第二禅には喜、楽及び一境性の三つの禅支がある；第三禅には、楽と一境性の二つの禅支がある；第四禅には、捨と一境性の二つの禅支がある。もし、あなたが遍禅、例えば、地遍を修習するようになったなら、あなたは八定を証する事ができるが、それはすなわち、八種類のジャーナである。《大空経》では、仏陀はこれらのジャーナを観禅の基礎とするようにと、教えている。

ジャーナの修習を開示した後、仏陀は、続いて観禅について説明している。当該の経の中で仏陀は以下のように言っている：

「於此、阿難、遠離欲楽及遠離不善法的比丘進入与安住於初禅・・・第二禅・・・第三禅・・・安住於擁有不苦不楽（受）及由於捨而念清浄的第四禅。這是比丘如何向内穏固其心、令之寧静、専一及専注。然後、他向内観照空。当他向内観照空時、其心不能向内入住空、不能獲得信心、穏定与勝解。如是、他如此覚知：『当我向内観照空時、我的心不能向内入住於空、不能獲得信心、穏定与勝解。』

如此他対該（過程）擁有完全的明覚。他向外観照空・・・他向内外観照空・・・他観照不動・・・当他観照不動時、其心不能入住於不動、不能獲得信心、穏定与勝解。

於是、他如此覚知：『当我観照不動時、我的心不能入住於不動、不能獲得信心、穏定与勝解。』如此他対該（過程）擁有完全的明覚。」

【訳者コメント：上記の漢文の中に出てくる「信心」は、信仰の意味ではなく、確信、自信、という意味です。中国語の「信心」には、信仰の意味はないので、ご注意下さい。】

解説

註疏では、「内空」を自分自身の五蘊の空、「外空」を他人の五蘊の空と解説している。ここで言う空とは、内外の五蘊を観照してそれを無我と知り、このようにして修習された観禅によって、暫定的に到達された心解脱の事を言う。無我を観照する観智が道智の段階に到達した時、それは、涅槃空の一面を体験する果智を生起させる。

内外の五蘊

蘊には五蘊と五取蘊（upādānakkhandaā）があり、五取蘊は、観智の目標である。観禅を修習したいと思う比丘は、先にこの五取蘊を識別しなければならない。
何故か？私は、簡単に説明してみたい。《相応部・蘊品・蘊経》の中で、仏陀は言っている：
「一切色、無論過去、未来或現在、内或外、粗或細、近或遠、劣或勝、都称為色取蘊。它是煩悩的目標、及受到渇愛与邪見執取『這是我的；這是我』等々。
這 11 種色是色取蘊。同様地、11 種受（vedanā）、11 種想（saññā）、11 種行（saṅkhāra）、11 種識（viññāṇa）分別称為
受取蘊（vedanā-upādānakkhandhā）、
想取蘊（saññā-upādānakkhandhā）、
行取蘊（saṅkhāra-upādānakkhandhā）、
識取蘊（viññāṇa-upādānakkhandhā）。
有意修習禅観的比丘必須先弁識這内外五蘊。」
なぜ以上のように言うのか？暫く、註疏の解釈に耳を傾けてみよう。

道の生起または出現を導く観智

この教えでは、ある人々は、初めに、内行法または五蘊を識別する。それらを識別した後、次に彼は、それらを無常・苦・無我として観照する。しかし、聖道は、ただ内（行法）を観照しただけでは生起したり、出現したりしない。というのも、そのためには、外（行法）も観照しなければならないからである。

故に、彼は、他人の五蘊及び非有情の色法もまた無常・苦・無我であると観照する。彼は、一時、内五蘊を観照し、一時、外五蘊を観照する。彼がこのように観照していて、もし観智が、彼が内を観照している時に、聖道と連結したならば；彼を「先に内を観照した後、それが内から生起した（+人）」と呼ぶ。

もし、観智が、彼が外を観照している時に聖道に連結したならば、彼を「先に内を観照した後、それが外から生起した（＋人）」と呼ぶ。「先に外を観照した後、それは外から生起した」と「先に外を観照した後、それは内から生起した」も、先に準じて、同じように理解するべきである。

また別の人々は、色法を識別する所から開始する。その後、次に彼は、四大界とそれらの所造色がすべて無常・苦・無我であると観照する。しかし、聖道は、ただ色法を観照しただけでは生起或いは出現しない。というのも、名法も観照しなければならない

からである。故に、彼は、当該の色法を目標として生起する名法、すなわち、受、想、行、識をも観照する。彼は一時、色法を観照し、一時、名法を観照する。

彼がこのように観照する時、観智が、彼が色法を観照している時に、聖道と連結する；そのため、彼を「色法を観照した後、それが色法から生起した（＋人）」と呼ぶ。もし、観智が、彼が名法を観照している時に、聖道と連結したならば、彼を「先に名法を観照した後、それが名法から生起した（＋人）」と呼ぶ。
「先に色法を観照した後、それが名法から生起した」と「先に名法を観照した後、それが色法から生起した」も、先に準じて、同様に理解しなければならない。
（《殊勝義註》《清浄道論》参照の事）。

観禅を修習する時、あなたは上述の、註疏に記載されている重用な指摘に留意しなければならない。内または外のみを観照するだけでは、涅槃に到達する事は出来ない。あなたは尊敬の念をもって、以下に指摘する内容に対応しなければならない。

三相

ある比丘は、修行の開始において、諸行法をば、無常と観照する。しかし、聖道は、ただ無常を観照したからといって、生起または出現することはない。というのも、苦と無我も観照しなければならないからである。

故に、彼は、それらを苦、無我として、観照する。このように観照する時、観智は、彼が、それらを無常として観照している時に聖道と連結する；ゆえに彼は、「先に無常を観照した後、それが無常から生起した（＋人）」と呼ばれる。もし、その観智が、彼が苦または無我を観照している時に、聖道と連結したならば、彼は「無常を観照した後、それが苦または無我から生起した（＋人）」と呼ばれる。「先に苦及び無我を観照した後」の生起についても、同じように理解しなければならない。このような事から、比丘は、行法と言われる、内と外の五蘊の両者の無常・苦・無我を順序良く観照しなければならない。

彼が諸行法の内に、捨に到達した時、その観智は頂点に達し、かつ、（聖道の）生起を誘発する。その時、彼は、諸行法の無我を観照する事に、重きを置く。これが空であり、無我（anatta）である。私はここで、《大空経》に戻る事にする。この経から、あなた方は、上述の法話の意味内容を、理解することができるはずである。

内空と外空

「然後、他向内観照空。当他向内観照空時、其心不能向内入住於空、不能獲得信心、穏定与勝解。如是、他如此覚知：『当我向内観照空時、我的心不能向内入住於空、不能

獲得信心、穏定与勝解。』如此他対該（過程）擁有完全的明覚。他向外観照空・・・他向内外観照空・・・他観照不動・・・当他観照不動（anañja）時、其心不能入住於不動、不能獲得信心、穏定与勝解。如是、他如此覚知：『当我観照不動時、我的心不能入住於不動、不能獲得信心、穏定与勝解。』如此他対該（過程）擁有完全的明覚。」

不動（anañja）とは何か？

この単語は、空無辺処等の四無色禅を指している。彼はその中の一つの不動無色禅を観照し、決意する：「私は双方解脱者（ubhato-bhāga-vimutto）になろう」、すなわち、八定のすべてと、阿羅漢果の両方を証した人の事である。彼が四無色定を証した時、彼はすでに色界から解脱している。彼がある一つの不動無色禅を無常・苦・無我として観照する時に、もし阿羅漢果を証したならば、彼は一切の名法から解脱した、と言える。

故に、この種の人を名と色の双方解脱者と呼ぶ。しかしながら、この経の中においては、彼は未だこのようには（＋修行が）成功していないので、仏陀は、以下のような方法を教示した。

基礎禅

「当時、該比丘応如之前一般再向内穏固其心、令之寧静、専一及専注於該相同的定之相。」

「如之前一般再向内穏固其心、令之寧静、専一及専注於該相同的定之相。」とは、観禅の基礎となるジャーナの事を指している。これは、自分自身の、未だ十分には慣れ親しんでいない基礎禅から出定した後、彼（修行者）は、心を内に向けて空を観照するが、しかし、その心は空に入り留まることができない、という事を言っている。

その時、彼は心で思う：「他人の五蘊の相続流を観察したら、どうだろうか？」それで、彼は心を外に向けて空を観照するが、その心はまたもや、空に入り留まる事ができない。その時、彼は心で思う：「一時、自分自身の五蘊の相続流を観じて、次に他人の五蘊の相続流を観ずると、どうなるだろうか？」こうして、彼は心を外に向けたり内に向けたりして、空を観照しようとするが、その心は、やはり、空に入り留まる事ができない。双方解脱者になりたい（＋彼は）、又心でこう思う：「不動を観ずれば、どうなるだろうか？」故に彼は心を不動に向けて観照したが、その心は、なおも空に入り留まることができなかった。

このような状況の下では、彼は自分の努力を放棄するわけにはいかない（＋のである）。彼は禅修を放棄して、群体や社群を楽しんではならないし、在家信者と一緒に、

社群を楽しんではならない（＋のである）。彼は、同一の基礎禅を不断に繰り返し修習し、徹底的にその基礎禅を修習しなければならない。

それは、仏陀が「如之前一般再向内穏固其心、令之寧静、専一及専注於該相同的定之相。」等々と言った通り、それは、例えば、樵の持っている斧が鋭くなく、効力がない時、斧を研磨して鋭くすれば、木を切り倒せるが如く、不断に同一の基礎禅を繰り返し修習すれば、心がその業処に対して、有効になるのと同じである。これらの教えに基づけば、もし、あなたの基礎禅が安般第四禅であるならば、あなたは、不断に、何度も、当該のジャーナに入らなければならない（＋のである）。

何故か？定のある比丘は、諸法を如実に知見できるからである。故に、あなたは、修行の始まりの時に育成した基礎禅を主に修習し、不断にそれを修習するべきだ。その後でなら、あなたは、観禅の修習に転換してもかまわない。引き続き《大空経》を解説するので、よく聞くように。

「比丘如此安住時、若其心傾向於行走、他即行走、心想：『当我如此走著時、没有貪婪及憂愁不善悪法会困擾我。』如是、他対該（過程）擁有完全的明覚。比丘如此安住時、若其心傾向於站立、他即站立・・・若其心傾向於坐、他即坐・・・若其心傾向於躺臥、他即躺臥・・・心想：『当我如此躺臥時、没有貪婪及憂愁不善悪法会困擾我。』如是、他対該（過程）擁有完全的明覚。」

如此安住とは何か？

彼（＋修行者）は、このように、止と観において、安住する。如是、他対該（過程）擁有完全的明覚：かくの如くに、彼は歩いている時、その業処を成就する時、彼はすでに、覚知する事を通して、自己の業処を成就しており、かつ、完全な明覚を擁している。ここにおいて、彼は何ほどかの時間歩いた後、彼は「私はこんなに長く歩くことができる」と覚知し、立ち止るべき時だと思ったなら立ち止る。その場合、姿勢を変える時の（＋動作の）順序への知覚を中断してはならない；どの段階においても、このように（覚知）する事。ここにおいて、彼（＋修行者）が、一つの姿勢毎に空に進入し、かつ安住しているのだ、と言う。

引き続き、仏陀は説明する：

「比丘如此安住時、若其心傾向於説話、他下定決心不説這些話。它們是什麼呢？這些話低劣、可厭、粗俗、卑鄙、無益、及不能導向厭離、離欲、滅尽、寂静、上等智、菩提、与涅槃：這些話是談王、盗賊、大臣、軍隊、危難、戦争、食物、飲品、衣服、床、花飾、香水、親戚、車乗、村子、城鎮、都市、国家、女人、英雄、街道、井、死人、瑣

砕事、世界的起源、海的起源、事情是否是如此。這些話我都不説。」如是、他対這些擁有完全的明覚。

「談王」とは以下のように、諸王の事を話題にすることである：「大選出王（Mahāsammata）、曼達度王（Mandhātu）、無憂法王は、これこれの勢力を有している」等々。
盗賊等についても同じである。上記について、「どこそこの皇帝は、非常に英俊である」等々（＋の話題）は「世俗語」であり、八聖道と涅槃に対立する「獣語」である。もし、「どこそこの、非常に勢力のある人もまた、壊滅からは逃れられない」と言うなら、それは禅の修習の範囲に入る。

盗賊に関しては、もし、初天（Mūladeva）又は大憂（Megamāla）が非常に勢力があるとか、または「おお、なんという英雄であることか！」というように、彼らの事を話題にするなら、それはすなわち、世俗語であり、上記と同じ獣語である。しかし、「彼らでさえも、壊滅から逃れることはできない」と言うならば、それは禅の修習に合致する。

戦争についての談話は、もし、欲楽を満足させるために「Bharata の戦いで、誰々はこのように殺された、誰々はこのように負傷した」と言うなら、それはすなわち、獣語である。しかし、もし「彼らでさえも、壊滅から逃げる事ができない」と言うのであれば、それは禅の修習に合致する。

次に、もし、欲楽を満足させるために、食物等について「我々はそれらを咀嚼する、食べる、飲む、用いるが、見たところこのようである、臭いはこのようである、味はこのようである、触覚はこのようである」と語るならば、これらの言論は不適当である。しかし、若し「以前、我々が諸大徳に供養したのは、このような食物、飲み物、布、ベッド、花飾り及び香水であった：
我々はこのように仏塔を供養した」などと有意義な話をするならば、それは適切な言論である。

親戚等について、もし、楽欲を満足させるために、「我々の親戚は勇敢で、有能だ」または「以前、我々はこのような乗り物に乗って、あちらこちら遊びに行った」と言うのであれば、不適切である。しかし、（＋話す言葉に）意義があるように（＋配慮して）、「それらの親戚でさえも死んでしまった」または「以前、我々はこのようなサンダルをサンガに供養した」のように、言うべきである。村については、もし、某村が住みやすいか、住みにくいかとか、または、托鉢しやすいとか、しにくいとか、または、欲楽を満足させるために「どこそこの村の住民は勇敢で、有能だ」と言うなら不適切である。

しかし、（＋話す言葉に）意義があるように（＋配慮して）、「彼らは（仏法に対して）確信がある」または「彼らはすでに壊滅して死亡した」と言うのなら、適切である。

もし、欲楽を満足させるために、女性の外面、姿態等について論じるなら、それは不適切である。「彼女たちは（仏法に対して）確信がある」または「彼女たちはすでに壊滅した」と言うのなら、適切である。もし、欲楽を満足させるために、英雄について「難陀友という名の戦士は英雄である」と語るなら不適切である。
「彼には（＋仏法に対して）確信がある」または「彼はすでに壊滅した」というのなら、適切である。

もし、欲楽を満足させるために、街角の住民について「どこそこの街の住民はあいそがよい、勇敢で有能だ」と論じるなら、それは不適切である。「彼らには（仏法に対して）確信がある」または「彼らはすでに壊滅した」という時、それは適切である。

＜談井＞とは、水汲み場の事か、または水汲み女について談ずるものである。もし、欲楽を満足させるために「彼女は美人だ、踊りも歌もうまい」と論ずるなら不適切である。「彼女には（仏法に対して）確信がある」等と言う時、それは適切である。　＜談死人＞は、すでに亡くなった親戚の話をする事。この定義の中には、生きている親戚も含む。＜談瑣砕事＞は、上述の色々な例に含まない、まったく意味のない会話。＜談世界的起源＞とは、「世間論者」、詭弁家の言論、及び「世界は誰が造ったのか？それは誰それが造ったのだ」、「烏は白い、というのも、烏の骨は白いから」または「鶴は赤い。というのも、その血は赤いから」などの会話。ここで言う、世間論者とは、宇宙に関して憶測するのが好きな哲学者の事。

＜談海的起源＞とは、何らの意義もなく、以下のように海の起源について論じる事：「どうして、海は海（samudda）と言うのか？それは海洋神（sāgara）が掘って作ったから；彼は手形でもって海に印（mudda）をなした為、『海は私によって掘られたのだ』、ゆえに海は海（samudda）という」などという話をする事。

＜談事情是否是如此＞は、ある種の、全く意義のない原因を持ち出して、未来は存在するか、または未来は存在しないか、と論ずる事。ここで言う「存在」または「有」は永恒を意味し、「不存在」または「無有」は、壊滅を意味する：「存在」は増長、発展で、「不存在」は減損、破滅である；「存在」は欲楽で、「不存在」は自己への自虐的苦行を指す。この六種類の＜談事情是否是如此＞　の言論を加えて、「獣語」は合計で 32 種類ある。

これらの獣語は、止観が未だ熟していないか、または脆弱な禅修行者にとっては、非常に危険なものである。それは、禅修行者をして、雑念に絡め捕られるようにさせるからである。故に、あなたは「禅の修行の期間中、私は絶対にこのような話をしない」と決意しなければならない。仏陀がこの 32 種類の獣語に触れるのは、七つの適当法（＝適切な方法）の説明をしたいためである。それは、もし、比丘の止観が未熟でまた脆弱である時、それらを保護する為、七種類の適当法が必要になってくるからである。

1）住居（適切な、禅修行に向く住居）
2）去処（托鉢に出向くのに適切な村、町）
3）言論（10 種類の適切な言論）
4）人（善友または良き師）
5）適切な食物
6）適切な気候
7）適切な姿勢。

経の中で、仏陀は引き続き、下記のように語った。

「反之、他下定決心：『我当説与消除貪欲有関、有助於解脱心、能導向厭離、離欲、滅尽、寂静、上等智、菩提与涅槃的言語、即那是：

1、小欲論（appiccha-kathā）
2、知足論（santuṭṭhi-kathā）
3、離群隠居論（paviveka-kathā）
4、遠離社群論（asaṁsagga-kathā）
5、精進事論（vīriyārambha-kathā）
6、持戒論（sīla-kathā）
7、定論（samādhi-kathā）
8、慧論（Paññā-kathā）
9、解脱論（vimutti-kathā）
10、解脱智見論（vimuttiñāṇadassana-kathā）：

如是、他対這些擁有完全的明覚。

比丘如此安住時、若其心傾向於思考、他下定決心：『這些思惟低劣、可厭、粗俗、卑鄙、無益、及不能導向厭離、離欲、滅尽、寂静、上等智、菩提与涅槃；這些思惟是欲貪思惟（kāmavitakka）、瞋恚思惟（byāpāda-vitakka）与傷害思惟（vihiṁsavitakka）。這些思惟我都不想。』如是、他対這些擁有完全的明覚。反之、他下定決心：『聖潔及能導向解脱、能帯領依它們実行者趣向完全滅苦的出離思惟（nekkhamma-vitakka）、無恨思惟（abyāpāda-vitakka）与無害思惟（avihiṁsavitakka）：這些思惟我当想。』如是、他対這些擁有完全的明覚。」

出離思惟～出離思惟とは何か？

１、出家して、サマーネラか、または比丘になりたいという思いは、出離思惟である。というのも、それは世俗の生活から離脱する道であるから。

２、初禅：もし、比丘が初禅を証することができたなら、その初禅は、出離思惟と言う。というのも、それは、欲界を離脱する道であるから。

３、涅槃：もし、比丘が涅槃を証したなら、その証悟はもまた出離思惟と呼ばれる。というのも、この証悟は、彼をして生死輪廻を離脱させるから。

４、観智：一切の観智は、暫定的に煩悩を断ずる事ができる。

比丘が諸行法の無常・苦・無我の三相を観照している時、暫定的にではあるが、彼は、煩悩を断ずる事ができる。

５、一切善法：一切の善なる法は、不善法を断ずる事ができる。もし、比丘が系統的に（＋順序良く）戒・定・智慧の三学を修習して、五根が成熟した時、彼は、涅槃を証悟する事ができる。

この三学は、善なる法を生じさせることができるし、また、善なる法を保護する事もできる。比丘は、上述の五種類の思惟を育成して、出離思惟を完成させるべきである。特に、彼が止禅または観禅の修習をしている時、当該の出離思惟は、その心の中に存在するものである。安般似相等の止禅の目標である尋、及び観禅の目標である名・色とその因である尋もまた、出離思惟と言う。故に、あなたが将に、止禅または観禅を修習している時、当該の出離思惟は、常に、あなたの心の中にあるのである。

無恨思惟

もし、比丘が、ある人またはすべての有情に、ジャーナに入るまで、慈愛を散布しつづける事ができるなら、その慈心はすなわち、最高の無恨思惟である。慈心とは、一切の有情に、幸福と楽しさをもたらすよう、希望するものであるから、それは、瞋恚と怨恨の心を取り除く事ができる。

無害思惟

もし比丘が、ある人、またはすべての有情に、ジャーナに入るまで、悲心を散布しつづける事ができるなら、その悲心はすなわち、最高の無害思惟である。悲心とは、衆生が苦難を受けていると知った時、発動する憐憫の心である。それは、他人の苦しみを抜き取り、残忍と対立するものである。もし比丘が、今世で涅槃を証悟したいと思うならば、彼は、以下のような思惟を行わねばならない。それは、定の修習で、例えば、安般念の修習に、専心しなければならない。あなたは、五蘊及びそれらの因である三相を観照しなければならない；瞋恚と怨恨及び害意が生じた時、一切の衆生に、慈愛と憐憫を、散布するべきである。

三聖道へ向かう道

《大空経》の中で、仏陀は以下のように言う：
「阿難、有此五欲之弦。是那五個？眼所識知的顔色、是所望、所欲、可喜、可愛、与欲楽有関及能誘発貪欲。耳所識知的香・・・耳所識知的声・・・、舌所識知的味・・・身所識知的触、是所望、所欲、可喜、可愛、与欲楽有関及能誘発貪欲。這些是五欲之弦。」

これまでにおいて、仏陀は、すでに須陀洹道と斯陀含道に至る修行方法について語っているが、ここでは、阿那含道を証悟したい人に必要な観智、それでもって欲欲の断除に到達する事、すなわち、欲楽への貪欲を断除する事について述べている。

経の中に於いて、仏陀は語る：「於此、比丘応当時常如此省察自心：『我的心是否有在某些時候対五欲之弦感到動揺？』若如此省察時、他覚知：『我的心的確有時候会対五欲之弦感到動揺。』因此、他明了：『我還未断除追及五欲之弦的貪欲。』如是、他対該事擁有完全的明覚。但若在省察之下、他覚知：『我的心不会在任何時候対五欲之弦感到動揺。』因此、他明了：『我已断除了追求五欲之弦的貪欲。』如是、他対該事擁有完全的明覚。」

ここにおいて「他対該事擁有完全的明覚」とは、已に覚知を通して成就した業処によって獲得した明覚である。それは、彼が『私は五欲の弦を追及する貪欲を断じたであろうか』というが如くに省察して、もし、彼が、それらを未だ断じていないと覚知する時、彼は即刻精進努力し、阿那含道を通して、それらを断ずるのである。このように、彼は、聖道に従った後に生起する聖果から出定し、省察した後、彼はそれらを断じたと覚知する。この時、彼は、当該の事柄に対して完全なる明覚を擁する、という。

上記の事柄は、どのようにして判断するのか？あなたは、名法、色法及びそれらの因を識別しなければならない。その後に、前述したように、それらの無常・苦・無我の相を照見し、又進んで、それらを無常・苦・無我として、何度も観照しなければならない；これが観禅である。

あなたは、同じ方法によって、過去と未来（の行法）を観照しなければならない。あなたは、一時は過去を観照し、一時は未来を観照し、一時は現在を観照し、一時は内部を観照し、一時は外を観照しなければならない。（＋このようにして）五根が成熟する時、あなたは、阿那含道果を証悟する事ができる。

阿羅漢道へ向かう道

経の中で、仏陀は、阿羅漢道へ向かう道について開示した：「阿難、有此五取蘊、比丘応当如此観照它們的生滅；如是色（iti　rūpaṁ）、如是色之生起（iti　rūpassa　samudayo）、如是色之滅尽（iti　rūpassa　atthaṅgamo）;如是受、如是受之生起、如是受之滅尽、：如是想、如是想之生起、如是想之滅尽；如是行、如是行之生起、如是行之滅尽；如是識、如是識之生起、如是識之滅尽。」

上記の経文は、阿羅漢道を証悟したい時に、有していなければならない観智を指摘している。それは、「我あり」という我慢（＝慢心）、すなわち、色法または受等々に基づいて、「我あり」と言う、潜在的な意念を断ずることである。須陀洹道と阿羅漢道に向かう道の間の行道には、特別違いがある訳ではない。須陀洹道であっても、阿羅漢道であっても、それを証悟したいのであれば、人々は、必ず上記の五蘊について、観照しなければならない。しかし、須陀洹は、ただ部分的に五蘊を理解し、阿羅漢は、徹底的に五蘊について理解している。故に、五蘊を観照する時、明覚は非常に重要である。阿羅漢道を証悟するには、明覚は必要条件である。

如是色（とは何か？）；色法は 28 種類ある。比丘はそれらの一つ毎の特徴、作用、生起と近因を識別しなければならない。

如是色之生起（とは何か？）；生起には二種類ある。その内の一つは、「縁生」で、もう一つは「刹那生」である。

比丘が、諸蘊が、無明、愛、取、行、業などの生起を因として、生起する事を知見する時、それは縁生を知見しているのである。彼が生相及び変易相によって、諸蘊の生起を知見する時、それはすなわち、刹那生である。

如是色之滅尽（とは何か？）；比丘が、諸蘊が、無明、愛、取、行、業などが滅尽するのを因として、滅尽するのを知見する時、それはすなわち、縁生の知見である。彼が生相及び変易相によって、諸蘊の刹那滅尽を知見する時、それはすなわち、刹那滅の知見である。このように、無明等の滅尽とは、それらの完全なる滅尽を指している。

これはどのような時に発生するのか？比丘が阿羅漢道を証悟する時、一切の煩悩は、完全に滅尽する。無明などを含む一切の煩悩が完全に滅尽した後において、彼が涅槃を証入する時、一切の蘊もまた滅尽する。諸蘊の生滅を観照する時、比丘はこの二種類の生滅を知見するようチャレンジする必要がある。

あなたは、次の事に注意しなければならない。もしあなたが止観の修習をしている時に、未だ凡夫であれば、阿羅漢道を証悟するのは未来において、という事になる。あなたは、一切の煩悩が（未来において）阿羅漢道を証悟する時に完全に滅尽し、また、般涅槃を証入する時は、一切の蘊もすべて滅尽する事を、観照しなければならない。

現在果（vipāka）を引き起こす業は、過去世において、無明、愛、取に取り巻かれて造られた業である。現在業は、今世の結生識及びその他の果報心を生じさせる事は出来ない。故に、もしあなたが、諸蘊の縁が、無明等が生起することによって生起する事を観照したいと思うならば、あなたは過去世において、無明等に取り巻かれて造られた業を見る必要がある。そして、当該の業を見るためには、あなたは、名色法を過去世にまで（＋遡って）、識別しなければならない。

では、引き続き《大空経》に耳を傾けてみよう。

【訳者コメント：上記文中の中国語＜我慢＞は、＜高慢心＞と訳したかったのですが、あえて＜慢心＞としました。実は、仏教では、卑下心もまた＜我あり＞という意識から来るので、否定すべきものだと言います。その事を踏まえて、高慢心と卑下慢心の両方を表すのに、＜慢心＞を使いました。】

善と善より生じる

「当他安住於観照五取蘊的生滅時、以五取蘊為根基、会覚得『是我』的我慢已自他心中断除。如是、該比丘覚知:『会覚得是我的我慢已自我心中断除。』
如是、他対該事擁有完全的明覚。這些法的根基是絶対善的；它們聖潔、出世間、以及是邪悪者無法接触的。」

上述の文は、以前に已に開示した所の、止・観、道及び果の諸法について述べたものである。これらの法は、善より生まれる（kusalāyatika）。というのも、善法は、それ自体で善法であるし、また同時に、善法の中から生まれ出るものであるから。それはすなわち、初禅は善であり、第二禅は、善であると同時に、善なる法より生じ、両者に渉るものである・・・

無所有処は善であり、非想非非想処は、すなわち、善自身であり、かつ、善から生じたものである事によって、両者に渉るものである。非想非非想処は善であり、須陀洹道は、善自身であると同時に、善より生じた事によって、両者に渉るものである・・・

阿那含道は、善自身であり、阿羅漢道は、善自身であると同時に、善より生じた事によって、両者に渉るものである（＋事を意味する）。

同様にして、初禅は善であり、それに相応する名法は善であり、かつそれは善から生まれる為、（＋善自身と善から生まるという事において）二者（＝二種類の善）に渉っている。もし比丘が、第二禅を証したいのであれば、彼は必ず初禅の五自在（すなわち、自在に入禅し、禅に安住し、＜＋自在に＞出定する事等）を修習しなければならない。彼は、必ず、初禅を基礎にして、初めて第二禅を修習する事ができる。もし、初禅を基礎にしないのならば、彼は第二禅を証する事はできない。故に、第二禅は善自身であり、かつ善より生じるという事に於いて、二者に渉るものである。第三禅なども同様である。

（なぜ）聖潔（というのか？）：これらのジャーナ法は、煩悩が無く、かつ清浄であるから。出世間：ジャーナ法には、世間禅と出世間禅の二種類があるが、ここで言っているのは出世間禅である。というのも、それらは世間を超越しており、かつ清浄なる法であるから。但し、それらが已に生死輪廻を離脱した、という事はない。

（上記で述べた）邪悪者無法接触:魔王がそれらに接触する事ができない事を言う。というのも、魔王は、八定に安住する比丘の禅心を見る事が出来ず、ジャーナが何を目標として生起するのかを、見る事ができないから。ジャーナをば、観禅を修習する時の基礎にするならば、魔王にとっては、それらを見る事は困難である。また、彼にとっては、如何なる相を目標としてジャーナが生起しているのかを知るのも難しい。これが（＋仏陀が）「無法接触」と語る理由である。

社群の利点

その後、仏陀は経の中で以下のように語る：「阿難、你認為怎様？弟子是見到了什麽益処、以致即使被叫離開、他還是尋求与導師相処？」

何故、仏陀はこのように言うのか？彼がこのように言うのは、社群には一定の利点があるという事を指摘したいからである。もし、比丘が涅槃を証悟したいと思うならば、彼は必ず、涅槃に向かう道を示せる導師を探し、訪ねなければならない。彼は導師の指示を心して聞く必要があり、その後、畏敬の念を持って、指示に従って修行をしなければならない。

その時、経の中で、阿難は答える：「世尊、我們的教法是源自世尊、由世尊所引導、以世尊為依処。若世尊解釈這此話的意義、那会很好。自世尊之処聴来之後、諸比丘必将之謹記於心。」

仏陀は言う：「阿難、弟子不応（只是）為了経、偈及論而与導師相処。為何？阿難、長久以来、你已聴了許多教示、謹記它們、口誦它們、以心探討它們、以見徹知它們。但、為了与消除貪欲有関（教示）、有助於解脱心、能導向完全厭離、離欲、滅尽生死輪廻、滅除煩悩、上等智、菩提与涅槃的言語、即：小欲論、知足論、離群隠居論、遠離社群論、精進事論、持戒論、定論、慧論、解脱論、解脱智見論、如是、即使被叫離開、弟子還是応当尋求与導師相処。」

仏陀は、《増支経》の中で、以下のように語っている：「諸比丘、受到良好教育的聖弟子捨棄不善、培育善、捨棄応受指責的、培育無可責的、守護自己的清浄。」

ここにおいて、已に良好な教育を受けている人がいて、多聞の人であり、仏陀によって、前述の五種類の武器を持つ戦士、と比喩される人であっても、しかし、彼が（＋法を）聞いた後で、経典に基づいて実際に修行しないのであれば、彼はその武器を持たない（+ことになる）。故に、仏陀は「阿難、弟子は、経、偈及び論の為に導師と共にいる、という事はあってはならない」云々と言い、ただそれらの目的だけで導師と共にいる事は、間違いである事を指摘している。

ここにおいて、心にどのような目的を懐いて導師を探し、共にいるべきかという問題に関して、彼は言う：「ただ、貪欲を断じ消し去る事に関係する言論の為」云々。このように、この経の中で三か所、小欲論、知足論等の十種類の言論がなされた。適切であるか、適切でないかは「我当説諸如此類的言論」の中でそれらを指摘している：耳で聞いて経典の学習をする事に関しては、「経、偈及び論」の部分でそれらの事柄を指摘している。ここでは、それらは、成就すべき事柄として述べている。

ここにおいて、独居する比丘の中で、経典の意味・真意を理解する事ができない者がいるため、たとえ（＋社群から）離れなさいと言われても、彼らはやはり、導師を求め、導師と共にいる事を選ぶ。ここにおいて、仏陀は、独居する比丘の欠点を指摘したのである。しかし、導師と共にいても、良くない事は起こりえる。

独居の患

故に仏陀は経の中で、再び言う：「阿難、即是如此、導師的堕落（ācariyūpaddava）可能発生、弟子的堕落（antevāsūpaddava）可能発生、梵行者的堕落（brahmacārūpaddava）可能発生。」

パーリ語　upaddava「堕落」は、「災難」とも「禍害」とも訳する事ができる。仏陀がこのような事を語ったのは、人々が独居の正確な目的を成就していない時、独居にも過患、問題がある、という事である。ここで言われている導師とは、仏教以外の導師の事である。

導師の堕落

続けて、仏陀は語る：「而導師的堕落又如何発生？於此、某導師去到寂静処：森林、樹下、山岳、山谷、山腰、山洞、墳場、山林、空地、草堆。当他如此離群而住時、城鎮及郷村裏的婆羅門和居士們前来拝訪他。結果他乖離了正道、充満了貪欲、向渇愛屈服而回到奢侈（的生活）。即是説、這導師已受到導師的堕落所毀。他已被造成汚染、導至再生、帯来麻煩、帯来苦果、導向未来生、老、死的不善悪法所撃倒。這即是導師的堕落如何発生。」

導師の堕落は、己の心の中に発生する煩悩によって造られる。これらの不善悪法によって打ち倒され、引き起こされたその他の堕落もまた、同じである。それらは彼を殺す。これは、彼の徳行が已に死んだ事をいい、身体の死亡を言っているのでは、ない。

弟子の堕落

「而弟子的堕落又如何発生？於此、該導師的弟子、模倣導師隠居、去到寂静処：森林・・・草堆。当他如此離群而住時、城鎮及郷村裏的婆羅門和居士們前来拝訪他。結果他乖離了正道、充満了貪欲、向渇愛屈服而回到奢侈（的生活）。即是説、這弟子已受到弟子的堕落所毀。他已被造成汚染、導至再生、帯来麻煩、帯来苦果、導向未来生、老、死的不善悪法所撃倒。這即是弟子的堕落如何発生。」

梵行者の堕落

「而梵行者的堕落又如何発生？於此、世間上出現了一位如来、阿羅漢、正等正覚者、明行足、善逝、世間知、無上師、天人師、仏陀、世尊。他去到寂静処：森林・・・草堆。当他如此離群而住時、城鎮及郷村的婆羅門和居士們前来拝訪他。但他並没有乖離正道、没有貪欲、或向渇愛屈服、或回到奢侈（的生活）。但該導師的弟子、模倣導師的隠居、去到寂静処：森林・・・草堆。

当他如此離群而住時、城鎮及郷村的婆羅門和居士們前来拝訪他、結果、他乖離了正道、充満了貪欲、向渇愛屈服而回到奢侈（的生活）。即是説、這梵行者已受到梵行者的堕落所毀。他已被造成汚染、導致再生、帯来麻煩、導向未来生、老、死的不善悪法所撃倒。這即是梵行者的堕落如何発生。在此、阿難、梵行者的堕落比導師或弟子的堕落有更加痛苦的悪果、更加難受的果報、甚至会導致堕入悪道。」

どうしてこのように言うのか

仏陀の教えの外で出家した場合、それは小さな利益しかもたらさない。何か特別大きな品徳を育成する事は出来ず、ただ八定と如意通を基礎とした五世間神通があるだけである。このように、人が外道において堕落する時、それは世間的な成功から堕落するだけである。そのため、彼は取り立てて大きな苦痛に見舞われる事はなく、それはまるで、人が驢馬の背中から落ちて、身体が埃まみれになっただけの様である。

しかし、仏陀の教えの中で出家すれば、極めて大きな利益を得る事ができる。その中の特別に大きな品徳は、四道であり、四果と涅槃である。故に（＋例えば）、ある一人の、父母が共に出身が高貴である所の王子が大象の背中に乗って、町を通り抜けようとしていた時、大象の背中から滑り落ちたならば、それは大きな苦痛である。

このように、仏陀の教えから堕落した者は、まるで大象の背中から落ちたのと同じように、極めて大きな苦痛を味わう事になる。彼がこの教えから堕落する時、彼は、上に述べた如くの、証悟して、得られるかも知れなかった九つの出世間品徳（lokuttara-guṇa）を得る機会を失うわけである。故に、梵行者の堕落は、（＋外道の）導師又は弟子の堕落より更に苦痛が増す所の悪果、非常につらい果報を受ける事になるばかりではなく、悪道に落ちる事さえあるのである。

何故か

資具及び資具を供養する施主に執着する事は不善法であり、もし、今生の最後の速行心がこれらの不善法であった場合、それらは（＋堕落者をして）四悪道の中の一つに落ち込むように仕向けるからである。

友好と怨恨

その後、仏陀は続けて言う：

「因此、阿難、応友善地対待我、不応怨恨。這会帯給你長久的幸福与快楽。弟子又如何怨恨地対待導師、而不友善？於此、阿難、該導師慈悲及為其弟子們著想、基於悲心教他們正法、

説道：『這是為了你的幸福、這是為了你的快楽。』但其弟子們並不想聴或用心理解、他們乖離了仏陀的教化。這即是弟子如何怨恨地対待弟子、而不友善。」

もし弟子が、故意に突吉羅罪（悪作罪、dukkata-āpatti）又は悪語罪（dubbāsita-āpatti）を犯したならば、彼はすなわち、仏陀の教えから乖離したのである。ただ、上述のような戒を犯さない弟子だけが、「没有乖離了仏陀的教化」なのである。

故に、仏陀はもう一つ、別の弟子についても解説した：
「弟子又如何友善地対待導師、而不是怨恨？於此、阿難、該導師慈悲及為其弟子們著想、基於悲心教他們正法、説道：『這是為了你的幸福、這是為了你的快楽。』其弟子們細心怜聴、用心理解、他們没有乖離了仏陀的教化。這即是弟子如何友善地対待弟子、而不是怨恨。因此、阿難、応友善地対待我、不応怨恨。這会帯給你長久的幸福与快楽。我不応有如瓦匠対待湿瓦壺般対待你。阿難、為了制御你、我当向你説。阿難、為了訓戒你、我当向你説。堅固者当能経得起考験。」

意義

私は、陶芸家が、未だ焼かれていないが故に、乾いていない、湿気た壺に対するが如くに、あなたに対応する事は、しない。陶芸家は、未だ焼かれていないが故に、乾いていない湿気た壺を、優しく手に持つ。というのも、彼は、この壺が壊れるのが怖いから。そうであるから、私は、陶芸家が、未だ焼かれていないが故に、乾いていない湿気た壺に対するような態度で、あなたに対応しない（軟弱にあなたを見守り、あなたの心が傷つくのを恐れる態度で対応しない）。私はあなたを、一度指導しただけで黙ってしまうなどという事はせず、絶え間なく訓戒して、あなたを指導する。

私はあなたの欠点を点検する。それはまるで、陶芸家がすでに焼きあがった壺を、亀裂のあるものや、欠陥のあるものを脇にどけて、（＋残りのものを）不断に叩いて、良いものだけを取り置くようなものである：このように、私は不断の試練を与えてあなたを指導する。あなたがたの中で、すでに道果に到達した堅固者は、この試練に耐える事ができる。ここにおいて、仏陀の言う堅固とは、出世間の品徳の事である。というのも、その徳は不滅であるから。また、註疏では、世間的品徳もまた、堅固の象徴である、と言う。

仏陀如是説已、阿難尊者対世尊之言感到満意且歓喜。
《大空経》（＋の解説）はこれで終わる。

結論として：私は、あなた方聴衆もまた、仏陀に対して友好的であるべきで、怨恨の心を持ってはならない、と提案する。そのことは、あなた方に長くて久しい幸福と楽しさをもたらすであろうから。

一切の衆生が、健康で楽しくあるように、祈願します。

Ⅱ．除妄念経（Vitakkasaṇṭhāna　Sutta　除尋経）

前言

今夜、私は皆さんと《中部経　MajjhimaNikāya》の中の経、《除妄念経》又は《除尋経　Viyakkasaṇṭhāna　Sutta》と呼ばれる経について、検討したいと思う。

「如是我聞、一時、仏陀住在舎衛城（Sāvatthi）、祇樹給孤独園 Jeta's　Grove, Anāthapiṇḍika's　park）。仏陀称呼比丘們説：『諸比丘。』比丘們回答説：『世尊。』仏陀説：「諸比丘、当比丘致力於開展増上心時、有時候、他必須注意五種法。是那五種法呢？」

上述のこの経文の中に於いて、「我」とは、阿難尊者の事である。仏陀が涅槃に入って後、500 人の阿羅漢が王舎城（Rājagaha）で第一次三蔵聖典の集結を行った時、阿難尊者がパーリ経典の暗誦を行ったのである。

いわゆる「比丘致力於開展増上心」とは何か？十善業道（dasa-kusala-kamma-patha）に関連する心は、ただ＜善心である＞としか言えない。これらの善心より更に殊勝なる心は、観禅の基礎となる所の八定の心であり、この殊勝な心こそが、増上心である。観智に相応する心が増上心である、と言う人もいる。「比丘致力於開展増上心」の意味は：比丘は増上心の育成に努める事を言う。「五種法」とは、五種類の実際の修行の方法、又は合理的な方法の事である。「有時候」とは、ある種の状況の下で、という意味である。

この事に関して、禅修行者は、時々刻々修行の法門に専注しなければならない、一時も専注を忘れてはならないのではないか？どうして、仏陀はここにおいて、「有時候（ある種の状況の下で」と言うのか？（＋という疑問が生じる）。

経典の中で、禅定を修行する方法は、38 種類にまとめられている。比丘は、自分の好みで、その中から一つを選び出し、座禅・瞑想して修行を開始する。もし、彼の心に如何なる煩悩も生起していないのであれば、彼はこの五種類の法を思惟する必要はない：一たび煩悩が生起したならば、比丘はこの五種類の法によって、煩悩を追い払う必要がある。故に、仏陀は「有時候」と言う言い方で、この事を指摘したのである。

一、その他の対象への作意

経の中で、仏陀は引き続き開示して、言う：「諸比丘、当比丘注意（作意）某種対象時、由於該対象的縁故、比丘心中生起与貪、瞋、痴相関的邪悪念頭。這時、他応当注意与善法相関的其他対象。当他将注意力転移到与善法相関的其他対象時、他就能払除心中的一切貪、瞋、痴悪念、使悪念止息下去。

由於払除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。就好像善巧的木匠或木匠的徒弟、能用細的木釘将粗的木釘打掉、移除、取出。同様地、当比丘注意（作意）与善法相関的其他対象時、他的心就能向内穏定、平静、専注、一心。」

上述の経に対する、註疏の解釈は以下の通り：「与貪相関」とは貪欲と相応する事。我々は貪、瞋、痴と相関する三種類の妄念の起源（khetta 田）及び対象について必ず理解を得なければならない。

貪と相関する妄念の起源は、貪欲に相応するは八種類の心。

瞋と相関する妄念の起源は、瞋恚・怨恨に相応する二種類の心。

痴と相関する妄念の起源は、十二種類のすべての不善心。

この三種類の妄念はすべて、有情の衆生及び無生命物を対象としている。というのも、これらの妄念の生起は、有情の衆生と無生命物が好きであるか、または嫌いであるかによって造り出されているからである。偏見は、無知の下で、世間的な方式で物事を判断し、不如理作意（迷いと惑いの注意力）によって対象に執着する事を通して（＋生起する）。

「不如理作意によって対象に執着する」とはどういう事か？もし（＋あなたが）男性がいる、女性がいる、金・銀などなどが実在していると思うのであれば、それは不如理作意である。どうしてか？

勝義諦（paramattha-dhamma 究極真実法）から言えば、名と色だけがあり、男性、女性、金、銀などなどはないのである。故に、もし男性、女性、金、銀などなどに注意が向くならば、それは無知の下で、世間的な方式で物事を判断している、不如理作意である。

「他応当注意与善法相関的其他対象」とは：彼（＝修行者）はずっとそのまま、悪念を引き起こす対象に注意を払い続けてはならず、当該の対象以外の、善法と関連する対象に注意を向けなければならない、という事である。ここにおける、「其他対象」というこの言葉についての理解は、以下の通りである；心の中に有情の衆生に対する貪念が生起した時、不浄観（asubha-bhāvana）はまさに「其他対象」となる。心の中に無生物に対する貪念が生起した時、無常を理解するのが「其他対象」である。

もし、有情の衆生に対する貪愛が、以下のような想い「この人の手はなんて美しいのだろう！」「この人の足は本当に美しい！」と共に生起するならば、修行者は、不浄観の方式によって、以下のように思惟しなければならない：あなたは何に対して貪愛しているのか？

あなたは彼の髪の毛に貪愛する？それとも彼の体毛？それとも爪、歯、皮膚・・・それとも尿？我々の身体は、300 個の骨によって組み立てられており、それを 900 本の神経が取り巻いている。その上に 900 個の筋肉を張りつけ、湿った皮膚で完全に包みこみ、表皮の色彩で色付けし、身体上の 9 個の穴と、9 万 9 千個の毛穴は、常に汚れた体液を流している。

身体とは、一塊の骨の組み合わせであり、臭くて汚れていて、下賤で、嫌悪すべきものであり、総じて、32 個の部分の組み合わせで出来ている。身体には実質はなく、殊勝な部分もない。このように身体の不浄の本質を思惟するなばらば、有情の衆生に対する貪愛は取り除く事ができる。故に、ここで言う「其他対象」とは、身体の不浄観をもって、貪愛を引き起こす対象について思惟する事である。

不浄観は、二種類に分ける事ができる：止禅の不浄観と観禅の不浄観である。止禅の不浄観はまた、生命体の不浄観と無生物の不浄観に分ける事ができる。生命体の不浄観は、己の身体の 32 の部分と、（＋己の）外部にいる他人の身体の 32 の部分を観照し、それらがすべて不浄であり、嫌悪すべきものである事を観察する。こうする事によって、有情の衆生に対する貪愛を取り除くことができるのである。

無生物の不浄観は、死体の不浄を観察する。先に、外部にある死体の不浄が厭わしい事を観察し、定力が深くなって、禅支が明確に確認できるようになった時点で、自己の内部を観察し、以下のように省察する：自分もいつかは死ぬ。死ねば、外部にあるこの死体と同じようになる、と。定力が深まると、自分の死体を見る事ができる。このように内部、外部の死体の不浄を観察することができるならば　その後、自分が貪愛する有情衆生の、死体を観察することができ、そうなれば、有情衆生に対する貪愛を断つことができる。

観禅の不浄観は、究極の色法を分析した後、これらの色法はすべて、不浄で厭うべき色彩、音、臭いなどと関連している事、又、身体の中には、各種の虫が充満している事、身体は虫の便所、虫の病院、虫の墓場である事を省察する。このように（＋自己の）内部と外部の不浄を観察するならば、有情の衆生への貪愛を断ずる事ができる。

心の中に無生物

たとえば鉢、袈裟などに対する貪念が生じた時、二種類の方法によって、無生物に対する執着を思惟し、それによって禅修行者は、貪念を駆逐する。この二種類の思惟とは、主宰者はいない、という思惟と、無常の思惟である。《念処経 Satipaṭṭhāna　Sutta》の註疏の中で、覚支の説明をしている部分に、この二種類の思惟に関しての解説が出てくる。「この鉢は、徐々に退色し、古くなり、亀裂が入り、穴が開き、最後には割れるか、又は、何かにぶつかって粉々になるだろう。

この袈裟は退色するし、破れるし、後には雑巾になるし、最後には捨て去るしかないものである。もし、これらの品々に主宰者がいるならば、主宰者は、それらが決して破壊されないようにする。このように、品物には主宰者がいない、という思惟をしなければならない。また、これらの品々は、長く持ち続ける事は出来ず、短時間で破壊が起こると考え、無常の思惟を起こすこと。」このように、貪念を引き起こす対象に対して、無常の思惟を起こすのは、ここでいう「其他対象」に相当する。

心の中に、有情の衆生に対して瞋念が起こる時、慈心観（mettā-bhāvanā）が「其他対象」である。心の中に無生物に対する瞋念が起こる時、四大分別観が「其他対象」である。心の中に有情の衆生に対して瞋恚と怨恨が生じる時、《降伏瞋恨経》、《鋸子譬喩経》などの開示に基づいて、慈心観を修行するべきである。修行者が慈心観を修行する時、瞋恚と怨恨は跡形もなくなくなる。故に、瞋念を引き起こす対象からみて、慈心観は「其他対象」である。

《増支部　Aṅguttara　Nikāya》の中の《降伏瞋恨経》に、以下のような開示がある：「比丘たちよ、ここに五種類の、瞋恚と怨恨を調伏する方法がある。比丘の心に瞋恚と怨恨が生起した時、彼は必ずこの五種類の方法によって、徹底的に瞋恚と怨恨を調伏しなければならない。

その方法とは何か？心の中に瞋恚と怨恨が生起した時、彼は慈心観を修行しなければならない・・・悲心感を・・・捨心観を・・・自分が、瞋恚と怨恨を引き起こす対象に対して、正念を保持しなかった事を省察し、かつ反省しなければならない・・・一人一人は、自己の造りし業報をうけなければならない事を思惟しなければならない・・

彼はこのようにして瞋恚と怨恨を調伏する。これが、瞋恚と怨恨を調伏する五種類の方法である。

比丘の心の中に、瞋恚と怨恨が生起する度に、彼は必ずや、徹底的に、瞋恚と怨恨を調伏しなければならない。」次に、もし比丘が、切株、棘、草又は葉っぱに腹を立てる時、彼は自己に問うてみなければならない：

あなたは何に怒っているのか？

あなたは地大に腹を立てているのか？

それとも水大に腹を立てているのか？

又は自己に問うてみる：誰が腹を立てているのか？

地大が腹を立てているのか？

水大が腹を立てているのか？

地、水、火、風の四大を思惟する時、無生物に対する瞋恚と怨恨は跡形もなく消失する。故に、瞋恚と怨恨の念を引き起こす対象から言えば、思惟の対象である四大は、「其他対象」である。心の中に有情の衆生や無生物に対して愚痴（＝愚かさと無知）なる念が生じた時、仏法に相応する五項目の依止は、「其他対象」である。

五項目の依止とは：

１、導師の指導に基づいて生活し、振る舞う。

２、仏法を学ぶ。

３、仏法の真意を学ぶ。

４、適切な時に仏法を聞く。

５、何が因で、何が因でないかを、考える。

上記の五つの項目に依り、または五つの巧みな方法を運用すれば、愚痴（＝愚かさと無知）を除く事ができる。

比丘は、下記のような方法を運用して、愚痴（＝愚かさと無知）を断つこともできる。比丘が仏法を学ぶ時、このような思惟を通して、自己を高める：「導師は、学習するべき時間に学習に来ない人、（＋お経を）しっかり称えない人、全く称えない人を、処罰する。」

道徳的に高徳である、比丘を訪ねて行って彼らに質問する：「尊者、この法の道理は何ですか？この法の意味は何ですか？」

このようにすれば、疑惑を取り除く事ができる。多くの人が仏法を聞きに来ている所へ行き、細心の注意を払って仏法を聞くようにすれば、徐々に、多くの経文の含意を理解する事ができる。

彼は徐々に、何が因で、何が因でないかを、識別する事ができるようになる。彼は「これはこういう現象の因で、あれはこういう現象の因ではない」と識別できるようになる。例えば：彼は眼根、色塵、光と作意は、眼識が生起する原因であり、耳識が生起する原因ではない（＋などという事が分かるようになる）。次に、38 種類の中の、何か一つの任意の法門を修行する人は、当然、悪念を取り除くことができる。貪、瞋、痴の相克者、天敵――五種類の法または五種類の実践方法――によって貪、瞋、痴を断つとき、貪、瞋、痴は徹底的に取り除く事ができる。

それはまるで、たいまつ、土、木の枝を利用して火を叩くようで、当然、火を消すことができる。しかし、もしも、火の相克者――水――を使って火を消すなら、火をば、徹底的に消す事ができる。同様の道理で、この経の初めに触れた五種類の法によって貪、瞋、痴を取り除こうとする時、それは徹底的に断ずる事ができる。

経文の中で言われている「就像善巧的木匠或木匠的徒弟、能用細的木釘将細的木釘打掉、移除、取出。」について、細い釘とは、木材の芯で造った釘で、それは大工が板の中から取り出したいと思っている、木の釘より更に細い。太い釘とは、心木板や檀香木の板の中に嵌っている、一本の不調和な釘の事である。

比丘は、増上心を成長させることに尽力しなければならない。彼の心は、あの心木板のようである：邪悪な念は、その中の不調和な太い釘のようである：そして、不浄観などの修行の対象に対する如理作意は、あの細い木釘のようである；不浄観などの、その他の対象を思惟する事によって、悪念を取り除く事ができることは、細い木釘を利用して、太い木釘を取り除くのと同じである。上記は、註疏の解釈である。

難陀尊者の物語

次に、私は、難陀尊者（Venerable　Nanda）の物語を通して、細い木釘を用いて、太い木釘を取り除く方法について、解説したいと思う。難陀尊者は出家した後、梵行の生活が好きになれなかった。というのも、彼の妻である国美王妃（queen Janapadakaiyāṇī）の囁き声が、ずっと彼の耳元で響いていたから：「愛するお人、早く私の所へ帰ってきて。」

仏陀は、難陀尊者の苦悩を知っていたので、彼の煩悶と絶望を直ちに解決するために、彼に言った：「来なさい、難陀。我々は天界に行って見よう。」

難陀は答えて曰く：「世尊、神通力のある人しか天界に行くことができません。私がどうして行けましょうか？」

仏陀:「あなたは天界に行きたいという願を立てさえすれば、すぐ行くことができるし、天界の風景も見る事ができます」

仏陀の目的は、巧みな方便によって、難陀尊者の心の中の、貪欲によって生起した激烈な痛苦を和らげることであった。そこで、仏陀は、難陀尊者の手を握って、神通力によって、忉利天まで連れて行った。天界に向かう道すがら、仏陀は難陀尊者に一匹の老いた雌猿を見せた。この雌猿は、火に焼かれた農場の、黒こげになった切株の上に座っていて、彼女の鼻、耳、尻尾は焼かれてボロボロになっていた。忉利天に来ると、仏陀は難陀尊者に帝釈天王に仕えている天女たちを見せたが、彼女たちの桃色をした足は、鳩の足の色のようであった。

仏陀は訊ねる：「難陀、あなたは、鳩の足と同じ桃色の足をした 500 人の天女を見ましたか？」
「見ました、世尊」
「今、私が訊ねる事に、正直に答えて下さい。あなたはどう思いますか？
ここの天女たちの方が美しくて、感動しますか？それともあなたの、以前の妻である国美王妃の方が、美くしくて、感動しますか？」
「世尊、この天女たちと比べて、国美王妃は、我々が道で見かけた年老いた雌猿のようで、彼女は女性とは言えないくらいです。彼女は、これらの殊勝な天女たちと並び比べる事ができません。これらの天女たちは、彼女より美しく、感動的です。」
「難陀、比丘の責任をしっかりと果たして、仏陀の教えの中で（＋梵行の生活を）楽しみなさい。もし、あなたがそうすることができたならば、私は、あなたが将来、この様な天女を 500 人、擁する事ができるよう保証します。」
「世尊、世尊が私にこれらの、桃色の足を持つ可愛い天女を擁する事を保証してくれるならば、私は世尊に従い、仏陀の教えの中で、楽しく生活したいと思います。」

その後、仏陀は彼を連れて祇園精舎に帰ってきた。難陀尊者は祇園精舎に帰って後、天女を手に入れるために、非常に努力して、比丘の責任を果たした。その時、仏陀は、比丘たちに、難陀尊者が修行している場所の近くへ行って、「ある比丘が、天女を擁する事について、仏陀の保証を得たので、比丘の責任を果たす事に努力している。」と言うようにと、頼んだ。

比丘たちは「はい、そうします、世尊」と言い、彼らは難陀尊者の所へ行って、彼の耳の届く所で、以下のように言った。
「難陀尊者は天女を擁するために、比丘の責任を果たすよう努力している。聴くところによると、仏陀はすでに保証したそうだ。鳩のような桃色の足を持つ 500 人の天女は、難陀尊者の努力の賞品という訳だ。」
「おお、難陀尊者は、利益一点張りの比丘だ！」
「おお、難陀尊者は高貴な買主だ！」

難陀尊者は、自分の名前の上に「利益一点張り」「高貴な買主」という、手厳しい綽名を付けられて、非常に不安で焦燥感を覚えた。「ああ、私は大きな間違いを犯してしまった、私は比丘の身分にふさわしくない！六根の門を守らない為に、兄弟弟子の嘲笑の的になってしまった。私は厳格に、自分の根門を守らなければならない。」

この時から、難陀尊者は、自分が見ているすべての事物に対して、正念と明覚を保つよう訓練した。彼は、東、西、南、北、上、下、横、またはその他の方向を見る時、いかなる貪、瞋等の悪念が、彼が見たものを原因として生起しないようにした。彼は根門において、非常に厳格に自己を規制した為に、暫くして、比丘の最終的な責任を遂行した——阿羅漢果を証悟したのである。この物語の中で、天女の誘惑は、細い木釘のようであり、それは、難陀尊者の、以前の妻に対する執着——太い木釘——を取り除いた。

なぜか？彼の前妻は、彼がかつて擁した事のある欲楽の対象であり、この種の欲楽を対象とする執着は粗いものであり、また非常に抜きがたいものである。それに反して、天女たちは、これまで彼が擁した事のない欲楽の対象であり、彼女たちは、ただ彼の想像上の、未来において、擁する事の出来るようになる対象である。この種の欲楽の対象となる執着は、先ほど述べたものより、なお微細なものである。また、兄弟弟子である比丘たちの軽視は、細い木釘に相当しており、それは、難陀尊者の天女に対する執着——太い木釘——を取り除くことができた。

なぜか？天女に対する執着は、彼の前妻への執着より更に微細であるが、しかし、兄弟弟子である比丘たちの軽視に比べると、なお粗いからである。このように、仏陀は、逐一、先に微細な執着をもって、彼の粗い執着を取り除き、その後に、（＋人々の）軽視をもって、彼の微細な執着を取り除いたのである。

二、悪念のもたらす危険を思惟する

《除妄念経》の中で、仏陀はまた以下のように言った：

「当他注意与善法相関的其他対象時、如果貪、瞋、痴的邪悪念頭乃然在他的心中生起、他応当思惟這些悪念所帯来的危険：『這些念頭是邪悪不善的、是応該指摘的、它們会導至痛苦的果報。』

当他思惟這些悪念所帯来的危険時、他就能摒除心中的一切貪、瞋、痴悪念、使悪念止息下去。

由於撕除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。就好像喜歓打扮的青春少男或少女、如果有人把蛇的死体、狗的死体、或人的死体掛在他的脖子上、他会感到恐怖、

恥辱、嫌悪；同様地、当比丘思惟這些悪念所帯来的危険時・・・他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。」

上記の経文について、註疏は、以下のように解説している：
誰かの家に恨みを持つ人が、死体を持ってきて、ある人の首にかけた時、掛けられた人は非常に驚く。同様に、もし修行者が、色々な方法を用いて、これらの悪念は責められるべきものであり、痛苦の源であると、理知的に思惟する事ができたならば、彼は心の中の悪念を取り除く事ができる。

これらの悪念は、責められるべきものであり、痛苦の源でもある：というのも、それらは不如理作意を通して生起するものであり、如理作意と対立するものであり、それらは世俗の貪欲という病によって不健全となり、それらは智者の非難する所であり、それらは厭わしいものであり、それらは苦しみの結果をもたらすものであり、それらの本質において、何らの楽しさをももたらすものではないから、である。

しかしながら、自分自身で如理に思惟する事ができない人は、自分の導師に会いに行き、導師に対して、自分が修行上で会っている困惑について、報告しなければならない。または、自分の戒師、徳行のある兄弟弟子、サンガの中の長老に応援を求めなければならない。というのも、多くの比丘が集まる集会においては、必ず多聞の比丘がいて、困惑している比丘に対して：「あなたはこのように、悪念の禍を理解しなければならない。」と解説してくれるし、また、彼は身体に対する貪愛を取り除く件に関する談話をする事を通して、困惑を覚えている比丘の悪念を制止する事ができるからである。以上が、註疏における解釈である。

チャンナ尊者の物語

ここで、私はチャンナ尊者（Channa　Thera）の話をしたい：
仏陀が大般涅槃に入った後、サンガは、仏陀の指示に従って、チャンナ尊者に対して梵罰（brahmadaṇḍa）を実施した。梵罰を受けた後、チャンナ尊者は修行に精進し、名法と色法を照見できるようになった。言い換えれば、五蘊を照見できるようになったのである。彼は観智を以て、各蘊毎の無常・苦・無我の本質を明晰に理解することができた。

彼が五蘊の無常と無我の本質を照見する時、彼は思った：「おお、一切はみな、無常であり、無我である、しかし、これらの無我なる法は、疑いなく善業と悪業を造作している。それならば、誰がこの善業・悪業の果報を受けるのだろうか？これらの善業・悪業の果報を受ける人は、いないのではないか？」このように、彼は断見と常見を取り除くことができなかった。

「善業と悪業の報は誰が受けるのか？」この考え方は常見である。「一切が無常であるならば、善業と悪業の報を受ける人はいない」この考え方は断見である。こうして、チャンナ尊者はアーナンダ尊者に会いに行き、自分が陥っている困惑について述べた。アーナンダ尊者は、《迦梅延経　Kaccanagotta　Sutta》を教えたが、この経は、縁起の修行方法について、徹底的に述べたものである。この経を聞いた後、チャンナ尊者は種々の邪見を取り除くことができた。故に、自分で如理作意ができない人は、自己の導師に助けを求め、導師に向かって自己の修行上の困惑を報告するべきである。賢明な導師は、煩悩を取り除く方法を教えてくれる。

三、悪念を忘れる

経の中で、仏陀は引き続き下記のように言う：
「思惟這些悪念所帯来的危険之後、如果貪、瞋、痴的邪悪念頭乃然在心中生起、他応当努力忘掉這些念頭、不応継続注意它們。当他努力忘掉這些念頭、不再注意它們時、他就能够摒除心中的一切貪、瞋、痴悪念、使悪念止息下去。
由於摒除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。就好像一個視力正常的人、当他不想看見進入他視力範囲内的事物時、他可以閉上眼睛、或看向其他地方；同様地、当比丘努力忘掉這些念頭、不再注意它們時、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。」

「応当努力忘掉這些念頭、不応継続注意它們」というこの言葉について、註疏は以下のように、解説している：（＋邪念を）思い返してはならない。これらの邪悪な考えを思ってはいけない。（＋その為に）その他の事柄に従事する事。人が、ある種の事柄を見たくないと思った時、彼は目を閉じる；同様の理屈で、比丘がある種の禅の法門を繰り返し修行する時に、邪悪な考えが心中に生起した場合、彼は他の事柄で（＋心を）忙しくするべきだ。

このようにすれば、彼は、心の中の邪悪な考えを取り除くことができる。邪悪な考えを取り除いたなら、彼は、戻ってきて座禅・瞑想し、自分がやり通すと決めた法門を引き続き修行し、当該の法門の予備相に、専注しなければならない。それでも万一、悪念を取り除くことができないならば、以前覚えた仏法の解説文を高らかに称える。万一、このようにその他の事柄に埋没しても、悪念を未だ取り除くことができないとき、もし、彼の鞄の中に仏陀と仏陀の功徳について書いた小冊子があるならば、彼はそれを取り出して読むのが良い。このようにして、心を（悪念以外の）その他の事柄に忙しく埋没させるのである。

万一、それでも悪念を取り除くことができないならば、彼は、火をつけるための一対の木とか、そのようなものを、袋から取り出す。そして、注意力をこれらの方へ向けて、言う「これは上に置く木、これは下に置く木」などなど。こうして心を（悪念以外の）その他の事柄に、忙しくさせる。万一、それでも悪,念を取り除くことができないならば、彼は、色々な道具が入った容器を出してきて、以下のように、それらの日常用品を注視する「これは錐、これは鋏、これは爪切り、これは針。」こうして心を（悪念以外の）その他の事柄に忙しくさせる。

万一、それでも悪念を取り除くことができないならば、彼は、穴の開いた袈裟を繕う事を通して、自己を忙しくさせる。悪念が除去されていない限り、色々な技巧を必要とする各種の仕事に従事して、自分を忙しくさせるのが良い。一たび悪念が取り除かれたなら、彼は、再び座禅・瞑想を開始し、自己の禅の法門を、修行しなければならない。しかし、彼は、建築の仕事をしてはならない。

なぜか？それは、一たび建築の仕事を始めたならば、たとえ心の中の悪念が取り除かれたとしても、禅修行者は、修行をする時間が無くなってしまうからである。しかし、古代では、智者が建築の仕事を通して、悪念を取り除いた話は、確かに存在している。

ティッササマーネンの物語

下記は、建築の仕事に関する物語である：以前、一人のサマーネン（＝沙弥）がいた。名をティッサ（Tissa）という。彼の戒師は、スリランカ東部のティッサ市の大寺院（Tissamahāvihāra）にいた。

ある日、ティッササマーネンは、彼の戒師に報告した：「尊者、私は梵行の修行が好きではありません。」
戒師は、サマーネンの心の傾向と、どのような修行が彼に合うかを理解したので、サマーネンに言った：「このお寺は、シャワーに使う水が足りない。私をチッタラ山に連れていけ。」サマーネンは言われた通りにした。
チッタラ山に着くと、戒師は言った「寺院はサンガ全体で使うものだ。サンガの品物を使う責任は重い。私専用の住まいを建ててくれ。」
サマーネンは答えた：「承知しました、尊者」。

こうして、戒師はサマーネンに、同時に三種類の仕事をするように言いつけた。

一、《相応部》の経典を学ぶ事。

二、山の中の洞穴を綺麗に片付ける事。

三、火遍処の修行を開始する事。

《相応部》の経典を学び終え、洞穴の整理も完成し、かつ火遍処もジャーナに到達できるようになった時、彼は、戒師に任務の完成を報告した。
戒師「サマーネン、あの洞穴は、君が苦労して片付けたものだ。今日、君が先に、一晩そこで休みなさい。」
その日の夜、サマーネンはその洞穴で過ごした。洞穴は涼しくて修行するに都合よく、サマーネンは観禅の修行をし、阿羅漢果を証悟し、かつ、その場で般涅槃に入った。人々は、彼の遺体を火葬にした後、彼の遺骨舎利を供養するために、塔を建築した。それから今日に至るまで、人々はこの塔を「ティッサ長老塔」と呼んでいる。

四、悪念の源を取り除く作意

《除妄念経》において、仏陀は続けて言う：
「当他努力忘掉那些念頭、不再注意它們時、如果貪、瞋、痴乃然在他的心中生起、他応当注意去除這些悪念的来源。当他注意去除這些悪念的来源時、他就能够摒除心中的一切貪、瞋、痴悪念、使悪念止息下去。由於摒除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。就好像一個快速行走的人、他心裏想：『我為什麼要走這麼快呢？
何不慢々走呢？』於是他慢々地走。然後他又想：『我為什麼要慢々的走呢？何不停下来站著呢？』於是他停下来站著。

然後他又想：『我為什麼要站著呢？何不坐下来？』於是他坐了下来。然後他又想：『我為什麼要坐著呢？何不躺下来？』於是他躺了下来。如此、他逐漸地用比較細的姿勢来取代比較粗的姿勢。同様地、塔比丘注意去除這些悪念的来源時、他就能够摒除心中的一切貪、瞋、痴悪念、使悪念止息下去。由於摒除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。」

上述の経文について、註疏では以下のような解釈がある：
禅の修行者は、以下のように悪念の源、及び源の源について、思惟しなければならない。「この悪念の原因は何か？その助縁は何か？どのような理由で、それは生起したのか？」彼は引き続き調査する。「何を理由または原因として、私はこのように速く歩いているのだろうか？」「このように速く歩いて、私にどのような利益があるのだろうか？私はゆっくり歩こうではないか」などなど。「一個快速行走的人」とは、比丘が邪念の思いに嵌りこんでいる事を比喩している。「慢々地走」とは邪悪な思いを切断した事を比喩している。

「停下来站著」とは、邪悪な思いを切断した後、比丘の心が禅の修行の法門に安住する事を比喩している。「坐下来」は、観禅の修行を通して、阿羅漢果を証悟する事を比喩している。「躺下来」は、彼が果定に入って一日を過ごした事を比喩している。果定は、涅槃を対象にして生起するものである。

禅の修行者が邪念の源、及び源の源を探す時、彼は以下のように調査する：「邪悪な思いは、どのような原因を具備し、何が助縁になって生起しているのか？」この時、彼の心中の悪念は、弱くなる。邪念が最も弱くなるまで減少すると、悪念は完全に瓦解する。

ダッダバ本生経の物語

《ダッダバ本生経　Daddabha　Jātaka》の啓示を通して、我々は、前述（No.66、67）の意味を、理解する事ができる。ある日、森林の中で、一羽のウサギが北路瓦樹の下で寝ていた。一粒の北路瓦の実が熟して、枝から分かれて落ちてきて、ウサギの耳元の地面に落ちて、大きな音を立てた。ウサギは驚き夢から覚めて、心の中で思った「世界が壊滅する！」ウサギは慌てふためいて逃げた。その他の野獣は、ウサギが逃げ出すのを見て、彼らも飛ぶように逃げた。

その時、我々の菩薩は一頭の獅子に生まれていたが、彼は思った
「世界は、ただ大劫の末端において壊滅する：劫の初めと劫の終わりの間に世界が壊滅する事はない。私は、順序良く消息の源の、またその源を調査して、真相を明かにしよう。」
獅子は、個別に一匹づつ動物を訪ね歩き、まずは大象に聞いてみた。ウサギの所へ来た時、彼は訊ねた
「ウサギさん、あなたは世界が壊滅するのを、確かに見たのですか？」
ウサギ「はい、そうです。大王様」
獅子「来なさい、（+その場所へ）一緒に行こう」
ウサギ「怖くて行けません」
獅子「行きましょう。怖くはありません。」

獅子は優しい言葉と毅然とした言葉を交互に使い分けて、ウサギを連れて現場へと向かった。北路瓦樹の近くへ来た時、ウサギは歩みを止め、木を指さして言った。
「神のご加護を！私がさっき寝ていたあの場所で、大地が大きな地響きの音を立てたのです。私には、大地がどうしてあのような大きな音を立てたのか分かりません。」
菩薩はウサギに言った「君はここで待っていなさい。」

そして獅子は木の下まで歩いて行った。さっきまでウサギが寝ていた場所に行くと、地面に北路瓦の果実があるのが見え、目を上げると、枝に果実の柄が残っているのが見えた。そして、獅子は結論した「ウサギがここで寝ている時、北路瓦の実が彼の耳元に落ち、その音を聞いて、彼は世界が壊滅する、と思ったのだ。」と。

そして、獅子はウサギの所へ行って、自分の発見が事実と合致しているかどうか、ウサギに色々訊ねた。ウサギは答えた
「まさにその通りです、大王様。」
ウサギは獅子の結論が正しい事を保証した。そして獅子は、下記のような偈を述べた。
「果実の落ちる音を聞き、ウサギは飛び跳ねた。ウサギの言う事を聞いて信じた獣たちは、命からがら逃げた。」
そして、獅子は野獣たちを安心させるように言った
「怖がらなくてもよい。」
このように、禅修行者は、一段また一段と（＋問題の）源の、そのまた源を調査する事によって、心の中の悪念を取り除くことができる。これが註疏の解釈である。

五、決心でもって悪心を撃退する

《除妄念経》の中で、仏陀はまた以下のように言う：「当他注意去除悪念的来源時、如果心中乃然生起貪・瞋・痴的邪悪念頭、他応当咬緊牙関、舌頭抵住上顎、以決心来撃敗、強迫、摧毀悪心。当他咬緊牙関、舌頭抵住上顎、以決心来撃敗、強迫、摧毀悪心時、他能摒除心中的一切貪・瞋・痴悪念、使悪念止息下去。由於摒除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。就好像強者能捉住弱者的頭或肩膀、如此来撃敗他、強迫他、摧毀他；同様地、当比丘咬緊牙関、舌頭抵住上顎、以決心来撃敗、強迫、摧毀悪心時、他就能摒除心中的一切貪・瞋・痴悪念、使悪念止息下去。由於摒除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。」

上述の経文において、注疏は以下のように解説している：
身体が頑健な人が、自分より弱くて小さい者の頭または身体を捕まえれば、弱小者をコントロール、降伏、撃退でき、弱小者を疲労させ、衰弱させ、弱らせる事ができる。同様に、比丘は、邪悪な思いと戦い、それらに打ち勝ち、それらを止めなければならない。彼は悪念に対して言う「私は誰か？お前は一体何者か？」

彼は、勇猛果敢な精進心を発揮し、そして言う「身体の血と肉が枯れ果てて、皮と腱、骨しか残らなくても、私は悪念に勝利しなければならない。」
仏陀は壮健なる者の比喩を出して、上述の意義を指摘したのである。

結論

経の中で、仏陀はまた言う：

「諸比丘、当比丘注意某種対象時、由於該対象的縁故、比丘心中生起貪・瞋・痴相関的邪悪念頭。這時、当他将注意力転移到与善法相関的其他対象時、他就能摒除心中的一切貪・瞋・痴悪念、使悪念止息下去。由於摒除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。

当他思惟這此悪念所帯来的危険時・・・当他努力忘掉這此悪念、不再注意它們時・・・当他注意去除這此悪念的来源時・・・当他咬緊牙関、舌頭抵住上顎、以決心撃敗、強迫、摧毀悪心時、他就能摒除心中的一切貪・瞋・痴悪念、使悪念止息下去。由於摒除了悪念、他的心得以向内穏定、平静、専注、一心。這時、該比丘就可以称得上是念頭的主人、他能使自己想要的念頭生起、使不想要的念頭不生起。他已経断除了貪愛、擺脱了枷鎖、並且透過徹底地洞察我慢、他解脱了一切痛苦。世尊如此開示後、諸比丘対世尊的教導歓喜信受。」

註疏では、上述の文章を、結論の部分である、としている。ちょうど弓術を教える先生のように、外国から来た王子に五種類の武器の使い方を教え、その後に、王子を激励して言う「国に帰って、自国の統治権を掌握しなさい！」と。
彼は王子に、五種類の武器の運用の仕方を教え、そして言う「もし、強盗が路上であなたに襲いかかったならば、弓矢を使いなさい。もし、弓矢が無効であるとき、長い矛や宝剣を使いなさい。そうすれば、その後で、強盗から逃げ出すことができます。」

王子は言われた通りに実行し、自分の母国へ帰り、統治権を得、国を治める事の幸せの報を得た。同様に、仏陀は比丘に五種類の（＋修行の）方法を教え、比丘が聖人の果位を証悟できるよう、増上心を育成するのを、激励した。増上心を育成する事に努力する比丘は、禅の修行において、もし、悪念を引き起こす対象が心の中に出現したならば、その他の対象に注意を向ける、という教法に従って、彼は悪念を止める事ができるし、かつ観禅の修行の後では、聖果を証悟することもできる。もし、この方法では証悟することが出来ないとしても、悪念がもたらす危険を思惟せよという教法によって、聖果を証悟することができる。

もし、この方法では証悟できないとしても、悪念を忘れ、悪念に注意を向けないという教法によって、聖果を証悟することができる。もし、この方法では証悟することが

できないとしても、悪念の源を追跡調査するという教法によって、聖果を証悟することができる。もし、この方法では証悟することができないとしても、強力に（＋自己の心を）制御するという教法によって、悪念を止め、観禅を修行することによって、聖果を証悟することができる。

「該比丘就可以称得上是念頭的主人」という語句について、註疏は以下のように解説している。比丘就可以称得上とは、想いの転回する過程をコントロールすることに巧みな人、想いの転回する過程をコントロールする事に精通している人の事を、言う。以前、彼は、自己がそうあって欲しいと思う想いを生起させ、そうあって欲しくない想いは生起させない、という事ができなかった。しかし今、彼は、自己の想いをコントロールする事に熟練したので、（＋自己の心の動き、即ち、）起心動念の主となる事ができるようになった。

この事を「他能使自己想要的念頭生起、使不想要的念頭不生起」と言う。ここにおいて、彼は一切の貪愛を断じ、除いたのである。上記のことから、心の中に如何なる邪悪な想いが生起しようとも、あなたはこの経が教える五種類の方法によって、悪念を取り除かなければならない（＋ことが知れる）。このようにすれば、あなたは、悪業をなす事を避け、純粋に善業のみ実践することができ、かつ、あなたの禅の修行は、日増しに成功を収めることができる。

Ⅲ．大菩提乗（一）　（Mahābodhiyāna）

上座部仏教に基づくと、菩提または悟り（＝覚悟・覚醒）には三種類がある：
一、正等正覚または三藐三菩提（sammāsambodhi）：
二、辟支菩提（paccekabodhi）：
三、弟子菩提または声聞菩提（sāvakabodhi）。

弟子菩提はまた三種類に分ける事ができる：
1、上首弟子菩提（aggasāvakabodhi）、これはシャーリプトラ尊者とモッガラーナ尊者の菩提。
2、大弟子菩提（mahāsāvakabodhi）、これは例えばマハーカッシャバ尊者とアーナンダ尊者の菩提。
3、普通弟子菩提（pakatisāvakabodhi）。

仏陀の時代には、シャーリプトラ尊者とモッガラーナ尊者を含め、合計で 80 人の大弟子がいた。現代では、上首弟子も大弟子も存在せず、ただ普通弟子がいるだけである。解脱したいと望む者は、自己の願望に従って、己の目標が達せられるよう、三種類の菩提の証悟に至るどれか一つ（＋の修行方法）を修行する。今夜私は皆さんに、波羅蜜を蓄積するテクニックを磨き、そのレベルを高めて、大菩薩乗の修行に勤めたいと思う人に説かれた、諸々の波羅蜜について説明したいと思う。もし、波羅蜜について詳しく研究したいというのであれば、以下の 16 の項目について、検討しなければならない。

一、波羅蜜とは何か？
二、なぜそれらを波羅蜜と呼ぶのか？
三、波羅蜜はいくつあるのか？
四、その順序とは？
五、何がそれらの特徴、作用、現起（＝現象）及び近因か？
六、それらの条件とは何か？
七、それらを汚す要素とは何か？
八、それらを浄化する要素とは何か？
九、それらと対立する要素と何か？
十、それらは如何にして修習するのか？
十一、それらは如何にして分析するのか？
十二、それらは如何にして組成するのか？
十三、それらを成就するための方法は？
十四、それらを成就するために必要な時間は？

十五、それらはどのような利益をもたらすか？
十六、それらの果とは何か？

波羅蜜とは何か？

波羅蜜とは大悲心と、方法善巧智（＝方法において善く考えられた、巧みな智慧、方便）に相応し、かつ、渇愛、我慢（我ありと言う尊大な心）と邪見に汚染されていない、高尚な素質の事を言う。例えば、布施、持戒などなどである。

なぜそれらを波羅蜜と呼ぶのか？

偉大なる諸菩薩は至上である。というのも、彼らは、布施、持戒、禅定、智慧などなどの部分において、彼らの素質が卓越しているが故に、諸々の有情の中で、最も優れた超越者であるからである。彼らは無比なる清浄戒を擁し、定力は深くて強く、智慧は高くて広い。彼らの、あの禅定を基礎とする智慧は、諸法を如実に、徹底的に知る事ができる。彼らは、智慧の光でもって、過去と未来を照見する。彼らは、この世界も、その他の世界も、照見することができる。

これらの波羅蜜によって、（最後には）彼らは涅槃を証悟して仏陀になり、生死輪廻を離脱する。彼らは、涅槃へ向かう八聖道を教え導く。菩薩とは、これらの波羅蜜を成就し、かつ保護する人である。そして、波羅蜜とは、これら至上者の高尚なる資質のことである。故に、あなが方が菩薩であるならば、あなた方は、至上者に属する高尚なる素質を成就しなければならない。

波羅蜜はいくつあるのか？

ある時、シャーリプトラ尊者は仏陀に聞いた：「世尊、仏陀になるための方法はいくつありますか？」
仏陀答えて曰く：「シャーリプトラ、仏陀になるための方法は 10 ある。
どの 10 か？シャーリプトラ、布施（dāna）は仏陀になるための法である。持戒（sīla）、出離（nekkhamma）、智慧（paññā）、精進（vīriya）、忍辱（khanti）、真実（sacca）、決意（adhiṭṭāna）、慈（mettā）と捨（upekkhā）は、仏陀になるための法である。」

それらの順序とは？

ここで「順序」と言っているのは、教え導く順序の事である。この順序は、波羅蜜を実践し始める順序の事でもあり、また、それらの順序を省察する事とも関連している。通常は、先に省察した後、実践の素質（＝内実）によって、何を教える（＋かを決定す

る）。一般的には、一つの波羅蜜が、次の波羅蜜の基礎となる場合、それは更なる大きな果報と利益をもたらす。それは例えば、戒行を備えた布施は、非常に大きな福報がある、等々、である。以下に述べるのは、もう一つの別の、波羅蜜の順序を理解する方法の、簡略な説明である。

最初に挙げられるのは布施である：

一、それは一切の有情が共有する（素質）であるから。というのも、最も普通の人も布施は出来るから。

二、その福報は最も小さいから。

三、（他の波羅蜜と比べて）それは最も実践し易いから。

その後には、持戒が挙げられる：

一、持戒は、布施する者とされる者の双方を浄化するから。

二、布施は、他人を利益する事を示すことができ、持戒は他人を傷つける事を防止する事ができる。

三、富と財を得る因（布施）を示した後、未来において、善趣に生まれる事の出来る因（持戒）を獲得した事を示す事ができる。業報の法則に基づけば、布施は富と財を齎すことができ、持戒は善趣、すなわち、天界または人間界に生まれるべく、導き到るようにする事ができる。持戒が清浄な者の布施は、その願望を円満成就する事ができる。

持戒の次は、出離を挙げている：

一、出離は、持戒の成就を円満するから；

二、善なる身・口の行為を教えた後、次には即刻、善なる意行を教えるから；

三、持戒清浄者は、軽々と禅の修行を成就し、ジャーナを証するから；

四、身・口の違反を捨離する事を述べた後に、意の困惑を捨離する事をいうため；

「出離」とは決して、ただ、外部の物質から離れる事をいうのではなく、内心の煩悩を捨離する事が含まれる。

仏教では、煩悩を三つの層に分類している。

一、潜在的煩悩（anusaya-kilesa）、すなわち、名相の相続流（心流）の中に潜在する煩悩。

二、困惑性煩悩（pariyuṭṭhāna-kilesa）、すなわち、心の中に浮かぶ煩悩。

三、違反性煩悩（vītikkama-kilesa）、すなわち、すでに不善なる身的行為または言語的行為を、造作してしまっている煩悩。

持戒は、違反性煩悩を制止する事ができ、それが身体上及び言語上の行いに表現されないようにすることができる。止禅は、困惑性の煩悩を鎮伏して、それが心の中に現

れないようにすることができる、特にジャーナ又は安止定の段階においては。智慧または観智は、潜在的な煩悩を根絶やしにすることができる。

出離の後には、智慧を挙げている：

一、智慧は出離を円満成就し、かつ浄化する事ができるから；

二、禅定がなければ、智慧はありえないという事を示すため。

というのも、禅定は智慧の近因で、智慧とはすなわち、禅定の現起（＝成果、現象）であるから。

三、他人を利益するための方法善巧智は、他人の福利のために修習した禅定である事を示すため。

智慧の後に、精進を挙げている：

一、精進を実践する事を通してのみ、智慧の作用を円満することができるから；

二、菩薩は衆生を空であると観照した後、また再び翻って、衆生の福利の為に、困難な仕事に従事するから；

三、深く思慮した後でのみ、精進を発動することができる事を言う。

それは以下の格言に符合する：「深く思慮する者がなす事柄は、極めて殊勝な果報を齎す事ができる。」

精進の後に、忍辱を挙げている：

一、精進は忍辱を円満成就するから；

というのも、「精進者は精進を励起する事を通して、諸々の有情と諸行が彼にもたらす痛苦を克服する」と言うから。

二、精進者に気概を示すため；というのも、忍耐力のある人は苛立つ事はなく、自己の仕事に没頭することができるから。

三、他人の利益と幸福（＝「福利」改訳。以下同様）の為に奮闘する菩薩は、見返りを渇望する事はないのを示すため。というのも、諸法を如実に知見するとき、渇愛はないから。

四、菩薩は、他人が彼の身体に与えた諸々の痛苦を怒りなく耐え忍ぶ事を示すため；それは、他人の利益と幸福の為に全力を挙げて奮闘した場合であっても（他人は、何らの理由もなく、その身体に諸々の苦痛を齎す）。

忍辱の後に、真実を挙げている；

一、真実（＝真心）を備えている時にだけ、長く忍辱の修習をしようという決心ができるから；

二、他人が彼の身体に与えた諸々の痛苦を怒りなく耐え忍ぶ事を示した後、次に、

己は他者を助けたいと思っている、という言い分は、絶対に嘘でない事を示している。

三、菩薩は、忍辱（＝耐え忍ぶ）する事によって、他人に侮辱されても、虐待されても、心は動揺しない事、及び真実の言葉を通して、彼に敵対するからという理由で、その人間を捨て去るという事がないのを示すため。

真実の後には、決意または決心を挙げている：

一、決意は真実を円満成就するから；

決心が動揺しない人だけが、円満に妄語を捨棄することができるため。

二、言説に全くの虚偽がないことを示した後、動揺しないで、言った事を実行するという事を示している。というのも、真実に献身する菩薩は、自分の、布施等をしたいという自己の願望を、全くの猶予なしに、実践できるから。

決意の後には、慈を挙げている：

一、慈は、他人の利益と幸福に尽力したいという決意を円満成就するから；

二、他人の利益と幸福に尽力したいという決意を挙げてから、実際に実行すべき事柄を挙げている。というのも、「菩提資量を蓄積すると決意した者は、常に慈に住する」から。

三、動揺を受け付けないと決心した者だけが、他人の利益と幸福の為に奮闘することができるから。

慈の後に、捨を挙げている：

一、捨は慈を浄化するから；

二、他人に利益と幸福を提供する時に、他人から苦しみを与えられても、捨心でもって、彼らに対応しなければならない；

三、菩薩は、自分に対して、幸福であるよう祝福を与えてくれる人にも平等心を保つという、殊勝な品徳を持っていなければならない。

このように、上に述べたような解釈の仕方で、波羅蜜の順序を理解する。

何がそれらの特徴、作用、現起（＝現象）と近因か？

総体的に言えば、一切の波羅蜜は、他人を利益する特徴、他人を助け、または猶予、逡巡しないという作用を有し、現起（＝現象）としては、他人の幸福を願う事、または仏果を証悟したいと願う事、そして、近因は、大悲心と方法善巧智である。

それらの条件とは何か？

簡単に言えば、諸々の波羅蜜は、以下のような基本的要件を具備している：

一、至上願（＝至上なる願い）；

二、大悲心（mahākaruṇā）と方法善巧智（upāya-kosallañāṇa）；

三、四仏地（buddhabhūmi）；

四、16 種類の心の傾向（ajjhāsaya）；

五、布施等の利益と、布施をしない時の禍などへの省察智（paccavekkaṇāñāṇa）。

六、15 種類の行（carana）、五神通（abhiññā）及びそれらの因の獲得。

諸々の波羅蜜の、最初の条件は「至上願」（abhi-nīhāra）である。そして、この願は、また８項の条件を具備している。その願とは、「度せる者がいれば、私は彼を度する；解脱できる者がいれば、私は彼を解脱させる；順服する者がいれば、私は彼を順服させる；平穏になれる者がいれば、私は彼を平穏にさせる；心安らかになれる者がいれば、私は彼を安らかにする；涅槃を証悟することができる者がいれば、私は彼を涅槃を証悟できるよう指導する；清らかになれる者がいれば、私は彼を清らかにする；悟れる者がいれば、私は彼を悟らせる。」
これは、一切の波羅蜜において、必ず具備していなければならない条件である。

そして、この願にはまた、下記の８項の条件が備わっていなければならない：

一、人身を有する事；

二、男性である事；

三、因；

四、導師に見える事（すなわち、仏陀）；

五、出家；

六、徳の成就；

七、増上行；

八、（仏陀になりたいという）極めて強力な欲。

（一）人身（manussatta）：人身を持つ者が発する至上願だけが、効力を発する。龍、金翅鳥等が発した至上願は無効である。

なぜか？その他の身体では、人身によって仏果を証得する仏陀と、相応しないから。聴衆のみなさん、もしあなた方に十分に強力な願または善欲があって、仏になりたいと思うのであるならば、あなた方は未来において、仏になれるかもしれません。しかし、下記の格言を覚えておいて欲しい「馬を欲しいと思いさえすれば、乞食でも馬に乗るこ

とができる。」この言葉の意味は、人が願を発するだけで欲しい物が手に入るのであるならば、貧乏人もまた、今すぐに大富豪になる事ができる、という事である。

（＋しかし、実は）願を発しただけでは、仏果を証得することはできない。あなた方は、必ずや、一切の財産と富、身体と生命を捨てる事によって、10 の波羅蜜を円満成就しなければならない。もしこのようにするならば、あなた方は未来において、仏になる事ができる。

（二）男性（liṅgasampatti）：すでに人身を得た者であっても、男性の発する至上願だけが効力があり、女性、黄門、無性者及び陰陽者の発する至上願は無効である。

なぜか？仏陀は必ずや男性であるから。仏陀はこう述べている「比丘たちよ、これは不可能である。決して発生することはない。すなわち、女性が正等正覚の仏陀になるという事・・・・・・」（Majjhima-3-100　Aṅguttara-1-30、Abhidhmma-2-349）

（三）因（hetu）：悟るために必要な助縁の事。たとえ男性であっても、彼の発する至上願は、必要な助縁の下でしか効力を発揮しない。その意味は、彼は必要な基礎を具備していなければならず、そうでなければ、（＋発した願は）無効である。（この因とは）仏陀の開示した一首の、四聖諦に関する偈を聞いている時、または聞き終わった時、阿羅漢果を証悟する能力がある事。彼は十分な波羅蜜を擁して初めて、このような形で阿羅漢果を証悟する条件が整う。

授記を受けた菩薩となる前、彼はどのように、これらの波羅蜜を蓄積するべきか？

《中部註疏》では、下記のように言う：

一、仏陀の膝下で出家する。

二、自己の戒を浄化する。

三、仏陀の教えを学ぶ。

四、八定を証するまで止禅を修習する。

五、行捨智を得るまで観禅を修習する。

これらが、必要な助縁である。しかし（波羅蜜が円満する以前）彼は、道果の証悟の為に尽力するという事はない。というのも、そうなると、彼が修する菩薩道が断ぜられるから。

（四）師に見える（sattāradassana）；

仏陀に見える：これは、仏陀本人に会う事を言っている。ただ、生きている仏陀の前で発した至上願だけが効力がある。世尊が般涅槃を証した後、仏塔の前、菩提樹の下、仏像の前、辟支仏（paccekabuddha）の前、または仏弟子の前に発した至上願は、無効である。

なぜか？というのも、これらの対象は、当該の願を確定する能力に欠けているからである。

（五）出家（pabbajjā）；

ただ出家して仏教の比丘になるか、または業因と業は報を生じせしめるという事を信じる沙門（kammavadī、kiriyavadī）が、仏陀の前で発した至上願だけが有効である。在家者が発する至上願は無効である。

なぜか？在家の身では仏陀の出家の身と相応しないからである。最後の一世の時、偉大なる菩薩は、必ず出家の後においてのみ、仏果を証悟する事ができ、いまだ在家の身でありながら証悟する、ということは、ない。このように、その至上願を発する時、必要とされる資質を具足している出家者の発した願だけが有効であり、仏果を証悟するのに必要な特別は資質は、ただ出家者にのみ存在する。

（六）徳の成就（huṇasampatti）：

すなわち、神通などを証する聖潔な人徳。というのも、ただ八定と五神通を擁する出家者が発する至上願のみ、有効であるから。八定とは四色界禅と四無色界禅である。五神通とは、神変通（如意通）、天耳通、他心通、天眼通及び宿住随念（宿命通）である。これらの資質のない者が発した至上願は、無効である。

なぜか？というのも、偉大なる菩薩は、至上願を発願した後、独自で（師がなくても己自身で知れる）（実践すべき）諸々の波羅蜜を省察する能力が求められる為、その為に必要な助縁と五神通を、具備していなければならないからである。

（七）増上行（adhikāra）：

これは、完全なる献身の事である。上述の資質を備え、かつ完全に自己の命を仏陀に捧げられる人が発した至上願のみが、有効である。

（八）極めて強い欲（chandata）：

仏陀になりたいという極めて強力な善なる欲。上述の各種の素質を有する人はまた、仏果を得たいという極めて強力な善欲を擁する必要がある。このように（+強力な善欲に基づいて）発せられた至上願のみが、有効であり、そうでなければ、無効である。以下の比喩は、仏になりたいという欲は、どれほど強烈でなければならないか、という例である。もし彼が、以下の事を人から聞いても、それを何ら困難とは思わず、当該の任務を遂行する欲が強く、決して撤退しない事、それはすなわち、「両腕の力だけを頼りに、水が充満した宇宙全体を泳いで彼岸に到達した者だけが、仏果を証悟することができる。」

もし彼が、以下の事を人から聞いても、それを何ら困難とは思わず、当該の任務を遂行する欲が強く、決して撤退しない事、それはすなわち、「両足の力だけを頼りに、火もない、煙もない、がしかし、真っ赤に焼けた炭でできた宇宙全体を歩いて、彼の端に到達した者だけが、仏果を証悟することができる。」

もし彼が、以下の事を人から聞いても、それを何ら困難とは思わず、当該の任務を遂行する欲が強く、決して撤退しない事、それはすなわち、「両足の力だけを頼りに、先が尖った鋭利な剣を敷き詰めた宇宙を歩いて、彼の端に到達した者だけが、仏果を証悟することができる。」

もし彼が、以下の事を人から聞いても、それを何ら困難とは思わず、当該の任務を遂行する欲が強く、決して撤退しない事、それはすなわち、「両腕の力だけを頼りに、棘の生えた藤が全体に生い茂っている宇宙に一本の道を切り開いて、彼の端に到達した者だけが、仏果を証悟することができる。」

もし彼が、以下の事を人から聞いても、それを何ら困難とは思わず、当該の任務を遂行する欲が強く、決して撤退しない事、それはすなわち、「四阿僧祇劫と十万大劫の長きに渡って、地獄の責め苦を耐えた者だけが、仏果を証悟することができる。」

ここにおいて、私は皆さんにお訊ねしたい。もし、あなた方が、自分には仏果を証悟したいという、十分に強力な願または欲があると思うならば、あなた方の欲は、上記のように強烈なレベルであるのかどうか？

どうぞお答え下さい。上に述べた８項の条件を備えた者が発する至上願は、この８項の条件を備えた上で、発起された心である。その特徴とは、正等正覚を証悟したいという覚悟であり、作用とは「我をして正等正覚を証悟せしめ、一切の衆生に幸福と楽を齎せよ」という願いを渇望する事であり、現起（＝現象、成果）とは、菩提資糧の元となす事であり、近因は大悲心、または一切の必要条件を具備している事である。

その目標が、不可思議な仏境、及び宇宙全体の衆生の幸福であるため、それは、最も優れた、最も殊勝な福業であると見做され、無限の潜在的エネルギーを秘めており、また、仏果を成就するための、一切の法の基本となるものである。それが発起されるその一瞬、その偉人は、大菩提乗の行道（mahābodhiyāna-paṭipatti）に踏み込んだのである。彼の終着点はすでに決定され、覆される事はない。そうであるからこそ、まさに「菩薩」と呼ばれるのである。

その心は、すでに完全に、正等正覚を成就する事に投入され、かつ、一切の菩提資糧を円満成就する能力も、すでに備わっているのである。至上願が効力を発する時がくれば、偉大なる菩薩は、己の力だけを頼りに、諸々の波羅蜜を正確に探し当てる「波羅蜜思択智」（pāramī-pavicayañāṇa）を発動する。

この智は、すなわち、彼が未来に於いて、一切知智を証悟することの前兆である。彼は先にその行道を実践し、段階を踏んで、諸々の波羅蜜を円満成就していく。それは、スメダ智者（Sumedha、善慧 : 妙智）が、至上願を発した後にしたことと同じである。

ここにおいて、私はあなた方に、我々の菩薩が如何にして、上述の８つの項目の条件を具備した上で、至上願を発して授記を得る事ができたのかを、説明したいと思う。彼がまだ燃灯仏から授記を受ける前、彼はすでに 2 万億を超える尊仏の前で、仏陀になりたいと言う願を発した。《ヤショーダラ長老尼比喩経》によると、未来のヤショーダラもまた、同じくらいの多くの尊仏の前で、彼が菩薩道を修するのを助けたい、という願を発した。すなわち、未だ授記を受けていない前、我々の菩薩はすでに、自分の所有する一切の、外部に存在する財物、妻、児女、王位、身体と生命を捨てる事を通して、10 波羅蜜を実践していたのである。彼が布施した眼球は、天上の星々の数より多い。彼が捨て去った身体を積み重ねるならば、須弥山よりもなお、高い。

その上、彼は多くの尊仏の膝下で出家し、自己の戒を清め、仏陀の教法を学び、定を修して八定と五世間神通を証悟した。彼はこのように 10 の波羅蜜に精進を重ねて、その結果、授記を得たのである。彼がスメダ隠士の身で燃灯仏に出会った時、彼は至上願を発するための８つの条件を具備していた。すなわち、人身、男性、因、仏陀に見える。出家して、業力の果報を信じる沙門であった。八定五神通、諸々の徳の成就を具足し、仏陀の為に自分の命を捧げる事を願望し、また、仏果を証悟したいという、極めて強力な欲を擁していた。

もし彼が望むならば、燃灯仏がまだ四行の偈を言い終わらない前に阿羅漢果と、六神通と四無礙解智を証する事ができた。これは、決してスメダ隠士の特殊な能力ということではなく、一切の、菩薩として授記される人が、必ず擁しなければならない能力である。それはすなわち、一人の尊仏が四行の偈を開示したならば、即刻、阿羅漢果と六神通と四無礙解智を証悟できる、というものである。

四無礙解智を証悟することのできる人は、以下のような 5 つの条件を具備しなければならない。

一、証悟（adhigama）：阿羅漢道果またはその他の道果を証悟する事。

二、教理の精通（pariyatti）：仏法経典を学ぶ。

三、聴聞（savana）：尊敬の念を以て、専心して仏法を聞く。
四、質問（paripucchā）：論経や、注釈の中の難問、疑問とその解説を研究する。
五、修行の先行（pubbayoga）：かつて過去仏の教化の時代に止観の修行をし、行捨智（saṅkhārupekkhā-ñāṇa）に到達している。

上で述べた第一番目の条件は、四無礙解智を証悟したその世で、成就しなければならない。その他の四つの条件は、過去世において、すでに成就しておかねばならない。そういうことから、未だ菩薩になる前、彼は残りの四つの条件を、成就しておかねばならないのである。授記を得た後、菩薩は導師の指導のない状況の下で、自ら何の波羅蜜を修習すればよいのかを、省察しなければならない。それはちょうど、スメダ隠士がそうであったように。菩薩はなぜ、師のない状況の下で、自ら諸々の波羅蜜を省察することができるのか？

それは、彼が、多くの過去世において、すでに仏陀の教法を学び、また宿命通も証悟してあるからである。因縁が熟した時、言い換えれば、彼が生きている仏に出会い、また至上願を発した後、「波羅蜜思択智」が彼の心の中で発動し、10 波羅蜜を省察するように促すのである。

その後、彼は、少なくとも四阿僧祇劫と十万大劫の時間、10 波羅蜜を実践しなければならない。ただこのように修行して後に、彼は仏になることができる。この事から、我々は、仏になるのが難しい事が分かるだけでなく、菩薩になるのも、簡単でないことが分かる。なぜか？

それは、至上願の８個の条件、すなわち、人間、男性、生きている仏陀に見える事等、を具備しなければならない故で、仏陀の授記を得るのも、決して容易ではないのである。ここにおいて、あなた方の至上願への理解を深めるために、私はあなた方に、至上願の四つの縁、四つの因と四つの力について解説する。

一、四縁（比較的遠くにある要素）：

（一）菩薩道を修すると発願した偉人は、仏陀が神通を顕現するのを実際に見た後、思う：「正等正覚は非凡な力を具備している。仏陀はそれを証悟した後、このように超凡、美妙で、不可思議な力を持つようになった。」自らの目で仏陀の力量を見た後、彼の心は即刻、正等正覚の証悟に傾く。

（二）自ら、世尊の非凡な力量を見ることはないが、しかし、彼は他人が「世尊はこのような、また、あのような威神力を擁している。」と言うのを聞き、聞いた後に彼の心もまた即刻、正等正覚の証悟に傾く。

（三）自ら、世尊の威神力を見たり、聞いたりした事はないが、彼は仏陀の威神力についての経典を学んだことがある。学んだ後、彼の心は即刻、正等正覚の証悟に傾く。

（四）自ら、世尊の威神力を見たり聞いたりした事はないし、仏陀の威神力についての経典を学んだこともないが、しかし、彼自身、非常なる聖潔の傾向を擁していて、ゆえに彼は思う「私は、仏陀の伝承、血統、伝統と正法を護持しよう。」と。この種の、法に対する至高の尊敬（Dhammagaru）によって、彼の心もまた、正等正覚の証悟に傾く。

二、四因（近い、直接的な因）：
（一）偉人は、過去仏のために、増上行（adikāra）を実践する事を通して、特別なる善業を具備しており、それを親依止（upanissaya）となした。

（二）彼は当然の如くに憐憫の性格を有し、衆生の苦しみを軽減するために、自己の生命を犠牲にすることを、惜しまない。

（三）彼は、持続性のある精進力を有し、仏果を証悟するために、長期的に奮闘することができる。輪廻の苦しみや、衆生の利益と幸福の為に奉仕する苦難によって、心が委縮することはない。

（四）彼は、他人に悪から離れ、善をなすことを勧める善知識と交流するのを好む。

以上の四つの因の内、親依止を擁するという意味は、彼がかつて過去仏の面前で、心の中に於いて黙念し、また自らの口において、菩薩道を修したいと発願したため、彼の心は長期的に、正等正覚を証悟し、衆生の利益と幸福のために奉仕したいという（＋心の）傾向がある、という事である。彼がこの種の親依止を具備している事から、彼は、ある方面においては、未来において辟支仏（paccekabuddha）または弟子になる人とは明確な違いがある。

それはすなわち：
一、五根（indriya）；
二、衆生の利益と幸福のための修行；
三、人を助けるよき方法と、善悪を判断する智慧（thānāthāna-kosalla-ñāṇa）（＋

に優れていることである）。
上記の、善知識と交流するという点において、善知識とは、８項の資質を有する人の事であって、それはすなわち；信（確信）、戒、多聞、出離、精進、念、定と慧である。

三、四力：

（一）内力：己の力にのみ頼り、かつ法に対する至高の敬意（Dhamma　gārava、すなわち、上述の第四縁）によって、極度に正等正覚（三藐三菩提）に傾倒する。彼は自力更生し、慙の心（悪をなす事への羞恥心）を備え、その内力を運用し、菩薩として仏果の証悟を発願し、最後に正等正覚を証悟するまで、諸々の波羅蜜を修する。

（二）外力：外の力、すなわち、上述の前の三縁であるが、それを頼りに、彼は極めて正等正覚に（＋心が）傾倒する。彼は外からくるこの力を運用し、それに自尊と自信を加えて、「私は仏果を証悟する能力を有する人間だ」と言う。菩薩として仏果の証悟を発願し、最後に正等正覚を証悟するまで、諸々の波羅蜜を修する。

（三）親依止力（upanissayabala）：上述の四つの因の内の一番目によって、（+心は）極度に正等正覚に傾倒する。彼は、鋭敏な根を有し、正念からくる清らかさを擁し、その上に、外から来るこの力を運用し、菩薩として仏果の証悟を発願し、最後に正等正覚を証悟するまで、諸々の波羅蜜を修する。

（四）精進力（payogabala、加行力）：正等正覚を証するに十分な正精進を具備し、（＋精進努力を）不断に持続して、助縁と善行を蓄積する。この身口清浄と不断なる善の修行の力を運用して、菩薩として仏果の証悟を発願し、最後に正等正覚を証悟するまで、諸々の波羅蜜を修する。

大悲心と方法善巧智

至上願と同じく、「大悲心」と「方法善巧智（＝方便）」もまた、波羅蜜の条件になる。ここでは、方法善巧智とは、布施とその他の 9 種類の品徳を、菩提資糧に転換する智慧、であると規定する。大悲心と方法善巧智を具備した状況の下、あの大いなる偉人は、他人の幸福のために全身全霊を投入し、全く己自身の楽しみを顧みることなく、また、極めて困難なる菩薩道にも、怖れることは、なかった。

そして、菩薩の本質とは、他人が彼の事を見るだけでも、聴くだけでも、思い出すだけでも、利益と幸福を得る事が出来ることであるが、それは、たとえ彼の影であっても、伝聞であっても、彼に対する思念であっても、信心を引き起こす事ができるからである。菩薩は、智慧を得る事を通して仏陀の性格を円満成就している；そして、大悲心を通して、仏陀の任務を遂行する。彼は智慧を得る事を通して苦海を抜け出す；そして大悲心を通して、衆生を救う。彼は智慧を通して、苦に対して飽き飽きし、嫌悪する；そして大悲心を通して苦を楽とみなして、衆生を救うことに尽力する。

彼は智慧を通して、涅槃を証する事を発願する；そして、大悲心を通して、生死の中で輪廻する。彼は大悲心を通して、引き続き生死輪廻する；そして、智慧を通して、彼はその中に楽しまない。智慧を通して、彼は一切の執着を断つが、しかし、その智には大悲が含まれているので、他人の利益のために働く事を拒否しない。大悲心を通して、彼は一切の衆生に対して、憐憫の情を持っているが、しかし、その悲には智慧が備わっているので、彼の心に執着が起こることはない。智慧を通して、彼は「私がなした」とか「私のなしたもの」とかの執着は無く、大悲心を通して、彼は懈怠することもなく、憂鬱になることもない。

同様に、智慧と大悲心を通して、彼は自己と他人の保護者、賢者となり英雄となり、自己をも他人をも、責め苛むという事がなく、そして、自己と他人の利益と幸福を促進し、無畏であると同時に、無畏の施主でもある。彼の心全体が、ただただ、法と世間のためにのみ存在している。彼の心は感恩を知っており、他人に報いようとする。明（＝事柄に対する理解）と行（＝行為、実践）が兼備され、愚痴なく、渇愛なく、「力」と「自信地」を擁している。このように、大悲心と智慧は、波羅蜜の一つ一つの成果を獲得する方法なのである。それらは、ただ単に、波羅蜜の基礎になるだけでなく、至上願の根本条件でもある。

もし、あなたが菩薩になりたいのであれば、あなたは、上に述べた文章に細心の注意を払い、省察する必要がある。悲心と智慧のバランスは非常に重要である。というのも、あなたの悲心が強すぎ、かつ智慧が多くない時、あなたの悲心は、視覚障碍者の悲心となってしまう。道路の状況を見ることのできない視覚障碍者が、他人を導こうとする時、他人をば、危険が充満している脇道に、連れていくかも知れない。同様に、あなた自身、たいして智慧がないのに、何が何でも衆生を救いたいと考えるなら、あなたは菩薩になる事もできないし、衆生を救う事もできない。それに、智慧を基礎としない悲心は、強大になることはない。

ただあなたが、奥深い智慧を擁する時にのみ、例えば、行捨智のような智慧を持つときで、かつ、10 波羅蜜を実践する決意を堅持する事が出来た時に初めて、我々は、あなたが、あなたの悲心にとって、良き基礎を打ち立てた、と言う事がでる。

なぜか？行捨智（＋の獲得）を通して、あなたには、内、外、過去、現在と未来の五蘊への執着が已に、大いに軽減しているからである。あなたの心は、已に、生死輪廻を喜ばないか、または執着しなくなっている。しかし、あなたはそれでもなお、衆生の利益のために生死輪廻を選択する。

こうしたことから、菩薩道を修したいと思う人にとって、奥深い智慧を育成するのは、必須な事柄なのである。反対に、あなたの智慧が非常に強力であって、しかし、あなたの悲心が、菩薩道を修し続ける事ができる程の強度がない時、あなたは自然に、阿羅漢になる道を選択し、仏になる道を選択しない。故に、もしあなたが菩薩になりたいのであれば、悲心と智慧をバランスさせる事は、非常に重要なのである。

至上願、大悲心や方法善巧智の如くに、以下の四仏地もまた、波羅蜜の根本的条件である：

一、精進（ussāha）：これは、波羅蜜、捨離と善行を修習する精進力の事である。
二、上智（ummaṅga）：これはすなわち、方法善巧智。
三、決意（avatthāna）：菩薩道に対する不動の決心。
四、善行（hitacariya）：慈悲心の育成。

この四つの要素は、四仏地という。というのも、それらは正等正覚を成就するのに有利であるから。

16 種類の内心の気質

内心の気質とは、すなわち、傾向または性格の事である。それは、人の個性の形成に影響し、基本的には二種類がある。すなわち、善と悪である。16 種類の善なる内心の気質は、すなわち、出離、隠居、無貪、無瞋、無痴、解脱及び一つ一つの波羅蜜に（＋心が）傾倒するものである。強烈な（＋心における）出離の傾向のため、菩薩は、欲楽と在家生活の危険を見通す；強烈な（+心における）隠居の傾向のため、彼は集団的、社交的生活の危険を見通す；強烈な無貪、無瞋、無痴の傾向のため、彼は貪・瞋・痴の危険を見通す；強烈な解脱指向のため、彼は色々な生命界の危険を見通す。もしも、貪・瞋・痴等の危険に気が付くことができず、無貪・無瞋・無痴等の傾向がなければ、何らの波羅蜜も習得することはできない。

故に、無貪等の 6 種類の（＋心の）傾向は、波羅蜜の根本的条件である。同様に、波羅蜜に対する 10 の傾向もまた、波羅蜜の根本的条件である。布施への（＋心の）傾向は、それと対立する（布施をしないという）危険を見た後、強化された無貪が作り出す、強固で動揺しない（＋心の）傾向が布施（＋という行為）に向かうのである。強烈な無貪の（＋心の）傾向の故に、菩薩はそれと対立する、利己心の危険を見通し、その為、布施の修習に努力する；強烈な（＋心における）持戒への傾倒のために、彼は無徳の危険を見通し、その為、持戒の修習に努力する。その他の波羅蜜についても、みなこのように実践する。

ここにおいて、特に、以下の点に注意して頂きたい。出離と対立する（＋心の）傾向とは、欲楽と在家の生活であり、智慧と対立するのは愚痴（＝愚か）と疑いであり、精進と対立するのは懈怠であり、忍辱と対立するのは無忍と瞋であり、真実と対立するのは妄語であり、決意と対立するのは優柔不断（善を行う事に迷う）であり、慈と対立するのは瞋と恨であり、捨と対立するのは、世事における栄枯盛衰と変転に屈服する事である。

強烈な（+心の）捨の傾向により、菩薩はそれに対立する所の法（すなわち、世事の栄枯盛衰と変転に屈服する事）の危険を見通し、ゆえに捨波羅蜜を修習する事に努力する。このように、布施、持戒等の 10 波羅蜜への（＋心の）傾向、傾倒もまた、波羅蜜の根本的条件である。上に述べた波羅蜜の根本的条件に鑑み、私は皆さんに、菩薩道を修する事を発願する者が、授記を得られる菩薩になるために必要な、十分な波羅蜜の蓄積と、毎日の生活の中において、育成しなければならない資質について、話したいと思う。それらは：

一、極めて深い欲；
二、法の中に住する事；
三、如理作意；
四、貪・瞋・痴を断ずる事；
五、涅槃の証悟に傾倒する事。

まず最初に、あなたには、仏陀に成りたいという極めて深い欲が、必要だ。（＋菩薩道の実践の）始まりの時、あなたはこの欲を心の奥深くに隠しておかねばならず、他人に吐露してはいけない。ただ、人間、男性、仏陀に見える等の、至上願を成就する 8 項の条件が整った後においてのみ、あなたはそれを人に吐露する事ができる。その時、あなたの善欲は、私が以前述べたようなほどに、強烈でなければならない。それはすな

わち、真っ赤な炭火で焼けた宇宙を裸足で歩かなければならないとしても、あなたは喜んで、それを実行できるほどに。

二番目に、あなたは常に法に住しなければならない。これはすなわち、あなたは、一分、一秒ごと常に、10 波羅蜜を実践しなければならない事を意味するが、それは、何年も、何世も、何大劫も、あなた自身が、すでに 10 波羅蜜の代表、象徴であるかの如くになるまで、実践し続ける必要がある事を意味する。もし、このように実践する事を望むならば、あなたはあなたの生命における一刹那毎において、如理作意を運用しなければならない。というのも、如理作意は善法の近因であり、不如理作意は不善法の近因であるから。

最も小さな間違いであっても、害があるという事を見通したならば、あなたは、貪・瞋・痴を断ずる事に、勇猛果敢に、精進しなければならない。小さな間違いなんて大したことはない、などと思ってはいけない。というのも、どのような小さな悪業であっても、いずれあなたをして、菩薩道から乖離させる事ができるから。例えば、ディバダッタは、彼の前世の中で、一度は我々の菩薩の友人であったことがある。彼ら両人は、共に菩薩道を修することを発願した。しかし、その後の、もう一つ別の世において、未来のディバダッタは、一つの金の茶碗のことで、我々の菩薩に恨みを懐いた。

その瞋恚と怨恨の心は、彼をして菩薩道から乖離させることになった。が、その後に、彼もまた仏陀から、最終的には、辟支仏（paccekabuddha）になれる、という授記を得たのである。最後に、あなたは、常に、解脱、すなわち、最終的な目標である涅槃に、心をして傾倒させるようにするべきである。ただこのように、心をして、仏果に導き、向かわせることによってしか、あなたのなした善業を、波羅蜜として計上することができない。そして、あなたがなした一切の努力のみが、あなたをして、唯一の目標、すなわち、仏果へと導き、つれて行くことができる。今夜の法話は、これで終了です。次回の法話も、引き続き、大菩提乗について、お話します。

Ⅳ. 大菩薩乗（二）　（Mahābodhiyāna）

今夜、私は皆さんに、再度、大菩薩乗について、お話したい。ここで私は、定義、特徴、作用、現起（＝現象、結果）、近因と省察という順序で、諸々の波羅蜜について、解説したいと思う。

一、布施波羅蜜

布施波羅蜜は、大悲心と方法善巧智（＝方便）を基礎として、己自身を捨て去り、己の擁する所の、己の身体の外にあるものを、他人に上げたいと思う、捨思の事である。ここでは、大悲心と方法善巧智は、一つ一つの波羅蜜にとって、必ず具備すべき、必須の、優越した素質である事を知っておくべきである。布施波羅蜜の特徴は捨棄であり；作用は、布施するものへの執着の消滅であり；現起は不執着、または財産や富を得る事と、善界に生まれ変わる事であり；近因は、布施した物品である。

布施波羅蜜については、以下のように省察する：「私的な財産、富、例えば、土地、金、銀、牛、水牛と男女の奴婢など、そして自分の妻子は、それに執着する主人にとっては、災難をもたらすものだ。というのも、これらは五欲の目標であり、多くの人々が、それら（彼ら）に垂涎するし、それら（彼ら）は（水、火、王、賊と敵）という五つの敵によって奪われたり、消滅させられたりする。それら（彼ら）は、争いの元であり、それら（彼ら）は実際には存在しない。それら（彼ら）を手に入れるため、また保護するために必ず騒ぎが起きるし、また、他人を侵し害さなければならない。

それら（彼ら）を失えば、たちまち、極度の苦痛に見舞われる。執着のために、心が利己的な思いで充満している人は、死後、悪道に生まれ変わる可能性が高い。このように、財産、富と妻子は、その持ち主に多くの災難をもたらすから、人に上げるとか、捨てさるのが、そういう事柄から遠ざかって、安楽へと向かう道なのである。こういうことから、人々はそれら（彼ら）を捨棄することに勤めなければならない。

次に、乞う者が物を乞いにきた時、菩薩は以下のように、省察しなければならない：「彼は私の親しい友人で、私に対して秘密を吐露している。彼は私の導師だ。まさに私に対して『あなたは死ぬ時には、一切を捨棄しなければならない。自分の財産、富さえも持って行く事はできない』と、教えてくれているのだ。彼は私の財産を、安全な場所へ持って行く、よき友である。まるで、死の炎に焼かれる火宅のような世間から、（＋これらのものを）持ち去ってくれる。彼は、絶妙なる宝蔵館を持っていて、私の財産、

富を保管して、火災から守ってくれる。彼は私の最良の友だ。彼は私に、布施というチャンスを与える事を通して、彼は已に、最も傑出し、かつ困難な成就の獲得、すなわち、仏地の獲得に向けて、支援してくれているのだ。」と。

彼はまた、このように省察しなければならない：
「この人は、私に至善を行うチャンスをくれている。私はこのよきチャンスを逃してはならない。」「生命はいつの日か終わる。私は、人から求められなくても、（+財物を）こちらから上げなければならないのに、人は、自ら、私に求めに来てくれているではないか。」「布施をしたいと強烈に思う菩薩は、布施を受け取ってくれる人を、四方に探し求めるというのに、今、私の福報によって、乞う者が、私の布施を受け取るために、自らやってきた。」「財物を受け取るのは受者であるが、私こそは、真正の受恵者だ。」「私は、自らを利益するが如くに、衆生を利益しよう。」「もし、私の布施を受け取る人が誰もいなければ、私はどうやって、布施波羅蜜を修習することができるのだろうか？」

「私は、乞う者のためにこそ、財物を手に入れたり、貯めたりしよう」「いつになれば、私が彼らを乞わなくても、彼らが自らやってきて、私に布施のチャンスを与えてくれるのか？」「私はどのように、彼ら受者を親切に対応すればよいのか？どのようにすれば、彼らは、私の善友になってもらえるのか？」「どのようにすれば、布施の時、布施の後に、喜びを感じれるか？」「どのようにすれば、受者はやってくるのか？」「布施に傾倒する（＋心は）、どのように育成するのか？」「彼らに、欲しいものを教えてもらわなくとも、私が彼らの欲するものを布施できるよう、彼らの心、彼らの考えを知るには、どうしたらよいか？」「私に布施する財物がある時で、またそれを受け取りたいと思う人のいる時、もし、私が布施しなければ、それは、私にとって、極めて大きな過失、損失になる」「どのようにすれば、私の生命と身体を、それらを求める人に布施出来るのか？」

彼は、以下の省察を通して、一抹の憂い、一抹の後悔もない布施する心を、惹起するべきである：「ブーメランが、投げた者の所へ戻ってくるように、善報もまた、見返りを求めない布施者のもとに戻ってくる。」もし、布施を受け取る人が親しい者である場合、彼は愉快な心でこう思う「親しい人が、私に物を貰いに来た。」もし、受け取る人が、中立的で、愛憎のない人である時、彼は愉快な心でこう思う「布施をした後、私は彼の友情を得よう。」

もし、布施を受け取る人が嫌いな人であるとき、彼は特別愉快な心でこう思う「私の敵が、私に物を乞いに来た。布施した後、彼は私の親しい友となる。」こうした事か

ら、彼は親しい人に対応するのと同じように、慈悲の心をもって、中立的な人、嫌いな人に、対応しなければならない。

もし、菩薩道を修習すると発心した者が、長い間、貪欲の影響を受けていたために、ある物に執着の心を起こしたならば、彼は、以下のように省察しなければならない:「発願した時、あなたは、自己の生命と修行によって得た善業でもって、衆生を援助しようと誓ったのではないか？身体の外の物に執着するのは、大象が池で沐浴するようなものだ（注 1）。故に、あなたは物に執着をしてはならず、それは例えば、薬の元になる木のように、根が欲しい者は根を持って行ってもよく、樹皮が欲しい人は樹皮を、枝幹が欲しい人は枝幹を、木の心が欲しい人は木の心を、葉が欲しい人は葉を、花が欲しい人は花を、実が欲しい人は実を、それぞれ好きなだけ、もっていってもよい。根や皮を持ち去られても、薬樹はそのことで影響を受けるという事はなく、『彼らは私のものを奪い去った』と思ったりすることは、ない。

【（注 1）そのほかの動物が沐浴するのは、身体を洗う為であるが、大象は、身体を洗う為ではなく、蓮花を踏みつぶす目的だけで、沐浴する。大象の沐浴は役に立たず、身体への執着もまた、なんらの結果ももたらす事はなく、仏果の利益をもたらすことも、ない。】

菩薩は、また、このように省察しなければならない：
「衆生の利益と幸福の為に極力奮闘している私は、どのような微小な悪い考えであっても、放縦であってはならず、この、痛苦、不浄が充満した身体を善用しなければならない。内部の、また外部の四大は、皆、壊滅を逃れる事はできないし、内外の四大は、本質的には、何らの違いはない。この、区別がないという状況の下で、もし、身体に執着して『これは私のもの、これこそ私、これは私自身』と思うならば、それは単なる無知、愚かさの表出にすぎない。故に、身体の外にあるものと同じく、私は自分の手、足、目、肉と血に顧慮することなく、全身を捨棄するよう準備しながら、こう思う:『どこでも、欲しいと思う人は、その部分を持ち去ればよい』と」

このように省察する時、彼は、己の生命と身体に対して、いかなる顧慮を持つこともなく、悟りの為に、それらを捨て去ることができる。故に、彼の身・口・意は、非常に容易に浄化され、昇華される。菩薩は、このように己の身・口・意を浄化した後、善悪を分別する智慧を擁する（＋ようになる）。故に、彼は、真に、衆生へ、ますます多くの財施、無畏施と法施が、できるようになる。これが、菩薩が、布施波羅蜜を省察する方法である。菩薩は、ただ単に、布施波羅蜜をどのようにして成就させようかと、省察するだけでなく、それは必ず、実践を伴うものである。

我々の菩薩が維山達拉王であった時、彼は自分の愛娘を、非常に悪質なバラモンに布施し、妻を、バラモンに化けた帝釈天王に、布施した。我々の菩薩は、ただ単に、自分の外に属している親愛なる妻、娘を布施として差し出すだけでなく、自己の生命をも、その他の衆生に、差し出した。その中の一つの過去世において、我々の菩薩は王子であった。ある日、彼は森に出かけて行き、餓えてもうすぐ死にそうな母虎と、彼女の三匹の小さな虎の子を見た。その時、王子の心の中に、きわめて強い悲心が生じた。彼らを救うために、彼は崖の上から飛び降り、自分の身体を食物として、彼らに布施したのである。これは、一種の至上の布施である。我々の菩薩が動物であった時も、彼はこの種の布施をする事が出来た。ある時、我々の菩薩は、一羽の野兎であったが、バラモンに化けた帝釈天王に、自分の身体を布施として差し上げるために、帝釈天王が起こした焚火の中に、彼は、喜んで身を投げたのである。

ここにきて、一つ考えなければならない事がある。それは：
布施波羅蜜というのは、本当に実践しなければならないものなのかどうか？という事である。《相応部・具偈品》の中に、一首の偈がある：
”Sīle patiṭṭhāya naro sapañño・・・”――「戒を有する智慧の人・・・云々」。
この偈の中で、仏陀は、もし、人が生まれる時に三因具足（注）であり、かつ、慧根がすでに成熟しているのであれば、彼はただ戒・定・慧だけを修すれば、欲愛の網の結び目を解くことができる、と解説している。
ここでは、仏陀はただ、戒定慧の三学について述べているだけで、布施を修習することについては、何らの、暗示さえもしていない。

【（注）三因結生心とは、結生するその刹那の心が、無貪、無瞋、無痴の三因を、具足している事を言う。】

同時に、《清浄道論》全編は、《相応部・具偈品》の上の偈を、注釈する論著であるが、しかし、その中においても、布施波羅蜜については、何ら言及していない。その上、涅槃へ導く八聖道は、ただ戒定慧の道のみで、布施の道はない。故に、ある種の人々は誤解して、仏陀は、布施を重要な要素とは見做しておらず、涅槃を証するに、何ら役に立たないものであり、また、それは、不断に、輪廻における生死の原因を造っており、故に、布施を修習してはいけない、と言う。

上述の《相応部・具偈品》の偈について、我々は、その本当の意味を、知る必要がある。仏陀がこの偈を教えた対象は、上等な根器を持つ人々であって、彼らは、この一生の内に、修行に精進すれば、阿羅漢果を証悟し、一切の煩悩を断ちきり、来世はない、という人々である。もし、このような上等な根器の人が、阿羅漢果を証悟するために、

この一生において、真に、真剣に修行するならば、彼の精進力によって、彼は阿羅漢になる事ができ、（＋来世における）再生の可能性はなくなる。布施の業力は、新しい命と新しい福報を造りだす。この一生の中で、已に生死輪廻を断じた人には、来世はない。

すでに、新たに命を得る事が無く、そのため、（＋来世において）布施の福報を楽しむ事がないという彼にとって、布施は必ず必要なものである、という事はない。これが、《相応部》の、この経の部分において、なぜ仏陀が、上等なる根器の人の利益のために、戒定慧の解説に重きを置いたのか、という理由である。というのも、煩悩を断じ、取り除くという目的にとっては、三学は、布施よりも、もっと重要であるからである。仏陀は、かつて一度も、布施波羅蜜を修習しなくてもよい、などと言った事はない。

この一生の中で、阿羅漢にならない人は、引き続き輪廻の中で生死を繰り返さなければならない。輪廻する時、今世で布施をしていないならば、彼らが良い所へ生まれ変わることは、非常に困難である。たとえ彼らが善道に生まれ変わることができても、彼らは財物に欠けており、善を行うのが難しくなる（あなたは、そういうことであるならば、彼らは戒定慧の修習をすればよい、と言うかもしれない。しかし、これは、言うが易し、行うが難し、なのである。実際は、過去世における布施の善報の支えの下でしか、戒定慧の三学の修習を成功させることができない）。

故に、布施を修習することは、未だ娑婆世界で輪廻しなければならない人にとっては、非常に重要なのである。この気の遠くなるほどの長い旅の途中で、十分な旅費、すなわち、布施を具備した者だけが、より良い終点に到達する事ができるのである。過去の布施の善報によって、財物を擁した時、我々は、自己の願い通りに、善を修することができるのである。

娑婆世界における、これほど多くの旅人の中で、菩薩は、最も偉大なる人物である。授記を受けた後、菩薩は、少なくとも四阿僧祇劫と十万大劫の長きに亘って、諸々の波羅蜜を円満成就して、一切知智を証悟しなければならない。故に、長い娑婆での、旅の途中にいる偉大な旅人、すなわち、菩薩にとっては、布施波羅蜜は、非常に重要である。パーリ語経典の中の《仏種姓経》という経の中では、布施波羅蜜の修行が、その主要な地位を占めている。こういうことから、上記《相応部》の経文の対象は、阿羅漢果を証悟することのできる、成熟した因縁を持つ人を対象にしている（＋ことが分かる）。波羅蜜が未だ円満でない人々は、布施波羅蜜は重要な要素ではない、などと言ってはいけない。

こういう問いもある：布施波羅蜜を修習するだけで、涅槃を証悟することは可能か？

回答は以下の通り：もし、ただ一つの波羅蜜、布施であろうが、戒であろうが、または禅定であろうが、それだけを修習するのでは、涅槃を証することはできない。

布施だけを修習するということは、持戒と禅定がないことを示している。同様に、禅定だけ修習するのは、持戒がないし、布施の下支えもない、という事を表している。持戒を通して、自己を制御しない人は、悪を作し易い。もし、こういう悪癖のある人が、禅の修行をするならば、時間の無駄、ということが分かる。それは、ちょうど、一粒の良質の種を、火で焼いて赤くなった鉄なべの中に放り込むようで、それは発芽しないだけでなく、燃えて、灰になるだけだ。こうした事から、「布施だけを修習する」のは、正しいことではない（＋ことが分かる）。

《仏種姓経》の中の、布施という章では、はっきりと、布施する時は、受者を上、中、下と分けてはいけない、と言っている。この経文から、差別の心で受者を選択して布施することは不当であり、してはいけない事であることが分かる。しかし、《中部・後分五十経篇・施分別経》の中で、仏陀は、7 種類の、サンガ施と、14 種類の、個人施を列挙している。この経では、だれか一人の受者に布施する個人施は、その善業については、受者によって差異が生じる・・・最も低いのは動物で、徐々に高くなっていって、最後は仏陀である、と言っている。サンガ施については、善業の最も強いのは、仏陀をトップとするサンガである。

《餓鬼事・安古羅鬼経》では、二人の天神について語られている：
仏陀が 33 天帝釈天王の座席に座って《アビダンマ論》を開示している時、二人の天神――インダカ(Indaka）とアンクラ（Ankura）が、仏陀の説法を聞きに来た。自分より上の天神が法を聞きに来た時、アンクラは、座位を譲らなければならず、その為、彼は仏陀から 10 由旬離れた場所に移動した。しかし、インダカは元の座席に座ったまま動かない。

その理由は：人類の寿命が一万歳であった頃、アンクラは非常に裕福な人で、その一生の間、多くの普通の人々に食事の布施をした。その食べ物を煮炊きした場所は、12 由旬もあった。これらの善業によって、彼は天神に生まれ変わった。しかし、インダカは、アヌルッダ尊者に、スプーン一杯の食事を布施しただけで、天神に生まれ変わったのである。 インダカは、スプーン一杯の食事をお布施しただけだが、受者が阿羅漢であったため、その善業は非常に大きく、また聖なる清らかさがあった。彼は上級の天神であったため、座席を譲る必要はなかった。それに引きかえ、アンクラは、非常に長期に亘って大量の布施をしたが、しかし、受者が皆一般の普通の人であった。

故に、彼の得た福報は、上級のものではなかった。そのため、上級の天神が来るたびに、彼は席を譲って後ろに下がらなければならなかった。このことから、パーリ文経典の中に一つの訓戒がある：
”viceyya dānaṁ databbaṁ yathā dinnaṁ mahāpphalaṁ”
その意味はすなわち、布施をする時は、最大の福報を齎す人を選んで受者とせよ。

仏教

この事から見ると、パーリ語経典の中の《仏種姓経》と《施分別経》の間には矛盾があるように思われる。しかし、もし、《施分別経》の説かれた対象が、普通の人と天神であり、《仏種姓経》は、もっぱら一切知智、または仏智を証悟したい菩薩行実践者に向かって説かれたものであるとしたら、この矛盾は納得のいくものに変わる。菩薩は、どのような受者であっても、来たものは拒まず、彼らが上、中、下の人物なのかどうかなど考慮することなく、差別なしに、布施をしなければならない。彼は「この者は下等なる受者だ。もし彼に布施したなら、私は将来、下等な仏智しか得られないだろう。この者は中等なる受者だ。もし彼に布施したなら、私は将来、中等な仏智を得られるだろう。」などと考える必要はない。

ゆえに、一切知智を証悟したいという（＋心の）傾向を持つ菩薩は、一切の、自分の所へやってきた受者に、差別心なく布施をするのは、当然の修習に相当する。しかし、普通の人々や天神が布施の修行をする目的は、喜ばしい世俗の楽であるから、最もふさわしい受者を選んで布施の対象とするのは、自然なことなのである。

結論：菩薩を対象とする《仏種姓経》と、普通の人々と天神を対象とする《施分別経》などの経典の間には、矛盾は見られない。

二、持戒波羅蜜

持戒波羅蜜についていえば、それは大悲心と方法善巧智（=方便）を基礎とした、善なる身と口における業である。《論蔵》の定義によると、持戒とは「離心所」と、まさに今善を行おうとしている所の「思心所」である。その特徴は、身と口が悪い事をしないようにし、それらが善を行うようにする事である。それのもう一つ別の特徴は、すべての善業の基礎となるという事である。その作用は、道徳的な堕落を防止し、また、道徳的に瑕疵なきこと、（＋人に）批判されないという、完全なる道徳を獲得する事を支援する、である。その結果は、身と語の清浄である。近因は悪を恥じる（慙）と、悪を恐れる（愧）である。

持戒波羅蜜は、以下のように省察するべきである：

「戒律は、甘露の法水であり、ガンジス河の水を浄化できるだけでなく、洗い落とせない内心の煩悩を清める事ができる。戒律は良薬であり、檀香木等を医することができるだけでなく、貪欲で燃える火を消すことができる。それは智者の荘厳であり、凡夫の首飾り、王冠、耳飾りなどの装飾品とは異なる。それは一種の天然の香りであり、四方に広がり、いかなる状況にもおいても適応する；それは吸引力を持つ卓越した呪文であり、王室と婆羅門などの貴族、天神や梵天の、尊敬と礼拝を得る事ができる。それは諸々の天界に通じる階段である。それはジャーナと神通を修するための方便であり、涅槃城へ通じる大道であり、また、仏、辟支仏（paccekabuddha）、阿羅漢の、三種類の悟りの基礎になるものである。それは、持戒者のすべての願望を実現することができるため、宝石や宝樹を（＋手に入れたいと）願うより、（＋持戒波羅蜜を実践する方が）より優れている。

また世尊は、《増支部》の中で、以下のように言っている：

「比丘たちよ。有徳の者の心願は、清浄なる戒によって、実現する」。

《中部・経六》の中で、世尊は以下のように言う：

「比丘たちよ。もし、比丘が『私の梵行修行の仲間が、私を好み、尊敬してくれるように願う』のであれば、彼は、戒行を成就しなければならない」と。

《増支部》の中で、世尊は阿難に言う：

「阿難、善なる戒行は、人をして、後悔から遠ざける」

《長部、経十六》の中で、世尊は言う：

「居士たちよ。これらは、戒を具備する善人が得る五種類の利益である」

ゆえに、これらの経に基づいて、戒の功徳を省察し、また《火蘊比喩経》などによって、道徳のない事の危険を、省察しなければならない。

下記は、《増支部・七集・火蘊比喩経》の摘要である。

ある時、仏陀と大勢の比丘が、コーサラ国を遊行していて、ある所で、一塊の烈火を見た。仏陀は即刻、その道を離れ、一本の木の下に行き、阿難尊者が袈裟を敷いて準備した、彼のための坐に座った。

その後、仏陀は大勢の比丘に訊ねた：

「比丘たちよ。どちらが比較的好ましいか？烈火を抱いて座る方がよいか、それとも身体が柔らかく、触覚が美妙な少女を抱いて座る方がよいか？」

比丘たちは、無知のままに、少女を抱く方がよい、と回答した。仏陀は即刻、解説して言った。

「戒を持さない人にとって、烈火を抱いているほうが、まだよい。というのも、それは、彼を一生の内に苦しめるだけだから。少女を抱くならば、それは悪道に生まれ変わる事になる。

なぜか？それは《相応部・燃火之教経》（Ādittapaaariyāya Sutta of Saṁyutta Nikāya）で述べられている通り、身体が柔らかく、触覚が美妙な少女を座って抱く、という楽しみに執着する事は、不善法であるからである。この不善法は、非常に強いエネルギーを持ち、極度に痛苦なる悪道に生まれ変わらせる果報を齎す事になるし、それは、非常に長い時間、この痛苦に遭わねばならないことになる。その後、仏陀は、再び比丘たちに問うた。

一、一人の強健な人に虐められ、両足を鞭で打たれ、皮膚、骨までが破れ、砕けるのがよいか、それとも、楽しく信徒の礼拝を受けるのと、どちらがよいか？
二、一人の強健な人に、先端のとがった矛で、胸を突き刺さられるのがよいか、それとも、楽しく信徒の礼拝を受けるのと、どちらがよいか？
三、一人の強健な人に、真っ赤に焼けた鉄片を全身に張りつけられるのがよいか、それとも、信徒に布施された、袈裟を着る方がよいか？
四、火で真っ赤に焼いた器具で口を押し広げられ、（＋口に）火で真っ赤に焼けた鉄の玉を投げ入れられ、口から肛門までの内臓を焼き尽くすのがよいか、それとも、信徒に布施された食物を食べる方がよいか？
五、一人の強健な人に、頭と肩を強く掴まれ、焼いて真っ赤になったベッドに無理やり座らされるか、横にならされる方がよいか、それとも、信徒に布施されたベッドで寝る方がよいか？
六、足と手を、一人の壮健な人に掴まれて、大鍋が火で焚かれて、その中で煮えくりかえっている、鉄の中に放り込まれるのがよいか、それとも、信徒の布施してくれた寺院にいる方がよいか？

この、後者６つの問題について、比丘たちは、最初の問題と同じように、無知なる回答をした。仏陀もまた、最初の回答と同じような、回答をした。すなわち、戒を持さない者は、両足を人に打ち砕かれようとも、胸を矛で突き刺されようとも、まだ、その方がよい。というのも、彼らは、ただその一世の間、苦しむだけだから。しかし、もし、信徒の礼拝を楽しみにしたり、信徒の礼拝を受けたりすると、これらはすべて、彼らが悪道に生まれ変わる原因、非常に長い時間、極度に苦しむ原因に、なるからである。

最後に、仏陀は以下の話をして、今回の法話を終了した。
「布施をする信徒に最大の利益をもたらす為に、また、己のサンガにおける生活を、有益なものにするために、比丘は、三学を学ぶ事に尽力しなければならない。己と他人の

利益と幸福の為に、比丘は、時々刻々、正念を保ち、精進しなければならない。」法話が終わる時、60 人の持戒不清浄な比丘は、その場で、口から熱い血を吐き、60 人の、軽い戒に違反した比丘は、即刻還俗し、60 人の、持戒清浄な比丘は、阿羅漢果を証悟した。

次に、持戒は、喜悦の根源である事を省察する・・・それは、自責の念、他人からの譴責、懲罰及び死後、悪道に落ちる事から守ってくれる。持戒は、智者から讃嘆される；後悔から無縁になる；安全の基礎である；それは、自分が獲得した出身（＋の良し悪し）、富・財産、権力、長寿、美貌、地位、族人（＝同族の人）と友人のすべてから、超越している。

持戒清浄なる人は、喜びの心で思う：「私は已に善業をなした。良い事をして、己の為に、危険を防止する保護所を建設した。」と。彼は自責の念や、智者から譴責されるような煩悩から解放されている。彼にとって、彼には懲罰や、悪道に生まれ変わるという事は、生じようがない。そして、智者は感嘆して言う：「この人は徳行の有る人だ。彼は道徳の無い人とは異なる。というのも、彼は決して後悔することが無い。」と。

戒行の有る人は、道徳の無い人のように「私は悪業をなした。私は邪悪な事をした」などと、考える事は決してない。持戒は、安全の基礎である。というのも、それは正念の根本的な原因であり、非常に多くの利益をもたらす、例えば、財産の喪失を防止するというような・・・。そして、それは、不善業を取り除くことができ、故に、それは、我々の幸福と安楽の最も主要な来源となる。それは、獲得した身分・出身の高貴さなどを超越する。というのも、たとえ、出身が低い者であっても、彼に道徳が備わった時、高貴な出身である王族や婆羅門等の尊敬と礼拝を、受けるからである。

道徳という名の財産は、外部に存在している財産を超越している。というのも、それは五つの敵の脅威を受けないし、それは我々と共にいて、来世まで附いてくるのであるから。それは極めて大きな利益をもたらし、定と慧を修習する基礎にもなる。所謂世界の統治者でさえも、己の心を統制できないのに、戒律をしっかり守っている人は、己の心を統制することができる。故に、持戒は、国王の権力などなどより優れている。
仏陀が言うように、道徳は、命より尊くさえもある：
「一日、道徳のある生活を送る事は、百年、道徳なく暮らすより、よい。」

それに、《中部・経 105》で述べているように、梵行戒を捨て去る事は、精神的には死んだも同然だ、という事である。道徳のある人は、敵の尊敬・敬慕を受けることがあり、また、老いと死と悪運に征服されることがないので、彼の徳行は、外面的な美しさを超越する。それは、天界と涅槃の楽の基礎であるため、世界に存在する最もよい楼

閣や宮殿より更に尊く、最も高級な国王、王子、大将軍などよりも、遥かに優越している。持戒は、あなたの幸福を願う親戚や友人よりも、もっと良い。というのも、それはあなたに、真正の利益と幸福と、修養上の進歩をもたらす上に、あなたの来世においても、共にあるから。

戒律は、まるで特別な用心棒のようで、看護しにくい身体を保護し、軍隊、毒薬、呪文と魔法の危害から守ってくれる。あなたが「持戒は、計算することのできない品徳を有する」と省察する時、あなたは、不円満な戒行を、円満に持するようにするか、または、不清浄な戒行を、清浄に持するようにするであろう。

もしも、過去に蓄積した力のせいで、持戒とは反対の、＜反感＞などの法が、時として生じる場合、菩薩道を修すると発願した者は、以下のように省察しなければならない:「己は、阿羅漢道智と、正等正覚を、証悟する必要があるのではなかったか？もし、己の戒行に欠陥があるならば、世俗の事柄でさえも成就する事ができないし、ましてや、出世間の事柄などは、とてもとても・・・。自分が証悟したいと思っている正等正覚は、最高の功績である。持戒は正等正覚の基礎となるものであるから、己の戒行は、非常に高い素質を具備しなければならない。故に、自分は、戒律を熱愛する人間でなければならない。自分は常に、自分の戒を善く守り、卵を守るメンドリより、なお慎重でなければならない。

また、衆生を（＋苦しみから）解放し、救うために、自分は彼らに仏法を教えなければならない。また、五根が未熟な人たちに、五根が成熟するよう支援し、彼らが、三乗に入れる様にしなければならない。医術を間違えた医師は、信頼できないように、人々は、道徳のない者の言論を信頼することはない。」

また以下のように省察する：「もし、信頼されるに値する人間になりたいのであれば、自分には、清浄なる戒行が必要だ。このようにして初めて、衆生を（＋苦しみから）解放し救い、彼らの五根が成熟して、三乗の（+流れに）乗れるよう、彼らを支援する事ができる。また、己が、ジャーナ等の特別な資質を持ってのち初めて、他人を支援することができるし、智慧などの波羅蜜を円満する事ができるのである。もし、清浄なる戒行が無いならば、ジャーナ等の特別な素質を獲得することはできない。そういう事から、己は、清浄なる戒行を具備する必要があるのである。」と。

三、出離波羅蜜

出離波羅蜜についていえば、それは、大悲心と方法善巧智を基礎とした出離心であり、それは欲楽と生命の不円満を了解した後、生じる所の捨棄の心である。その特徴は、欲楽と生命の捨棄であり；作用は欲楽と生命の不円満を見通すことであり；現起（＝現象、結果）は、欲楽と生命から遠く離れることであり；近因は恐怖智である。

菩薩は、在家生活の欠点を省察しなければならない。すなわち、それは妻子と子供達への責任と束縛であり、貪欲の道である、などである。反対に、比丘の生活の長所を、省察すること。すなわち、天空のような広い自由、不必要な責任に束縛されない、などである。《中部・苦蘊経》では、以下のように言う。我々は、欲楽の目標は、比較的多くの憂慮と悲痛を齎し、それは決して楽しくはない、という事実をしっかりと覚えておく必要がある、と。欲楽の目標を追求する時、熱い、冷たい、蚊、蠅、風、日照り、爬虫類、ノミ、昆虫などがもたらす苦痛を、経験しなければならない。欲楽を懸命に追及しながら、それに失敗した時にやってくる失望感、傷心とイライラを、しっかり見極める事。

それらを獲得した後、それらが、五つの敵からの損害をうけないように保護できるかどうかを心配し、憂慮せざるを得ない事を、認める事。欲念によって悪を造した人は、今世において 32 種類の、深刻な果報に直面するのを認める事。来世において、四悪道に生まれた時に、極めて大きな恐怖を伴う苦しみに出会うことを見極める事。これが、出出離波羅蜜に対する省察である。

ここにおいて、私は《蓮根本生経》を簡単に紹介して、出離波羅蜜とは何か、を説明する。以前、名前を大黄金と言う、年若い婆羅門がいた。生まれは波羅奈国。彼は他の 10 人・・・6 人の弟、一人の妹、一人の男性の下僕、一人の女性の下僕と一人の友人、と共に出家した。彼らは森の中の蓮池の側に住み、野生の果物を獲って暮らした。初めは、彼ら全員で一緒に果物を獲りに出かけ、村人と笑談するかの如くに語り合い、その為、森に隠遁した人たちには見えなかった。このような良くない状況を打破するために、一番上のお兄さんである大黄金は「私一人で果物を獲りに行こう。あなた方は、全員ここにいて、静かに修行しなさい」と言った。

兄弟は「あなたは我々の指導者です。あなたが果物を獲りにいくのは、良くありません。妹と女性の下僕も、行ってはいけません。彼女たちは女性だから。我々 8 人が順番に果物を獲りに行きましょう」と言った。全員が、この提案に賛成した。日が過ぎて、彼らの心は非常に知足した。彼らはもはや、むやみに果物を欲しがることはなくなり、

近くにある蓮池の中に生えている蓮根をもって、命を繋いだ。当番の人は、蓮根を持って小屋に行き、そこで 11 個に分ける。最も年長の者が先に一つとって、石の鼓を叩いて知らせ、その後、自分の住居へ戻って静かにそれを食べ、食べ終わると、静かに修行を続けた。

二番目の者は、石鼓の音を聞くと、自分の分を取りに行き、その後で鼓を鳴らして、次の人に知らせた。このようにして、彼らは一人また一人と、自分の食べ物を取りに行き、自分の住居に持って帰って静かに食べ、その後、続けて修行をした。このようにして、特別な理由が無い限り、彼らは、相い見える事はなかった。

彼らは非常に精進して修行した為、帝釈天王の宝座が震動した。帝釈天王は、ちょっと考えてみて、すぐにその理由が分かった。その時、彼は、彼らに対して、本当に、欲楽への執着がなくなったのか疑問に思ったので、真実を探求するために、連続して三日間、神通を用いて、大黄金の食べ物を隠した。

最初の日、大黄金は、自分の食べ物を取りに行った時、自分の分がないのに気がついた。彼は、当直の人が忘れたのだろう、と考えので、特に何も言わずに、住居に戻って、禅の修行を続けた。次の日、彼は又、自分の食べ物を得る事が出来なかった。彼は、誰かが彼の事を、何かいけない事をしでかしたのだと誤解して、わざと食べ物をよこさず、罰しようとしているのだと思ったので、最初の日と同じように、沈黙を守った。

三日目もまた、彼は自分の食べ物を見つけることができなかったので、もし、彼に間違いがあるのならば、他の人々に謝らなければならない、と考えた。それで、夕暮れの時に、鼓を鳴らして人々を集めて言った：
「どうして君たちは、私に食物を分けてくれないのか？もし、私が何か間違いを犯したならば、どうか教えて欲しい。私はあなた方に謝りたいので。」
二番目の弟は、身を起こして大黄金に敬礼すると、「お兄さん、少し話させて下さい」と言った。

大黄金の許可を得て、彼は宣言した「お兄さん、もし私があなたの食べ物を盗んだのならば、今すぐ、私に馬、牛、銀、金と一人の綺麗な妻を擁するようにして、家人と一緒に住み、世俗の生活を思いっきり享受させて下さい。」
この種の宣誓は、もし我々が、未だ欲楽に執着しているのであれば、それを失った時、苦痛を感じるであろう、と言う事を意味している。この種の宣誓は、欲楽への嫌悪を表している。

大黄金は言う：
「あなたは已に、非常に厳粛な誓いを立てた。私はあなたが、私の食べ物を盗っていないと、信じます。あなたは座ってよいです」
その他の人々は耳を塞いでこう言った：
「お兄さん、そのように言わないで。あなたの話は、深刻で、恐ろしいです」
彼らが耳を塞いだのは、禅の修行者である彼らにとって、欲楽は厭うべきものとして、感じられるからである。欲楽というのは、彼らが、欲楽の話を聞きたくないと思うほどに、恐ろしいものなのだ。次の弟が言う：
「大黄金、もし私があなたの蓮根を盗ったのならば、花で飾り、香水を塗り、多くの子どもを持ち、欲楽に非常に沈潜し、かつ、非常に執着する人間になります」

このようにして、残りの８人も、似たような宣誓をした。この物語において、大黄金隠士とは、すなわち、我々の菩薩であり、その他の人々は、未来の大弟子である。これは、我々の菩薩およびその追随者が、どのようにして出離波羅蜜を修習したか、という物語である。

四、智慧波羅蜜

智慧波羅蜜に関して言えば、それは大悲心と方法善巧智（＝方便）を基礎にして、諸法の共相（＝共通する性質）と特相（＝特徴）を見通す心所である。その特徴は、諸法の実相を見通す事、または、まったくの錯誤なしに、目標の共相と特徴を観照する事。それはまるで、熟練の射手が、たった一本の矢でもって、目標を打ち抜くが如くである。その作用は、その目標を、電灯の如くに照らし出す事；現起（＝現象又は結果）は、混乱しない事；それはまるで、ガイドが、森の中で迷った旅人を導くが如くである；

近因は、定力又は四聖諦。智慧波羅蜜については、下記のように省察するべきである：「もし智慧がないならば、布施等の徳行は、清浄にはならないし、それぞれの作用を引き起こすことができない。そうなれば、すなわち、生命を失った身体の光沢が無くなるが如くであり、各種の功能も執行する事ができない；心が無くなったら、諸根は各自の範囲内において、その作用を遂行することができない。智慧は、そのたの波羅蜜を修習する主因である。というのも、慧眼が啓いた時、偉大なる菩薩は、毛筋ほども自己を讃嘆することなく、また他人を貶める事なく、自分の身体と器官を捨て去るから事が出来るから。

まるで薬樹のように、彼はまったくの分別心（＝区別や差別する心）なしに献身する事が出来る。（献身する、その前、最中、その後の）三時においても、（＋心に）喜悦が充満する。智慧の上に、更に、方法善巧智を運用し、他人の利益と幸福のためになした捨離は、波羅蜜の性質を有するが、しかし、自分の利益の為になした布施は、まるで一種の投資のようである。

次に、もし智慧がないならば、戒は、渇愛等の煩悩を断ちきることができないし、そうであれば、清浄にも達することができず、さらに正等正覚（を獲得した）者の美徳の基礎とすることもできない。智者のみが、はっきりと、在家生活、欲楽と生死輪廻の厄害を見極める事ができるし、また、出家、ジャーナの証悟と涅槃の証得の利益を見通すことができる。そして、彼は独自に出家し、ジャーナを育成し、涅槃に趣き、そして、他人にも、これらの成就を得させようとする。智慧のない精進は、必要とされる目的に到達することはできない。というのも、それらを励起する方式が間違っているから。

故に、完全に精進を励起しない方が、間違った精進をするより、まだましだ。しかし、精進と智慧が組み合わさった時、かつ、その上に正確な方法が具備されたならば、成し遂げられないものはなにもない。次に、まったくもって智者だけが、まったくの瞋恚なしに他人からの、自分への虐め、虐待を忍耐して受け入れる事ができ、愚かな人には、それは、できない。智慧が少ない人は、他人からの虐めや虐待は、ただイライラを増加させるだけである。しかしながら、智者にとっては、（＋その時）忍耐の能力を善用することができるし、その力を増加させることもできる。（苦・集・道）の三聖諦、それらの因、及びそれらと対立する法を如実に理解した後、智者は、他人を欺くことがない。

菩薩は、仏果を証悟したとき、初めて直接第三聖諦（滅諦）を証悟するが、それはすなわち、一切の苦の止息である。同様に、慧力でもって自己を強化した後、智者の気概は、諸々の波羅蜜を実行するための、不動の決意となる。智者だけが、より善い方法をもって、完全に、親愛なる人、中立の人及び敵の区別なく、一切の衆生に利益と幸福をもたらす事ができる。智慧を運用して初めて、世間の得失・・・栄枯盛衰に対して、全くそれらの影響を受けて動揺することなく、中捨的（＝中立的な態度でもって、物事に執着しない事）に、対応する事ができる。」人々は、このように智慧波羅蜜を省察し、かつ、それは、一切の波羅蜜を浄化する因であると、認めなければならない。

次に、菩薩は以下のように、自己を訓戒しなければならない：
「智慧の無い時、知見を得る事はできない。そして、知見のない時、戒を成就する事ができない。智慧と戒が足りない人は、定を獲得する事ができない。定のない人は、自分

一人を幸せにする事もできないのであって、ましてや、崇高な精神で、他人に、利益と幸福をもたらす事など、決してできない。故に、他人の利益と幸福のために、修行に尽力している己は、なぜ、全力を挙げて、己の智慧を浄化しないのか？」と。

というのも、菩薩は慧力を通して智慧、真実（sacca）、捨離と寂静（upasama）の四住処（caturādhiṭṭhāna）を具備し、布施、愛語、利行、（aṭṭhacariya）及び平等または同待（＝同事　samānattata）の四摂法 catusangahavatthu）の運用を通して、一切の衆生を利益し、彼らをして、解脱道に入らせるか、または彼らの諸根が成熟するよう、支援するからである。

次に、慧力を通して、彼は諸蘊、処などの分析を行い、真諦によって、縁生と滅尽の過程を徹底的に知り、（＋自己を）布施波羅蜜などの至高のレベルにまで育成し、菩薩の行道を円満成就する。智慧における、各種の美徳を省察した後、彼は、不断に、智慧波羅蜜を育成しなければならない。《分別論》の註解である《迷惑氷消》では、智慧を育てる 7 つの方法を紹介している。

一、常に、智者に教えを乞う。
二、身体と身体外部の物を清潔に保つ。
三、信（＝確信・信頼）、精進などの諸根のバランスを保つ。
四、智慧のない人とは遠く離れる。
五、智者に親しむ。
六、奥深さを秘める智慧の法的な本質（＝法則性）を省察し、考える。
七、四種類の、すべての姿勢において、常に、智慧を育成する方向にある事。

《中部註》では、菩薩は、諸仏の膝下において、出家し、自己の戒を浄化し、仏陀の教法を研究し、禅の修習をしながら生活し、行捨智（＋の獲得）に至るまで、観智を育成する――それは、菩薩が仏陀になる前の、獲得できる所の、最も高度な智慧である。

現在は、まだ正法が世に住している。そして、それは、あなた方に、各種のレベルの観智を育成する機会を提供している；もし、菩薩道を修したいのであれば、あなた方は、修行して行捨智を獲得する所まで、到達するチャンスがある。しかし、もし解脱したいのであれば、最低限、あなた方は、止禅と観禅を修習して、今生において、須陀洹道果を証悟するよう、尽力しなければならない――すでに得た人身と、すでに出会った、（＋世間に稀な）る仏法を無駄にしないために。

五、精進波羅蜜

精進波羅蜜は、大悲心と方法善巧智（＝方便）を基礎として、衆生の利益と幸福のためになす、身体的、心理的努力を言う。その特徴は、奮闘；作用は支え、現起（＝現象・結果）は弛緩しないこと。近因は、精進事または恐怖智である。精進波羅蜜について言えば、以下のように省察するべきである：
「成果を予見できる世間的な事柄であっても、努力しないのであれば、目的に到達する事はできない。しかし、精進において気持ちが弛緩しない人には、成就出来ないものは、なにもない。精進力が欠けている人は、衆生を娑婆世界の渦巻きから解放、救おうとし始めても、根本的に、無理である。中等の精進力を有する人は、この救済の仕事を始める事が出来るが、途中で挫折してしまう。最も上等の精進力を持つ人だけが、自己の利益を顧みず、正等正覚を証悟しようとする。」

次に、精進波羅蜜について、以下のように省察する：
「十分な精進力が無い時、自分自身を生死輪廻から救い出す事さえもできない。十分な精進力がないまま、菩薩道を修すると発心した人は、どのようにして、衆生を救うつもりなのか？」と。

「無量の貪、瞋などの煩悩は、酒に酔った象のように制御しにくく、これらの煩悩によって造られた業力は、死刑執行人が刀を高く持ち上げて、我々をまさに処刑しようとしているのと同じだ。四悪道の門は、我々の悪業の前に、永遠に開いている。悪友は常に、自分の周りをまとわりつき、我々に悪をなすよう唆し、そして、我々を四悪道に送り込む。愚かな凡夫の本性は、これらの悪友の、よくない唆しに、軽々と服従してしまい易い。故に、我々は、これら詭弁好きの悪友から遠く離れているべきである。というのも、これら詭弁好きの人は、常に間違った、かつ、理知的でない論点を持ち出し、こういうからである：『もし、生死からの解脱が本当にあるのならば、我々は、何らの努力をせずとも、自然に、自動的にそれを獲得できるはずだ』と。ただ精進力を通してしか、これらの間違った言論から遠ざかる事はできないし、自分の能力に依って、仏果を証悟することができるならば、他に何が困難な事柄があろうか？」。

精進波羅蜜について、経典では、獅子王の比喩を挙げている。獅子王の本性は、兎を捕まえる時も、象を捕まえる時も、最大の努力をする。彼は、兎が小さい動物だから、小さな努力でよいとか、象は体積が大きいので、兎より努力をする、という事はない。この二つの事柄に対して、彼は、同等の努力をする。この獅子王の態度と同じく、菩薩が精進波羅蜜を修習する時、彼は、小事ゆえに、小さな努力をし、大事ゆえに、大きな

努力をする、という事がない。任務の大小にかかわらず、彼は時々刻々常に、同等の、最高の努力をする。

その内の、超越的に非凡な精進波羅蜜の例は、註疏に触れられている所の《大生本生経》でる。当時、乗っていた船が、海に沈もうとしている時、大生王子として生まれた菩薩は、大海原の中を、七日七夜泳ぎ続けた。彼の精進力は、行善、または布施、または持戒、または禅の修行の為に惹起されたものではない。それは、貪・瞋・痴とも無関係で、故に、それは誰にも責められることのない、(＋純粋な) 精進波羅蜜であった。大生王子の（＋純粋で）全く責められることのない、非悪な、超凡的な精進力は、精進波羅蜜であると、見做されている。彼の乗っている船が、もうすぐ沈もうとしている時、船にいた 700 人の人々は、皆、心を痛めて泣いていて、この困難から脱出しようと試みる事はなかった。

しかし、大勢とは異なる大生王子は心の中で思った：「危機に遭った時、心を痛めて泣いても、それは非智者の行為である。智者は、自らを救うべく奮闘する。私のような智慧ある人は、安全な地まで泳ぐ事に、奮闘努力する」と。この決心をもって、彼は決して恐れずあわてず、勇気をもって、岸に上がれるよう努力した。その心が聖潔であったため、彼の行動は称えられるべきものであったし、彼の精進力もまた、非常に誉め称えられるべきものであった。菩薩は、一つ一つの世毎に、勇敢であり、かつ、何ら怖気づく事なく、為すべきことをなした。人として生まれた時は勿論のこと、牛として生まれた時でさえも、彼はこのようになした。

当時、我々の菩薩は、「黒」という名の牛で、彼を飼っている女主人に感謝を示すために、貨物を積んだ 500 台の貨車を引っ張って、大きな沼地を越えたのである。たとえ動物に生まれても、菩薩は決して精進波羅蜜を育成することに手を抜かない。故に、彼が人間として生まれた時、精進の（＋心の）傾向は、依然として存在した。このような、精進を育成したいと思う心の傾向は、何度生まれ変わっても、菩薩の心の中に存在する。「念処分別」と《大念処経》の注釈いおいて、11 種類の、精進を育成する要素が、挙げられている：

一、悪趣の危険を省察する。
二、精進を育成する益を理解する。
三、諸々の聖者が実践した道を省察する。
四、信徒が供養した食べ物に敬意を払う。
五、（正法の）遺産である聖潔性を省察する。
六、師尊（仏陀）の聖潔性を省察する。

七、伝承の聖潔性を省察する。
八、梵行を共に修行する仲間の聖潔性を省察する。
九、怠惰な人から遠く離れる。
十、精進ある人に近づく。
十一、四種類の姿勢のすべてにおいて、精進を育成する。

六、忍辱波羅蜜

忍辱波羅蜜ついて言えば、それは、大悲心及び方法善巧智（＝方便）を基礎として、他人の、己になした誤りに対する、忍耐力を言う。《論蔵》によると、忍耐をする時は、無瞋を主として生起する心と心所であり、その特徴は、忍耐する心と忍受（=我慢）である。作用は、好きだ・嫌いだという（＋感情的な）事柄を克服する事。現起（＝現象、結果）は、忍受又は対抗しない事。以下のように、忍辱波羅蜜を省察する事：

「忍辱は、美徳と対抗する所の瞋恚、怨恨の心を取り除く事ができ、また、善なる者が、種々の美徳を育成する、万能の工具である。それは、衆生を指導する菩薩の荘厳であり、沙門と婆羅門の力であり、怒りの火を消す流水であり、悪人の無礼の毒を中和する神呪であり、已に、五根の摂受に成功した、非凡なる者の、自然な本性と態度である。忍辱の資質は海のように深く、また、怒り狂う海を包み込む、海岸のようだ。それは、天界と梵天に直接つながっている雲梯のようであり、すべての美徳が一か所に集まる、聖殿のようだ。それは、身口意の至高なる清浄である。」

次に、我々は、下記のように省察して、不断に、忍辱を育成しなければならない：
「もしも、平静と安寧を齎す忍辱を、しっかりと握りしめておかないならば、衆生は、自分自身を傷つける悪業を追い求めることになり、その後果は、彼らが今生で、また来世で、苦を受けなければならないことになるのだ。」
「私は実際に、他人からの虐めに遭っており、また苦しみを受けているが、根本的な原因は私自身にある。というのも、苦は私の身体を田として、他人の行為を種としているからである。」
「私の忍辱は、苦の債務を返済する方法である。」
「誰も悪事を働かないならば、私はどのようにして、忍辱波羅蜜を修するのか？」
「この人は、今、私をいじめているけれども、過去においては私を恵み、利益してくれたことがある。」
「彼の悪行は、私が忍辱を修習する因であり、故にそれは、私にとって、有益である。」
「衆生は、私が自ら生んだ子供達のようであり、智者は、間違いを起こした自分の子どもに、腹を立てるだろうか？」
「彼が、私を侮辱し虐めるのは、憤怒の魔に制御されているからであり、私は、この悪魔を退治するのを、手伝ってあげたい。」
「私もまた、この苦痛を齎す、悪行の原因の一つである。」
「名色法が悪をなしている、名色法が侮辱されている、この二組の名色法は、この瞬間に消滅する；それならば、誰が誰に怒っているのか？（＋それが分かれば）瞋恚と怨恨の心は、生じるはずがない。」
「究竟法は皆、無我（＝主宰者はいない事）である。悪をなす者はいないし、虐められる者もいない。」

もしも、長きに亘る習気のために、虐めによって生起した怒りの気持ちが、継続してその人をコントロールするならば、菩薩道を修すると発心した者は、以下のように省察しなければならない。
「忍辱は、徳を持って、怨恨に報える因である。」
「私に苦痛を齎す屈辱と虐めは、私に信心を惹起させる要素である。というのも、それは信心の親依止縁であり、世間の苦しみと不円満を感受する要素である。」
「目などの五根は、各種の、異なる目標・・・良いもの悪いものを含め・・・に出会うのは自然なことである。喜ばしい事柄にだけ、出会おうとする事は、不可能である。」
「瞋恚と怨恨の命令に従って、彼は已に、憤怒によって精神が狂乱している。このような人間に報復して、何の意味があるだろうか？」
「仏陀は衆生を、自分が自ら生んだ子供のように思っている。故に、菩薩道を修する私は、彼らが原因で失望したり、怒ったりしてはいけない。」

「もし、私を虐待する人が、聖潔なる戒行などの美徳を具備する人であるならば、私はこのように省察しなければならない：『私は徳行の有る人に怒ってはならない』と。」
「もし、私を虐待する人が、聖潔なる戒行などの美徳を具備しない人であるならば、私はこのように省察しなければならない：『私はあなたに、大悲心で対応しよう』と。」
「瞋恚と怨恨は、私の美徳と名誉を損なう。彼に対して怒ることは、私を醜悪にさせ、安眠できなくさせる事などが起こる。そして、これらは、私の敵が希望する事柄であり、敵が、嬉しく思う事柄である。」
「瞋恚の怨恨は、強敵であり、それは多くの危害を齎し、すべての成就を破壊する。」
「忍辱を具備する人に、敵はない。」
「悪を為す者は、その悪行によって、未来において、苦痛に遭遇する。私は、忍辱でもって忍耐すれば、彼のような苦痛に会う事はない。」

「もし、私が瞋恚と怨恨を、忍辱で克服したならば、私は、怒りの炎の奴隷となった敵に、打ち勝つことができる。」
「私は、瞋恚と怨恨で、忍辱という、この聖潔なる美徳を、放棄するわけにはいかない。」
「戒行等の聖潔なる美徳を具備する私が、美徳を排斥する汚れである怒りにまかせて、怒り狂うことなど、どうしてできようか？その上、これらの美徳が欠けたならば、私は、またどうして、衆生を支援し、仏果を証悟することができようか？」
「忍辱を具備してのみ、外部からの干渉を避ける事が出来、そうして初めて、心に定が生じる。定力のあるときだけ、諸行または有為法が無常であり、苦であり、諸法は無我であり、涅槃は無為法であり、不死、寂静、至上であり、仏の資質は、不可思議であり、かつ無辺の力量を具備していることを、観ずることができる。」

彼は、観照を通して、忍に随順する（＋心）を育成し、彼は以下の事を理解する：「彼らはただ、無我の自然現象である。彼らは、自分自身の因縁に従って、生滅しているだけである。どこから来たのでもなく、どこへ行くわけでもない。彼らは、永遠に存在する個体ではなく、これらの現象を主宰する主人もいない。」このように如実知見した後、彼らには「私が造った」「私によって造られた」という基盤がないことを、理解する。このように省察した後、菩薩は動揺せず、また不退転にして、目的地に向かえば、確実に、正等正覚を得る事ができる。以上が、忍辱波羅蜜の省察である。

ここにおいて、私は、富楼那（＝プンナ or フルナ）尊者の忍辱に対する態度について、説明する。それは、我々が忍辱を修習する時の、よい模範であるから。仏陀の時代、ある時、プンナ尊者は、世尊に対して、彼は、西方輪那という所に行って、住したいと言った。

仏陀は彼に問うた：「プンナ、西方輪那はの住民は、粗野で野蛮である。もし彼らが、あなたを罵ったならば、あなたはどういう気持ちがしますか？」
長老は答えて曰く：「世尊、もし西方輪那の人々が私を罵ったならば、私は彼らを良き人と見做し、瞋恚の無い心、忍耐のある心で、彼らを受け入れます。私は心でこう思います：『彼らは良き人々だ。非常に良い人々だ。彼らは、ただ私を侮辱しただけで、拳骨や腕で私を攻撃した訳ではない』と」
仏陀はまた問うた。「プンナ、もし、西方輪那の人々が、拳骨と腕で、あなたを攻撃した時、あなたはどのようの感じますか？」

「世尊、私は彼らを良き人と見做し、瞋恚の無い心、忍耐のある心で、彼らを受け入れます。私は心でこう思います：『彼らは良き人々だ。非常に良い人々だ。彼らは、ただ私を拳骨と腕で私を攻撃しただけで、石を投げつけた訳ではない』と」
次に、仏陀は再び彼に問うた。もし、それらの人々が、彼に石を投げつけ、棍棒で彼を殴ったならば、刀で彼を切ったならば、あまつさえ、彼を殺してしまったならば、彼はどのように感じるのか？と。

長老は答えて曰く：「世尊、私は瞋恚の無い心、忍耐のある心で、彼らを受け入れます。私は心でこう思います：『身体と生命に嫌悪を感じて、世尊の何人かの弟子、例えば瞿低迦尊者と闡那尊者は自殺しました。私はなんと幸運なことか。私は自殺しないで済むのですから。』」
最後に、仏陀は彼の考え方を讃嘆し、彼の為に祝福した。

次に説明するのは、《舎羅邦伽本生経》の話で、その中で、帝釈天王が、舎羅邦伽沙門に問うて言う：「拘利若伝承の沙門、何が、殺した後でも、我々が後悔しないものか？何が、捨てた後に、智者によって讃嘆されるものか？我々は、どのような人の辱めを、忍耐強く、受容しなければならないのか？どうかこれらの問題に答えて下さい。」

舎羅邦伽であった当時の菩薩は、答えた：「我々は、全くの後悔なしに、瞋恚と怨恨を殺さねばなりません。感謝の無い心を捨て去れば、智者の讃嘆を得る事ができます。相手が、自分より高級であろうと、下級であろうと、同等であろうと、彼らの侮辱を、忍耐をもって受容するのは、有徳者によって、最も高級な忍辱だと、讃嘆されます。」

帝釈天王は、再び問う：「隠士、我々は、自分より高級な人、または同等の人からの侮辱には耐えられるかも知れないけれども、我々はなぜ、自分より低級な者の粗野な悪語を、受け入れなければならないのですか？」

菩薩は答える：「我々は、怖れによって、自分より高級な人々に無礼を受容するでしょう。また、争いを避けるために、自分と同等の人々の侮辱を受け入れるでしょう。しかし、智者は、原因がなんであろうとも、我々より低級な人の、粗野な悪語を受容する事が、最も上等の忍辱であると、考えるのです。」

《忍辱行者本生経》の中において、我らの菩薩が、ある一世において、忍辱行者（Kantivadi）であった時の、彼の模範的な忍辱についての物語が、書かれている。ある日、カラブ（Kalabu）王、すなわち、未来のディバダッタは、多くの男女の侍者の随行の下、王家の公園に向かった。暫くの間遊んだ後、彼は疲れを感じて、眠った。国王に従う必要がなくなったので、皇后以外の、その他の侍女たちは、全員、王家の公園の中で説法している忍辱隠士の所へ行った。国王が目を覚ますと、皇后以外、すべての侍女がいない事に気が付いた。そして、皇后にどういう訳かと聞いた。事情を知って後、彼は隠士に非常に嫉妬し、憤怒し恨んだ。彼は隠士の所へ行き、何を教えているのか、と訊ねた。その隠士は国王に、自分は忍辱を教えているのだと言った。国王は、即刻、人に命じて、鞭打たせ、全身血だらけになった所で、もう一度、何を教えているのかと、訊ねた。

その隠士は答えた：「陛下、私が教えているのは忍辱でございます。そして、貴方様は、私の忍辱が、皮膚の表面ほどに浅いものとお考えでしょうか？」
それを聞いた国王は、更に怒りに燃え、人に命じて、その鼻と耳を切り落とさせた。そして、その後に、もう一度、何を教えているのかと、訊ねた。
その隠士は答えた：「陛下、私が教えているのは忍辱でございます。そして、貴方様は、私の忍辱が、鼻と耳にあると、お考えでしょうか？」

次に国王は、人に命じて、その両手と両足を切り落とさせた。その隠士は以前と同じように、国王は、忍辱が、手と足にあると思っているのかどうかと、問うた。隠士が自分の思い通りにならないと知った国王は、怒りでもって、彼の胸を一蹴りし、どこかへ行ってしまった。国王が去った後、その時は将軍であった、未来のシャーリプトラが隠士に、国王の愚かさをについて、許しを乞うた。
忍辱隠士は、すぐさま答えた：「私は国王に対して、毛筋一本程の瞋恚も怨恨もありません。実際、私は、彼の幸福と長寿を祝福しているのです。」

このように、国王の罵りを受けても、命令された人によって、鞭打たれ、鼻を削がれ、耳を切られ、四肢を切断され、死ぬほどの虐待を受けても、彼は決して怒ることなく、忍辱の時において、慈愛に満ちていたのである。我々の菩薩は、人であった時に、

この種の高度の忍辱を修行できただけでなく、動物に生まれた時であっても、同じくこのように修行したのである。

《大迦比本生経》（Mahākapi　Jātaka）の中で、一匹の猿に生まれた菩薩は、深い穴に落ちた婆羅門を救うために、全身の力を使い尽くし、その為に疲労し、また警戒心がなかったので、その人の身体の上で眠ってしまった。心が毒悪な婆羅門は、目が覚めた後、彼の命を救った猿を、飢えを満たす食べ物とみなし、全くの感謝の気持ちなく、石でもって、その猿の頭を殴ったのである。しかし、菩薩は一筋の瞋恚と怨恨の心無く、黙々と、頭にできた傷に耐え、その人が野獣に襲われる危険から脱出できるように、その後も、手助けしたのである。最後に、猿は、木の上から飛び降りて、血を滴らせる方法によって、森林を抜け出す道を示した。これが、菩薩が如何にして忍辱を修習するのか、という方法である。もし、あなたが菩薩になりたいのであれば、あなたはこの例を模範にして、実践するべきである。

七、真実（＝不妄語）波羅蜜

真実波羅蜜について言えば、それは大悲心と方法善巧智を基礎として、真実だけを言い、言葉に信用がある事、である。また、離心所、思心所に相当すると、分析する事もできる。その特徴は、話す言葉において、誠実で嘘がない事。作用は事実を明示する事：現起（＝現象・結果）は聖潔、美妙；近因は誠実。真実波羅蜜に関して、以下のように省察しなければならない。

「真実がなければ、戒行等の美徳を擁する事が出来ない。というのも、不真実（＝妄語）は、根本的に、願による実践ができない。真実を守らない時、一切の悪行も一緒についてくる。時々刻々、事実を話さない人は、今生においてもまた、他人の信任を受ける事はないし、一つ一つの未来の世においても、彼の話を受け入れる人はいない。真実を具備した時初めて、我々は、戒行等の美徳を育成する事ができる。ただ、真実を基礎にして初めて、我々は、浄化ができ、聖潔の美徳、例えば、波羅蜜、捨離と善行を、成就する事ができる。故に、各種の現象に対して、真実を保つという状況の下で初めて、我々は、波羅蜜、捨離と善行の作用を実行し、菩薩行を成就する事ができるのである。」

ここにおいて、私は須陀須摩の物語を引いて、我々の菩薩が、如何にして、真実波羅蜜を修行したかを、説明する。昔、人食い鬼という名の人が、森林に住んでいた。彼は、元々は、波羅奈国の国王であった（後に、彼が人肉を食べる事を知った大臣が、彼を追放した）。彼は、一つの願を発した。もし、彼が、相思樹の棘が刺さった為に傷つ

いた足を、薬を用いないで、七日で治すことができたならば、101 人の国王の血でもって、ガジュマルの木を祭る、というものであった（というのも、彼はガジュマルの木の樹神に、足を治してくれるよう、祈ったので）。

そして、彼の足は薬を使わずに治った（実は、自然に治ったもので、樹神が治した訳ではなかったが）。そして、彼は 100 人の国王を捕まえる事にも成功した（そして、彼らを木に吊さげた）。樹神の要求に従って、101 人目の国王として、彼は倶盧国の須陀須摩王を捕まえなければならなかった（樹神は、須陀須摩王だけが、彼を屈服させることができる事を、知っていたから）。彼は、鹿勝園で須陀須摩王を捕まえる事に成功し、背中に担いで森林に戻った。

須陀須摩王は彼に向かって言った：「私は一度家に戻らなければならない。というのも、私が鹿勝園に行く途中、難陀という名の婆羅門に出会い、彼は私に、400 銭に値する四首の偈を、教えてくれる事になっている。私はすでに、鹿勝園から戻ったら、彼から四首の偈を学ぶと約束して、彼に、私の家で待つように頼んである。どうか、私を解放して、私に、それらを学ぶと約束した事柄を、完成できるようにして下さい。その後で、私は戻ってきて、あなたに会いましょう。」

人食い鬼は言った：「お前は、すでに死神の手から逃げたように言うが、私はお前を信じない」

須陀須摩王は言う：「私の友人（人食い鬼と須陀須摩の二人は、まだ王子であった頃、共に学んだ仲であった）、人食い鬼、この世間において、道徳のある生活を送ることは、長寿ではあっても、罪悪感に満ちた生活を送るよりは、良い。というのも、それらは、人々の非常に厭うものであり、指弾するものであるから。真実でない言葉は、人々の死後、悪道に生まれ変わらないということを保証しない。友よ、『強風が大岩を天空まで吹き飛ばした』とか『太陽と月が地上に落ちた』とか、または『すべての河の水が上流に向かって逆流した』と言う人がいたら、あなたはそれを信じても良い。しかし、もし人が『須陀須摩が嘘をついた』と言うなら、それは信じる事が出来ない。友よ、若し人が『天空が裂けた』とか、『海が已に干上がった』とか、『須弥山は已に一筋の痕跡も残らないほど、削り取られた』と言うなら、あなたは信じなくでもよいが、しかし、人が『須陀須摩が嘘をついた』と言うなら、それは信じてはいけない。」

しかしながら、人食い鬼は依然として、彼を信じなかった。
人食い鬼が依然として、彼を信じなかった為、須陀須摩は考えた：「人食い鬼は、私を信じようとしない。私は、彼が信じられるように、誓いを立てよう。」そして、言った：「友よ。私を降ろしてください。私はあなたを説得する為、誓いを立てましょう。」

人食い鬼が彼を降ろすと、彼は言った：「友よ。私は剣と矛を持って誓います。私は、難陀婆羅門との約束を果たすために、町へ行って四首の偈を学んできます。そのため、暫くここを離れますが、その後、私は必ず、私の約束を守るために、あなたに会いに戻ってきます。もし、私が真実を言っていないのならば、二度と、剣と矛などの武器で守られた、皇族には生まれ変わりません。」

人食い鬼は考えた：「この須陀須摩王は、普通の国王なら恐ろしくて発する事のできない誓いを立てた。彼が戻ってきてもこなくても、自分が国王であることには変わりがない。もし彼が戻らないなら、私は自分の腕を切って、その血でもって、ガジュマル樹神を祭ればよい。」そう考えて、人食い鬼は、須陀須摩菩薩を町に行かせた。

須陀須摩王は、真に言った通りに実行し、難陀婆羅門から四首の偈を学んだ後、人食い鬼に会うために戻ってきた。これが、すなわち、菩薩がどのようにして、自己の命を顧みずに、約束を守るのか、という例である。

八、決意波羅蜜

決意波羅蜜について言えば、それは大悲心と方法善巧智を基礎にして、善を行い他人を利益する事に全く動揺しない決心の事を言うか、または、この決心をする時に生じる心を言う。その特徴は、菩提資量の修習への決意。作用は、菩提資量と対立する法との対峙。現起（=現象・結果）は菩薩行を動揺しないで修習する事。近因は、菩提資量。

決意波羅蜜は以下のように省察される：
「もし、何らの動揺なしに布施波羅蜜等の善行を修習するならば、敵対する煩悩に出会った時、我々は動揺なく、安定して善を行う事ができない。もし、動揺のない事や、安定する事がないならば、我々は善く巧みに、勇猛果敢に善を行う事ができない。善い巧みさと勇猛果敢が無い時、正等正覚の先決条件、すなわち、布施波羅蜜等などを成就する事が出来ない。ここで、私は簡単に、あなた方に、徳米亜王子の物語を説明し、我々の菩薩が、如何にして、決意波羅蜜を修習したかを、紹介したい。

ある時、菩薩はカーシ国の国王の王子として生まれ、名を徳米亜と言った。王子が生まれて一カ月の時、彼の父王は、彼を抱いて四人のコソ泥の裁判をし、四人とも処罰を受けた。王子は、驚きと悲嘆を感じ、心の中で「私はどうしたら、この宮殿を抜け出せるのだろうか？」と思った。次の日、彼が一人で白色の天蓋の下に横たわっていた時、彼は、自分の過去世を思い出した。彼は前の生では、33 天の中の男神であった。彼は更にもっと前の過去世を思い出してみると、前の二番目の生では、地獄にいて８万年も

の間、苦しみを受けた。彼は、なぜ自分が地獄に落ちたのかを省察してみて、その前の前世において、彼は 20 年間国王を務め、彼の父親と同じように、犯罪者の裁判をやっていた。

この事を思い出すと、彼はまたもや国王になるのかと思うと恐れが生じた。その時、彼の天蓋を守っていた女神は、彼の過去世においては、彼の母親であった。

彼女は菩薩を抱いて言った：「坊や、怖がらなくてもいいのよ。もし、坊やが宮殿から離れたいのであれば、口がきけない、耳が聞こえない、全身の力が抜けた身障者の振りをしなさい。そうすれば、坊やの願望は実現するでしょう。」

その時、王子はすぐに、そのように実行した。その後の 16 年間、王子は各種の試練を経たが、自分の決意に関しては動揺する事はなかった。

最後に父王は命令を下して言った：「私の息子は本当に口がきけない、耳が聞こえない、全身の力が入らない。彼を墓場に連れて行って、生き埋めにしなさい」。

その時、一人の御者が、国王の命令によって、徳米亜王子を墓場に連れていって、生き埋めにしようとした。彼が地面を掘っている時、徳米亜は、自分はすでに自由の身であることを知り、身体を動かし、話を始めた。このように、彼は 16 年という長きに亘って、色々な厳しい試練に見舞われたが、彼はなおも、動揺しない一枚岩のように、心が堅固であった。彼の堅固で動揺しない決意は、非常に難度の高い決意である。人は、徳米細王子のように全力を尽くして、動揺することなく、決意した任務を実行して初めて、菩薩が修習する所の決意波羅蜜を成就する事ができる。

九、慈波羅蜜

慈波羅蜜は、大悲心と方法善巧智を基礎にして、衆生の利益と幸福、安楽のために行う貢献、または無瞋心所である。その特徴は、衆生が豊かに、安楽にあれと願う事である。作用は、衆生の利益と幸福のため、または瞋恚と怨恨を解消する為に努力する事。現起（=現象・結果）は友愛。近因は衆生の、受容可能な面を見る事。

下記のように、慈波羅蜜を省察する：

「自分の利益に敏感な人であったとしても、他人の事を全く顧みないで、今世の成就を得たり、また、来世において善趣に生まれ変わる事はできない。ましてや、一切の衆生を指導して涅槃を証悟したいと願っている人が、慈愛のない状況下で、どうして目的を達成する事が出来ようか？

もし、あなたが最終的に、衆生を指導して、出世間の涅槃を証悟させたいと願うならば、あなたは今すぐに、彼らが世間的な成就を獲得するよう祝福しなければならない。」

「私は、ただ祝福するだけで、他人に幸福と安楽を齎す事はできない。私にそれが完成されますように。」
「私は今、彼らの幸福と安楽を促進するために、彼らを支援する。未来に於いて、彼らは必ずや、私と共に、法を享受する仲間になるだろう。」
「これらの衆生がいなければ、私は菩提資量を得ることができない。彼らは、一切の美徳を成就し、円満にする因であるから、これらの衆生は私にとっては、殊勝なる福田であり、善業をなす時の理想的な処であり、敬愛すべき対象である。」
このように、彼は、極めて強く、一切の衆生の利益と幸福を促す（＋心の）傾向を惹起しなければならない。
どのようにして、一切の衆生への慈愛を育成するのか？それは悲の基礎となるものである。彼が、無量の心でもって、その他の衆生の幸福と安楽のために、己を献身する事ができたならば、彼の、衆生の苦しみを抜き去ってあげたいという思いは、ますます強く深くなる。そして、悲は、仏果に向かう一切の法の一番目にあり、それは、そられの立脚点であり、基礎であり、根であり、頭であり、主人でもある。

慈愛を修習する人は、偽善を慈愛として偽装する欲愛に対して、細心の注意を払わなければならない。註釈の中で、警告して下記のように、言っている：「慈愛を偽装する欲愛は、非常に人をだます。」《清浄道論》の「説梵住品」でも、「瞋恚と怨恨を取り除けば、慈愛は成就する。しかし、欲愛の生起は、慈愛が已に破壊された事を示している。」

その意味とは：もし人が、自分に対して怒っている人に慈愛を送り、結果、怒りが消失したならば、取り替えたものは慈愛である。故に、瞋恚と怨恨の消失は、慈愛の生起である。もし、彼が慈愛を育成する時に、欲愛を生起させたならば、彼の慈愛は、已に消失している事になる。彼は、見た目が慈愛に似ている欲愛に、騙されたのである。（＋慈愛が）波羅蜜のレベルに到達したと言えるのは、拡散した慈愛が、必ず相手に到達しており、かつ慈愛によるレスポンスがある事、である。慈愛は十波羅蜜に属するだけでなく、同時にまた、40 種類の止禅の内の一つであり、禅の修行者にジャーナと神通を齎す事ができる。故に、菩薩と古代の大徳は、ジャーナと神通を証悟するために、非常に深く、強い定力で慈を修行したのである。

この、波羅蜜が成就した時の状況を明らかにするために、私は、あなた方に、簡単に、《善人本生経》を説明する。梵予王が波羅奈国を統治している時、彼は国家を公正

に治め、国王の 10 項目の任務を遂行した。彼は、布施をし、五戒と布薩戒を持した。当時、罪を犯した大臣が国王によって国外に追放された。

その大臣は隣国の憍薩羅国に行き、そこの国王に仕えた。彼は、憍薩羅王を煽動して、兵を派遣して、波羅奈国を攻撃し、占領するのは簡単な事だと言った。憍薩羅王は、彼の提案を受け入れ、実行してみた所、実際、非常に簡単に、全く抵抗しない梵予王と、その大臣たちを捕まえる事ができた。牢獄の中で、梵予王は、憍薩羅王に慈愛を送り、慈心ジャーナを証悟した。その慈愛の力によって、憍薩羅王は、全身が燃えているような感じがした。

このような苦しみを受けて、彼は、大臣たちに訊ねた：「私はなぜこのようになったのか？」

大臣たちは答えた：「陛下、あなたがこのように苦しむのは、あなたが徳行のある梵予王を囚え、投獄したからです。」

それを聞いて、憍薩羅王は急いで梵予王に会いに行き、彼に許しを乞い、国を彼に返した。この物語から、我々は、慈愛はジャーナを証悟するのに、非常に役に立つ事を、知るべきである。

仏陀の慈愛：

ある時、仏陀が団長となって、サンガの人々が、クシナラに行った時、馬羅国の王子たちが、一つの取り決めをした。それは、もし、サンガを出迎えにいかない人がいたら、懲罰する、というものであった。その時、名前を羅加という馬羅の王子がいて、彼はアーナンダ尊者がまだ出家していない時の、友達であった。彼は出迎えに行きたくはなかったが、取り決めに従って、サンガを出迎えに行った。その時、アーナンダ尊者は、羅加に、このようにする事（＝皆で出迎える）は、得難い縁である、というのも、今回、団長として、サンガを引き連れてきたのは、仏陀であるから、と言った。

羅加は、自分は、取り立てて三宝に信を寄せている訳ではなく、ただ、彼らの間で取り決めがあったので、来たのだ、と言った。羅加の返答に不満を持ったアーナンダ尊者は、この事を仏陀に報告し、仏陀に、何らかの方法によって、羅加の心が軟化するようにして欲しいと、頼んだ。仏陀は、ただ慈愛を羅加に送っただけで、彼は母牛から逸れた子牛のように、即刻、仏陀に会いに、お寺にやって来た。そして、仏陀に対して、真実の信が生起したので、彼は仏陀に礼拝し、仏陀の説法を聞き、須陀洹になった。

《増支部・11 集・随念品・経五》では、不断に慈心を育成する人は、11 種類の利益を得る事ができると説明している。

一、安らかに眠れる。

二、静かな心で目が覚める。
三、悪夢をみない。
四、人類から愛される。
五、非人間（夜叉や幽霊）から愛される。
六、天神の保護を受ける。
七、火、毒と武器から守られる。
八、心が定に入り易い。
九、顔が穏やか。
十、死ぬ時迷わない。
十一、今生で阿羅漢果を証悟しない場合、梵天界に生まれ変わる。

仏陀の時代、ある時、烏提那王は、沙馬瓦弟皇后に対して、大変に憤っていた。それで、皇后と彼女の 500 人の女官を一列に並ばせて、彼自ら、毒の弓矢を持って、彼女らを射殺そうとした。しかし、彼女たちは、静かに佇んで、国王に慈愛を散布した。その時、国王は、弓矢で射る事ができないと感じたが、しかしまた、その弓矢を手放す気力も、生じなかった。彼は全身に震えを感じ、全身に汗をかき、よだれが口から垂れ落ちた。彼は突然、自分をコントロールできなくなったかのようだった。

その時、沙馬瓦弟皇后は訊ねた：「大王、あなたは、疲れを感じてはいませんか？」
国王は答えた：「親愛なる皇后、私は確かに非常に疲れた。私の支えになってくれ」
皇后：「いいですよ。大王。弓矢を地面に向けて下さい」
国王は言われた通りにした。その後に、沙馬瓦弟は発願した：「その矢が、発射されますように」

その時、矢は地面の下へと、発射された。同じく、仏陀の時代、ある時、高級娼婦である西礼馬は、仏陀の女性在家弟子である優多羅に、大いなる嫉妬を感じていた。そのため彼女は、火で熱く熱したバターを一杯入れた杓子を持って、突然、優多羅の頭の上から掛けた。しかし、当時、優多羅は、慈心ジャーナに入っていて、全身が慈愛に包まれていたため、熱いバターの温度を感じる事なく、その熱いバターは、まるで蓮の葉の上を転げる水のように、彼女の身体から、転げ落ちて行った。このように、仏陀や菩薩の慈愛に非常な威力があるだけではなく、弟子たちの慈愛もまた、非常に威力を発する事のできるものなのである。

十、捨波羅蜜

最後に、捨波羅蜜（＋についての説明をするが、捨波羅蜜）は大悲心と方法善巧智を基礎にして、すべての好ましく思う心と、嫌悪する心に対して、バランスのとれた、分別（＝区別又は差別）しない態度を言う。その特徴は、愛と恨に対して、中立の態度をとる事。作用は、物事を平等に見る事。現起（=現象・結果）は、愛と恨を軽減する事。近因は、自業智、すなわち、衆生は、自分がなした業の主人である事を、理解する事。

捨波羅蜜については、以下のように省察する：
「もし捨心がないならば、他人からの侮辱や虐待は、己の心に干渉や動揺を引き起こす可能性がある。心が落ち着いていないと、善の修行、例えば、仏になるための先決条件である布施などが、できない。」
「たとえ、心がすでに、慈愛によって柔軟になっていても、捨心がなければ、菩提資糧を浄化する事ができないし、善業と善果を、衆生の利益と幸福のレベルを引き上げるために利用する事ができない。」
また、ただ、捨の力でもってして、初めて、一切の菩提資糧の実践、決意、成就と円満を行うことが、できる。というのも、もし捨心がないならば、菩薩道を発願した者は、全くの錯誤なしに、また布施の品物と、布施を受け取る者の分別（＝区別と差別）なしに、布施を行う事ができないからである。

もし捨心を具備しないならば、彼にとって、生命と身体の危険を顧みずに、浄戒を修する事は、難しい。ただ、捨心でもって、善行を喜ばない心を克服し、また、感官の享受を楽しむ心を克服した後で初めて、彼は、出離心の力を円満成就する事ができる。智捨だけが、諸々の波羅蜜の作用を正確に省察する事ができる。捨心がないのに、過剰な精進力がある時、奮闘の作用は、その力を、発揮することはできない。捨心を具備した人だけが、忍辱を実践できる。生命における諸々の変化、毀誉褒貶に対して捨心を保持して初めて、彼は、波羅蜜修習にの決意に対して、（＋その心が）不動でいられる。

ただ捨心だけが、他人からの辱めを受け入れる事が出来るが、このようにして初めて、心は常に、慈心に住むことができる。このように、捨は、その他の波羅蜜を修習する時の、必要条件なのである。これが、捨波羅蜜の省察である。

無愛と無恨は、捨心の成就である。事物に対して、漠然として対応しないとか、無関心であるとかの状況は、捨心を破壊するものである。この種の態度は、捨とは言えない。ただ人々はそれを捨だと誤解しているに過ぎず、実際、それは、覚醒のない心であ

る。真実の捨は、衷心において、無感動であるとか、覚醒しないとかではなく、楽と苦に導く善と悪を、明確に見てとっているものである。

しかし、捨を修行している人は、以下のように省察しなければならない。「これらの楽と苦は、私とは無関係である。これらは、彼ら自身、彼女たち自身の、悪業と善業の果報である。」と。註釈では、「各種の良い事柄、悪い事柄に対して、衷心的に無感動である所の、覚醒のない、または失念は、誤りである。捨を偽装した痴は、誤りである。善を修行したくない心は、人をだます事が出来る。というのも、それは、まるで捨心に見えるように顕現するから。善を行うのが面倒な人の心もまた、まるで捨心であるような、偽装をする。故に、我々は注意深くあって、偽装された捨心の愚かさや怠慢に騙されないようにしなければならない。」

捨とは、決して、無関心とか、漠然としてみているだけ、というような態度の事ではなく、反対に、それは、目標に対する関心と熱情を伴うものである。このように捨を修習する時、彼は心で思う：

「私は、衆生と自分を安楽に、または苦痛にする事はできない。善業のある人は、楽しく、悪業のある人は苦痛である。彼らの苦楽は、過去の業と関係があるので、彼らの過去の業が熟し、その為に遭遇しなければならない果報に対して、私は何かを変える、という事はできないのだ。」と。

ただ、衆生を目標として、このような明晰な省察をして初めて、真実の捨心である、といえる。それ（捨）は、憂慮と不安とに巻き込まれることがないので、聖潔であり、安らかであり、平静である。

《行蔵註疏》の中で、捨波羅蜜を修習する「大身毛豎立行」の物語がある。ある時、菩薩は、富裕な貴族の家に生まれた。成長した後、有名な師について、学んだ。学んだ後、家に戻って両親の面倒を見た。両親が亡くなった後、親戚が、彼に遺産を守る様に、かつ、更に儲けてくるように、と要求した。しかしながら、一切の有為法（因と縁が和合する法）の無常性を見透かした菩薩は、すべての三界に対して恐れを感じていた。

彼はまた、身体の不浄を見透かしていたので、世俗の生活における煩悩に、巻き込まれるのが嫌であった。実際、長い間、彼はずっと、欲楽の世界から離脱したいと思っていた。故に、彼は自分の財産を放棄して、すぐに出家したいと思った。しかし、彼は考えた。「人々は、私が実践した捨棄を褒め称え、その為に、私は有名になってしまう。」

彼は、有名になる事も、栄誉を受けることも好まなかったので、結局は、出家を取りやめた。彼は、己が世間的な変化、毀誉褒貶、例えば、得失などに、全く動揺しないでいられるかどうかを試すために、普段の服を着て家を離れた。

彼がこのように行動したのは、他人の悪意ある待遇を忍受する事をもって、最も高度な捨波羅蜜を成就したかったからである。彼の困難を極める修行と行いは、人々にとっては、彼が一人の懦弱な人間であるが故に、人に対して怒らないように見えた。彼が各地の、大小の村々をめぐる時、人々は皆彼に無礼な対応をした。というのも、皆、彼を尊敬に値しない人だと思っていたから。ある土地の住民が、彼に酷い待遇をすればするほど、彼はそこに長く居続けた。服が破れた時、残った部分で体を隠すようにしたが、その部分も破れてしまうと、彼は他人がくれる服を着る事を拒み、そこいら辺にある物でもって身体をくるみ、続けて漫遊に出かけた。

長い日々が過ぎて、彼はあるに来た。その村の子どもたちは非常に粗野であった。幾人かの寡婦と皇族の子ども達は、非常に尊大で、情緒は安定せず、くだらない話が好きだった。彼らは、あちらこちらに出歩き、他人を愚弄した。彼らは、虚弱な老人が道を歩いているのを発見すると、後ろを着いて歩き、老人たちの背中に灰を撒いた。彼らは、ある種の木の葉を老人の脇の下に入れ、老人たちを痒がらせた。老人が後ろを振り返って見ると、彼らは老人の歩く様子、背を丸め腰を屈め、モゴモゴするのを模倣して、人を愚弄する事を楽しんだ。

菩薩が、これらの粗野な子供たちに出会った時、彼は思った：「今、私は、捨波羅蜜を成就するための助けとなる、とてもよいものに出会った。」
そのため、彼はその村に残った。子供たちは、彼を見つけると、傍に来て彼を愚弄した。彼は、虐めに我慢できない上に、子供たちを恐れている振りをして、逃げ回った。しかし、彼がどこへ逃げて行っても、子供たちはどこまでも着いてきた。
菩薩が墓地に来た時、彼は思った：「ここならば、子供たちが悪事を働くのを止める人はいない。今、私に、高等な捨波羅蜜を成就する時がきた。」

そう思った彼は、墓地に入り込み、髑髏を枕にして眠った。いたずらができると思った愚かな子供たちは、色々な方法を用いて、菩薩を侮辱し、彼に唾などを吐きかけた後、立ち去った。このように、子供たちは毎日、菩薩をいじめに来た。これら悪童子のいじめを見ていた何人かの智者は、彼らに悪事をやめさせようとした。
彼らは思った：「この方は、大神力を持つ梵行沙門に違いない。」
そして、彼らは最高の敬意でもって、菩薩を礼拝した。

これら愚昧な子供達と、これら智者に関して、菩薩は、いつも同じ態度で接した。彼は、彼を敬う後者を喜ばなかったし、彼を侮辱する前者を嫌う事もなかった。彼は、両者に対して、喜ばない、怒らないという中捨の態度を守った。彼はこのようにして、

捨波羅蜜を修習した。慈と同じく、捨もまた、40 種類の止禅の内の一つであり、10 波羅蜜の一つでもある。

もし、あなたが真剣に、捨波羅蜜を修習したいのであれば、あなたは、段階を追って、慈心観、悲心観と、喜心観を修習して、第三禅にまで到達しなければならない。第三禅から出てきた後、捨を修習し、無量の世界における衆生を目標に取り、捨心第四禅を証悟するまで、修行しなければならない。あなた方は、行捨智を証悟するまで、観禅も修習しなければならないが、（＋私が説明した上記は）あなた方が成就しなければならない、最も上等の捨波羅蜜である。

今夜、私の話はここまでにします。菩薩道を修したいと願う人は、一日も早く、授記を受けた菩薩になれるよう、祈願します。涅槃を証したいと願う人は、一日も早く、最終目標に到達するよう、祈願します。

Ⅴ．大菩提乗（三）（Mahābodhiyāna）

波羅蜜を汚染する要素とは何か？

その答えは：
渇愛、我慢（＝我ありという慢心）と邪見（＝非有見、無因見、非作業見）によって、諸々の波羅蜜を「私のもの」「私」または「私自身」とみなすこと。これらは、すべて波羅蜜を汚染する原因になる。

各々の波羅蜜を汚染する原因をさらに詳細に説明すると、以下のとおりである。
１、布施の品物に対して、分別（＝差別、区別）の心があること。布施を受ける人に対して、分別の心があること。このことは、布施波羅蜜を汚染する。（布施波羅蜜を修習するとき、菩薩は自分が何を持っていようとも、まったくの分別心なく、それをもらいに来た人であれば、誰にでもあげることができなければならない。彼は、布施の品物に対して、以下のように思いなしてはならない：「この品物は質が良くないので、布施するにはふさわしくない。これはよい品だから、布施しないほうがよい。」また、彼はこのように思いなしてはならない：「この人は道徳のない人であるから、私は彼に布施しない。」この種の分別心は、布施波羅蜜を汚染する。

２、異なる生物と異なる時間（＋または期間）に分別の心があると、持戒波羅蜜を汚染する。（持戒波羅蜜を修習するとき、生物と季節に対して、分別の心を持って、以下のように思いなしてはならない：「私はこれこれの生物にだけ不殺生戒を保ち、その他の衆生には不殺生戒を保たない。私は、これこれの時間、期間において戒を持し、その他の時間、期間においては、戒を保たい。」この種の分別心は、持戒波羅蜜に不清浄を齎す。
３、二種類の欲と三界の生命を、楽しいものと思うこと。そして、欲と生命の止息は苦であると思うこと；これらは出離波羅蜜を汚染する原因である。
４、間違って「私」、「私のもの」があると考えるのは、智慧波羅蜜を汚染する原因である。

５、軟弱で無力な心が昏沈と散乱を齎すのは、精進波羅蜜を汚染する原因である。
６、自分と他人（私側の人と他人側の人）を区別する心は、忍辱波羅蜜を汚染する原因である。
７、見ていないし、聞いていないし、触れていないし、また知らないのに、見た、聞いた、触れた、知っているということ。反対に、見たし、聞いたし、触れたし、知っているのに、見ていない、聞いていない、触れていない、知らないということ；これらはみな、真実波羅蜜を汚染する原因である。

８、波羅蜜、捨離と諸々の菩提資糧の善行は無益であると考えるか、または、反対に、それらと対立する悪法は有益であると考えること；これらは決意波羅蜜を汚染する原因である。
９、誰が自分に恩があるかどうか（誰が善き友人であり、誰が善き友人でないか）を分別するのは、慈波羅蜜を汚染する原因である。
１０、であうところの感官の目標を、喜ばしい、または喜ばしくないと分別する心は、捨波羅蜜を汚染する原因である。

波羅蜜を浄化する要因とは何か？この問題「波羅蜜を浄化する要因とは何か？」への回答は：渇愛、我慢（＝我ありという慢心）と邪見（＝前出）に汚染され、破壊されることがない事。ただ渇愛、我慢、邪見と分別心の汚染を受けない波羅蜜だけが、清浄であり得る。

波羅蜜と対立する要因とは何か？この問題「波羅蜜と対立する要因とは何か？」への回答は：大まかに言えば、一切の煩悩と悪法は皆、波羅蜜の対立要因である。

詳細な検討：布施の品物に執着する事と利己的な態度は、布施波羅蜜と対立する。身・口・意の悪行は、持戒波羅蜜と対立する。欲楽の目標、煩悩欲と生命を楽しむことは、出離波羅蜜と対立する。愚痴（＝愚かさと無知）は、智慧波羅蜜と対立する。八つの懈怠事は、精進波羅蜜と対立する。如実に真実・実相を語らない事は、真実波羅蜜と対立する。

波羅蜜と対立する悪法を克服する能力がない事は、決意波羅蜜と対立する要素となる。九つの、瞋恚・怨恨に至る原因は、慈波羅蜜の対立要因となる。中立の立場を捨てて、喜ばしい目標、または喜ばしくない目標を受け入れるのは、捨波羅蜜の対立要素である。

波羅蜜を修習する時の詳細法とは何か？

この問題：「如何にして波羅蜜を円満成就するか？菩薩はどのようにして波羅蜜を修習するのか？」の答えは以下の通り：

布施波羅蜜

衆生の利益のために、菩薩は色々な方法でもって、布施波羅蜜を円満成就する：すなわち、衆生の利益と幸福のために尽力し、自己の身体と生命を捨てて、彼らの身上に発生するであろう危険を防止し、彼らに仏法の指導を行う、等である。

詳細な答えとしては：布施には三種類ある。すなわち、一、物施または財施。二、無畏施。三、法施。

一、物施

物施は、また二種類に分けることができる。すなわち（ⅰ）内物施と（ⅱ）外物施である。（経典に基づいて列挙するならば）布施できる外物は 10 種類ある：食べ物、飲み物、衣類、交通機関、香水、花と薬、座席、ベッド、住居と灯り取りの道具。これらは、もっと多くの種類に分けることができる。例えば、食べ物は固いものと、軟らかいものなど。同様に、（論蔵に基づいて列挙するならば）物品は、六塵（六所縁）の分類方法に基づいて六種類に分けることができる。すなわち、目に見える物、音に聞こえる物など。これら六塵の物品は、さらに細かく色々に分類することができる。たとえば、見える物としては、黄色のもの、青い物などなど。同様に、物品は、多くの無生物として分けることもできる。たとえば、宝石、金、銀、真珠、珊瑚、稲田、その他の耕作に適した土地、公園、花園など。生きているものとしては、女性の奴婢、男性の奴婢、牛などがある。このように、布施できるものは多くある。

如何にして外物施をするのか？

菩薩が外物の布施をするとき、彼は布施の品物を、その品物を必要としている人に布施する。彼が、ある人がその物を必要としていることを知ったならば、その人が欲しがらなくても、彼は布施をする。もし、人が品物をもらいにきたならば、彼は更に多くを布施する。布施をする時、彼は、まったくの無条件でそれを行う。十分に足りる品物がある時、彼は、一人一人に十分な量をあげる。もし、品物が足りない時、彼は、平等に平均して分配する。

ここに、一つの注意点がある：布施を行う時、彼は後に困った事になる物品、例えば武器、毒薬や麻酔などの物を布施することはない。彼はまた、利益もなく、懈怠や不注意を導く、楽しみのためだけの玩具なども布施しない。病人については、彼は病人にとって、不適切な食べ物や飲み物を布施することはなく、適切で適量な物品を布施する。同様に、ある人が彼に物を乞うたとき、在家には在家にふさわしい物品を、比丘には比丘にふさわしい物品を布施する（在家に対して、比丘が使う品物を渡さないし、その反対もない。）布施する時、彼は、親しい父母、親戚、友人、同僚、子供たち、妻、使用人および労働者に、面倒なことや困難を持ち込まない。

よい品物を上げると言ったのならば、彼は、劣った品物を上げることはない。布施する時、彼は利益、尊敬、名誉および返礼を期待することはない。正等正覚を除いて、彼は善界に生まれ変わることを期待しないし、富などの善報も期待しない。彼が布施を行う唯一の願望は、正等正覚を証悟することである。布施をする時、彼は、布施の受取人や、布施の品物を嫌悪することがない。彼を侮辱した受取人にでさえも、彼は決して、無礼な態度をとることはないし（ごみを捨てるような態度で渡さない）、怒りにみちて布施することもない。

彼は常に悲心を持ち、相手を敬い、かつ静かに布施をする。布施をするとき、彼は決して、騒がしい歓呼の声が吉祥であるとは信じないで、因果について、確信を強める。布施の時、彼は受取人に、卑下するように言ったり、彼を敬うように言ったりはしない。また、誤った指導をしたり、分裂を生じさせるような動機を持つことはない。彼は、非常に静かな、おちついた心で布施を行う。布施をするとき、彼は決して粗悪な言葉を用いないし、驕慢に口を曲げてみせたり、愁眉を結んでみせたりはしないで、ただ、愛語を用い、顔に笑みを浮かべ、心は平和で静かで安らかである。

ある種の物品に対して強烈な執着か、または貪欲が生じた時、その品物の品質が良いためであるか、または、長期的に個人が所持していたためであるか、または自分が価値のある物品や、特別な物品に貪欲を感じる性格であるかと、菩薩ならば、これらの貪

念をはっきりと自覚し、そして、素早くそれらを取り除き、その後に、受取人がそれを受け取ってくれるまで、受取人を探し、見つけ出す。

もし、彼が一回の食事で、ちょうど一人分の食事しかない時に、ある人がそれを貰いに来たとして、菩薩は、微塵の猶予もなく、礼節のある態度でもって、すべての食べ物を、その人に布施する。ちょうど、我々の菩薩がアキッティ（＋という名のバラモンの富豪の子）であった時になしたように。

人が彼に、彼の子供や妻、下僕などを要求した時、彼はまず自分の子供、妻などに、要求されている布施の意味を説明し、彼らの同意のあった時にだけ、これら、彼の波羅蜜の円満成就ために手助けすることに喜びを感じる人を、他人に布施する。しかし、もし、彼に要求してきたのが非人間（たとえば夜叉、阿修羅など）である時、彼は布施をしない。同様に、彼は決して、国家を、人民に危害と苦痛を齎す人に贈ることはなく、人民を正当に保護することのできる有徳の士にだけ、贈る。これが、外物施の方法である。

如何にして内物施するのか？菩薩には、二種類の内物施の方法がある：

１、全身を布施する：衣食のために、身を売って奴隷になり、他人に奉仕する人になる人間がいるように、菩薩は、身体をささげて、衆生に奉仕することがあるが、その時、完全に、欲楽を求めたり、善界に生まれたいと願ったりすることはない。ただ、衆生に至上の利益と幸福がもたらされるように期待し、また、布施波羅蜜を最高の境地において円満成就することだけを希望する。

２、四肢と器官を布施する：彼は一筋の猶予もなく、自己の四肢と器官（たとえば手、足、目など）を、必要としている人に布施する。まるで外物を布施するのと同じように、彼は決して自分の四肢や器官に執着することはないし、毛一筋ほどのとまどいもない。

二つの目的

自己の四肢、器官を捨てさる時、菩薩には二つの目的がある：

１．受取人の願望の成就と、必要な物の獲得の成就。

２、惜しみなく、執着なく布施をすることによって、波羅蜜を修習する善き方法を獲得する。菩薩は、全身または器官のどれか（内物施）を布施する時、まるで慈善によって外物を布施するのと同じように、以下のように思う：「このような布施を通して、私は、必ずや、正等正覚を証悟するであろう。」

布施をするとき、彼は受取人に益のあるものしか渡さない。もし、欲しがっているものが、彼を傷つける魔王であったり、兵卒であったならば、菩薩は身体や器官を布施

することなく、以下のように考える：「彼らにとって一つもよい結果にならない布施はしてはならない。」

同様に、彼は、自分の身体または器官を、魔王や魔兵にコントロールされている人や、精神が不正常な人に布施することはない。それ以外であれば、彼は、誰かが彼に何かを欲しがった時、彼は即刻布施をする。というのも、この種の布施の機会は、非常に稀有であるからである。

二、無畏施

衆生が、国王、盗賊、火災、敵、野獣、龍、夜叉、阿修羅などの危害に会ったとき、菩薩は無畏施を布施して、自らの生命を顧みずに、彼らを保護し救済する。

三、法施

法施とは、無貪、無瞋、無痴で、清浄なる心を言い、決して曖昧な態度で真実法を教えることはない。非常に強い善念をもって弟子（阿羅漢）になりたいと思っている人に、菩薩は彼に三帰依、持戒、諸根の防護、食における知足、正念の修習、七善法、止禅（＝サマタ）と観禅（＝ヴィパサナ）の修習、七清浄、四道智、三明、六神通、四無碍解智と弟子菩提、すなわち阿羅漢果を開示する。

彼は、詳細に、上述の諸法の本質を述べて法施とし、三帰依、持戒などをいまだ実践していない人々が、これらの徳行を打ち立てられるよう、支援する。これらの徳行をすでに確立した人々には、さらに一歩進んで前進するよう、また浄化できるよう、支援する。

同様に、パーチェカ仏陀になりたいか、または仏を円満成就したいと発願した人々に対しては、菩薩は彼らに対して、10 波羅蜜の内容（＋相と作用など）を詳細に解説することによって、法の布施を行う。彼はまた、菩薩の三つの段階における栄誉、すなわち波羅蜜の修習、成仏の時、および仏陀の任務の遂行について、詳細に説明する。彼は、人がパーチェカ仏陀果または仏果を十分に証悟できるよう修行するための支援をし、すでに確立したものに関して、さらに前進し、浄化できるよう支援する。

布施波羅蜜の修習をする時、菩薩は、自己の生命と財物は無常であることを領悟する力を育成する。彼はまた、これらの財物は他人と共有するものであると見做す。彼は不断に、衆生に対して大悲心を育成する。大悲心を育成している時、彼は財物の中から功徳の精華を蒐集する。たとえば、ある人の家が燃えた時、命を保つためにそこから逃げ出すと同時に、最も貴重なものを安全な場所まで運び出すように、である。

同様に、菩薩はすべての財物を物惜しみすることなく、ひとつ残らず布施をするが、それは、不断に、欲火などの 11 種類の火（＝貪、瞋、痴、生、老、死、愁、悲、苦、憂、悩）に苛まれている（人、天、梵天）の三界の宮殿から己を救出し、同時に貴重な財物を持ち出しているようなものである。布施をするとき、彼は、布施の品物が何であるかとか、自分の手元に何を残しておこうかなどと考慮することはなく、分別心もまた、一筋もないのである。（以上が、布施波羅蜜を修習する方法である）。

如何にして持戒波羅蜜を円満成就するか？

もし、人に物質的な援助をしようとするとき、我々は、先に財物を獲得しておかねばならない。同様に、衆生を戒行の装飾で飾ろうとする時、菩薩は先に自己の戒行を清浄にする。

戒行を浄化する方法は、四種類ある：

一、自己の（＋心の）傾向を浄化する。

二、他人から戒を授けてもらう。

三、戒を犯さない。

四、犯した戒を懺悔する。

止戒（Varitta　SĪla）と行戒（Cāritta　SĪla）

上に述べた四つの方法で浄化された戒行は、二種類に分けることができる。すなわち、止戒と行戒である。

１、止戒（止持戒）とは、仏陀とほかの聖者が禁止したことを行わない事。もし、彼らが「これは間違っている。してはならない事である。禁止されるべきものである」と述べたために、殺生などの 10 悪業をなさないならば、それは止戒である。
２、行戒（作持戒）とは、尊敬するべき導師、両親、善友などに敬意を表し、彼らに対し、指弾されない、また有益な責任（＋ある任務・行為を）遂行する。

菩薩は如何にして止戒を持するのか？

菩薩は衆生に対して大悲心を有しており、たとえ夢の中であってさえ、衆生に対して瞋恚・怨恨の心を持たない。そうであるが故に、彼は殺生戒を持する。彼の常に人々を助けようとする精神によって、彼は他人の財物に対しては、一匹の毒蛇のように感じており、（＋衆生の財物に対して）不適切な傾向（＝欲望）をもつことはない。彼が、比丘または隠士であったならば、彼は梵行を修習する。彼は、女性と房事を行うことを避けるだけでなく、《増支部》に書かれている色欲による七つの小さな束縛をも避ける。

すなわち：
一、女性の愛撫を楽しむ。
二、女性と一緒に笑いさざめくのを楽しむ。
三、女性と目と目を合わせて見つめあうのを楽しむ。
四、壁を隔てて女性の笑い声、歌声と泣き声を聞くのを楽しむ。
五、過去に女性と共にいた楽しみを回想するのを好む。
六、他人が欲楽を享受しているのを見るのを楽しみ、また、このような快楽を得たいと欲する。
七、天界地に生まれて梵行を修行したいと願う。

色欲の七つの小さな束縛さえも避ける彼にとって、邪淫戒を破ることは不可能であり、彼は大昔からすでに、戒を守ることによって邪淫を絶している。在家として生まれた時、菩薩は、他人の妻に対して欲念の思いを生起させないよう、非常に注意を払い、決して気を緩めることはなかった。話をするとき、彼は決して四種類の不適切な言い方をせず、真実の話～友人の間に平和を齎すような話、友愛の話、及び適当な時期に適切な仏法の話だけをした。

彼の心には貪欲（この貪欲とは、他人の物をむやみに欲しがることを言う）と瞋恚（この瞋恚とは、人を害したいという心）というものがなく、常に正見を信受し、衆生自業智（kammassakatañāṇa）を有していた。彼は、正法を修習する隠士に対して信心（＝信頼の心）と善意を有していた。

菩薩は如何にして行戒を修習するのか

菩薩は、友人に対して、常に歓迎の意を表し、敬意と礼節をもって合掌し、挨拶をし、彼らを招待する。病人に対しては、彼は自ら至れり尽くせりに介護・奉仕する。仏法を聞いた後、彼は嬉しさを表現する。彼は、有徳者の美徳を称賛する。他人から侮辱を受けた場合、彼は辛抱強く忍耐し、かつ、彼らが彼に与えた恩恵について、繰り返し思い出すようにする。彼は他人の善行に随喜し、己の善業は正等正覚を証悟するための資糧とする。彼は時々刻々、善法の修習を忘れない。もし彼が、何かの事柄について間違いを起こしたならば、彼はそれを認める（隠ぺいを試みることはない）し、法友に懺悔する。彼は益々多くの法を修習し、成就の内容もまた益々高度になる。

同様に、自分が受け入れることのできる方法で、かつ同時に衆生にも利益を齎すことのできる方式をもって、彼は善りよく、巧みに、熱心に衆生に奉仕する。彼らが病気で苦しんでいるとき、彼は全力を尽くして、彼らの苦痛を取り除こうとする。不幸（vyaasana）が彼らの身の上に降りかかった時、たとえば、彼らの親戚、財産、健康、戒律と信仰などに危害が生じたとき、彼は彼らに慰めを与え、彼らが彼らの苦痛を取り除けるようにする。

彼は正義をもって、彼らにとって糾弾されるべき、不正な行為を指摘し、彼らを邪悪から引き離し、善行を打ち立てる。支援されるべき人に関しては、彼は正義をもって支援する。過去の菩薩が、どのようにして、最も高尚なる努力をして、実行するには最も困難な、不可思議な力と確信をもって、衆生に安楽と幸福を齎す波羅蜜、捨離と善行を実践したかを聞く時、菩薩は決して恐れることなく、気後れすることなく、気落ちすることもない。

彼は省察する：「過去の諸々の菩薩は、私と同じ人間にすぎなかった。しかし、長期的に戒・定・慧の修習を不断に行ったために、正等正覚に到達した。過去の菩薩と同じく、私も完璧な戒・定・慧の三学を実践している。かくのごとく、同等の三学を完成したならば、私も同様の目標を証得することができる。それはすなわち、正等正覚である。」

このように、信心（＝確信）を先駆とし、意気軒高とした精進に支えられて、彼は戒学などを実践し、成就する。同様に、菩薩は自己の善行を喧伝することはなく、反対に、自己の過失については、率直に認めるものである。彼は小欲で知足である。隠居生活を楽しみ、社会の中で、雑多な生活をすることがない。

彼は各種の苦難に耐え、いかなる物事にも貪欲を覚えたり、またはいらだったりしない。

彼は夜郎自大的に傲慢になることなく、悪意を持って他人を侮ったりせず、つまらぬ噂話もしない。

彼は安寧で、かつ平静であり、不適切で、虚偽的な生活とは、距離を保っている。

彼は小さな成功に自己満足を覚えることはなく、不断に、さらなる高度な目標のために奮闘する。耳の悪い人には、彼は、手話で会話する。彼は座席や交通手段を障碍者に提供し、またはその必要があるときは、自ら、彼らを背負って目的地に行く。

彼は、信心（＝確信）のない人が信心を持てるように、怠惰な人が精進力を育成するように、正念のない人が正念を育成するように、浮つきと憂慮の多い人が定力を育成するように、また、愚かで無知で、頭がぼんやりしている人が智慧を育成するよう、奮闘努力、尽力する。彼はまた、五蓋に干渉されている人には、それらが克服できるように、また、貪欲、瞋恚と怨恨の心、残忍な悪念に圧迫されている人には、これらの圧力が取りのぞけられるよう、努力する。彼は、彼を支援してくれたことのある人に感謝し、親しげな言葉で彼らにあいさつし、同等かまたはもっと多くの分量によって、彼らに報恩するし、彼らが不幸な目にあったときは、彼らのよき友となる。

衆生のそれぞれ異なる本性を理解し、彼は、彼らが悪法から逃れて善法を育成するのを助ける。彼は彼らの必要と願望を実現するために、彼らに近づく。[これは、彼らと友達になって、彼らが悪法から遠く離れて、美徳を打ち立てるよう支援するものである。彼は四摂法を通してこの目標に到達する。すなわち、布施を受け取るのを喜ぶ人には布施をし、友愛の言葉を聞くのが好きな人には愛語を語り、有益な生活を好む人には、そのような生活（利益ある、善に向かう、すなわち、利行である所の）を（＋模範として）示し、他人が彼らを、己自身にそうするようにしてもらいたいと欲する人々には、彼は、平等の心でもって対応する。]

同様に、彼が他人を支援する時、彼は彼らを傷つけることはないし、彼らと争うこともないし、また、彼らを辱めることもないし、彼らに後悔を感じさせることもない。彼は他人を軽視しないし、わざわざ他人の欠点を突くこともない。彼は人と共にいるとき、自己を高みにおくことはないし、傲慢であることもなく、謙虚でいられる。彼は、他人に対して優越した態度をとることなく、適切でない時に彼らに会ったりしないし、過度に親切であることもない。彼は適切な時間と場所を選んで、付き合うに値する善友と相まみえる。彼は、ある人の友人の前で、その人の悪口を言わないし、またはある人の敵の前で、その人を称賛することもない。彼は交流するにふさわしくない人とは、密接な関係を結ばない。彼は適切な招待・招請を断らないが、かといって、過度に他人の

要求に従うこともない。彼は、自分が必要としている分量より多く受け取ることはしない。

信（＝仏法への信頼）の功徳を解説することを通して、彼は信心を持っている人を鼓舞し、彼らを喜ばせる。同様に、戒行、勤学、布施と智慧のある人には、彼は、それらの本質について解説して、彼らを鼓舞し、彼らを喜ばせる。もし菩薩が、ジャーナと神通を成就したならば、これらの力を通して、彼は、（善行を修習することに）怠惰な人に、恐れの気持ちを惹起させ、悪道の恐ろしさを顕現させて、確認させる；彼は信心のない人及び美徳のない人に、信心などが確立できるようにし、彼らが仏法に触れられるよう導く。彼はすでに信心があり、美徳ある人々が、成熟に到達するよう支援する。このように、菩薩の行戒は、無量の善行の「洪水」のようであり、一世一世毎に、益々増大する。（以上が、持戒波羅蜜の修習の仕方である）。

如何にして出離波羅蜜を修習するのか？

前述したように、出離波羅蜜とは、大悲心と方法善巧智を基礎として、欲界と生命界を離脱したいと願う心と心所の事である。その前提は、欲楽と生命界への不円満によって、嫌悪と恐怖智を感じることである。ゆえに、菩薩は先に、過患智によって、欲楽と生命界の不円満を如実に照見する。彼は、それらの不円満をこのように観照する：「在家の生活は多くの煩悩の住居である；妻と子供などがいることによる束縛は、己が善を修習する障碍である；たとえば、商売とか耕作とかを行えば、種々の活動に引き込まれたり、束縛されるので、それは出離の楽を得られるところではない。」

人々の欲楽は、鋭い剣の上にのっている一滴の蜂蜜のようであり、享受より危険の方が大きいのである。これらの享受は、短い期間のものであり、まるで映画の中の映像のようである。ただ精神病患者の乱れた服装のように（混乱した）知覚だけが、それらを享受する。それは、糞の上にかぶせておいた装飾品のように誤導性を有している。それは、指の上についた一滴の水の如くに、（＋喉の乾いた者が）満足することができない。それらは、過度の飢餓に陥った人が食する食べ物のように、多くの不幸と危険性を備えている。

それは、まるで、針にかかった餌のように、過去、現在、未来においての苦を齎す。それは、焚火の火のように熱い。樹木のヤニのように粘着する。それは、敵のマントのように、凶器を隠す。先に欲楽と生命界の欠点を省察し、次にそれらから離脱すること（すなわち、出離である）の長所を省察し、菩薩は、出離波羅蜜の修習に尽力する。

出家は出離波羅蜜の基礎であるから、仏法のない時代においては、この波羅蜜を修習するために、菩薩は業力を信じる事と、（＋善い）業をなす事（＋を善きことと）信

じる修行者の下で出家して、隠士となった。しかし、仏陀が出現してからは、彼は比丘サンガに加入するようになった。出家後、彼は止戒と行戒を育成する；これらの戒行を浄化するため、彼はその上に、頭陀行を修習する。菩薩は、頭陀行によって加持された浄戒水でもって内心の煩悩を洗い流し、誰も指弾できない清浄なる身口意を備える。彼は得ることのできるどのような袈裟、食物と住居であっても、知足する。

聖者の四つの伝統（ariyavaṁsattaya）の内の、前の三個に追随した後、彼は四つ目を獲得するよう尽力する。それはすなわち、禅の修習（bhāvanārāma）を楽しむことであり、40 種類の業処の中から適切なものを一個選び、近行定（upacāra）と安止定（appanā）を証悟するまで修習する。ジャーナを証悟した後、菩薩は出離波羅蜜を成就したのだ、といえる。（以上が出離波羅蜜の修習の方法である）。

如何にして智慧波羅蜜を修習するのか？

智慧の光が、愚痴（＝愚かさと無知）の暗黒とは共存できないことから、智慧波羅蜜を修習する菩薩は、愚痴に落ち込む原因を避ける。それはたとえば、善法に反感を覚える（arati）、懈怠、昏沈（正念のない事）のまま手を伸ばす等で、反対に、更なる広範な智慧、各種のジャーナ等を獲得するために尽力する。

智慧には三種類ある：

一、聞所成慧（sutamaya　paññā）：

二、思所成慧（cintāmaya　paññā）：

三、修所成慧（bhāvanāmaya　paññā）。

一、聞所成慧

（聞諦とも言われる）聞所成慧を成熟させるために、菩薩は方法善巧智を基礎として、正念、精進と智慧を具備して、細心に、読み、聞き、学び、覚え、問い、そして分析と研究をすることによって、聞所成慧を育成する。聞所成慧の全体的な構成は以下の通り：

（一）五蘊、12 処、18 界、四聖諦、22 根、12 因縁、四念処などによって構成される 37 菩提分、及び善悪などによって設定され各種の順序。

（二）指弾されることのない、衆生にとって安楽と利益と幸福を齎すことのできる世間的な知識。かくのごとくに、菩薩は聞所成慧を育成して智者になり、自己を成就し、また、他人のために智慧を確立する。

同様に、衆生に奉仕する為、菩薩はその場で即刻適切に利用できる智慧を育成するが、それはすなわち、方法善巧智（＝方便）である。この種の智慧を運用して、菩薩は人々と交流する時、益になる要素と破壊に導く要素とを明確に分別する。

二、思所成慧

同様に、菩薩は、五蘊などの究極法を深く省察することを通して、思所成慧を育成する。（細心に読み、聞き、学び、五蘊などの諸々の究極法を覚えることを、思所成慧という。先に思考し、その後に、すでに読んだもの、聞いたもの、学んだもの及びすでに覚えたものに関する、諸々の究極法を省察するのが、思所成慧である。）

三、修所成慧

同様に、五蘊などの究極法の特相（＝特徴）と共相を徹底的に理解して、俗諦の知識を確立した後、菩薩は前に述べた部分の修所成慧（禅修を通して自ら体験・証悟した智慧）を確立する為、禅の修習をする。それはすなわち、前九つの観智、たとえば、有為法の無常、苦、無我を観察する思惟智である。このように観智を修習し、菩薩は全面的に、身体の外および身体の内部の物質は、すべてただ名色の現象にすぎないことを観る：

「これらの自然現象は、ただ名色にすぎず、因縁によって生滅しているに過ぎない。実際、造作する者はおらず、また被造作者もいない。名色は生起すれば必ずや消失するもので、故にそれは無常である。それは不断に生滅しているがために、苦である。それはコントロールしがたいものであるから、無我である。」

このように、内外の物質の実相を観照し、彼はそれらへの執着を捨て、また他人がそうできるように支援もする。

仏になる前、菩薩は大悲心によって、衆生が三乗行道（paṭipatti。この三乗の行道を通して、衆生は三種類の菩提を成就することができる）に入るよう手助けし、または行道に入った人が成熟に到達するよう支援する。彼自身に関しては、菩薩は、ジャーナの五自在と諸々の神通を得られるよう、尽力する。ジャーナと神通の定力の助けを借りて、彼は智慧の最高峰に到達する。（以上が智慧波羅蜜の修習の方法である）。

如何にして精進波羅蜜を修習するのか？

一人の、敵を打ち負かしたいと思っている将軍は、不断に奮闘する。同じく、他人を頼らず、自力で煩悩敵を克服したいと思い、かつ、衆生を指導して同等の征服行動をとりたいと願う菩薩は、時々刻々、もろもろの波羅蜜を円満成就するよう、精進しなければならない。故に、菩薩は、不断に、正念を備えながら以下のように省察する：

「今日、私は、いかなる菩提資糧と智慧を累積したか？今日、私は、他者の何を支援できたか？」

毎日このように省察し、彼は、衆生に奉仕するために、尽力する。

衆生を助けるため、彼は、気前よく自分の財物を布施するが、それは、生命と身体を含むものである。どのような言行であろうとも、彼の心は、ただ正等正覚に傾向している。どのような功徳であろうとも、彼がそれにささげる唯一の目標は、すなわち、正等正覚である。上等で、かつ希有な欲楽の目標であっても、彼の心はそれに執着する事なく、出離に傾向しており、下等と、普通レベルの欲楽の目標においては、何をかいわんや、である。彼は一つの仕事をなす度に、方法善巧智を育成、運用する。彼は時々刻々、衆生の利益と幸福のために努力する。彼は忍耐力をもって、喜ばしい、または喜ばしくない感官の目標を忍受する。彼は真実（＋語）を堅持し、生命が脅威にさらされても、動揺することがない。

彼は、まったくの分別心なく、一切の衆生に慈悲を拡散する。それは、まるで、一人の父親が、子供たちの苦痛を背負いたいと願うのと似ており、故に、彼は衆生に降りかかった一切の苦痛を背負いたいと願っている。彼は衆生の善行に、喜びを感じる。彼は常に、仏陀の偉大さと無辺なる力量を省察する。どのような言行をなしているときでも、彼の心は正等正覚に傾向している。このように、菩薩は、持続的に布施などの諸々の善行に献身し、日ごとに、何にも匹敵することのできない功徳を、蓄積する。

またその上、彼は自己の生命と身体を捨てることを通して、衆生を支援し、保護する；彼は、各種の方法を探し実践して、衆生のいろいろな苦を軽減しようとする。たとえば、飢餓、喉の渇き、寒さ、暑さ、風、日照りなど。彼は、分別心なくして、一切の衆生がいろいろな心身の快適性による安楽を得られるように希望する。たとえば、上述のもろもろの苦を取り除くことによって得られる安楽；愉人（＝楽しい人？）の公園、花園、宮殿、池、森林などにいる安楽、仏陀、パーチェカ仏陀、弟子と菩薩が出家後、ジャーナを証悟する楽。（目的に到達する前、ここで述べた一切の活動は、菩薩がいまだジャーナを証悟していない時のものである）。

彼がジャーナを証悟した後、彼は、自分が体験したのと同じような体験、すなわち、ほかの人々が喜、静、楽、定及び如実知見の智慧を体験できるように尽力する。また、彼は、衆生が一人ぼっちで、生死輪廻の苦しみ、煩悩の苦しみを受けていること、衆生が輪廻の中にとどまるを得ない、諸々の行業の苦の中にいることを知っている。彼は、苦難の中にいる衆生をこのように思う：彼は地獄の衆生が長期的に、絶え間なく、極端な苦痛、斧で切られ、ナイフで切られ、粉々にされ、烈火に焼かれているのを知っている。彼ははっきりと、動物として生まれた衆生が、常にお互いを敵として恨んでおり、迫害し、傷つけあい、お互いに殺し合い、または人の用に用いられる、極めて大きな苦痛の中にいることを知っている。

彼ははっきりと、餓鬼として生まれた衆生が、烈火に苛まれ、飢餓、喉の渇き、寒さ、暑さなどの苦しみ、人の吐いたもの、痰などを食し、常に泣き叫び、悲しみの中にいることを知っている。彼ははっきりと、ある種の人々は生活のために苦労し、犯罪を犯して手足を折られ、醜悪で醜く、苦痛の泥沼に落ちこみ、地獄の衆生の受ける苦痛とあまり変わらない苦痛を受けていることを知っている。ある種の人々が飢餓にあって、飢えと渇きに苛まれるとき、それは餓鬼と同じ苦痛であることを知っている。ある種の、資質、立場の弱い人々は、強者の征服に会い、脅かされて、彼らに奉仕するよう強制され、かつ、主人に依存しないと生きていけない、ということを知っている。

彼は、これらの苦しみは、動物が受けているのと、全く同じであると感じている。彼は、はっきりと、六つの欲界の天神（人類によって、楽しさだけがあって、苦痛がないと見做されているところ）が「欲楽の毒」を飲んだり食べたりして、貪、瞋、痴（＝無知）の烈火に焼かれ、心が煩悶し乱れる苦しみ、乾燥した柴が、風にあおらた烈火に燃え盛るように、一時の安寧もなく、混乱の中で、抗いながらながら生きているのだ、ということを知っている。

彼ははっきりと、色界と無色界の梵天が、最長８万 4000 大劫の天寿を享受した後、やはり無常の自然原則から逃れることができなくて、無数の生老病死の輪廻の苦海に落ちるのを、見ることができる。これは、まるで、健康で力の強い鳥が、遥かかなたの天の端まで飛んで行ったとしても、結局は力の尽きる時があること、または、神の如くに力のある人が天空に射た弓が、最後にはやはり地に落ちてくるのと同じある。このように、衆生の苦しみをはっきりと見て取った後、菩薩の内心には恐怖感が起こり、31 界の衆生に対して、全くの分別心なく、慈悲を散布する。菩薩は、絶え間ない身口意の最高の善により、もろもろの波羅蜜を円満成就し、恒心をもって徹底的に奮闘し、すべての波羅蜜が最高の境地に到達するようにする。

次に、彼を仏果（すなわち、不可思議、無上、無辺、無汚染と諸々の清浄、美徳の蔵）に連れて行く精進力には、不可思議な力がある。ふつうの凡人は、菩薩の精進力を聞くのも怖いものだが、自ら実践するとなると、まったくもって、困難である。彼が精進波羅蜜の勤勇（parakkama、前進力）を成就した後、その後にある忍辱、真実（＋語）などの諸々の波羅蜜、およびその以前にあった布施、持戒などの諸々の波羅蜜もまた、諸々の波羅蜜を修習する精進力によって、円満成就する。故に、忍辱とその他の波羅蜜の修習について、このように理解するべきである。

このように、種々の方法でもって、布施をして衆生を利益し、衆生に安楽を齎すのは、布施波羅蜜の修習の方法である。衆生の生命、財物と家庭を破壊しないで、保護す

る；離間しない；愛語を述べる；有益な話をする（つまらない話をしない）などは、持戒波羅蜜を修習する方法である。同様に、衆生が布施する四つの資具（cattāro　paccaya、すなわち、袈裟、食物、住居と薬）を受け取る事、法の布施などの善法を行うことは、出離波羅蜜の修習である。

方法善巧智を具備して、衆生に利益と幸福を提供するのは、智慧波羅蜜の修習である。この善巧を熱心に実践して、いろいろな困難にもくじけないのは、精進波羅蜜の修習である。忍耐力をもって、衆生の己への難題に耐えるのは、忍辱波羅蜜の修習である。偽りなく、衆生を支援する約束を守るのは真実波羅蜜の修習でる。衆生に奉仕しているときにでさえも、己を損することがあっても、不動揺の決心をするは、決意波羅蜜の修習である。何度も何度も、衆生の利益と安楽を思い願うのは、慈波羅蜜の修習である。他人に助けてもらったり、または困難な時に、動揺しないことは、捨波羅蜜の修習である。

このように、菩薩は無上の善業と智慧を蓄積することに尽力するが、これは、普通の余人とは異なるところである。彼は、無辺なる衆生のために、徹底的に細心に、上記の諸々の波羅蜜の条件を修習する。簡単に言えば、この種々の修行は、「成就波羅蜜」を修習しているのだ、と言える。

波羅蜜の全面的分析とは何か？

「波羅蜜はいったい幾つあるのか？」という問いに対して、簡単に答えるならば、それは：波羅蜜は 30 個ある。すなわち、10 個の普通波羅蜜（pāramī）、10 個の中等波羅蜜（upapāramī）、10 個の究極波羅蜜または最高度波羅蜜 paramathapāramī）である。布施には、普通布施波羅蜜、中等布施波羅蜜、究極布施波羅蜜または最高度布施波羅蜜がある。

持戒、出離などの、その他の 9 個の波羅蜜に関して、それはそれぞれ 3 つのグレードがあり、故に、基本の 10 波羅蜜は、30 波羅蜜に分けることができる。

普通、中等波羅蜜と究極波羅蜜～「何が普通、中等と究極波羅蜜であるのか？」という問いに対して、《行蔵註疏》の「雑集」には、その答案が書かている。ここでは、論師が詳細にこの問題に答えて、各導師たちに、異なる解釈、見解と論評を提供している。もし、ここで、私が註疏の全文を提供したならば、読者は混乱するに違いない。ゆえに、私は、大護法上座論師が、もっとも適切であると認めた見解だけを紹介する。

（一）妻、子供と財産などの外物を布施するのは、普通布施波羅蜜に属する。自己の手足などの身体を布施するのは、中等布施波羅蜜に属する。自己の生命を布施するのは、究極布施波羅蜜に属する。
（二）同様に、妻、子供のために戒を犯さないのを普通持戒波羅蜜といい、自己の手足などの身体のために戒を犯さないのを中等持戒波羅蜜といい、自己の生命のために戒を犯さなのを、究極持戒波羅蜜という。
（三）外物に対する執着を断って出家するのを、普通出離波羅蜜といい、自己の手足などの身体への執着を断って出家するのを中等出離波羅蜜といい、自己の生命への執着を断って出家するのを、究極出離波羅蜜という。
（四）外物に対する執着を断ち、明知をもって、善法と悪法を明確に区別できることを普通智慧波羅蜜といい、自己の身体への執着を断ち、明知をもって、善法と悪法を明確に区別できることを中等智慧波羅蜜といい、自己の生命への執着を断って、明知をもって、善法と悪法を明確に区別できることを究極智慧波羅蜜という。
（五）（前述のまたは後述する）普通波羅蜜を成就するために尽力するのを普通精進波羅蜜といい、中等波羅蜜を成就するために尽力するのを、中等精進波羅蜜といい、究極波羅蜜を成就するために尽力するのを、究極精進波羅蜜という。

（六）自己の外物への危害を、忍耐力をもって耐えるのを普通忍辱波羅蜜といい、自己の手足などの身体への危害を忍耐力をもって耐えるのを中等忍辱波羅蜜といい、自己の生命に対する危害を、忍耐力をもって耐えるのは、究極忍辱波羅蜜という。
（七）自己の外物のために真実（＋語）を捨てないのを普通真実波羅蜜といい、自己の手足などの身体のために、真実（＋語）を捨てないのを中等真実波羅蜜といい、自己の生命のために真実（＋語）を捨てないのを究極真実波羅蜜という。
（八）自分の外物に危害を受けても、動揺しないで、諸々の波羅蜜を修習する決心をするのを、普通決意波羅蜜といい、自己の手足に危害を受けても動揺することなく決意するのを中等決意波羅蜜といい、自己の生命に危害を受けても、動揺しないで決意するのは、究極決意波羅蜜という。

（九）衆生によって、自己の外物に危害を受けても、彼らへの慈愛を捨てない（連続して不断に衆生に慈愛を送ること）のが普通慈波羅蜜で、衆生が自己の手足に危害を加えても、彼らへの慈愛を捨てないのが中等慈波羅蜜で、衆生が自己の生命に危害を加えても、彼らへの慈愛を捨てないのが究極慈波羅蜜である。
（十）衆生が、自己の外物に良いことをしても、害をなしても、捨心を維持するのが普通捨波羅蜜で、衆生が自己の手足などの身体に対してよいことをしても、害をなしても、捨心を維持するのが中等捨波羅蜜で、衆生が自己の生命に対してよいことをしても、害

をなしても、捨心を維持するのが究極捨波羅蜜である。波羅蜜の分類の方法については、以上の様に理解する。

波羅蜜を成就する要素とは何か？

「波羅蜜を成就する要素とは何か？」という問題に関して、その答えは：

一、四種類の成就を育成する；

二、諸々の波羅蜜の対立要素を省察し、それらを取り除く；

三、仏に献身する。

詳細な解釈：

（一）四種類の、波羅蜜を円満成就するよい方法とは：

（a）一切の資糧の成就――心の中には、ただただ正等正覚への思いだけで、一切の波羅蜜、捨離と善行の諸々の菩提資糧を、一つもらさず育成し、蓄積する；

（b）成就を尊重する――最高の尊敬の念をもって、実行する；

（c）絶え間ない成就――　一世毎に絶え間なく実践する；

（d）懈怠なく成就する――仏陀になるまでの長い時間、少しも懈怠なく実践する。

（二）菩薩には、以下のような決心がなければならない：

「私は、人が私に物を貰いにきたならば、決して一瞬の猶予もなしに、他人に布施をしなければならない。私は、布施の後に残った品物だけを使おう。」

故に、彼は、乞う者がいまだ門前にまで来ていない内から、自己の財物の一切をその人に布施する。

このように、彼は、まず先に、心の中で、自己の所有物のすべてを捨てさることを決意するが、しかし、四種類の要素が、彼の布施を阻害する事がある。

（1）これまで布施の習慣がなかった；

（2）十分な財物を持っていないので、布施ができない；

（3）所有している品物が良すぎて、布施する気持ちになれない；

（4）財物が減るのを憂慮する。

この四つの障碍に対しては、以下のように対処する：

（1）菩薩の手元に布施できる物品があるときで、かつ、乞う者が来たが、しかし、彼の心には、布施をしたいという傾向がない場合、彼は理解する：

「絶対に、私は布施の習慣に慣れていないに違いない。ゆえに、このような良き因縁の時にも、私には、布施をしようという考えが起きない。」

その後に再度反省して：「布施の心が私の中で生起することはなかったが、私は布施をすることによって、布施することに慣れ、その楽を楽しもう。今から始めて、私は気前

よく布施しよう。私はすでに、すべての財物を、それを望む人に、布施すると決意していたのではなかったか？」
このように考えて、彼は心愉しく、執着せずに布施をする。
このようにして、菩薩は「以前から、布施の習慣がなかった」という、この障害を取り除く。

（２）十分な財物が手元になくて、布施できないときは、菩薩はこのように考える：「以前、私が布施をしなかったために、今になって、財物が足りないという困惑に陥っている。ゆえに、私はどんなものであっても、それが少量であろうとも、品質の劣ったものであっても、それを布施すると自分の生活に困ることがあっても、私はそれを（＋布施することを）望もう。この布施を通して、未来において、私は布施波羅蜜の頂点に到達することができる。」このように考えた後、彼は喜びをもって、執着せずに、布施をする。このようにして、彼は「十分な財物がないために布施ができない」という二番目の障碍を取り除く。

（３）所有している品物が良すぎて布施できない時、菩薩はこのように考える：
「おお！あなたは、最高に聖潔な、最も人にうらやましがられる正等正覚を証悟したいと願っているのではないか？それを獲得するために、あなたは最も聖潔で、最も人がうらやむものを布施しなければならない。」と。これが三番目の障碍。

（４）布施した後で、財物が減少したのを見て、菩薩は以下のように省察する：
「壊滅と損失から逃れられないのが、財物の本質である。以前、私は全くの損失をこうむらないような布施をしたことがないため、今現在、私は財物の損失という状況に陥っている。私は、少ないとか多いとかを考慮せずに、自己の持つ財物を布施しよう。この布施を通して、未来において、私は布施波羅蜜の頂点に到達しよう。」と。適切な反省と思考により、これら布施への障碍を取り除くことは、布施波羅蜜を円満成就するための、良き方法である。同様に、この方法は、持戒などのその他の波羅蜜に適用することができる。

（三）これ以外に、菩薩は初めて仏を見た時、自己の身体を仏に献身し、言ったのである：
「私は仏に、身体を献身したいと思います。」仏に献身することは、波羅蜜を円満成就するよい方法である。実際、仏に献身した菩薩は以下のように考える：
「私はすでに身体を仏に献身した。どのような（難題であっても）、なんでもやって来ればよい！」

一世毎に、諸々の波羅蜜を修習する時、もし、他人の身体を傷つけたり、生命を傷つけたりしなければならない場面に遭遇したとき、または、忍耐しがたい苦難に陥った時、または他人から傷つけられそうになった時、または、命まで奪われそうになった時でさえ、彼は上述のように考える。このように考えた後、彼は決して動揺しない心を保持して、一切の苦難に対処する。それが生命に脅威的な事柄であっても、彼は堅固な心でもって、諸々の波羅蜜を蓄積する。このように、まず、仏に身体を献身するのは、諸々の波羅蜜を円満成就するよき方法である。

次に再度、簡単に、波羅蜜を円満成就する方法を言っておく。すなわち、
一、（＋心から）利己的な愛を取り除く。
二、衆生に対する慈悲心を育成する。

波羅蜜を円満成就するには、どれほどの時間がかかるのか？

「波羅蜜を円満成就するには、どれほどの時間がかかるのか？」という疑問に関して、その答えは：波羅蜜を円満成就する最短期間は、４阿僧祇と１０万大劫である：中等の期間は８阿僧祇と１０万大劫、最長の期間は１６阿僧祇と１０万大劫である。以上の期間は、授記を受けて菩薩になった後、計算し始めるもの。決まった期間内で諸々の波羅蜜を修習したときにだけ、波羅蜜は円満成就することができ、その後に、仏になることができる。

三種類の異なった期限は、三種類の菩薩と関係がある。すなわち、慧者菩薩、信者菩薩と精進菩薩である。慧者菩薩は、４阿僧祇と１０万大劫の時間を使って波羅蜜を円満させるが、信者菩薩は８阿僧祇と１０万大劫、精進菩薩は１６阿僧祇と１０万大劫必要である。

「彼らは皆、同じ菩薩なのに、どうして三種類の、波羅蜜を円満するための、異なる期限があるのか？」という問いに対して、その答えは：
慧者菩薩は、信が弱く慧が強い。信者菩薩は、信が強くて、慧は中等である。精進菩薩は慧が弱い。正等正覚は、慧の力で証悟するものである。そのため、慧が強ければ、証悟するのは速い。反対に慧が弱いと、証悟は遅くなる。智慧の強弱の差異が、波羅蜜を円満成就する期間を決定するのである。

三種類の菩薩

菩薩が最初の授記を受けるとき（たとえば、スメダ隠士）、彼らは三種類の菩薩に分類することができる：

一、敏知者菩薩（略して、智者菩薩）；
二、広演知者菩薩；
三、所引導者菩薩。

三種類の菩薩の中で、もし、敏知者菩薩が、授記を受けるその一世において、弟子菩提（すなわち、阿羅漢になること）を証悟するならば、彼には十分な善業があって、仏陀が四行でできた偈の一首の、その第三行をまだ読まない内に、六神通と四無碍解智とともに、阿羅漢果を証悟する。

敏知者菩薩は、慧者菩薩とも言われ、彼らは最も強力な智慧を有する。
もし、広演知者菩薩が、授記を受けるその一世において、弟子菩提を証悟するならば、彼には十分な善業があって、仏陀が四行でできた偈の一首の、その第四行を読まない内に、六神通と四無碍解智とともに、阿羅漢果を証悟する。

広演知者菩薩は、信者菩薩とも言われ、彼らの智慧を中等である。もし、所引導者菩薩が、授記を受けるその一世において、弟子菩提を証悟するならば、彼には十分な善業があって、仏陀が四行でできた偈の一首の、その第四行を読んだ後に、六神通と四無碍解智とともに、阿羅漢果を証悟する。所引導知者菩薩は、精進者菩薩とも言われ、彼らの智慧は、最も弱い。以上の三種類の菩薩は、授記を受ける前の無数の劫以前から、すでに心の中に菩薩道を修習したいという決意を下している。授記を受けた後、彼らは前に述べたように、諸々の波羅蜜を円満成就し、決められた期間に基づいて、仏果を証悟する。

仏果を前倒しに成就する事はできない

稲は、必ず決まった時間を経過してのちにしか開花し、結実し、成熟しない。非常に勤勉に水やりをしたとしても、稲は前倒しに開花したり、結実したり、成熟したりはしない。このことと同じく、各種の菩薩はどのような方法を用いても、決まった期間の前に仏果を証悟することはできない。たとえ、毎日さらに強固な精進力でもって波羅蜜と捨離と善行を修習しても、である。これは、彼の智慧が未熟である時、仏に成る条件もまた、不足しているからである。こうしたことから、我々は、決まった期間、諸々の波羅蜜を実践して初めて、それらを円満に到達させることができることを、明確に知っておかなければならない。

波羅蜜は何の利益を齎すか？

「波羅蜜は何の利益を齎すか？」という疑問に対して、その答えは：波羅蜜が齎す利益は、以下の 18 の場所に生まれ変わらない事である。

一、生まれつきの視力障碍者。
二、生まれつきの聴力障碍者。
三、精神障碍者になる。
四、唖者に生まれる。
五、身体障碍者に生まれる。
六、野人に生まれる。
七、女性の奴隷の胎に生まれる。
八、頑固な邪信者になる。
九、変性者（男性から女性に変わること）に生まれる。
十、五逆の悪業をなす者になる。
十一、重い伝染病にかかる。
十二、ウズラより小さい（＋者に生まれる）。
十三、「飢渇餓鬼」（khuppipāsika　peta）、「焼渇餓鬼」（nijjhāmatanhika　peta）、「起尸阿修羅」（kālakañcika　peta）に生まれる。
十四、阿鼻地獄と「世界中間地獄」に生まれる。
十五、他化自在天の魔王に生まれる。
十六、無想梵天界と浄居梵天界に生まれる。
十七、無色梵天界に生まれる。
十八、その他の世界に生まれる。

【訳者コメント：波羅蜜とは完成のための修行の意味ですが、仏教では行いをカルマ（業）と言い、またその結果もカルマと言います。カルマは運命や宿業とは違います。それは行ないが結果を生むという法則を示しているのであり、誰にでも起こることです。苦しみから脱したいなら、善き行い（波羅蜜）を積むことによって幸福を目指すという道筋を示しています。
また、苦しみを背負っている人を、前世の報いと嘲笑するのではなくて、明日は我が身と自戒し、困っている人には手を差し伸べる、というのが正解でしょうか。人は、自分より困窮している人、劣っていると思う人を見て、優越感に浸るのが好きですが、人は見かけはどうあろうと、本質の部分においては、平等だという事は忘れたくないですね。】

次に、以下もまた波羅蜜が齎す利益である：
仏になりたいと願を発して以来、菩薩は時々刻々、衆生の利益と幸福のために考え、思い、まるで、彼らの父親のようである。彼は特殊な資質を有しており、布施と敬意を受けるに値する。彼は優越した福田のようである。彼は天と人の敬愛を受ける。彼の心は、慈悲に満ち溢れ、獅子、豹、虎などの野獣に、危害を加えられることはない。超凡的な善業を有しているため、どこに生まれ変わっても、彼の風貌、名誉、楽しみ、体力と権力は、誰よりも優越している。彼には病苦はない。彼には非常に清浄なる信、精進、念、定と慧がある。彼は、ただ軽微な煩悩があるだけで、ゆえに、彼は他人の批判を、よく受け入れる。彼は非常な忍耐力があり、善をおこなうのを好む。

彼は、怒りや怒りや恨みを表すことはなく、または他人の名誉を、壊したりはしない。彼は争い、嫉妬、狡猾と虚偽を好まない。彼は傲慢でもなく、夜郎自大でもない。彼は非常に静かで、時々刻々善法に目覚めている。彼は、忍耐強く他人からの責め苦に耐え、報復もしないし、彼らを傷つけることもしない。彼はどこに住んでも、それが町であろうとも、村であろうとも、ある地域であろうとも、その場所には、危険や災難がない。彼が、己のなした悪業のために悪趣に生まれたとして（たとえば、彼は、徳米亜王子に生まれる前の二世で、増盛地獄に生まれた時）、彼は他の衆生と同じような、極度の苦痛を感じることが、ない。次に、命円足、色円足、族性円足、主権円足、可信語（＝言ったことが、常に信じられる）と大威神力もまた波羅蜜が齎す利益である。

命円足とは、彼がどこに生まれようとも、いつも寿命が長く、彼はこの円足をもって、更に多くの善業を修習することができる。色円足とは、風貌・面相がよいことである。菩薩はこの円足をもって、風貌のよい人を称賛する事に喜びを感じる人々の、彼に対する信心と敬意を惹起する。族性円足とは、上級階層の家族に生まれ変わることを言う。この円足を通して、菩薩は、高貴な生まれの為に、奢り高ぶる心を持つ人々に影響力を及ぼし、彼らの高慢心を取り除く。

主権円足とは、巨大な財産、権勢と多くの従者を言う。この円足を通して、菩薩は四摂法を運用して、益を受けるべき人を支援し、また、人々の不当な言動に対して、正義をもってそれを阻止する。可信語とは、彼は人に対して誠実で頼りになることを言う。このことによって、彼をして、計り知れないほどの人々が、彼を頼りにするようになるし、彼にとって、心に偏りのない、不公平のない、基準となる。彼は、疑いのようのない権威となる。大威神力とは、無辺の力量のことを言う。彼は打ち負かされることはないし、ただ正義でもって、他人を征服する。このように、命円足などは、皆、波羅蜜が齎す利益である。それら自体は、波羅蜜を無量にまで増大させる要因でもあり、また、三乗に入り、それらを成熟させる道筋でもある。（以上が、波羅蜜の齎す利益である）。

波羅蜜の果とは何か？

「波羅蜜の果とは何か？」という問いに関する、その簡単な答えは以下の通り：波羅蜜の果とは、阿羅漢道智と一切知智を始めとする、無量の仏陀の素質のことである。すなわち、仏果を証悟するとは、波羅蜜の果である。

詳細な説明をすると：

その果は、32 大人相、80 種の好い（＋事柄）：身体から発散される 80 腕尺の周縁の身体の光（この身体の光は、四種類の状況の下であっても、減衰することがない）；色身を基礎とした、10 力智、4 無畏智、6 つの不共智、18 の不共法などの、無量なる素質を持つ法身、である。次に、論師は以下のような、一種の偈を述べる：

「もし、某尊仏が、ただもう別の一尊仏の美徳を述べたたえ、そして、大劫の時間の中で、この大劫が終わるまでの間、それ以外の事柄を話さないでいたとしても、世尊の美徳への称賛は終わらない」

以上の、仏陀の一切の美徳は、すべて波羅蜜の果である。ここにおいて、あなたがたの、仏陀への無量の資質への信心と称賛を惹起するため、智慧を増大するために役立つ善行の修習に資するために、私は、善喜隠士（後のシャーリプトラ尊者）が、高見仏（Anomadassi Buddha）を称賛したときの三首の偈をもって、今回の法話を終わりたいと思います。

"Sakkā samudde udakaṁ pametum āḷhakena vā na tveva sabbaññu ñāṇaṁ sakka pametave."

「大海の水は、無量とはいえ、それは計ることができる。しかし、一切知である仏陀、天神であっても、人であっても世尊の智慧の深さを測ることはできない」

”Dhāretuṁ paṭhaviṁ sakkā ṭhapetva tulamaṇḍale na tveva tava sabbaññu ñāṇaṁ sakkā dharetave."

「大地は、無量とはいえ、それは秤でもって計ることができる。しかし、一切知である仏陀、天神であっても、人であっても世尊の智慧の深さを測ることはできない」

"kāso minitum sakkā rajjuyā angulena vā na tveva tava sabbaññuñāṇaṁ sakkā pametave."

「天空は、広くても、尺または手でもって計ることができる。しかし、一切知である仏陀天神であっても、人であっても世尊の智慧の深さを測ることはできない」

私は、ここで、一系列の大菩提乗の法話を終了したいと思う。仏に成りたいという願を発心した者に、その努力が報われて、願いがかなうように。生死輪廻を解脱したいという願を発した者が、一日も早く解脱できるように。一切の衆生が健康で安楽であるように、願っています。

Ⅵ. 問答編

＜問答 ー＞

問 1－1：

禅師にお尋ねします、無我と空は、レベルの上で何かが異なるのでしょうか？

答 1－1：

法句経（Dhammapada）の中で、仏陀は開示して言った：「一切の法は無我（sabbe dhamma　anatta）である」。ここで言う所の一切は、有為法と無為法である。有為法はすべての色法を含み、無為法はとりもなおさず、涅槃の事である。禅の修行者が観禅の修習をするとき、名色または五蘊が無常・苦・無我であることを体験するが、彼は、その時初めて無我とは何か、を理解し始める。彼が道智と果智を聖悟した時、更に一歩進んで、涅槃もまた無我であることを理解する。

問 1－2：

《如実知見》の中で、禅師は言いました：「シャーリープトラ尊者とモッガラーナ尊者の阿羅漢道と上首（＝最上位）弟子の覚智は同等で、婆醯の阿羅漢道は、大弟子の覚智と同等である」と。これら、彼らの差異を生み出したのは、波羅蜜を積む時間の長短以外、他にどのような要因がありますか？どうして、同じ阿羅漢なのに、このような差異が生じるのですか？

答 1－2：

阿羅漢果を証悟するという、この方面から考えるとき、彼らは皆同じです。しかしながら、《中部・個別経　Anupada　Sutta、Majjhma　Nikayā》によると：シャーリプトラ尊者は超越的な智慧、広大な智慧、喜ばしい智慧、快速なる智慧、鋭敏なる智慧と、通達智慧を具備していた。彼は、仏陀の開示した一首の簡潔な短い偈を、数千種類の方式で理解し、解説することができた。彼は、一種類ごとの名色、及び一種類ごとの色法を詳細に理解することができたし、あまつさえ、彼は、ある同じ時刻に、インド全域に降った、雨の水滴の数を数えることができた。

智慧から言うと、仏陀の弟子の中で、シャーリープトラ尊者の上に出る者はいなかった。モッガラーナ尊者については、彼は、仏陀の弟子の中では神通第一であった。婆醯は、最も速く阿羅漢果を証悟した人である。仏陀も阿羅漢であるが、しかし、彼は彼の一切知智（sabbāññutañāṇa）でもって、彼が知りたいと思う、すべての事柄を知ることができた；一切知智は、仏陀だけに備わった智慧である。

問 1-3：

一般的には、人は死んだあと、なお霊魂があり、永恒で不死であると考えられていますが、これは常見です。仏陀は我々に常見と断見を捨離して、中道を採用するように言いましたが、中道とはどういうものですか？

そして、我々は、人が解脱していないならば、六道で輪廻することを認めていますが、それは、人には霊魂なる自我がある、ということを意味していて、常見ではないでしょうか？

漢訳の《雑阿含経》では、八聖道分は、世間的と出世間的の立場で説明できると書いてあります。この点に関し、禅師に簡単に説明して頂きたいのですが、いかがでしょうか？

凡と聖のそれぞれの効用と利益は、どのようなものでしょうか？

答 1-3：

中道とは八聖道の事である。世間的な八聖道分は、聖道を証悟する前の戒、定、智慧の三学の中に含まれる；出世間の八聖道分は、四種類の聖道（ariya-magga）である。

世間的な八聖道分の中、正語、正業と正命は戒学に属する。正精進、正念と正定は、定学に属する。ゆえに、あなたが止禅を修習する時、それは三項目の聖道分を育成しているのである。正見と正思惟は慧学に属する。八聖道の第一項は正見であるが、では、正見とは何か？正見とは、苦諦、集諦、滅諦と道諦を正しく理解する事である。苦諦とは何か？五取蘊が苦諦である。

あなたが、色業処と名業処の修行をするとき、観智でもって、あなたとその他の衆生はすべて、ただ名色のみによって、またはただ五蘊のみによって構成されていて、まったくもって「私」というものは存在しないのだ、ということを、見ることができる。この段階において、あなたは何が苦諦であるかということを理解し、かつ、この種の正見でもって、暫定的に身見を取り除くことができる。

名色を観照した後、あなたは更に一歩進んで、縁起の修行をする（＋必要がある）。縁起とは、集諦の事である。あなたは過去の一組の因が、現在の果を造ることを見ることができる。過去の因は、ただの名色にすぎず、現在の果も、ただの名色に過ぎない。ゆえに、名色が名色を造っているに過ぎないのである（＋ことが分かる）。

過去の因が生滅する時、それらは：「我々の生起を利用して、こうこうこういう果報を生起させよう」とは考えない。現在の果も：「これこれ、こういう因が生起するならば、我々も生起しよう」などとは考えない。因と果は、ただ、固定的な自然の法則に従って生滅するだけであって、因は、何らかの努力をなして果を生起させる、等ということはなく；因が発生した後、果もまた、何等の努力もなしに、生起する。因と縁の条件が整ったとき、因の発生が、果の生起を誘引する。因は無常であり、苦であり、無我であり；果もまた無常であり、苦であり、無我である。過去において、我（＝私）はいなかったし、現在においても、我（＝私）はない。ゆえに無我の法則と、生死輪廻の両者は、特に矛盾するということは、ない。

あなたが縁起の修行をするとき、必ず、過去から未来における、名色の相続流を観照しなければならない。もし、あなたがこのように、正確に修行をすることができたならば、暫定的にではあるが、断見（ucceda-diṭṭthi）を取り除くことができる。あなたは、すべての名色が、その場で生起し、その場で滅尽するのを照見できるほどに修行を積まなければならない。もしあなたが、正確に修行ができたならば、暫定的にではあるが、常見（sassata-diṭṭhi）を取り除くことができる。あなたは必ず、すべての名色は、それら自身の因と縁で造られているのを、照見する必要がある。

もしあなたが、このように、正確に修行することができたならば、暫定的にではあるが、無因見（ahetuka-diṭṭhi）を取り除くことができる。あなたは、必ず、諸々の因

と縁は、それらおのおのの果報を生じさせるのだ、ということを照見できるようにならなければならない。

若しあなたが、このように正確に修行することができるならば、暫定的にではあるが、無作用見（akiriya-diṭṭhi）を取り除くことができる。このように、この種の縁起の正見は、我々の過去、現在、未来の三世への疑問を取り除けるだけでなく、種々の邪見も取り除くことができる。

その後、あなたは、更に一歩進んで、真正な観禅に取り組んで、名色及びそれらの因と縁が無常・苦・無我であることを照見する。このように修行する時、あなたは、暫定的に煩悩を取り除くことができるが、これは世間的な滅諦である。観禅の心と同時に生起する心所の中、智慧心所はすなわち正見である；尋心所は正思惟であり；精進心所は正精進であり；念心所は、正念であり；一境性心所は、まさに正定である。また、禅の修習の時、あなたは、持戒が清浄でなくてはならず、そうであるためには、あなたは正語、正業と正命を具備しなければならない。

あなたの修行が、生滅随観智のレベルまで来たとき、（＋あなたはあなたの）未来において、（＋あなたが）阿羅漢果及び般涅槃を証悟する状況を、見ることができる。たとえば、あなたは、次の世で、20 歳の時に阿羅漢果を証悟するのを見るかもしれないし、60 歳で般涅槃を証悟するのを見るかもしれない。このように、あなたは、あなたが、20 歳の時に阿羅漢果を証悟するのを見たとき、すべての煩悩は滅尽するのが見えるし、かつ、60 歳で般涅槃に入る時、すべての名色もまた滅尽するのを見ることができる。

この種の滅尽もまた、世俗的な滅諦である。あなたが、涅槃を対象とする道智を聖悟した時、八聖道分のすべては、皆道心の中にあり：涅槃を証悟するのは正見であり；心を涅槃に投入するのは正思惟であり；涅槃を憶念するのは正念であり；涅槃の証悟に努力するのは正精進であり；一心に涅槃に専注するのは正定である；正語、正業、正命の三項の聖道分は、それぞれ持戒の作用を有し、聖者は夢の中においてさえ、五戒の内の一つでも、犯すことはない。これらは、出世間の八聖道分である。須陀洹道を聖悟した後、最も多くても七回生死すれば、最後の解脱を証悟することができる。これが、出世間八聖道の利益である；世間八聖道分の利益とはそれが、出世間八聖道分の証悟へと、導くことにある。

問 1-4：

（＋台湾・中国の文化圏の）一般の人々は、死者に金・銀紙を焼いて供養しますが、これは迷信ですか？

答 1-4：

南伝仏教ではこのような習俗はない。しかし、我々は、死者の名義で善事、たとえば、布施などをして、その功徳を死者に回向することはできる。もし、死者が、他人の功徳を分かち合うことのできる、そういう種類の餓鬼に生まれ変わっているならば、誰かが彼に回向したのを知って、そして、そのことに随喜の功徳心を起こすことができたならば、彼は、その功徳の利益を受け取ることができ、それによって、善道に生まれ変わることができる。しかし、死者が、その他の種類の餓鬼に生まれ変わっている場合、または地獄道、畜生道、人道、阿修羅道などに生まれ変わっている場合、他人が回向した功徳を分かち合うことはできない。

問 1-5：

一人で暮らすのが好きな人は、付き合いの悪い人だと見做されます。一人でいる事と、集団の中にいる事を、どのように考えたらいいのでしょうか？

答 1-5：

集団生活は、禅の修行に利益がないばかりでなく、禅定と観智の修行にとっては、大きな障礙となる。どのような道・果であっても、それを証悟する前、あなたは一人でいて、努力して修行し、絶対に、集団生活の中でゴタつく生活をしてはならない。（＋あなたが一人で暮らすと）ある種の人々は、あなたの良い面を見て、あなたは仏陀の教えを真剣に守って生活をし、仏法の修行に努力している比丘、比丘尼だと思ってくれるかも知れない；また別の人々は、あなたを誤解して、あなたは人と親しまない人だ、と言うかもしれない。他人があなたをどのように評価するか、という問題は、あなたがリードして決められるものではない。というのも、世の中すべての人間に、あなたを良い人だと思ってもらうことは、不可能であるが故に；いわんや、他人の評価はあなたにとって、少しも重要ではなく、あなたは別に、他人からの評価によって、証悟して聖人になったり、地獄に落ちたりするわけではない。

もし、あなたが、集団の中で人々と往来したいというのであれば、最も良いのは、先に阿羅漢果を証悟してから、それを楽しめばよい；もし、阿羅漢果を証悟する事ができないのならば、少なくとも須陀洹道果を証悟しておく必要がある。しかしながら、もし、あなたが道・果を証悟するにはどうしたらいいのかを知らないのであれば、あなたは、優れた見識があり、かつ有能な導師について学習し、道・果を証悟するまで、彼の指導の下で修行するべきである。

問 1－6：

《大空経》の中に、以下のような開示があります。比丘は、群衆から遠く離れて、静寂な場所に一人でいた方が、比較的容易に道業が成就する、と。そうであるなら、大勢で共修（＝瞑想会、リトリート等の事）するのは、余り進歩しないのでしょうか？また、比丘尼は、集団から離れて一人で修行するのは適切でしょうか？

答 1－6：

三種類の独居がある。すなわち：身独居（kāya-viveka）、心独居（citta-viveka）と寂静独居（upadhi-viveka）である。もしあなたが、世俗の生活を捨離し、一人で隠居するならば、あなたは身独居を実践していると言える；しかし、あなたの心が依然として、世俗の生活と感官の感受を貪り、執着しているならば、それは真正なる独居生活ではない。というのも、あなたには心独居が具備されていないからで、あなたの身独居は、形式を糊塗しているに過ぎない。反対に、もし、あなたが、人と共に暮らしていても、あなたの親友や群衆及び感官の享受を貪らないならば、あなたは独居していることになり、それはちょうど、仏陀がご自分の状況を述べた、あのように、ということになる。しかしながら、あなたの心が堅固でないならば、依然として、他人及び感官の対象の影響を受けることになりやすい。それならば、あなたは、心身ともに独居するのが、望ましい。ここで、私は、あなた方が、更にはっきりと理解できるように、一つの例を、言いましょう。

《吉祥経（Maṅgala　Sutta）》の中で、仏陀は、智者と交わり、愚者から遠く離れるうに教えた。しかしながら、「智者と交わる」とは、彼に近づき、朝夕に彼と共にいることだけを言うのではなくて、それは、智者に学び、智者から智慧を獲得しなければならない、と教えているのである。「愚者から遠く離れる」は、これは決して、絶対に愚者と一緒にいてはいけない、という意味ではなくて、もし、彼に注意を促すため、彼が正しい道を歩めるようにするためであれば、愚者と共にいることは問題がなく、このようにすることは、《吉祥経》の教えに背くということではない。明確な例としては：仏陀がウルヴェラ園に滞在していた時、一群の、邪見を持つ拝火教の外道とともにいて、彼らが邪教を放棄するのを助けた。同様に、あなたは、他人と共にいてもよいだけではなく、同時に独居の状態を保持することができる。ゆえに、共修は、独居の原則に違反しない。ただ、あなたが「口頭禅」の修行を好むときにだけ、問題は発生するのである。もう一つ考慮しておかねばならない事柄は：あなたすでに、阿羅漢果の証悟へと向かう修行の道筋をはっきりと理解しているかどうか、という問題がある。

もし、あなたがすでにそれを理解しているのであれば、あなたは独居して一人で修行しても問題はない。しかし、もし、あなたが、いまだ理解してないのであれば、あな

たは、あなたが証悟できるよう、指導してくれる導師に頼らなければならない。これが、仏陀が《大空経》の中で話した独居の長所である。ある時、アーナンダ尊者が仏陀に言った：比丘の梵行の成功の可否の半分の要因は、善知識によって決まる、と。しかし、仏陀は、彼に言った：比丘の梵行の成功の可否は、完全に善知識によって決定される、と。ここで言う善知識とは、あなたを指導して、阿羅漢果を証悟させることができる人の事を言う。ゆえに、あなた自身が解脱に到達することを望み、また、他人が解脱に到達するのを助けたいと望むならば、善知識から学ぶことは非常に重要なことなのである。

問 1-7：

「禅宗」では、頓悟の法門によって「明心見性」に到達すると、大いに円解を開く、と言います。また、禅の修行をしなくても、明心見性を証悟することができる、という人もいます。禅の修行をせずとも、明心見性を頓悟する法門について、教えてください。

答 1-7：

私は北伝の仏法を理解していない。ゆえに、私はあなたの言う所の、「頓悟」とは何を指すのかは知らない。しかし、私は、あなたに南伝の教えを解説しようと思う。南伝の仏法では、人は、四種類に分ける：

一、敏知者（ugghaṭitaññu）――仏法の短くて簡潔な開示を聞いただけで、証悟する人。

二、広演知者（vipañcitaññu）――仏法の詳細な解説を聞いて後に証悟する人。

三、所引導者(neyya)――仏法を聞いただけでは証悟することはできず、仏法を精進修行して後、証悟する人。

四、文字為最者（padaparama）――この一生の中で、どのように精進しても、証悟することができない人。

現在では、前の二種類の人はすでに存在せず、後ろの二種類の人しか存在しない。第三番目の人（neyya）は、系統的に止禅と観禅を修行しなければ証悟できない：（＋修行者は）強くて力のある禅定を育成したのち、すべての色法を照見し、その後にすべての名法を照見する必要があるが、これが明心の第一歩である。彼が更に進んで、縁起の修行をするとき、更に進んで心の自性を明らかにすることができる。彼が更に一歩進んで、縁起の修行をするとき、彼の心得、領悟は、更にいっそう深まる。彼が阿羅漢果を証悟する時、明心の最高峰に到達する。

問 1－8：

行禅とは何ですか？たとえば、歩くときには、どの速度が一番良いですか？ゆっくり、中くらい、それとも速く？行禅の時、我々は何を「想」えばよいですか？私は初心者です。禅師に、初心者が定力を育成することに対するアドバイスをお願いします。

答 1－8：

四種類の明覚（sampajana）がある：

一、有義明覚（sātthaka　sampajana）――何が利益であり、何が利益のないことであるかを、明確に知っている。

二、適宜明覚（sappaya　sampajana）――何が適切で、何が適切でないかを、明確に知っている。

三、行処明覚（gocara　sampanaja）――どのような姿勢においても、己が用いている修行方法について、明確に知っている。

四、不迷惑明覚（asammoha　sampajana）――観智でもって、究極的な名色法を明確に知っている事。すなわち、観禅。

前の二種類の明覚は、禅の修行ではなく、第四番目の明覚は、まさに観禅である。ゆえに、あなたが止禅を修習したいのであれば、第三番目の明覚を修行していることになる。あなたは、一切の姿勢、すなわち：行、住、坐、臥の中で、禅の修習の法門に専注しなければならない。もし、あなたがあなたの最大の努力を尽くすことができ、一切の姿勢の内に、禅の修習の法門に専注するならば、あなたの定力は、進歩する。《清浄道論》の中で、定覚支を高めるのに助けになる方法が、11 種類書かれている：

一、清潔を保つ――あなたは、あなたの身体、爪、衣服等を清潔に保たなければならない。

二、相において巧みである事――あなたは、己の修行している法門の予備相、取相及び似相を知ることに巧みでなければならない。

たとえば：安般念の禅相、地遍の禅相等；

三、五根のバランス：

四、適宜な心の抑制――あなたの択法覚支、精進覚支と喜覚支が強すぎるとき、あなたは、あなたの心の抑制しなければならないし、かつ、軽安覚支、定覚支と捨覚支を促進することに重点を置かなければならない。

五、適宜な策励心――あなたの軽安覚支、定覚支と捨覚支があまりに強い時、あなたはあなたの心を引き立て、かつ、択法覚支、精進覚支と喜覚支の促進に重点をおかなければならない。

六、信心（＝確信）と慙懼智（＝畏れの智慧）でもって、元気のない、萎れた心を激励する。
七、平等・捨心でもって、因果の応報の事柄を見る。
八、心的散乱者との往来を避ける。
九、常に、禅定のある者と往来する。
十、禅定と解脱の利益を思惟する。
十一、心を禅定修行に傾倒、向かわせる。
　あなたは上述した方法を用いて、あなたの定力を上昇させることができる。

問 1-9：
　釈迦牟尼仏はかつて、阿羅漢たちに授記をしている：（＋その阿羅漢たちは）幾劫の後に、どこかの地において仏になるでしょう。しかし、阿羅漢はすでに煩悩を断滅していて、後有を受けないため、この期間の寿命が尽きるのを待って、般涅槃に入ります。仏陀の授記が原因で、次の生において人間に生まれる、ということはありませんか？というのも、彼らの心中には煩悩、愛着がないので、衆生に心身、財物を布施、捨することができるからです。もろもろの波羅蜜が熟した時まで待って、菩薩から仏に成る（＋のではないですか？）。そうでないならば、どのように解脱するのでしょうか？

答 1-9：
　南伝仏教の中では、阿羅漢が仏陀から授記を受けて、未来において、仏になるという記載は、ない。一つ有名な話がある。多くの阿羅漢が、阿羅漢果を聖悟した時に仏陀に以下のように報告する：「我生已滅、梵行已立、当作已弁、不須更作。」
　この言葉の中から、我々は阿羅漢の死後、再び生まれ変わることはないことが、はっきりとわかる。仏陀も同様に、死後、再び生まれ変わることはない。そうでなければ、彼らは嘘をついたことになる。しかし、仏陀と阿羅漢は嘘をついてはならない存在で、彼らが上記の事を言うのは、彼らがすでに生命への執着を含む、すべての煩悩を断じ去っているからである。

　彼らは、すでに、未来の生死を造り出すすべての業力を打ちこわしており、彼らは二度と再び生死輪廻することはない。これは固定的な法則である。ゆえに、南伝仏教に基づけば、仏陀を含むすべての阿羅漢は、二度と再びどこかに生まれ変わるということは、ない。

問 1-10：
　禅師、以下の質問にご回答をお願いします：
１、禅師の教える業処の内、断食法と禅の修行の組み合わせ、というものはありますか？

２、断食は禅の修行に利益がありますか？不利益がありますか？
３、上座部の経典の中で、仏陀の声聞弟子が断食で道果を聖悟したという記載はありますか？
４、ある一人の法師が、現在断食中です。彼女は今回のリトリート中、ずっと断食する予定だそうです。しかし、このような、長期の断食が心身に及ぼす影響は、どのようなものでしょうか？

答 1-10：

仏陀が成道した後に開示した第一番目の経の中に、仏陀は、二つの極端がある、と言った：一つは、感官の享楽に迷い浸ること、もう一つは自己を苛む苦行である。これは二つの間違った道である。感官の享楽に迷い浸る事は、涅槃を証悟する道ではなく、これは一つの下賤な行為であり、kāmasukha[llikanuyoga（欲楽への沈迷）という。この種の行為は下賤であり、村人の行為であり、凡夫の行為であり、聖者の行為ではなく、真実の利益は、ない。次に、心中の煩悩の生起から逃れるために、各種の方法に依って、己を苛む事、たとえば、炎の前に身体をさらす、強烈な太陽に光を浴びる、長く手を挙げたままにする等など、これらもまた、涅槃への道ではない。

これは、もう一つ別の下賤な行為で、attakilamathanuyoga（自虐的苦行）という。この種の行為も真実の利益はなく、断食は、この種の行為に属していて、仏陀が称賛した行為では、決して、ない。仏陀は常に、我々に対して、中道を修行するように言っている。上述の二つの極端に偏ってはならない。律蔵の中で、仏陀は一つの戒を設けた：比丘、比丘尼は、鉢食をとる時、その正確な目的を如実に省察しなければならない：「私がこれらの食べ物をとるのは、子供がそれで遊ぶためというようなことでなく；身体の強壮の強化に執着してるからでなく；身体の美観のためでなく；光り輝く皮膚の為でもない。私がこれらの食べ物をとるのは、ただ身体の活力を維持するためであり；飢餓の苦悩を避けるためであり；梵行の修行の助けとするためでる。」これが、あなたが食べ物に対して持つべき正しい態度である。

仏陀もこのような態度を保持していた。仏陀が開悟して果を証悟する前、彼は 6 年間苦行を修行したが、そのうちの一つは、毎日一粒の米しか食さない、というものであった。その後、彼は、これは利益の無い事であると理解し、故に、彼は苦行を放棄し、正常に食べ物をとるようになり、そのことによって、体力を回復させた。感官の享楽を捨て去る事と、無益な苦行というこの二つの極端を捨て去った後、彼は中道を修行し、間もなく円満なる正覚を悟ったのである。

＜問答 ニ＞

問 2-1：

禅の修習をする修行者の中で、四禅八定を証悟し、あまつさえ観禅（ヴィパサー）まで修行している人がいます。しかし、彼らの日常の行為または徳行は決して良くありません。あまり戒律を守らないし、多くの人々は、この修行の法門に懐疑心が生じています。上述の境地を証悟できた人は、他の、いまだ証悟していない修行者より更に身口意において、清浄を守らなければならないのではないでしょうか？

一人の、四禅八定を聖悟した人、または 12 縁起を修行している人は、己の多くの過去世を知っており、涅槃を体験した修行者などと共に、秘密を保持するべきで、軽々と他人に（＋修行体験を）吐露するのはよくないのではありませんか？

答 2-1：

パーリ経典によると、ジャーナ、道、果を証悟するためには、人は先に、戒清浄を持さなければならない；持戒が清浄でない人は、ある種の定力を育成することはできるけれども、しかし、彼らはジャーナ、道、果を証悟する事はできない。ここで、私はみなさんに一つのことをはっきりさせたいと思う：私は、これまで一度も禅の修行者が、ジャーナ、道、果を証悟したかどうかの印証をしたことは、ない。

私は、パーリ聖典の教法に基づいて、禅の修行者に初禅、第二禅などなどを指導するが、しかしながら、私は、彼らが小参（＝面談）の時に私に報告する、その内容に合わせて指導する。これは決して私が彼らの修行の成果に印証を与えた、という事にはならない。

彼らの修行成果の報告は、正しいこともあれば、嘘のこともある。というのも、ある種の修行者は非常に正直で、ある種の修行者は正直ではないからである。上述の成果を得た修行者が、身口意の方面で、いまだ成果を得ていない人より清浄であるかどうか、ということは非常に判断しにくい問題である。

というのも、ある種の人々は、それらの成果をいまだ得てはないけれども、しかし、彼らの徳行は、非常に清浄であることがあるからである。大龍大長老（Mahānāga Mahāthera）は、その顕著な例である：彼は法施阿羅漢（Dhammadinna arahant）の先生で、止観の修行をしてすでに 60 年以上経過していた。しかし、彼はいまだに凡夫（puthujjana）であった；彼は凡夫ではあったけれども、強く力のある止観の修行のおかげで、彼は 60 年の間、いかなる煩悩も生起することなく、かつ、非常に清浄な戒を持していた。ゆえに彼は、自分はすでに阿羅漢果を聖悟したのだ、と思っていた。

ある日、彼の弟子である法施阿羅漢は、自分の住居にいて、心に思った：「我々の、Uccavalika に住んでいる先生大龍大長老は、すでに究極の沙門果を得ただろうか？」観察してみると、彼は彼の先生がいまだ凡夫であり、かつ、彼が先生に注意を促さなければ、先生が亡くなる時、彼の先生は、なお凡夫であることを発見した。そのため、彼は神通力を用いて、先生の住居まで飛んで行き、先生に礼拝し、また、弟子としての義務を履行した後、先生の傍に座った。
大龍大長老は訊ねた：「法施、あなたはなぜ、突然ここに来たのですか？」
法施阿羅漢は、答えて曰く：「尊者にいくつか指導して頂きたいことがありまして」
大長老：「いいですよ。知っている事ならなんでもこたえます」

こうして彼は、阿羅漢しか答えることのできない問題を、一千個尋ね、大長老は、まったく躊躇することなく、すべての問題を、彼に答えた。彼は先生を称賛して：
「尊者、あなたの智慧は鋭敏です。あなたはいつ、このような境地に到達したのですか？」
先生：「60 年前」
彼はまた尋ねる：「尊者、あなたは禅定を修行したことがありますか？」
先生：「禅定なんて簡単だ」
彼は言う：「そうであるならば、大きな象を一頭出してくれますか？」
大長老は、大きな白い象を一頭、神通変化によって、出した。
彼はまた言う：「尊者、今、この白い象の尾を立てさせ、両耳を外に広げさせ、長い鼻を口に入れて恐ろしい吼え声を出させ、あなたに向かって飛びかかるようにして下さい。」

大長老は言われた通りにし、大きな白い象がとても速く自分に迫ってくる恐ろしい風景を見て、大長老は飛び上がり、逃げ出そうとした。この時、煩悩を断じ尽くした法施阿羅漢は、手を伸ばして大長老の袈裟をつかみ言った：「尊者、煩悩を断じ尽くした人が、なぜこのように怯えるのですか？」
この時、彼の先生は、自分がいまだ一人の凡夫であることに気が付いた。彼は謙虚に法施阿羅漢に助けを求めた。
法施阿羅漢曰く：「尊者、心配しないで。私はまさにあなたを手助けしに来たのです」
こうして、彼は先生のために、一種の業処を詳しく説明し、大長老はこの業処を受取り、その後に、歩く瞑想を実践する為に、瞑想用の小道に行こうとして、三歩歩いたところで、阿羅漢果を証悟した。

《中部 Majjhima　Nikāya》の注釈に、一つの物語がある：ある一人の年老いてから出家した比丘がいて、彼の戒師は、すでに阿羅漢果を証した年若い比丘で、彼はこの戒師と共にいたが、しかし、彼は、戒師が阿羅漢であるということを知らなかった。

ある日、彼らが托鉢に行く途中、彼は戒師に言った：「尊者、阿羅漢とはどんな風貌なのですか？」

戒師は答える：「この判別は難しいのです。年老いて出家した比丘がいて、阿羅漢と一緒にいるのですが、相手が阿羅漢だとは知らないでいます。」

戒師は暗示を与えたのですが、彼は尚、この年若い戒師が阿羅漢だということが分からない。このように、誰が阿羅漢であるかを判別するのは、難しいことなのである。一人の真正なる聖者は、欲が少なく、足るを知り、また謙虚である。そして、自己の証悟（＋の内容）を漏らすことは、決してしない。もし、この聖者が比丘であるか、比丘尼であれば、仏陀の制定した戒律により、彼（または彼女）は、決していまだ具足戒を受けていない人～すなわち、沙弥、沙弥尼と在家居士であるが～に己の証悟（＋の内容）を説明することはない。

また、大龍大長老の物語から、一人の人間の証悟の内容を確定するのは、非常に難しいものであることが分かる。であるから、最も良いのは、己の修行の成果を人に告げない事だ。もう一つ、考えておかねばならないのは、ある種の人々はあなたを信用するかもしれないが、ある種の人々はあなたを信用しないかも知れない、という事である。あなたが本当に道・果を証悟したとして、あなたを信じない人は、重大なる悪業を造ることになるが、このことは、後々、彼らに大きな傷害を齎すことになる。故に、聖道を証悟したという情報は、ある種の人々の仏法に対する信心（＝確信、信頼）を呼び起こすかもしれないけれども、しかし、やはり、己の修行の成果は、全く露しないのが、良い。

問２-２：

もし、禅の修行者が、不誠実で、己の禅の修行体験を、実際の状況に基づいて報告しない時、彼はどのような損失を被るのでしょうか？

答２-２：

彼が嘘をついているならば、彼の戒行はすでに不清浄となる。ゆえに彼はジャーナ、道と果を証悟することはできないし、また、修行上の顕著な進歩も望めない。もし、彼が明らかに（＋そうではないと）知りながら、わざとジャーナ、道と果を証悟したなどと詐称したならば、それは非常に重い戒律違反になる。もし、この悪業が臨終のときに成熟したならば、彼は地獄に落ちることになる。仏教徒の身であるならば、我々は、己

の目標がどこにあるのかを、はっきりと知るべきである。我々の目標は、生死輪廻から解脱することにあるが、これは我々の得られる最大の利益である。

唯一、目標に到達した後において、我々は初めて、その他の人々を、我々自身が歩いてきた大道に導いて、彼らに最大の利益を齎すことができる。故に、もし、我々が己自身と、他人をも愛しているのであれば、我々は必ずや誠実でなければならない。一体我々は、己自身を地獄に落とそうとする人間は、自分を愛しているのだと言えるのだろうか？もちろん否、である。しかしながら、もし、彼らが徹底的に前非を改め、誠実になり、かつ修行に精進するならば、彼もまたジャーナ、道と果を証悟することはできる。

問 2-3：

仏果を証悟できない人、というのはいますか？

答 2-3：

南伝の仏法では、何種類かの人が、仏果を証悟できない、ということになっている：一番目は仏陀。というのも、仏陀はすでに仏果を得ているので、再度仏果を証悟することはできない。すでに仏陀から授記を得た人、未来においてパーチェカ仏になる人、上首弟子と大弟子の人も仏果を証悟することはできない。というのも、彼らは、仏陀が授記を受けたのと同じように、それぞれが、必ず、パーチェカ菩提、上首弟子菩提と大弟子菩提を証悟するが故に。一度証悟すれば、二度と来世はなく、名色でもって 10 波羅蜜を履行することもない。また、すでに、何らか一種類の道果を証悟した人も仏果を証悟することはできない。たとえそれが最低の道果――須陀洹道果の人であっても、である。

須陀洹は、最も多くても 7 回生死すれば、一切の煩悩を断じ尽くすことができ、最後の一世の臨終の時に、般涅槃に入るため、少なくても四阿僧祇劫と 10 万大劫を必要とされる、10 波羅蜜の実践をする時間がない。普通弟子については、もしすでに仏陀から授記を得ているのであれば、彼もまた仏果を証悟することはできない。というのも、彼らは、絶対に、仏陀から受けた授記の通りに、普通弟子になるからである。しかしながら、いまだ、仏陀から授記を得ていない場合、彼らは菩薩道を修習することができるし、10 波羅蜜を履行することもでき、もしかすれば、いつの日にか、仏陀から授記を得て、菩薩となる事ができるかもしれない。もしあなたが望むならば、チャレンジしてみてもいいが、しかし、成功する可能性は相当に小さい。

問 2－4：

どのようにして、見、聞、覚、知を通して解脱に到達するのでしょうか？

答 2－4：

もし、あなたが、見る、聞く、知覚する、知るときにおいて、究極の名色法を照見でき、かつそれらを無常・苦・無我と観照することができたならば、あなたは解脱に到達することができる。

問 2－5：

《中阿含経　Majjhima　Agama》の中に、アーナンダ尊者は横になろうとしていたときに阿羅漢果を証悟した、と書かれています。その時、彼は、どのようにして、名色法を観察したのでしょうか？

答 2－5：

あなたは、アーナンダ尊者は、出家して比丘になった後、すでに内・外、過去・未来・現在、劣・勝（＝すぐれている）・粗い・細かい・遠・近の五蘊を分析することができたし、縁起の修行とそれらの五蘊の因を照見する修行ができていたし、それらの五蘊及びそれらの因が無常・苦・無我であることを観照することができた事を、知っているべきである。その後、彼にとっての最初の雨安居の期間に、フルナ尊者（Mantānīputta Puṇṇa）の開示を聞いて、彼は、ソータパナ道果（＝須陀洹道果）を証悟し、同時に四無礙解智を具備した。

四無礙解智を証悟したいと思う人は、過去世において、観禅を修行して、行捨智のレベルに到達しておかねばならない。ソータパナを証悟した後、彼は引き続き 44 年の長きにわたって観禅の修行を続けた。彼がまさに阿羅漢果を証悟しようとする、あの日の夜、彼は徹夜で行禅（＝歩行禅）を修行し、特に、身体の 42 の部分の色法を無常・苦・無我と観照する修習をしていた。しかしながら、過度の精進のために、彼の定力は弱くなり、ゆえに彼は、横になって、精進根と定根のバランスをはかろうとした。横になろうとした過程の中で、五根がバランスされ、その結果、身体がいまだベッドに触れない内に、彼は、阿羅漢果を証悟したのである。あなたはこれは、決して頓悟ではない、ということを理解するべきである。というのも、彼は初果ソータパナになった後、44 年の間、いろいろな方法、たとえば、名色法、五蘊法、12 縁起法、を用いて、徹底的に、名色の無常・苦・無我を観照していたからである。

もし、禅の修行者が、徹底的に内部及び外部の名色の無常・苦・無我を照見し、かつ、観智が成熟したのであるならば、彼はすでに、道果を証悟する辺縁にいるため、彼はただ、己の最も好きな法及び相を観照するだけでよい。たとえば、彼は、ただ、色法の無常・苦・無我を観照するだけでよく、彼は、ただこれだけで道果を証悟することができる。ただし、もし、いまだ、徹底的に名色を無常・苦・無我と観照する事ができな

いのであれば、彼は、ただ一種類の法を無常・苦・無我と観照することを通して、何らかの道果を証悟することはできない。

問 2－6：

捨心観を基礎にして、無色界定を修行することはできますか？

答 2－6：

できない。

無色界定に到達したいのであれば、まず先に、遍禅を修行して、色界第四禅に到達しておかねばならない。たとえば、地遍を修行して第四禅に到達しておく、等。第四禅から出定した後、あなたは、無辺虚空に遍満する地遍似相を取り除いて、無辺の虚空だけを残すようにしなければならない。この状態になって初めて、あなたは空無辺処定を修行することができる。捨心観は、有情の衆生を対象にするもので、捨心観を修行しても、取り除くべき遍処相は、ない。言い換えれば、それでは無辺の虚空を得ることができため、捨心観でもって、無色界定の修行はできないのである。

問 2-7：

四界分別観を修行して後、初めて名色法を分析できる、という言い方は、どの経、論に出ていますか？

答 2-7：

多くの経及びそれらの注釈の中に、これらの事が書かれている。たとえば、《中部 Majjhima Nikāya》の《大牧牛者経 Mahāgopālaka Sutta》及び《相応部 Saṁyutta Nikāya》の《不遍知経 Aparijanana Sutta》である。色業処の修行方法の内、簡略的な修行方法については、《大念処今日 Mahāsatipaṭṭhāna》の《大象跡経 Mahāhattipadopama Sutta》、《大教誡羅侯羅経 Mahārahulovāda Sutta》、《界分別経 Dhātuvibhaṅga Sutta》、及び《阿毘達摩論蔵 Abhidhamma Piṭaka》の中の《分別論 Vibhaṅga》の《界分別 Dhātuvibhaṅga》などに書かれてある。禅の修行者には以下の二種類がある；純観行者(suddha-vipassanā-yānika）と止行者（samatha-yānika）である。

止行者は、先にどれか一つのジャーナを証悟した後、それによって心清浄に到達する。彼が更に進んで、見清浄の修行をしたいと思うとき、先に、非想非非想定を除く、それ以外のどれか一種類のジャーナに入らなければならない。定から出た後、尋、伺等の禅支、及び禅心に相応するすべての心所を観照する。それらの個別の特徴、作用、現

状、近因に基づいて、それらを識別しなければならない。彼が、これらの心所を照見できるのは、彼がすでに五禅支を識別しているからである。

次に、彼は、これらの名法が依存する所の心所依処色を照見し、心所依処色が依存する四大を照見し、また、そこに存在するその他の何種類かの所造色も、照見しなければならない。同じようにして、彼は、それらの個別的な特徴、作用、現状と近因を識別しなければならない。

次に、彼は、五門の心路過程を観照する前、必ず、先に色業処を修行しておかねばならない。色業処を修行するより以前、彼は、五門心路過程を観照することができない。というのも、彼は眼識、耳識等が依存する所の、眼浄色、耳浄色などを照見することができないからで、故に、五門心路過程も観照することができないのである。しかしながら、もし、止行者が、先に名法を観照したいとは思わず、先に色法を観照したいと思うのであれば、彼は、純観行者と同じ歩みを進まなければならない。《清浄道論・第 18 品》によると、純観行者が心清浄を育成する方法は以下の通りである；「純観行者、または止行者が、名法の照見から始めるのではなくて、色法を照見することから、観禅を始めたいと思うならば、彼は第 11 品の中で、四大を定義する部分に記載されている各種の方法の中の一つによって、簡略に、または詳細に四大を識別しなければならない。」

《清浄道論》に基づくこれらの教えは、なんらのジャーナも具備しないまま、直接観禅の修行をしたい人は、先に簡略法または詳細法、または簡略法と詳細法の二つともを採用して、四大を識別しなければならない、という。すでに、ある種のジャーナを証悟した人、またはすべての八種類の定を証悟した人で、もし、色業処から観禅の修行を始めたいと思うならば、彼もまた、同様の順序で修行しなければならない。色業処と名業処については、《中部》の注釈の中及び《阿毘達摩論》の注釈の、第二冊の中に、以下のような説明がある：「この二種類の中で、色業処とは、簡略法または詳細法でもって、四大を識別するものである。」

注釈の中で（＋書かれいる）、如何にして、観禅における色業処の修行を行うかに関して述べられているこれらの指導内容から、仏陀が、純観行者または先に色業処を修行したい止行者は、先に簡略法または詳細法によって、四大の識別から始めるべきだ、という指導をしたことが分かる。

もし、禅の修行者が仏陀の教えに基づいて修行するならば、彼の修行は、最も大きな利益を齎すことになる。ここで我々は、注釈は、決して、覚音論師（＝ブッダゴーシャ）によって書かれたものではない、という事を理解しておく必要がある。

彼はただ、（+以前からあった）注釈を、シンハラ語からパーリ語に書き換えたに過ぎない。いくつかの注釈は、疑いもなく後代の論師が作成したものだが、しかし、注釈の大部分は、仏陀の時代から伝承されてきたものである。

仏陀の時代、普通に見られた光景とは：簡単な開示を聞いた後、何人かの比丘は、いまだその意味を理解できない。それで、彼らは、仏陀、またはシャーリプトラ、モッガラーナなどの阿羅漢、またはアーナンダ尊者等に会いに行き、彼らに詳細な説明をしてくれるよう求めた。これらの説明・解釈は、500 人の阿羅漢が参与した第一次結集の中で、雑蔵（Pakiṇṇaka　Desana）として結集された。これはまた、根本注釈（Mūla-Aṭṭhakathā）とも呼ばれる。スリランカでの布教を担当したマヒンダ阿羅漢（arahant　Mahinda）は、それらをスリランカに持ち込んだ。彼は、後代の者が、パーリ語でこれらの注釈を保存することはできないだろうと考え、故に、それらをシンハラ語に翻訳し、それを大注釈（Mahā-Aṭṭhakathā）と称した。覚音論師の時代になって、ある種の人々は、パーリ語の原文でもって仏陀の教法を研究するべきだという主張を展開し、故に、覚音論師は、すべての注釈をパーリ語に戻す翻訳をしたのである。

四部ある注釈の中の、それぞれの注釈の序言に、覚音論師は、以下のような結論を書いている：「私は現在、注釈を翻訳しているが、その趣旨は、微妙で殊勝な、長部などの聖典に含まれる意味を説明する事である。これは、仏陀および仏陀に類する資格を有する人が詳細に解説したものである。仏陀と類似した資格を有する人とは、シャーリプトラ尊者とその他の、経を説法をできる所の、仏陀の弟子である。これらの注釈は、第一次聖典結集の時に誦えられ、第二次と第三次聖典結集の時にも再び誦えられたものである。それらは、マヒンダ阿羅漢によって、スリランカに齎されて、スリランカの人々の利益になるように、スリランカ語（＝シンハラ語）に翻訳された。我々は、大寺（Anurādhapura にある）の長老たちの観点に違わないという前提の元、これらスリランカ語の注釈を、聖典と一致する所の、荘厳でかつ純潔無傷の言語に戻すために、翻訳しなおすものである。」

《清浄道論》の中で、彼が自分自身の考えを表明した部分は、ただ一回、出現するに過ぎない。彼は言う：「我々の、この事柄に対する選択・決定は以下の通りである」と。（清浄道論・第 13 品）。また、《中部　Majjhima　Nikāya》の注釈の中で、彼は一度だけ、以下の事柄を表明している。彼は言う：「古代の尊者たちは、この種の観点を提起しなかった。これは私個人の見解である。」（中部）。これら、ほんの少々の、非常に少ない例のみが、彼の個人的な観点を述べたものと、理解される。

《長部・Dīgha　Nikāya》の注釈の中で、彼はまた言う：「私自身の見解は、威信も権威も全くなく、経の義理（＝意味、含意）に合致する時にだけ、それは受け入れることができる。」と。（長部）。

以上の事から、彼は決して、己の見解に基づいて注釈を書いているのではないことが、分かる。ある種の人々は、覚音論師を批判するが、それは間違っている。というのも、彼は、古代から伝承された注釈を翻訳しただけ、なのであるから。たとえば、《清浄道論》の中の《説縁起品》は、完全に《迷惑氷消》の内容を翻訳したものなのであって、そして、《迷惑氷消》は、《大注釈》の中の一部分なのであり、それは、仏陀が多くの経（たとえば、《因縁相応　Nidāna　Saṁyutta》の全編）の中で語り、指導している所の縁起法の注釈なのである。

多くの経の中で、仏陀は、過去世の因が、現世の五蘊を形成する、と教えている。たとえば：過去世の無明、愛（＝渇愛）、取、行、業が、現世の五蘊を形成している、等々。仏陀はまた、現世の因は、来世の果を齎す、と言う。もし、あなたが、縁起の教えを認めないのならば、問題が発生する。というのも、そうであれば、あなたは、仏陀は一連の無意味な話をした、または嘘をついた、ということになる。また、もし、縁起の教えが間違っているのならば、あなたは仏になるために波羅蜜を積む必要などなくなるではないか。

なぜか？縁起の教えを否定するという事は、過去世の因が現世の果を造るのだという教えを否定することになるから、である。もしそうであるならば、過去世の因は、あなたの現世に影響を与える事はなく、そうであるならば、あなたが過去世に行った善業は、全くの無駄、という事になる。

その上、もし、現世の因が、あなたの来世に影響しないのであれば、あなたは、己の心の欲するままに、殺生、偸盗、邪淫などの罪悪をしたい放題になして、なお、来世において、悪道に堕ちて苦るしむ危険性の心配をしないでも、よくなるではないか。一切合切、すべては運任せであれば、仏になりたいからといって、四阿僧祇劫と 10 万大劫の時間を使って 10 波羅蜜を円満成就させる必要もない。というのも、あなた（＋の考えでは、あなた）の修行した波羅蜜は、すべて無効になるからである。上記の考え、これは一つの重大な邪見であり、無作用見（akiriya-diṭṭhi）という。ある種の人々は、以下のような反対意見を述べる。彼ら（＝無作用見の人々）は、それでも、因果の作用、たとえば、食べ過ぎは因、消化不良は果、というような事柄を、観照することができるではないか、と。しかし、仏陀はこのような因果を教えようとしたわけではない。というのも、一般の正常な人々は、皆この道理を知っているからである。

彼らは、己自身に自問すべきである。この一世において、人間として生まれた原因とは何であるか？と。それでも、彼らは、その業因は、今生で作られたものだ、と言うのだろうか？当然、否、である。しかし、彼らが、今生に人として生まれた業因は、今生において造られたと言う説を堅持するのであれば、彼らは、善業を行い、その後に天神になりたいと発願すればいい。もし、現在の業因が、現世の果報を生むことができるならば、彼はいますぐに天神に成れるはずである。しかし、彼は、それらの善業によって、いますぐ天神になることはできない。なぜか？というのも、今生で得た人身の業因は、必ず過去世のどれか一生の内から来ているからである。このことから、縁起の教えは、想像上のものではない、ということがはっきりと見て取れる。覚音論師を批判する人々が、彼が混乱を齎した、というのは間違いである。我々は、これらの注釈に対して誠心誠意、敬いの心でこれらの注釈に対応するべきである。というのも、それらは、仏陀と多くの大阿羅漢が残してくれた教えなのであるから。

【訳者コメント：パオセヤドーは、台湾で法話をしているため、念頭に、大乗の菩薩になりたい人々への質疑への回答を意識している。】

問 2－8：

仏陀は「夢」を見ますか？（＋仏陀が）夢を見るとき、正念はありますか？

答 2－8：

仏陀とパーチェカ仏を含む、すべての阿羅漢は、二度と夢を見ることはない。というのも、彼らはすでに、すべての迷い、幻想を取り除いているから。パーリ聖典の中で、これは pahīnavipallasattā　（遠離顛倒夢想）と言われる。

問 2－9：欲界、色界、無色界の、各種の善心を持つ人が、人間界に生まれ変わりたい場合、発願する必要がありますか？

答 2－9：その必要は、ない。もし、人間界に生まれ変わりたいのであれば、彼は、欲界の善業に依らなければならない。そして、当該の善業は、彼の臨終のときに熟していなければならない。彼が、人として生まれ変わりたいと欲するか、欲しないに関わらず、彼が人としての人生に執着があるならば、彼の欲界善業は、自然の法則に従って、果報を生じせしめる。

もし、臨終のときに彼が、何か一種類の色界禅または無色界定に入るならば、彼は、業の果報の原則に従って、当然、色界または無色界に生まれ変わる。

＜問答 三＞

問 3－1：

禅師は、開示の中で、我々の菩薩が過去世において、獅子王として生まれた時、ウサギが睡眠中に落ちてきた木の実に驚き、世界の末日がきたと思い込んで、森林のすべての野獣を恐怖に陥れたことがあります。獅子王が一つひとつ追跡して調べてみると、最後に、誤解が拡散されただけだ、という事が分かりました。私、（＋あなたの）弟子は、非常に不思議に思うのですが、人と人との間であっても、なお言語的な壁があるのに、異なる動物の間で、意志が通じたのでしょうか？禅師、慈悲をもって、開示してください。

答 3－1：

私が思うに、それは、菩薩の波羅蜜が原因で、彼には、その他の動物と通じ合えるような力があったのであろう。たとえば、仏陀は、説法する時、ただ一種類の言語しか使わないが、しかし、全インドの各地から集まった、異なる方言を持つ人々にも、はっきりと仏陀の説法が分かった、ということである。

問 3－2：

白遍を修行するとき、頭蓋骨の白い色を対象としますが、その理由は、相を取るのが簡単な以外、他に何か意味がありますか？

答 3－2：

実際は、私は修行者を指導する時、白い花、白い石、白い布などの白色を対象として白遍を修行させる。このように、白い物ならどんなものでも、皆、白遍を修行するときの対象とすることができる。

問 3－3：

どのようにすれば、己自身、また外部の環境に対して覚醒を持ち、かつそれが明瞭でありえる、という状況を作れますか？

答 3－3：

己自身、及び外部の環境に対して覚醒し、かつそれが明瞭でありえる状況を保つには、あなたは四念処を修行する必要がある。

四念処とは：

一、身念処。

二、受念処。

三、心念処。

四、法念処。

身念処は、止禅と観禅を含み、その他の三種類は、純粋な観禅になる。あなたがアーナ・パーナ・サティを修習する時は、すなわち、身念処を修習しているのである。もし、誠心誠意、敬いの心で、不断に継続的に修習することができたならば、あなたの正念はますます強くなり、定力はますます深くなる。そして、あなたの心は、静かになり、はっきりと目覚めていられるようになる。修行が観禅まで進むと、あなたははっきりと内部と外部の名色及びそれらの因を見る事ができる。言い換えれば、あなたは、はっきりと、内部と外部の身、受、心、法を観照することができる。ゆえに、もし、己自身と外部の環境に対して覚醒を保ちたいのであれば、観禅の修行ができるように、あなたは、強くて力のある定力を育成するよう、努力する必要がある。もしあなたが、阿羅漢果を証悟することができるならば、それが最も良い。というのも、阿羅漢は覚醒と正念を、絶え間なく保持し続けている（＋存在である）から。

問 3-4：

禅師にお訊ねします。己自身が有分心に落ちたことを、どのようにして検分しますか？有分に落ちないようにするには、どうしたらいいですか？

答 3-4：

二つの心路過程の間には、多くの有分心が生起しては、滅している。たとえば、今この現在、あなたは私の開示を聞いている最中だが、しかし、非常に多くの有分心があなたの心中において生・滅している。これは自然現象である。通常、人々は、有分心を察知することはできない。というのも、彼らの定力は非常に弱いから。しかし、あなた方が、定力を育成して近行定に到達したならば、人の心は、時々有分に落ち込む事、その時自分は何一つとして（＋物事・対象を）知らないという感覚を持つことを理解する。

しかし、人々はそれでも、有分心を見ることはできないでいる。というのも、有分心の対象は、前世の臨死速行心が縁として取る対象であるから。ただ唯一、彼らが縁起法を修習するとき、かつ、前世の臨死速行心及びその対象を照見できたときにのみ、有分心を識別することができる。

問 3-5：

私は以前、人に質問されて答えられずに困り切りました。禅師、助けていただきたいのです。小さな問題なのですが一一仏像は皆有髪なのに、なぜ出家者は無髪なのですか？

答 3-5：

我々の菩薩の最後の一生の中で、彼がアノーマー河の川べりで出家した時、彼は自分で自分の髪の毛を切り、残ったのは、指二つ分の長さだけの髪の毛であった。その時から、彼の髪の毛は、指二つ分の長さを保ち、それより短かったり、長かったりすることはなかった。仏陀は、比丘、比丘尼に髪の毛を、最も長くて、指二つ分の長さに伸ばす事は許した。もし、髪の毛を指二つ分以上に伸ばしたならば、突吉羅罪（dukkata 悪作罪）を犯すことになる。ゆえに、あなたがそうしたいのであれば、あなたも自分自身の願望にそって、頭髪を指二つ分伸ばすことには、特に問題は、ない。

問 3-6：

誰でも禅の修行はできますか？禅の修行ができない人はいますか？長らく禅の修行をしているのに、禅相が生じない、という事はあり得ますか？それは、業障が重いため、またはその他の原因でそうなるのですか？

答 3-6：

禅の修行は誰でもできる。しかしながら、どうしても、禅相を得られない人はいる。それは、彼らの過去世における業障である可能性はあるが、または精進が不足しているのかも知れないし、また、善知識の指導を得られない、方法を間違えているなどの原因がある可能性もある。また、いくつかの原因が複合している場合もありえる。

問 3－7：

ある一人の比丘が、還俗の儀式をした後、今なお、比丘だと自称している。禅師にお伺いします。すでに還俗した比丘に対して、在家居士が供養をした場合、その功徳はどのようなものでしょうか？このような自称比丘が、他人を出家得度させ、または比丘戒を授けたならば、彼はどのような果報を受けることになるでしょうか？

答 3－7：

《布施分別経 Dakkhinavibhaṅga　Sutta》によると、布施を受け取るのが一匹の動物であっても、または一人の道徳を持たない人であっても、布施者は依然として、その布施の中から功徳を得ることはできる。しかし、このような功徳は、決して殊勝であるとは言えない。というのも、この種の布施は、布施を受け取る人を通して、浄化されることがないから。もし、比丘が還俗した後に、依然として袈裟を着て、比丘を詐称するならば、その人は＜賊＞と呼ばれる。

というのも、彼は、在家居士が出家者に供養する四種類の必需品（四事供養）を盗み取るからである。仏陀の制定した戒律に照らすと、彼は「賊住」の人（10 種類の波羅夷人の中の一種）となる。この一生の内で、彼は、二度と出家して、比丘になることはできない。

問 3－8：

ある種の人々は、涅槃は、断滅論と似ているのではないか、という疑問を抱いています。禅師、涅槃と断滅論はどのように異なるのか、開示して下さい。

答 3－8：

断滅論とは：いかなる原因を造作することなくとも、人は死亡すると、滅尽する、という考えである。反対に、仏陀が教えたのは：因があるが故に果がある；ある種の因があれば、ある種の果を生じる。たとえば、無明、愛（＝渇愛）、取、行、業などというこれらの因があるとき、果報としての五蘊が生じる。仏陀はまた：因がなければ果はない、とも教えている。たとえば、すべての無明、愛、取、行、業が、阿羅漢道によって取り除かれたならば、果報としての五蘊は二度と再び生ずることはない。ゆえに、涅槃の教えは中道であり、それは自然の定理に従っており、因果が、お互いに（＋お互いが因となり果となって）相い生じ合う法則を表している。次に、もし人が：無明、愛、取などの、これらの因を取り除いた後（＋であっても）、いわゆる涅槃というものは存在しない、と言うのならば、その人は、常見の人だ、と言われる。

問 3-9：

仏陀は、菩提樹の下で仏位に証入し、同時に阿羅漢になりました。彼は初果（＝ヨルカ、ソータパナ）の証悟から始めて、四果（＝阿羅漢）まで行く、という方法を取る必要が、ありませんでした。仏陀の弟子の中で、前の三つの果位を証悟しなくても、直接阿羅漢を証悟する人はいますか？

答 3-9：

南伝の仏法では、実際の状況は、決してあなたの言うようなことではない。我々の菩薩は、四道と四果を証悟することによって、仏果を証得したのである。彼は一回の座禅・瞑想の内だけで、四道と四果を証悟し、二種類の道の間においては、彼には幾つかの観智が生起したに過ぎない。すべての、阿羅漢果を証悟する人は、皆、四道と四果を経なければならない。こうしたことから、前の三つの道・果を証悟しないで、いきなり阿羅漢果を証悟する弟子は、一人もいない。

問 3-10：

世俗諦（＝世俗的な真理）に通達していないが為に、真実諦（＝出世間的な真理）を修し学ぶことに障礙を生じることがあります。このような障礙を取り除くには、どのような方法がありますか？

答 3-10：

仏陀は開示して言う：「有定力的比丘能如実知見諸法（＝定力のある比丘は、如実知見することができる）。」故に、もしも、究極の真理を照見したいのであれば、あなたは善知識の指導の下で修行して、強くて深い定力を育成しなければならない。ここで私は、周利般陀伽尊者（Venerable　Cūḷapanthaka、以下チューラパンダカ尊者）の物語を説明する。出家の後、チューラパンダカ尊者は、彼の兄、マハーパンダカ阿羅漢の指導の下で修行していた。しかしながら、雨安居の期間全体を使っても、彼は、四つの偈でできた詩文一首も暗記する事ができなかった。彼がかかくも愚かであったのは：過去世において、Kassapa 仏の時代、チューラパンダカは、深淵な学問に通じ、博学で、仏法を教えることのできる比丘であった。

ある時、彼は、彼に付き従って学習している一人の比丘を愚鈍であると、嘲笑した。その比丘は、教師に嘲笑されて、恥ずかしくなり、継続して学習する意欲、自信を喪失してしまった。この悪業によって、チューラパンダカは、多くの世において、愚かな、愚鈍な人物として生きなければならなかった。そして、彼の最後の一世において、チューラパンダカとして生まれたが、出家後、突然、彼は愚鈍になり、そして、意外にも、彼は詩文を下の句を暗唱すると、もう上の句を忘れてしまうという状態に陥った。彼の兄、マハーパンダカは、彼はどのような道も果も証悟することはできないだろうと思い、彼に還俗するように言った。兄のこの厳しい命令を聞いて、チューラパンダカは非常に傷心し、泣いた。その時、仏陀は名医ジィヴァカが布施したマンゴー園のお寺にいた。仏陀はチューラパンダカの困惑を見ると同時に、彼が仏陀の指導を受ければ解脱を証悟することができることを知ったので、仏陀はチューラパンダカの所へ行き、尋ねた：

「私の息子チューラパンダカ、あなたはなぜ泣くのですか？」

チューラパンダカ：「世尊、私の兄が、サンガから出ていけと言うのです」

「私の息子、チューラパンダカ、あなたのお兄さんは、衆生の意向と、根器の能力を明確に知る能力を具備している訳ではありません。そして、あなたは将に、仏陀に指導されるべき人間なのです。」

仏陀はこのような、人を奮い立たせるような話をした後、神通力で一枚の清潔な布を取り出し、チューラパンダカに渡して、言った：「私の息子チューラパンダカ、手でこの布を持ち、『rajo haraṇaṁ、rajo haraṇaṁ――この布は、容易に汚染される、この布は容易に汚染される』と唱えなさい。あなたはこのように修行しなさい。」

こうして、チューラパンダカ尊者は、座って、仏陀に貰った布を手でこすり、同時に「この布は容易に汚染される。この布は容易に汚染される」と唱え続けた。

彼が仏陀に言われた通りに、布を何度かこすると、布は汚れ始めた。彼は引き続きこすり続けて、そのため、布は増々汚れていき、雑巾のようになった。彼の智慧が、熟する時が来た。消失と壊滅の法則が彼の心の中で生起し、彼は内心で思惟した：「この布は、元々は、白くて清潔だった。ただ、私の身体との接触によって、今はすでに汚れきっている。私の心もこの布のように、干渉を受けない内、元々の心は、潔白で清浄なものであったが、しかし、貪欲、瞋恚、痴（＝無知）等の不善心所に接触する事によって、私の心は汚れてしまったのだ」。このように己自身を思惟した後、彼は更に進んで定力を育成し、四種類の色界禅を証悟した。これらのジャーナを基礎にして、彼は観禅に向けて努力を重ね、最後に阿羅漢果を証悟し、同時に四無碍解智及び六神通を獲得した。チューラパンダカ尊者の物語から、我々は：愚かな人、愚鈍な人は、殊勝な成就を獲得することができない、などと思うべきではないことが分かる。

問 3－11：

仏陀はチューラパンダカに「掃除、掃除」と念ずるように教え、結果、彼は阿羅漢果を証悟しました。これはどういう理屈でしょうか？「掃除」が、彼の業処ですか？ただ「掃除」と唱えるだけで、四禅八定を修し、初果から四果まで証悟することはできるのでしょうか？

答 3－11：

南伝の経典に基づくと、チューラパンダカ尊者は、「掃除」と念じたのではなくて、私が先ほど説明したように、「容易に汚染する」と念じていたのだ。過去世のある一生の中で、チューラパンダカは、一国の国王に生まれた。ある時、彼が城内を巡視しているとき、彼は額に汗をかいた。そのため、布で額を拭いた所、それが原因で布が汚れた。

国王は一人ごちして：「この不浄なる身体のせいで、この布は、本来の清浄なる性質を喪失してしまった。有為法とはなんと無常であることか！」と言った。

こうして、彼は無常の印象（anicca-saññа 無常想）を得た。このことから、チューラパンダカ尊者の立場から言うと、「容易に汚染する」という法門は、彼が阿羅漢果を証悟するための、強力な助縁となったのである。

仏陀は、彼の過去世における善行を見て取り、また、彼の善行に見合う、彼が（＋対象に）専注する修行を実践するに相応しいモノとして、仏陀は彼に清潔な布を渡したのである。チューラパンダカ尊者は、すでに 10 万劫の長きにわたって、波羅蜜を累積した：彼は多くの過去世において、三蔵の典籍を研究し、観禅の修行は、行捨智まで到達していた。これは、四無碍解智と六神通を証悟しようとする阿羅漢が備えておかなければならない、先決条件である。彼は、最後の一生の中で、布が汚れていくのを見たとき、即刻、有為法の無常の本質を察知した。過去の波羅蜜と禅の修行のおかげで、彼は有為法の無常の本質を了解するとこができ、このことを踏まえて、阿羅漢果を証悟することができたのである。

問 3-12：

こういうことを言う人がいます：禅の修行を始める前、先に福徳を累積しておかねばならない。そうでなければ、多くの困難に出会う。このことは真実でしょうか？

答 3-12：

もし、ここで言う「福徳」が、過去世において行った福徳の行いを意味するのであれば、この言葉は真実です。二種類の種子がある：すなわち、智慧（vijja　明）の種子と、善行（carana　行）の種子である。善行の種子とは、布施、持戒、禅定の修行など等を指す。過去世において蓄積した善行の種子は、あなたをして今生において、良い父母を得、良い友や導師に出会いえるようさせ、また、仏陀の教えを聞くことができるようにさせる。

智慧の種子とは、四界分別観、色業処、名業処、縁起及び観禅の修行を指す。過去世において蓄積した智慧の種子は、あなたをして仏法を理解できる人にさせる――特に、四聖諦が分かる人に。もし、一人の人間が、善行の種子を具備していていながら、智慧の種子を欠いているならば、彼には仏陀の教えに出会うチャンスはあっても、仏法を徹底的に了解することできない――それはちょうど両足があって、目が見えない人のようである。たとえば：仏陀の時代、名前を真諦（Saccaka）という弁論家がいた。仏陀は彼のために二つの長い経を述べたが、彼は依然としてどのような道も果も、証悟することができなかった。彼は、心の中では、仏陀の言う五蘊は無常であり、無我である事を

認めていたが、しかし、口頭では、認めることを拒否した。仏陀は、彼がいかなる道も果も証悟することができないことを知ってはいたが、それでも彼のために二つの長い経を述べた。というのも、仏陀は、彼が智慧の種子を得た後、それは、仏陀が般涅槃したのちのことであるが、約 400 年の後、スリランカに生まれて、大黒護仏（Mahākāḷabuddharakkhita）という名の大長老になり、かつ、その時に阿羅漢果を証悟することを、予見したからである。

もし一人の人間が、智慧の種子を具備していながら、善行の種子に欠けている場合、彼は仏法に出会えば、仏法を理解・会得することができるものの、しかし、彼の場合は、仏法に出会うのが難しい。それは、ちょうど、視力は良いのに、足の無い人のようである。たとえば：アジャセ王（King　Ajatasattu）は、元々は十分な善根を具備していて、仏陀の開示した《沙門果経　Sammaññaphala　Sutta》を聞いたときソータパナ道果を証悟することができたのだが、しかし、彼は道果を証悟することができなかった。というのも、自分の父親を殺す前に仏陀に会うことができなかったからである。

このように、善行の種子が欠けているために、彼は適切な時期に仏陀と会うことができなかったのである。同じく仏陀の時代、有る時、仏陀は年老いた一組の乞食の夫婦を見て、そして微笑した。アーナンダ尊者は、仏陀になぜ微笑するのか、と問うた。仏陀は彼に答えた：あの乞食の夫婦、夫の名は、大財長者子といい、もし彼らが早い時期に仏法の修行をしたならば、夫は阿羅漢果を証悟することができ、妻はアナーガミ道果を証悟することができた。もし彼らが中年の時に仏法の修行を始めたならば、夫はアナーガミ果を、妻は斯陀含道果を証悟することができた。もし彼らが晩年の初期において、仏法の修行をしたならば、夫は斯陀含道果を、妻はソータパナ道果を証悟することができた。しかし、彼らは、乞食に落ちるほど蹉跌・零落し、今となっては年老いて、身体も弱くなって、仏法の修行ができない。

彼らは仏法を修行するチャンスを逃し、どのような道・果を証悟することができないでいる。このことから、善行の種子と智慧の種子の両方を同時に具備することは非常に重要であることが分かる。このようにして初めて、仏陀の教えに出会うことができ、仏法を理解することもできるようになるのである。今生においてなした福徳に関して言えば、先ほど私が私の開示の中で話したように、今生において、阿羅漢果を証悟することのできる人間にとっては、今生の福徳は、あまり重要ではない。彼らは、戒・定・慧の三学の修行に専念し、阿羅漢果の証悟に尽力するべきである。今生になした福徳は彼らの来世に利益を齎すことはない。というのも、彼らはもう生死輪廻をすることがないからである。しかしながら、いまだ生死輪廻する人にとっては、今生でなした福徳は、非常に重要なものである。

問 3－13：

ある老比丘尼が、よく信者にこう言います：「あなたが以前に堕胎した嬰児が、いまあなたについて回っています。あなたが累劫に積み重ねた（＋不善のために、あなたを）恨んでいる者、仇討をしたいと思っている者が、あなたについて回っていて、あなたに色々な障礙を齎している。ゆえに、あなたの事業は失敗し、病気になり、家庭は不和になり、争いが絶えず、あなたは癌になるでしょう、と。

禅師、お伺いします。堕胎された嬰児、及び累劫に積み重ねた恨みのために己に敵対し、己に恨みを抱いている者は、報復のチャンスを狙うために、24 時間自分に付きまとうという事はありますか？

答 3－13：

仏陀は言う：胎内で死んだ嬰児は、生まれてくる嬰児より安全である。一人の嬰児が胎内で死亡したならば、彼は臨終の時に熟した業により、彼は五道の中の一つに生まれ変わります。もし、地獄道、畜生道、人道または天道に生まれたならば、彼は母親について回ることはできません。もし、彼が餓鬼道に生まれたならば、ほとんどの場合、以下のような状況になります；彼は非常に大きな苦しみに会います。それゆえ、過去の母親について回ることはできません。ある種の餓鬼だけが、母親について回る可能性がありますが、ただ、どの嬰児がそのような状況にあるのかを決定するのは、非常に難しい。それに、たとえ、彼が母親について回っているとしても、母親に大きな傷害を齎すことはなく、時たま、彼女をちょっと驚かすか、彼女に嫌な匂いをかがすかするだけで、ですから、母親は恐れる必要はありません。

母親が理解しなければならないのは：己はすでに一つの悪業をなしている。というのも、堕胎は殺人であるから。もしこの悪業が彼女の臨終の最後に熟したならば、彼女は四悪道の一つに落ちる。しかしながら、すでに済んでしまった事柄に対して、泣いても何の役にも立たない。というのも、出来事はすでに為されており、誰もそれを無かったことにはできないのだから。彼女がしなければならない事は：同じような悪業を二度と行わないようにする事。もし彼女が、すべての悪業を避けることができ、善業を行うよう努力するならば、それが一番良い。

彼女が、布施を実践し、五戒を守り、止禅と観禅を修行することができるなら、それは更に良い。もし、これらの善業の一つが、臨終のときに熟するならば、彼女は善道に生まれる事ができる。もし、ソータパナ道果を証悟することができるならば、彼女は、永遠に悪道に生まれ変わることはない。今生で、五種類の無間業の、どれか一つをもなしていないのであれば、彼女には聖果を証悟する可能性が残されている。

五種類の無間業とは：

父殺し、母殺し、阿羅漢殺し、生きている仏陀の身体に血を流させる、和合しているサンガを分裂させる、である。一つの明確な例は、アングリマーラ尊者で、彼は在家の時に多くの人を殺した。しかし、彼は比丘として出家した後、なお阿羅漢果を証悟することができた。このように、以前堕胎したことのある母親は、このことで更に憂える必要はない。そのように憂えても、彼女の生活に、何等の益を齎すことがないが故に。それよりも、彼女は、生きている間の年月を大事にして、善業を実践するよう努力するべきである。

＜問答 四＞

問 4-1：

ある老比丘尼は、信者にこう言います：あなたが癌になったのは、多くの劫において恨みを買ったため、あなたの敵があなたにまとわりついているからです。あなたは 30 万台湾ドルを出しなさい。そうすれば、私が、息災超度の儀式をしてあげるので、あなたの癌は治るでしょう。南伝仏教では、比丘や比丘尼が信者にお金を要求して、信者の癌を治したり、死病を治したりするようなことを記載していることはありますか？

答 4-1：

南伝の経典には、その種の記載はない。

問 4-2：

ある老比丘尼は信者の家に行って、こう言います：あなた方の家の大門の方位が悪い、殺気がある、あなた方は急いで引っ越しをしなさい。引っ越ししなければ、災厄に見舞われて、子供たちは病気になり、商売はうまくいかない。禅師にお尋ねします。南伝の経や律の中に、比丘や比丘尼に、信徒の家の方位を見たり、風水を指導したりするような記載はありますか？

答 4-2：

南伝の経典には、その種の記載はない。

（問 4-3、内容重複につき省略）

問 4-4：

ある老比丘尼が、自分自身を禅の修行者だと言い、よく信者に、禅の修行中に鬼（＝亡霊・幽霊、以下同様）が彼女の所へ来る、と言います。禅師にお尋ねします。禅の修

行者は、どれほどのレベルに到達したならば、鬼が来て、済度してくれ、などと言うのでしょうか？禅の修行者は、天眼通を得たとき、鬼道の衆生を見ることができるのでしょうか？

答 4-4：

鬼道は、非常に低いレベルの衆生で、我々は彼らを助けるのは、非常に難しい。以前にも話したことがあるが、ある種の鬼だけは、以前の親類や身内の者が彼らに功徳を回向した場合、それを享受することができる。この種の鬼以外では、我々はまったく助けることができない。それは仏陀であってもそうである。禅の修行者が、慈心観、または悲、喜、捨心観を修行する時、彼は大まかに鬼道の衆生を見ることができる。彼は、鬼道の衆生をみる必要があるのである。というのは、そうでなければ、どのようにして、彼らに慈愛、憐憫、随喜または捨心を届けることができるだろうか？天眼通を有する人は、鬼道の衆生を詳細に見ることができる。

問 4-5：

ちょうど臨終のときに、「有分心」に落ち、かついかなる善、悪の念が生起することがないならば、その有分心があるということが原因となって、どこかの道に生まれ変わる、という事はありますか？ある道に生まれか変わる時の、その他の要素とはなんですか？

答 4-5：

一人の衆生の、その一生の最後の一個の心は、死亡心である。死亡心とは、一種の有分心である。そして、次の世に生まれ変わることになる業とは、臨死速行心の業である。臨死速行心は、一生のうちの最後の心路過程の中に生起する。仏陀、パーチェカ仏と阿羅漢以外のその他の人々について言えば、臨終のその一刻に、何等の善業または悪業が熟しないということは、あり得ない。

問 4－6：

夢は、何の心識に属しますか？ちょうど寝ようとしているとき、すなわち、いまだ入眠していないとき、短い夢を見るのはなぜですか？また夢が終わると、すぐ目が覚めるのはなぜですか？それは、「日有所思、夜有所夢（＝昼間思う事柄が、夜夢になって出てくる）」と言われる所の夢境なのでしょうか？それとも過去世の事実？または未来に起るであろう事実？夢の中で止禅や観禅を修行し、入定する、などということはありえますか？

答 4－6：

夢とは、意門心路過程によって構成されている。我々は、夢の中で止禅や観禅を修行したり、入定したりすることはできない。というのも、夢とは、微弱な意門心路過程によって構成されているから。夢が終わると即刻目が覚めるのは、その人の正念が回復したからである。

夢には四つの原因がある：

第一番目は：文字通り、日有所思、夜有所夢である。

第二番目は：身体の四大のバランスが悪いため。

第三番目は：天神が夢に何かを託すため。

第四番目は：未来の予兆。

前の二つは架空であり、第三番目は、真実であったり、そうでなかったりする。第四番目の夢は、真実である。

問 4－7：

夜目が覚めると、昼間のように見えることがある。というのも、目にまるで昼間のような、明るい光景が広がっているから。どうしてこのようなことが起こりますか？

答 4－7

もし、禅の修行者が、寝る前に禅の修行をして、かつ光明を得たならば、彼は、目が覚めたときにその光明がいまだ存在しているのを見ることがある。しかし、あなたの言うその人物が禅の修行者ではないならば、なぜ光明が見えるのかを解釈するのは難しい。

問 4-8：

南伝の比丘は、輪廻における生死の流転の中で必要とされる福報を、どのようにして、育成するのでしょうか？中国では「今生において道を究めなければ、（＋来世において）毛むくじゃら、角の生えた（＋動物に）なって、借りを返さなければならない」と言います。

出家者が、福報を使い果たすか、または不足のために、来世は落ちぶれて乞食をする、などということがありますか？凡夫の比丘は、己がまた再び人間として生まれ、出家して修行ができることを、どのようにして確定・確信しますか？

答 4-8：

仏陀の教えによると、比丘には二つの責任がある：

一、経典の研究。

二、阿羅漢果を証悟するまで、止観を修習する事。

比丘が上記のどの一項を選択しても、持戒が清浄である事は、絶対に必要である。彼は別解脱律儀戒、根律儀戒、活命遍浄戒と資具依止戒を遵守しなければならない。その意味は、彼には、徳行が必要であるという事である。

彼が施主から供養を受けた後、頂いてきた物品を、一緒に修行している比丘、サンガまたは仏陀に布施・供養することができる。このように、彼のような有徳の比丘が、如法に得た物品を、徳行のある受取人に布施する場合、彼の布施は、崇高で、かつ大きな果報を齎すことができる。それは、インダカがアヌルッダ阿羅漢（arahant Anuruddha）に布施した、あの一匙のご飯のように、である。

また、彼は受け取った花をもって、仏陀に供養することができる。彼が寺院内部の義務、たとえば、掃除、サンガの建物などの清掃などをするとき、彼はまさに上等の福報を蓄積しているのである。彼が上座の比丘を礼拝しているときもまた福報を蓄積している。このように、南伝の比丘は、常に、上等の福報を蓄積する機会があり、それを彼は、彼の生死輪廻の資糧とすることができる。実際、彼はどの在家者よりも更に殊勝な、福報を蓄積する機会を有しているのである。もし、彼が二番目の責任を引き受けたならば、彼は必ず、止禅と観禅の修行に専念しなければならない。もし彼が、徹底的に縁起の法（12 縁起）を修行することができるならば、最も良いのは、その修行が行捨智まで到達することである。そうすれば、彼は次の生では、悪道に生まれ変わることはない。これは、来世において、彼は比丘になる機会が大いにある事を、意味している。

もし彼が、止禅の修行をしてジャーナに到達し、かつ臨終のその一刻までジャーナを維持することができたならば、彼は梵天界に生まれ変わる。このように、彼にはどのような道も、果もないけれども、彼の布施、持戒、ジャーナ、観智などの善業によって、来世において、人間界、天界、または梵天界に生まれ変わることができる。これは、業果の法則によって発生する現象である。しかし、もし彼がいまだ縁起の法を修行しておらず、臨終のときに悪業が熟したならば、彼は依然として、悪道に生まれ変わることになる。

問 4-9：

指導者の指導を受けたことのない修行者は、己一人で、経典に基づいて修行することはできますか？または、経典に基づかずに、行捨智まで一人で修行することはできますか？修行者は、どのようにすれば、己がすでに行捨智を証悟したのだと、知ることができますか？

答 4-9：
若し、この修行者が、菩薩またはパーチェカ仏である場合、彼は師なくして自ら通ずることができる。特に、彼が正等正覚またはパーチェカ菩提を証悟しようという最後の一生においては。その他の人々、もし彼がら仏陀の教えに精通しているのであれば、彼らは経典に従って、行捨智まで修行することができる。パーリ経典に精通している人は、順序に従って修行して、徐々に成長していけば、己が行捨智に到達したのは、自分自身でわかる。

問 4-10：
すでに阿羅漢果を証悟した聖人は、他人が阿羅漢果を証悟したかどうかを知る事はできますか？

答 4-10：
もし彼が他心通を有しているならば、他人の心の念を知ることのできる神通を有しているので、他人が阿羅漢であるかどうかは、わかる。もし、彼に他心通がなければ、上記の事を、知ることはできない。

問 4－11：
有る時、座禅・瞑想していて、心内の思いがきわめて迅速に生じ、かつ滅するのを察知することができました。しかし、その思いが善であるか、悪であるかを見極めることができませんでした。これは、どのような心法に属しますか？

答 4－11：
あなた自身が、それを善であるか、悪であるかを知ることができないのであれば、私がそれを知る方法とてない。このような智慧は、いまだ非常に浅薄なものだ。少なくとも、あなたは、名業処に至るまでの修行をし、かつ究極の名法を識別する事。その時、あなたは、心と心所を理解することができる。

問 4－12：
南伝の経論の中には、菩薩道について、難行道と易行道の区別について書かれたものがありますか？もしあるのでしたら、その違いはどのようなものですか？

答 4－12：
南伝の経論には、そのような記載は、ない。しかし、南伝の経論の中には、三種類の菩薩についての記載はある。慧菩薩、信者菩薩、精進菩薩である。慧菩薩は、四阿僧祇劫と 10 万大劫の時間を使って波羅蜜を円満成就する。信者菩薩は、八阿僧祇劫と 10

万大劫の時間を使って波羅蜜を円満成就する。精進菩薩は、16 阿僧祇劫と 10 万大劫の時間を使って波羅蜜を円満成就する。

問 4－13：

南伝の経論の中に、どのように発願し、修行すれば、兜率天に生まれて、弥勒菩薩の所で聞法し、修行することができるのか、龍華三会の時に弥勒仏の前で授記を受けることができるのか、という事に関する記載はありますか？

答 4－13：

南伝の経論の中には、このような記載はない。もし、あなたが未来の弥勒仏から授記を得たいのであれば、あなたは彼に会うとき、人として生まれ、男である、という授記に相応しい、八項目の条件を具備する必要がある。

問 4－14：

人は言います：「人が死ぬ時、生きた亀が甲羅を抜け出すようだ」と。では、死後、期限を切った時間の中で、臓器を献体するのは、菩薩道なのでしょうか？捨心が足りないのにこういうことをするならば、善趣に往生する事に影響しませんか？生前、どのような心理的準備が必要でしょうか？

答 4－14：

死んでから臓器を献体するのは、食べ残しのものを人に布施するようで、上等の布施とは言えず、一種の微弱な善業である。菩薩は通常、生きているうちに臓器を他人に布施する。仏陀の教法では、死後即刻（＋どこかに）生まれ変わる。今生の最後の一個の心（死亡心）と来世の最初の心（結生心）の間には、その他の心識は存在しない。今生の死亡心が滅し去った後、来世の結生心は即刻生起する。ここで私は、あなたに縁起の法の修行を通して、自ら体験することをお勧めする。今回のリトリートの間、何人かの禅の修行者は、縁起の法を修行するところまで到達した。もしあなたが十分に努力するならば、いつの日にか、生死の間の真実の状況を、自ら観る事ができるだろう。

問 4－15：

禅の修行者の臨終において、特別に意外な事柄が生じないという状況の下、そばにいる人は、彼が正念を保てるように、どのように彼の手伝いをすればいいですか？

答 4－15：

傍にいる人は、彼のために経を読むとか、説法するとか、ができる。もし、臨終の人が、聞くことができて、かつ、経または説法を理解することができたならば、彼にと

って非常に有効である。実際は、己自身を頼りにするのが一番よいのである。もし彼が、観禅を修行して道果に到達することができるならば、それが最も良い。もしそれが不可能ならば、臨終のときに観禅の修行をするのが、二番目に良い。

もしそれが不可能ならば、ジャーナを維持できること、それを死亡する時まで、維持できるのが望ましい。その他の善業に関しては、あまり保険の役目を果たせない：布施、持戒などの善業は、善道への生まれ変わりを齎すが、しかし、臨終のときの不如理作意、悪業もまた善業を越えることがあり、それは、悪道への生まれ変わりを齎すからである。

問 4－16：

四大分別観から安般念に換えて、呼吸を観るのは、何か問題がありますか？

答 4－16：

ある種の修行者は困難を感じるかもしれない：鼻と顔の部分で、四大が非常に明確に分かるので、彼は呼吸に専注することが難しくなる。しかし、ある種の修行者には、このような問題が発生しない。彼は一心に呼吸に専注することができる。すでに四大分別観を修行して成功した人で、色業処も修行した人にとって、安般念の修行は簡単である。観禅の修行をした人も同様である。

問 4－17：

（＋先ほど禅師が）質問の回答をするとき、シューリパンダカの物語で、「心は本来清浄なものである。しかし、貪、瞋、痴に接触することが原因で、心は汚れてしまったのだ」と言いました。もし「本来の心」というならば、常見に落ちる事はありませんか？または、私が禅師の言う意味を取り違ったのでしょうか？禅師、ご説明をお願いします。心はなぜ、本来清浄なのでしょうか？

答 4－17：

「心は本来清浄である」というこの言葉の中の「心」は、特に有分心について言ったものである。《法聚論 Dhammasaṅghanī》の注釈である《殊勝義註 Aṭṭhasālinī》の中に書かれているように、有分心は清浄である。それは一種の果報心で、貪、瞋、痴などの不善心所とは、相応しない。一切の果報心、善心、および唯作心もまた、清浄である。というのも、それらは、貪、瞋、痴等の不善心所と相応しないから。《アビダンマ Abhidhamma》の復註である《根本復註 Mūlaṭīkā》によると、すべての心は皆清浄であり、ただ、心所が、清浄であったり、不清浄であったりする。不善心所は不清浄であり、その他の心所は皆、清浄である。しかしながら、南伝の教法では、いわゆる「本来

の心」というものは立てない。南伝の経典では：有分心を主人といい、六門心路過程を客人とする、と言っている。

問 4－18：

もし、すでに安般念を修行して、第四禅に到達しているならば、慈心観を修習しないで、直接、悲心観を修習して、初禅を得ることはできますか？同じ理屈で、慈心観、悲心観を修習しないで、直接、喜心観を修習するか、または慈、悲、喜心観を修習しないで、直接、捨心観を修習して初禅を得ることができますか？もし、できないとしたら、理由は何ですか？

答 4－18：

禅の修行者は、直接慈心観、悲心観または喜心観を修習して、初禅を証することができる。しかし、捨心観を修習する場合は、ただ第四禅が得られるだけである；もし、禅の修行者が、捨心観第四禅に到達したいのであれば、彼は、先に慈心観、悲心観、喜心観を修習して第三禅に到達しておかねばならない。順序に従って、上述の三種類の法門を修習して第三禅に到達した後、それらを基礎にして、ようやく捨心観を修習して、第四禅に到達することができる。

問 4－19：

安般念を修行して、すでに第四禅に到達した後に、なぜ、白遍、褐遍、黄遍、赤遍を修行して、第四禅に到達しなければならないのですか？この四つの遍を修習するのは、それぞれどのような利益がありますか？それは観禅の修行の、助けとなりますか？

答 4－19：

禅の修行者は、遍処禅を必ず修行しなければならない訳ではない。しかし、遍処禅を修行することは、大きな利益がある。その理由は：このように修行した後、禅の修行者の定力は更に強くなり、色業処、名業処及び縁起の修行を、しやすくなる。また、彼は、はっきりと明確に、究極色法、究極名法及びそれらの因を照見することができるようになる。もし彼が、すべての八定を証することができたならば、それが最も好ましい。また、もし彼が白遍、褐遍、黄遍、赤遍を基礎にして八定を証するならば、（＋それ以後）彼は、どのような白色、褐色、黄色、赤色の物体～たとえば：石、花、雲、布等を対象にしても、遍禅を修行することができる。

そうして、彼は、どのような時でも、どのような場所においても、それらの色に専注しさえすれば、彼はジャーナに到達することができる。このように修行する時、彼の心路過程の中に、非常に多くの善業が生じる。ゆえに、各種の遍処を修行することは、仏法を体現・証悟するのに、非常に役に立つのである。

問 4－20：

安般念を修行して、初めて第四禅を証するのと、白遍を修習して、初めて第四禅を証するのと、その定力は、同じですか？もし 10 人の人が、それぞれ別々の 10 種類の異なる遍処を修習する時、初めて第四禅を証した時の定力は、同じですか？

答 4－20：

彼らの定力は、同じではない。たとえば：10 遍の中で、白遍は、最も静かである。次に、仏陀の第四禅は、その他の人々の第四禅より更に強い。というのも、仏陀の第四禅は、双神変を顕現することができるが、他の弟子にはできないが故に。マハーモッガラーナ尊者の第四禅は、その他の弟子の第四禅より更に強い。というのも、マハーモッガラーナ尊者の第四禅は、憤怒の難陀跋難龍王を降伏することができ、その他の弟子の第四禅は、不可能であるから。

＜問答 五＞

問 5-1：

仏陀と上首（＝上席）弟子が般涅槃する時、初禅から非想非非想処定を修して、次にその逆順に初禅まで戻り、また第四禅まで修して後、般涅槃した、というのは本当でしょうか？仏陀と阿羅漢は、般涅槃したあと、もう（＋二度と）後有を受けない訳ですが、それなのになぜ、順・逆の順序で八定を修したあと、第四禅で般涅槃したのでしょうか？

答 5-1：

マハーモッガラーナ尊者が般涅槃した方法は、私は確定することができない。しかし、仏陀とシャーリプトラ尊者は、確実に、上述の方式で般涅槃した。それは、彼らの本性であって、それゆえに彼らはそうしたのである。彼らの第四禅は、唯作性（純粋な作用性）のジャーナであって、未来における、いかなる生命をも生み出すことはない。

問 5-2：

生理的な理由によって安般念ができない人で、白遍を修習したい人は、どのように修行すればよいですか？詳細な方法を教えて下さい。

答 5-2：

彼は、どのような白い物でもよいので、その白色を専注の対象にして、白遍の修行をすることができる。たとえば、彼は、（＋托鉢用の）鉢の蓋を白い布でくるみ、白い

色の円形を作る。その後に、適当な場所に座り、目を見開いて、その白色に専注する。数分後、目を閉じて、心中に、同じ白色の円形が生起するかどうか、試してみる。もし、目を閉じても、その白い円形を見ることができるならば、ジャーナに至るまで、その白い円形に一心に専注する。もう一つの方法は、先に案般念または四大分別観を修習し、その後、32 身分を修習する。修行者は、一たび、骨格または頭蓋骨を鮮明に照見できるようになったなら、骨格の白色、または頭蓋骨の白色に専注して、白遍の修行をすることができる。

問 5－3：

限定虚空遍禅と空無辺処定は、どのように異なりますか？なぜ、前者は色界定なのですか？限定虚空遍禅を修行すると、どういう利益がありますか？

答 5－3：

限定虚空遍禅を修行するとき、修行者は、空間を直接知覚する；空無辺処定を修行するときは、遍処の禅相を取り除いた後に残った空間を専注する。限定虚空遍以外の、残りの 9 種類の遍はみな、空無辺処定の修行に利用することができる。パーリ語では、限定虚空遍の所縁の対象を「虚空」（ākāsa）といい；空無辺処定の所縁の対象を「除遍空」（kasiṇugghāṭimākāsa）という。

問 5－4：

今世に生きている人で、もし、色、無色界定を証することができないならば、来世に、色、無色界に生まれることができますか？

答 5－4：

できない。

問 5－5：

色界初禅天の衆生は、ずっと初禅の状態のままですか？（＋彼らは）第二禅から無色界定までを修習することはできますか？

答 5－5：

色界初禅天の衆生は、ずっと初禅の状態のまま、ということはない。彼らにも眼門、耳門、および意門心路過程の生起があり、また、これらの意門心路過程において、有分心も生起する。彼らは止禅を修習することができ、第二禅ないし無色界定まで進むことができる。彼らは観禅も修行できるし、阿羅漢果を証悟することもできる。無色界の衆生については、彼らは、自分のいる天と同等の深いジャーナか、またはもっと深いジャ

ーナに入ることができる。しかし、もっと低いジャーナに入ることはできない。たとえば、識無辺処天の衆生は修行して、上の（＝高等の）三種類の無色界定に到達することができる。しかし、空無辺処定および四種類の色界定に入ることはできない。

問 5－6：

一人の凡夫の比丘が、長期的に、極度の苦痛を伴う疾病におかされた時、また医薬が効力を発しない時、どのようにして如意作意をして、この苦痛をやり過ごすか、または、苦痛を忍べばよいですか？

答 5－6：

我々は必ず知っておかねばならない：仏陀でさえも病気になったことを。仏陀が般涅槃する前の 10 か月間、彼は非常なる背中の痛みを感じ、それは般涅槃まで続いた。彼でさえそうであれば、我々は、どのようにして病苦、病痛から逃げることができるだろうか？

我々が長期的に、苦痛でかつ治療方法のない疾病にかかった時、疾病に対して怒ったり、天や人を恨んだりしても意味がない。我々にできることは、病痛に耐え、病痛と共にいて、かつ、十分に我々の生きている年月を利用して、仏法の修行をする事である。実際、この世間で、徹底的に病気を治せる医師というのはおらず、医師はただ、当面の病気を治してくれるだけなのである。というのも、仏陀も言うように：「五蘊そのものが病である」のだから。

五蘊があれば、我々は病気をする。もし、本当に病痛を根底から根治させたいのであれば、あなたは修行に努力して、涅槃を証悟することだ。涅槃に名色はなく、当然、病痛というのもない。病気の比丘は、病痛によって生じる苦受を対象として、観禅の修行をすことができるが、これを受念処という。しかしながら、道・果及び涅槃を証悟したいのであれば、感受を観照するだけでは足りず、必ず、その他の四種類の蘊、すなわち、色蘊、想蘊、行蘊及び識蘊を観照しなくてはならない。また、彼は、五蘊の因を観照し、その後に五蘊およびそれらの因は無常・苦・無我であることを観照しなければならない。彼の観智が熟する時、彼は道・果および涅槃を証悟することができる。

問 5－7：

ビルマ（＝ミャンマー）の南伝仏教は、一人の還俗した比丘が、再度出家したいと申し出たとき、彼は、サンガに入ることはできますか？

答 5－7：

南伝仏教の戒律によると、還俗した人が再び戒を受けて、出家することを禁止していない。仏陀の時代、名を吉達(Citta）という比丘は、6 度出家し、6 度還俗した。七回目に彼が再度出家して比丘になった後、彼は還俗することはなかった。というのも、彼は阿羅漢果を得たからである。ビルマとタイには、多くの、一時的、短期的に出家する比丘がいる。彼らは通常、何日か、または何か月かだけ出家するが、これは、この二つの国の伝統である。しかしながら、仏陀の時代には、いわゆる「一時出家の比丘」というものはなかった。我々は、一時的、短期的出家というやりかたを推奨するべきではない。ただ、このような伝統に対して、私には、それを変える力がない。

問 5－8：

大龍長老の物語の中で、神通で出してきた憤怒の大象は、人を害しますか？長老は神通で大象を出してきたのだから、神通でもってそれを消すこともできたのではないですか？あの時、＜消す＞と言うことを思いつかなかったのでしょうか？恐怖心が起こってしまうと、神通力は同時には存在することができないのでしょうか？

答 5－8：

神通で変化して出してきた大象は、人を害することはない。あの時、大龍長老は神通力で大象を消すこともできたが、しかし、彼はそのようにはしなかった。というのも、彼は忘れたのである。恐怖心と神通心は異なる心路過程に発生する。両者は同時に存在することはない。

問 5-9：

菩薩道を行ずるには忍辱波羅蜜を修行しなければなりません。では、解脱道を修する行者には、忍辱波羅蜜を修行する必要はありますか？

答 5-9：

解脱道を修する行者は、忍辱波羅蜜を修行する必要がある。しかも、それだけではなく、他の 9 種類の波羅蜜も修行しなければならない。彼は、10 の波羅蜜を相当程度のレベルまで修行する必要があり、それは、これらの波羅蜜が彼をして阿羅漢果を証悟できるようにするまで、続く。しかし、彼（＝解脱道の行者）の波羅蜜は、菩薩の波羅蜜と比べることはできない。菩薩の波羅蜜は、はるかに阿羅漢の波羅蜜を凌いでいるから。

問 5-10：

リトリートの間、参加者全員「解脱道」の学習（＋と修習）に専念しています。禅師はなぜ「菩薩道」の解説をするのでしょうか？何か特別な考えがおありなのでしょうか？

答 5-10：

ある北伝の法師から、菩薩道について話をしてほしいと頼まれたからである。私自身も、南伝の教法の中にある菩薩道について、解説してみたいと思ったこともあり、菩薩道を修行したい人の参考になるのではないかという思いから、話してみたのである。我々は、禅の修行とは、ただ単に解脱道のためにだけ、修しているのだと言ってはならない。というのも、菩薩は禅の修行をしなければならないのはもちろんの事、彼の止禅と観禅は非常に高度なレベルまで修習する必要があるからである。あなたは、10 波羅蜜の内の一つは出離波羅蜜で、出離波羅蜜の最高のレベルとはジャーナを証することだ、という事を忘れてはならない。慈波羅蜜と捨波羅蜜は、無辺の宇宙のすべての衆生を対象としており、慈心禅及び捨心禅を証悟した時を最高レベルとする。

あなたはまた、10 波羅蜜の内の一つは智慧波羅蜜であること、そして行捨智とは、菩薩が必ず到達しなければならない、最高レベルの智慧と平等捨であることを、忘れてはならない。もし禅の修行をしないのであれば、菩薩はどのようにして行捨智に到達するというのだろうか？また、一人の人間が禅の修行に打ち込むとき、彼はまさに精進波羅蜜を修行しているのである。彼は、必ずや、持戒清浄の基礎の上に立って、強大な忍耐力と決心をもって修行するのである。ゆえに彼が修行しているときは、多くの波羅蜜を蓄積していることになる。

《本生経 Jātaka》の物語を通して、我々は我々の菩薩が人間として生まれた世の内の多くの場合、いつも禅の修行、特に慈、悲、喜、捨四梵住、10 遍禅、八定及び 5 神通の修行に精進したことを理解することができる。こうしたことから、阿羅漢果を証悟したい人だけではなく、菩薩もまた、禅の修行をしなければならないことが、はっきりと知れるのである。

問 5－11：

菩薩乗の思想の起源は、どこから来ていますか？なぜ、この種の思想に（＋今のような）展開があったのですか？

答 5－11：

仏陀が成道した後の二年目、彼は祖国 Kapilavatthu に帰った。仏陀が Kaplavatthu の町に着いた時、釈迦族の皇族たちは盛大な典礼をもって仏陀と比丘たちを出迎え、かつ、彼らをあらかじめ準備してあった Nigrodhārāma　monastery に連れて行った。Nigrodhārāma　monastery に到着すると、仏陀は、彼のために特別に準備された座席に着いたが、しかし、2 万人の阿羅漢が取り囲む中、彼は沈黙していた。というのも、出身が高貴であるためにプライドの高い釈迦族の皇族たちは、心の中でこう考えた:「このシッダッタ太子は、年齢が我々より若い。彼は我々の姪か甥のようだ」。

この傲慢な心理のゆえに、彼らは彼らの後輩にこう言った：「君たちは仏陀に礼拝して来なさい。我々は後ろにいますから」と。

仏陀は、出身が高貴なために傲慢な釈迦族の皇族たちの心理を知っていたので、彼は双神変を顕現して彼らの傲慢な心を調伏しようとし、彼は自身の身体から水と火が相互に吹き出す双神変によって、赤い光明に彩られた不思議な奇観を顕現させた。釈迦族の貴族たちは、この光景に感動して、仏陀を敬う心情が生起し、彼らは仏陀を讃嘆する言葉を発した。この時、ちょうど王舎城（Rājagaha）の霊鷲山(Gijjhakuta　Hill）にいたシャーリプトラ尊者は、彼の天眼通によって Kapilavatthu で起こった出来事を知った。

シャーリプトラ尊者は思った：「私は今こそ、仏陀に会いに行くべきだ。そして、仏陀に、彼の過去世の中で行った菩薩道と波羅蜜の成就についての物語を語ってもらおう」と。こうして、彼は常日ごろ彼に付き従っている 500 人の阿羅漢を召集し、彼らに宣言した「さあ、行こう。我々は世尊に会いに行こう。そして、過去の諸仏の物語を語っていただこう」このように言ってから、彼らは、風雷のような迅速さで神足通によって一瞬にして仏陀の面前に来た。そして仏陀に礼拝すると、先ほどの希望を申し上げた。シャーリプトラ尊者の希望に従って、仏陀は《仏種姓経 Buddhavaṁsa》を開示した。この経は、燃灯仏（Dīpaṅkara　Buddha）の時代から維山達拉王（Vessantara）の時代までの、長い時間をかけた菩薩行の物語である。

このように、菩薩乗の思想は、仏陀を源としている。仏陀の語る物語から、我々は、彼がなぜこのような経を述べなければならなかったという理由が分かる。仏陀は言う：「心して《仏種姓経》を聞きなさい。この経は、あなた方に歓喜と愉悦を齎し、憂いによる棘を取り除き、三種類の楽を齎します。よくこれを聞いたならば、この経に示す道に従って実践すること。そうすれば、驕慢を駆除し、憂いを捨棄し、輪廻から解脱し、一切の苦を滅することができる。」

問 5－12：

禅師にお訊ねします。女性に生まれて、出家し、修行しても、今生は解脱を成就することができません。どのようにすれば「転女成男（＝女性から男性に変わる）」して、来世また修行を続けることができるのでしょうか？慈悲をもって開示して下さい。

答 5－12：

仏陀の言ったように、一人の人間は、己の清浄なる戒行によって、願望を実現させることができる。同様に、女性もまた清浄なる戒行によって男性に転生することができる。もしジャーナを証することができるならば、そして、それを臨終のその一瞬まで持続することができるならば、性根がないものの、男性の相を有する梵天人に生まれ変わる事ができる。もし彼女が、止禅と観禅の修行をしていて、初果ソータパナの証悟に成功するならば、葛碧王女（Princess Gopika）のようになれる。彼女は初果を証悟した後、男性に生まれ変わりたいと発願し、その結果、その思いを成し遂げたのである。

問 5－13：

上座部仏教の仏陀観では、仏陀は「万能、全能」なのでしょうか？または一人の覚悟の人（＝悟りを開いた人）に過ぎないのでしょうか？

答 5－13：

仏陀は万能ではなく、一人の覚悟の人に過ぎない。《法句経 Dhammapada》第 276 章の中で、仏陀は開示して言う：

’Tunhehi kiccaṁ ātappaṁ;Akkhātāro Tathāgatā Paṭipannā pamokkhanti Jhāyino Mārabandhanā’

「あなた方は、己自身の努力によるべきである。諸仏はただ導師として存在するだけである。（＋導師は）修行者が、魔王のくびきから脱して、解脱に至ることを専注し、見守っている（＋に過ぎない）」

仏陀は人類と天神の最も佳き導師であるものの、しかし、彼は万能の救世主ではない。彼は我々に涅槃へと向かう道を指し示してくれるが、しかし、彼が我々の代わりにその道を歩いてくれるわけではない。彼は、業果がどのようにして作用を発揮するのかを知っているが、しかし、彼とて業果に反することはできない。もし彼が万能であれば、彼は自分が動かせない石、というの生み出すことができるのではないだろうか？このことをよく考えて欲しい。その上、もし仏陀が万能であれば、彼には慈悲が足りないことになる。というのも、彼は神通力をもって、一切の衆生を全員、仏にすることはなかったが故に。

問 5－14：

菩薩道を行じたい人は、どのようにすれば、ただ行捨智のみ証悟し、その後、道智を証悟しないようにすることができますか？

答 5－14：

もし彼が、すでに授記を受けた菩薩であれば、彼が仏と成る最後の世を除いては、どのように修行に精進しても、なんらの道果も証悟することができない。いまだ授記を受けていない人で、もし彼が、仏に成りたいという強烈な願望がある場合、彼の観智は、行捨智までくると自動的にそこに停まったままになる（それ以上の証悟は、できない）。

問 5－15：

南伝の経典の中で、世尊は、弥勒菩薩が仏となるよう授記を与えた（＋と書かれていますが）、その他の菩薩にも授記を与えたのでしょうか？

答 5－15：

スリランカで書かれた《未来種経 Anāgatavaṁsa》の中に、10 人の人が仏陀から授記を受けたとあるが、しかし、この書は後世の人が書いたもので、パーリ聖典には属さない。

問 5－16：

順序良くパーリ語の蔵と経を学ぶにはどのようにすればいいですか？それはどのような特色がありますか？

答 5－16：

もし、徹底的に南伝三蔵またはパーリ聖典を研究したいのであれば、最もよいのは、先にパーリ語を学んだあと、直接パーリ語の三蔵を研究することである。というのも、いまだに、多くのパーリ聖典がその他の言語に翻訳されていないからである。また、パーリ語原典から翻訳された著作の内、意味が多少変化しているものもある。異なる国家において、パーリ語の文法は、用法の上で若干の差異がある：しかしながら、あなたは何か一種類の文字で保存されてきたパーリ語を選んで（＋それを学ぶのが良い）、たとえば、スリランカのシンハラ文字のパーリ語または緬甸（＝ミャンマー）文字のパーリ語等。

これ以外に、あなたは博学の導師の下で、これらの聖典を研究しなければならない。パーリ三蔵の研究をするとき、あなたはまた、同時に注釈とその復註を研究するべきだ。

というのも、注釈と復註の研究をしないのであれば、あなたは徹底的にパーリ三蔵を理解することはできないが故に。

三蔵とは、律蔵・経蔵と論蔵を含む。三蔵の中では、比丘、比丘尼は、必ず徹底的に律蔵の研究をするべきである。経蔵は、多くの経を含み、我々に阿羅漢果を証悟するための修行方法を紹介してくれている。色業処・名業処および 12 因縁を修行している人には、《アビダンマ論》の基礎知識が必要である。そうでなければ、これらの業処を徹底的に修行することはできない。

問 5－17：

初果ソータパナ、二果斯陀含サカダーガーミ、三果アナーガミ、四果阿羅漢はそれぞれ、どのような煩悩を断じていますか？禅師、開示して頂けますか？またはどの経論に書いてあるか、根拠をお示し下さい。

答 5－17：

ソータパナは、身見、疑及び戒禁取見を断じている。ある種の経及び《アビダンマ論》では、嫉妬と吝嗇もまた、ソータパナの段階で断じられている、という。サカダーガミは感官の欲望と瞋恚怨恨が軽減されている。アナーガミは感官の欲望と瞋恚怨恨を断じている。阿羅漢は残りの五種類の高レベルの結（五上分結）を断じている、すなわち、色界欲、無色界欲、驕慢、掉挙と無明である。

問 5－18：

禅師にお訊ねします。目の悪い人、耳の悪い人は眼浄色、耳浄色がないのでしょうか？

答 5－18：

もし全盲、全聾であれば、その通りである。

問 5－19：

もしも、一人の人間が、右手が不自由で、左手だけで用をなすが、非常に智慧があり、また因縁があって具足戒を受けたとします。彼の戒臘が十分である時、彼は、他の人に具足戒を授けることはできますか？

答 5－19：

南伝の戒律に基づけば、彼は他人に具足戒を授けることができる。ただ、彼自身が初めて具足戒を受けるとき、授戒の儀式に参与した比丘は、突吉羅罪（dukkata）を犯したことになるが、右手が不自由な比丘自身は、何等の罪も犯していない。

＜問答 六＞

問 6－1：

南伝の比丘は、菩薩像（たとえば、弥勒菩薩像）に礼拝または問いかけ、合掌をしますか？

答 6－1：

南伝の戒律によると、比丘は在家者、女性、天神または梵天に礼拝したり、合掌することはない。弥勒菩薩が現在、一人の比丘である場合で、戒臘が我々より高い時、我々は彼に礼拝しなければならない；しかしながら、もし彼の戒臘が低い場合、我々は彼を礼拝しない。もし彼が在家者、天神または梵天ならば、我々は彼に合掌したり、礼拝してはならない。もし比丘がそのようにしたならば、突吉羅罪となる。

問 6－2：

ソータパナを証悟した比丘でないと、真実の比丘とは称せない、と言いますが、このことは本当ですか？

答 6－2：

比丘には二種類ある：認定比丘と真実比丘である。凡夫の比丘（puthujjana bhikkhu）は認定比丘（sammuti　bhikkhu）である。認定比丘とは、仏陀の許した方式によって、結界をしてカンマ法を行って比丘になったものを言う。聖位に到達していない者は、いまだ凡夫である；凡夫であるならば、彼らは認定比丘と言われる。要するに、名目上の比丘、という訳である。

しかし、認定比丘もまた、別解脱律儀戒（比丘の戒と威儀）、根律儀戒（根門を守り、根塵と接触した時に、煩悩を生起させないこと）、活命遍浄戒（清浄で正当なる言動によって生活すること）及び資具依止戒（四種類の資具を使用する正確な目的を如理思惟する）を必ず遵守しなければならない。この四種類の戒は、増上戒（adhisīla）と言う。増上戒は非常に重要である。なぜか？もし、一人の凡夫比丘が一人の阿羅漢比丘に出会ったとき、もし凡夫比丘の戒臘が阿羅漢比丘より高いとき、阿羅漢比丘は必ず凡夫比丘に礼拝しなければならないからである。これは戒律上の規定である。こうしたことから、増上戒は非常に重要なのである。

問 6-3：

北伝の仏教では、菩薩には 52 の階位がある、と言います。南伝仏教では、このような階位はありますか？

答 6-3：

南伝仏教では、菩薩に階位は、ない。菩薩は智者ではあるが、彼らの間には階級の差別はない。

問 6-4：

菩薩が授記を受けるときの条件の一つは：仏陀の開示する、短い偈を一首聞き終わる前、または聞いた後に阿羅漢果を証悟する能力を有し、その後に四阿僧祇劫と 10 万劫の長い時間の中で、常に如理作意と大悲心を維持することとあります。もし、そのようであるならば、最後の一世で仏になる直前まで、菩薩は凡夫であり、無明が生起し、欲楽を享受するというのは、信じがたいように思うのですが、どうでしょうか？

答 6-4：

あなたは縁起の法則を理解する必要がある。すなわち：もし無明がなければ、貪愛は生起しない。我々の菩薩の最後の一生において、仏に成る前、彼は妻のヤソーダラと息子ラーフラに、いまだ貪愛があった。なぜ、ヤソーダラとラーフラに対する貪愛は、無明によるものだと言えるのか？

観智によって照見する時、内部（＝己自身）であるか、外部（＝他者）であるかにかかわらず、身体というものは、微粒子によって構成されている（＋のが分かる）。もし、これらの微粒子を分析するならば、我々はただ究極的な色法を見るだけ、になる。これらの色法は、刹那に変化しており：それらは生起するやいなや消失するが故に、無常である；それらは不断に生と滅に圧迫されているが故に苦（＝不円満）である；それら（＝微粒子）は、不変なる実質を有していないが故に、無我である。燃灯仏の時代、我々の菩薩はこのような観智を有していたが、しかし、この観智は暫定的に無明を取り除けるだけであった；ただ聖道智だけが、無明を滅ぼすことができる。こうしたことから、彼にはまだ無明があったのである。

無明のために、彼はヤソーダラまたラーフラは「いる」と思ったのである。彼らをヤソーダラであるとか、ラーフラであるとかに注意（＝意識）が行くというのは、不如理作意であり、このような認識は、無明である。この無明によって、彼はヤソーダラとラーフラを貪愛した。観智が持続的に生起する時、無明は生起することができない；しかし、観智が生起しない時、不如理作意によって、無明は生起する。こうして、彼が人間界に誕生した時、人生への愛着を持っていたし、その一生において仏果を得ようと考えていた。もし彼が、人の生命について誤解していたならば、この誤解を無明(avijja)と言い、人生に対する愛着を貪愛（taṇhā）という。この無明と貪愛によって、心中には、執着が起こる。

無明、貪愛と執着によって、彼は善業をなした。その善業の業力によって、彼は人間界に生まれた。無明と貪愛によって、生育し成熟した時、彼はヤソーダラを妻として娶り、ラーフラという男児を生んだ。これらの事柄は、彼が仏に成った後開示した最初の経ーー《転法輪経 Dhammacakkapavattana　Sutta》の中で、「凡夫の行為」であると宣言している。正等正覚を証した後にのみ、彼は完全に心の中の無明と貪愛を滅することができた。どうしてか？彼の阿羅漢道智がすでに徹底的にすべての無明と貪愛を滅し去ったからである。

問 6-5：

至上願（abhinīhāra）を発しようとする人は、先に、8 項の条件を備えていなければなりません。その中の 2 項目は、男性として生まれることです。仏陀も、女性は仏になることはできないと言いました。しかし、ヤソーダラは、2 万億尊の仏の面前で、菩薩の願を発しました。彼女はどのようにしてその願を成功させるのでしょうか？

答 6-5：

彼女は、菩薩になりたいというを願を発してはいない。彼女は、ただ、我々の菩薩が円満に波羅蜜を成就するのを助けたい、という願を発しただけである。それはちょうど、今回のリトリートで、ボランティアをしている人と同じなのである。女性が仏になることができないのは:女性の身で仏に成ることはできないという意味である。しかし、女性は、先に男性に生まれ変わることはできる。男性に転生した後、もし、8 項の条件を具足するならば、彼は仏陀から授記を受けることができる。授記を受けた後に、彼は少なくとも四阿僧祇劫と 10 万大劫の時間を使って諸々の波羅蜜を履行しなければならない。波羅蜜が熟した時、彼は仏になることができる。菩薩が授記を受けた後、女性に生まれるということはなく、仏に成るまで、ずっと男性として転生する。しかし、彼が授記を受ける前であれば、時には女性に転生することはある。

問 6-6：

菩薩はすでに多くの生、多くの劫において修行しています。そして観智は、阿羅漢よりなお強いです。ゆえに聖者であるべきなのに、なぜいまだに凡夫であると、言われるのですか？

答 6-6：

菩薩の聖道智は必ず、一切知智（sabbaññutāñāṇa）と同時に生起しなければならない。一切知智を証する前、彼の波羅蜜は聖道と聖果を証するまでには熟していない。そして、いまだ聖道を証していない人は、皆凡夫であって、それは修行して、行捨智に到達していても、なおそうである。

問 6-7：

どうして仏陀は、すべての弟子に、行捨智まで修行して、その後に至上願を発し、菩薩道を修して、仏になるように指導しなかったのですか？

答 6-7：

この問題は、仏陀本人に聞いてもらいたい。多くの経の中で言われている事は：仏陀が世に出た本懐は：衆生に生死輪廻から離脱させ、老、病、死などから離脱させることである。仏陀の本懐とは：本人自身、四聖諦を悟ったので、弟子たちにも四聖諦を悟ってほしい。彼自身が生死の苦海を渡ってきたので、弟子たちにも生死の苦海を渡ってほしい、と願ったのである。これが仏陀の本懐である。

問 6-8：

仏陀は「心、仏、衆生の三（＋者）に差別なし」と言いました。それならば、なぜ、仏陀は一番の最初から、すべての弟子に、仏となるよう発願を促し、人々は平等である事、仏陀とかパーチェカ仏とか、阿羅漢とかの区別はないのだと、教えなかったのでしょうか？

答 6-8：

南伝の三蔵によると、二種類の相がある：すなわち、自性相（sabhāvalakkhaṇa）及び共相（samaññā　lakkhaṇa）である。共相は、無常・苦・無我の三相を指す。もし、禅の修行者が内部（＝自分自身）と外部（＝他者）の究極名法と色法を識別するならば、彼は、内外の名色法は皆、無常・苦・無我であることが分かる。この時、一切は平等である。

それらは皆、無常・苦・無我なる法ではあるが、しかし、ある種の無常・苦・無我の法は、四聖諦を了悟する観智と相応し；ある種の無常・苦・無我の法は、四聖諦を了

悟する観智と相応しない。ある種の無常・苦・無我の法は、一切知智と相応し；ある種の無常・苦・無我の法は、上首（＝上席）弟子の覚智に相応し、ある種の無常・苦・無我の法は、大弟子の覚智と相応し；ある種の無常・苦・無我の法は、普通弟子の覚智と相応する。この立場から見ると、それらには差別が生じる。

問 6-9:

北伝の仏教では、仏陀が般涅槃した後であっても、依然として神通力で以て、無数の応化身を変現して、引き続き衆生を救度しているのだ、といいます。禅師はどのように考えますか？

答 6-9：

南伝では、以下のような経がある：有る時、一人の婆羅門が仏陀に会いに来て、仏陀に色々質問した。仏陀は一つ一つ答え、婆羅門は非常に満足したが、最後に以下のようなことを訊ねた。

「あなたの弟子は全員涅槃を悟るのでしょうか？」

仏陀は答える：「有る者はできて、有る者はできない」

婆羅門：「涅槃はずっと存在しているし、涅槃へ向かう道を示す仏陀も存在するのに、なぜ、有る人は涅槃を証悟することができて、有る人は涅槃を証悟することができないのでしょうか？」

仏陀は反問した：「あなたは王舎城へ行く道を知っていますか？」

婆羅門：「知っています」

仏陀：「もし二人の人がいるとして、あなたに王舎城へ行く道を教えて欲しいというとしよう。一人はあなたの言うとおりに進み、もう一人はあなたの言うとおりに進まず、間違った道を進んだ。どうしてこのようなことが起こるのだろうか？」

婆羅門：「おお、ゴータマ。私はただ王舎城へ行く道を教えることしかできません。彼が（＋道を誤って）行きつかないのを、私がなにかできるでしょうか？」

仏陀：「同じ理由で、諸々の仏は、ただ涅槃への道を示すだけであり、衆生は自分自身で精進し、修行しなければならない。ある人は涅槃を証悟することができ、有る人はできない。それを私がどうにかすることはできないのです」

このように諸々の仏は、涅槃への道を指し示すが、彼らは誰をも救度することはしない。《アビダンマ論》では、仏陀はかつて、一人も涅槃へ到達するよう救度したことはなく、彼はただ涅槃への道を指し示しただけなのだと、書かれている。《アビダンマ論》では、仏陀の神通は、色界唯作神通心（rūpāvacara-kiriya-abhiññā-citta）であると言われている。これは名法の一種である。仏陀が般涅槃した時、名法はすべて息滅し

たが、それは神通心も含まれる。こうしたことから、仏陀の神通力は般涅槃の時に息滅し、二度と神通力が存在することはない。

問 6-10：

涅槃の中には、常住真心があって、涅槃の常、楽、浄を享受しているということはありますか？涅槃に名色がないとしたら、私はそれがどのような状態であるか、想像することができません。

答 6-10：

涅槃は、不可思議（＝思議、考える事のできない事）なもの、想像を超えたものである。常住真心があれば、心とは名法であるから、涅槃に意義はなくなる。涅槃は、苦諦と集諦の息滅であり、苦諦とは五蘊であって、それは四種類の名蘊を含む。涅槃とは一切の名色の息滅であり、故に、もし、涅槃にいまだ常住真心があるのであれば、涅槃には意義がなくなる。

問 6-11：

北伝の経典では、五つの不可思議（＝思議、考える事のできない事）があります。仏陀の神通力は、その中の一つです。仏陀の神通力が不可思議なものであれば、どうして《アビダンマ論》で説明することができるのでしょうか？

答 6-11：

いわゆる「神通力不可思議」は、ただ仏陀の在世中の期間において限ら、仏陀の般涅槃の後は含まれない。仏陀の神通力が不可思議なだけでなく、その他の人々の神通力も不可思議である。

問 6-12：

仏陀は般涅槃した後、二度と再び出現して衆生を度することはない。しかし、彼は過去において菩薩道を行ずるとき、多くの衆生と縁を結びました。これらの衆生の得度（＝度することを得る）の因縁が熟した時であっても、仏陀は出てきて彼らを救うことはしないのでしょうか？

答 6-12：

菩薩と縁のある衆生は、通常、菩薩に付き従っている。彼らの波羅蜜は、往々にして仏陀在世の時に熟する。仏陀の時代、40 倍無量数の衆生が四聖諦を悟り、聖果を証した。彼らの人数は多く、数えきれないほどである。我々の菩薩が波羅蜜を実践する時、（＋その対象は）皆、彼とは有縁の衆生である。

問 6-13：

初果ソータパナを証悟した聖者は、結婚して子供を産んだりしますか？

答 6-13：

はい。例えば、毘舎去、給孤独長者等、仏陀の時代、Kosala　の国には 7000 万人の人口があったが、その中の 500 万人は聖者を証していたものの、彼らの大部分は妻をめとっていた。

問 6-14：

慈心観の修行を成就すると 11 種類の利益があります。しかし、ある人が、慈心観を修行しても、慈心禅を証することができない時、それでも彼には利益がありますか？

答 6-14：

はい（＋それはありえる）。《清浄道論》の中に、一つの物語が語られている：一頭の母牛が、子牛に授乳している最中、狩人が彼女に槍を突き刺したが、槍は彼女の体に入り込むことはなかった、という。この時、彼女が持っていたのは普通の慈愛にすぎない。もし、あなたが慈心観を修行して、慈心禅に到達することができないとしても、慈心観を修行した善業は、今生の人間社会の中で善報として結実するし、来世の天界において、果報になる。

問 6-15：

《アビダンマ論 Abhidhammattha　Saṅgaha》では、ただ四梵住（brahmavihāra）を修するだけでは、何等の道も果も証することができないといいます。このことについて、禅師、ご説明下さい。

答 6-15：

それは、四梵住は、ジャーナを生じさせるだけであるからである：慈梵住を修行すると第三禅に到達することができる。悲梵住、喜梵住の修行もまた、第三禅に到達することができる。捨梵住は、第四禅しか証しえない。人がただ、これらのジャーナを修するだけで、観禅を修しないのであれば、彼らは涅槃を証悟することはできない。死後、彼らは、梵天界に生まれることになる。観禅のみが、人をして、涅槃を証悟させ、涅槃を知見させることができる。もし彼らが、四梵住のジャーナを基礎にして、名・色及びそれらの因を照見することができ、かつ、名色及びそれらの無常・苦・無我を照見することができるならば、彼らは涅槃に到達し、涅槃を知見し、涅槃を証悟することができる。

問 6-16：

もし一人（＋の青年）が、比丘戒を受けたとき、いまだ 20 歳未満であって、しかし、彼はそれが如法でないことを知らないでいて、しかも、彼は受戒後、非常に厳格に戒を持していました。こういう場合、彼は本当の比丘と言えますか？

答 6-16：

彼は本当の比丘とは言えない。しかし、持戒は非常によい事である、これは善業であるから。もし、彼の内心が誠実で、偽りがないとき、彼はジャーナ、道、果及び涅槃を修行し、それを証することはできる。しかし、もし彼が、己が本当の比丘ではないと知っているならば、再度改めて比丘戒を受けるべきである。

問 6-17：

比丘戒を受ける時に、年齢を考慮するとき、出生前の、胎内にいた時間も合算しますか？

答 6-17：

その通りである。通常は、9 か月か 10 か月である。

問 6-18：

もし人が、よく事情を知らないで、偽者の比丘から戒を受けたとき、彼は本当の比丘または沙弥（＝サーマネン）と言えますか？もし言えないとしたら、彼は「賊住」の人となりますか？

答 6-18：

南伝の三蔵によると、この人間は本当の比丘、沙弥とは言えない。しかし、彼が誠実で嘘がなく、内心が清浄であるとき、彼は、再度比丘戒を受けることができる。南伝の仏教では、インド以外の地域においては、少なくとも 5 人の比丘でサンガを形成しなければならず、5 人そろって初めて、他人に比丘戒を授けることができる。

もし、この 5 人の比丘の中に、波羅夷罪を犯した人が一人いるとして、この場合、戒を求めた人は、比丘になることはできない。授戒するときに、10 名以上の比丘がいるとして、その中の一人が波羅夷罪を犯していても、他の比丘が犯しておらず、また彼らは完璧に羯磨文を読み上げることができるならば、戒を求める者は、比丘になることができる。

問 6-19：

懐妊した後堕胎するのは、殺人罪になるでしょうか？

答 6-19：

結生心が生起するや否や、生命は存在する。堕胎をして、胎児の命根が断たれた時、殺人罪が成立する。

問 6-20：

結生心が生起するや否や、生命が存在するならば、その時の名色はどのような状況なのでしょうか？性根 10 法聚、身 10 法聚などの色聚も存在しますか？

答 6-20：

あなたはこのことを知りたいですか？もし、知りたいのであれば、実際に修行して体験しなさい。あなたは縁起の法を修行するその時、どれだけの色法、どれだけの名法があるかを照見することができる。

問 6-21：

観禅の修行は智慧の種子に相当します。それでは、禅の修行者が観禅の修行をしているとき、彼は、善行の種子を育成しているとは言えないのでしょうか？

答 6-21：

修行方法には二種類ある。止禅と観禅である。止禅は善行種子に相当し、観禅は智慧種子に相当する。しかし、場合によっては、観禅も善行種子に相当する。たとえば、もし、観禅の業が、臨終のときに熟し、それが、新しい結生心になる場合である。

この時、観禅は、善行種子であると言える。

Ⅶ. 郁伽居士の八種類の奇妙な素質

《法句経》偈 354：

Sabbadānaṁ dhammadānaṁ jināti.
Sabbaṁ rasaṁ dhammaraso jināti.
sabbaṁ ratiṁ dhammaratī jināti.
taṇhakkhayo sabbadukkham jināti.
一切の布施の中で、法施が最も殊勝である；
一切の味の中で、法の味が最も殊勝である；
一切の悦びの中で、法悦が最も殊勝である；
渇愛の滅は、一切の苦に打ち勝つ。

今回の（＋台湾における、パオ・メソッドの）リトリートにおいて、我々は法施と物施を実践した。ここにおいて、私は、象村に住む郁伽居士の、我々が見習うべき八種類の奇妙な素質について解説する。

ある時、世尊が伐地国の象村にいたとき、世尊は、比丘たちに言った：

「比丘たちよ。あなたたちは、象村の郁伽居士を、八種類の奇妙な素質を有する人だと、見做しなさい」と。このように簡潔に言うと、仏陀はそれよりは詳しく話すことなく、寺院の中に入った。

その後、ある比丘が早朝に、居士の家に行って問うた：

「居士よ、世尊があなたは八種類の奇妙な素質を擁する人だと言うのですが、世尊の言う奇妙な素質とは何ですか？」

「尊者よ、私は、仏陀が私の擁する奇妙な素質について、どのようなものであるかとお思いかは知らないけれども、私は自分自身の持つ、奇妙な素質についてお話するので、どうぞ、お聞き下さい。」そして、彼は八種類の奇妙な素質について話した。

「尊者、（＋私が）初めて仏陀に会ったとき、鉄木林の中で酒を飲んで楽しんでいました。私は、仏陀が遠くからこちらに歩いてくるのを見て、非常に真剣に、厳粛に、敬虔になり、心の中に、仏陀の功徳に対する信心、信頼感が起こりました。これが、一つ目の不思議です。

尊者、私は初めて仏陀に出会ったとき、すぐに仏陀に帰依し、彼の説法を聞いてソータパナになり、梵行の五戒を受けました。これが二番目の不思議です。

（梵行五戒は、人々が受持する五戒と類似しているが、第三番目の戒が『不邪淫戒』ではなくて、『不淫戒』になる。通常の五戒は、自分の妻以外の人と交わるのを禁止するが、梵行五戒は、性交そのものを禁止する。妻でも例外はない）。尊者よ、私には四人の妻がいます。私は家に帰ると、私は彼女たちに言いました：『私はすでに不淫戒を持するという願を発した。あなた方は、ここに残りたければ残ってよいし、随意に私の財産を使って善行をなしてよい；実家に帰りたい人は帰ってもよく；他の男性に嫁ぎたい人は、誰に嫁ぎたいかを教えてくれればそれでよい』と。

私の正妻は、ある男性に嫁ぎたいと言ったので、私はその男性を呼んできて、左手で妻の手を握り、右手に水瓶を持ち、（＋儀式をしてから）そのまま彼女を男性の元にやった。妻をその男性の元に送るとき、私はまったくの動揺も影響も受けることはありませんでした。これが三番目の不思議です。

尊者よ、私はすでに早くから、私の一切の財産を多くの比丘に供養することを決めていました。私は、己のためには何一つ財産を残さず、一切をサンガに捧げました。これが第四番目の不思議です。

尊者よ、私は常に比丘に対して尊敬の念でもって対応し、今まで一度も不敬であったことがありません。もし比丘が私に法を説くならば、私はただ恭しく彼の説法を聞き、今まで不敬であったことは一度もありません。もし比丘が私に向かって説法をしないのであれば、私が彼に説法をしました。これが第五番目の不思議です。

尊者、私がサンガの（＋比丘たちを）我が家に招いて供養・接待する時、天神は彼らがいまだ到着する前に、私に知らせてくれます：『居士、なにがしの比丘は聖人で、なにがしの比丘は戒行のある凡夫で、なにがしの比丘は戒行が無い』と。

天神たちが前もって私に、比丘たちの事を知らせてくることは、私にとっては、何ら驚くべきことではありません。奇妙なのは、私がサンガに食べ物や品物を供養する時、私はかつて一度も『私はこの比丘に多く供養しよう、なぜならば、彼は聖者だからとか；この比丘には少なく供養しよう、なぜならば、彼の戒行は不清浄だから』などと思った事は一度もありません。実際、私は、誰が聖者か、誰が有徳者か、無徳の者かを区別したことは全くなく、おひとりおひとりに、平等心で布施をしました。これが六番目の不思議です。

尊者よ、天神たちは、仏陀の教えは善説であり、教えには善説の功徳があると知らせてきました。天神がこれらの事を私に知らせてくれることは、私にとっては、特別驚くべきことではありせん。不思議なのは、その時、私は天神にこう答えるのです：『天神よ。あなたが私にそれを教えてくれてもくれなくても、実際、仏陀の教えは善説なのです。』と。

（彼は、天人が彼に教えてくれるので、仏陀の教えが善説であると信じるのではなくて、自分自身で仏陀の法はまさにその通りであると体験したのである）。私は天神とこのように話ができるけれども、私はそれをもって傲慢になったりすることはない。これが七番目の不思議です。

尊者よ、もし私が、世尊より先に死んだとして、そして世尊が：『郁伽居士は欲界の輪廻を引き起こす五つの結を完全に取り除いたアナーガミである』と言うならば、それは別に驚くべきことではない。たとえ仏陀が言わなくても、私はすでに己自身がアナーガミになったことを知っている。これが八番目の不思議です。」

その後、郁伽居士の供養する食べ物を受け取って、比丘はそこを去った。食事を済まして、仏陀の居場所に行くと、世尊に礼拝し、その後に、適切な場所に座った。座った後、彼は自分と郁伽居士の談話のすべてを仏陀に告げた。

世尊は言う：「善いかな、比丘、善いかな。あなたの問題に答えるのにふさわしい者もまた、郁伽居士と同じように回答するであろう。比丘よ。私は郁伽居士に八種類の奇妙な素質がある、という。比丘よ。あなたは彼があなたに教えた、八種類の奇妙な素質を、しっかりと覚えておきなさい。」

郁伽居士の言った八種類の不思議の中の、第六番目は、聖者、有徳者と無徳の者に、平等に布施をすることである。我々は、このような状況の下で、平等で、分別しない心を、どのようにして保つかを知らなければならない。この平等の態度は、以下のように理解することができる；すなわち、「私にはサンガ全体を供養したいという気持ちがあって、今、サンガの人々を招待している。私が聖者に布施するとき、私は彼を聖者だとは見なさず、心の中では、サンガに供養しているのだと思うようにする。私が戒行が不清浄の比丘に布施をするとき、私は彼を無徳の者だとは見なさい。心の中ではただ、サンガ全体、仏陀の聖なる弟子全体を供養しているのだと思うようにする」このようにすれば、平等心を保持することができる。

我々は、郁伽居士を模範とし、布施するときは、受け取る人のレベルを、気にしないようにするべきである。受け取る人個人に、なんらの感情をもってはならない。そして、心をサンガ全体に向けて、行っている布施が、聖潔なサンガ施であるように、実践する。

今回の短い法話を終えるにあたって、私は、霊泉禅寺の住職がこのような理想的な禅道場を提供してくれたことに感謝する；主催者の弘誓文教基金が、労苦を厭わず今回のリトリートを組織してくれたことに感謝する；今回の、このリトリートが成功するよう、協力してくれたボランティアの皆さんに感謝する；すべての禅修行者の、仏法に対する真剣さと誠意を嬉しく思う。というのも、それはリトリート全体の雰囲気を、修行しやすいものとして支えるから。

あなた方の、今回のリトリートにおいて得られた善業が、あなた方の一日も早い、至上の寂楽なる涅槃を証悟する因縁となるように。

一切の衆生が健康で楽しくあるように祈願します。

Ⅷ. 仏教は人類にどのような利益を齎し得るか（一）

今夜の法話の題目は「仏教は人類にどのような利益を齎し得るか？」である。なぜこのような題目を選んだのか？というのも、人が最も関心をよせる問題であるからである。人々は皆、楽しく生きたいと願い、悲しみはない方がよいと思う。しかし、あなた方の今（＋の生活）は、楽しいでしょうか？ある時、ある人が仏陀に言った。人は皆、楽しく生きたいと思っているのに、大多数の人々は皆、不愉快な心で暮らしている。仏陀は、それは、嫉妬と吝嗇が原因だ、と答えた。これらの煩悩によって、多くの人々は、己のためにのみ、楽しみを追及し、他人の利益と幸福には無関心であるだけでなく、ある時には他人をひどく傷つけることもある。

しかし、正しくない方法で楽しみを追い求めるならば、それによって齎される喜悦は少ない上に、却って多くの苦痛を齎すことなる。最も残念なの事は、彼らには、己の間違いに気が付かない事である。これは、彼らに何が善で、何が不善であるかを分別する能力がないからである。あなた方は、事実はそのようではなく、正常な（＋意識を持つ）人は、善悪の区別はつくはずだ、と思っているに違いない。このことについて、私はあなた方に聞いてみたい。早朝、あなた方は新聞を持ってきて読むでしょう。それはあなた方に何を教えているだろうか？夜、仕事から家に戻ると、夕食後、座ってテレビを見る。それらは一体あなた方に、何を教えているだろうか？

この二者は、あなた方に如何にして貪欲を増長させるかを教え、この種の欲楽が如何によいものであるかとか、どの種の享受が更に美しく妙なるものであるとかを、示しているのである。そのほかに、それは、あなた方に暴力も教える。

簡単に言えば、新聞とテレビの、そのほとんどの内容は、人に、如何にして貪欲、瞋恚、痴（＝無知）を増長させるかという、歪んだ道理を教えている。そして、それらの影響の下に、多くの人々は、邪道に迷い込んでいる。しかし、我々すべての間違いをマスメディアに押し付けることはできない。というのも、それは、一般大衆の好みでもあり、見解でもあるから。物事の良しあしは、我々の見解だけで決定することはできない。我々は、仏陀の開示した多くの経典の中から、この点を理解することができる。

《相応部》の中に、こういうことが書かれている。ある時、非常に有名な劇団の座長で、かつ俳優であった、名を達拉布達（Tālaputa）という人が、仏陀に会いに行き、仏陀にこう言った：彼の劇団の指導者がかつて、彼に、もし俳優が架空の物語を演じて観衆を笑わすならば、死後、笑神に生まれ変わると言った、と。彼は、仏陀にこのことをどのように見做すか尋ねた。仏陀は、彼にこのような問題を尋ねるべきではないと言

った。しかし、劇団の座長は、三度も繰り返し聞いた。そのため、仏陀は彼に言った。もし、彼の演劇をする業が熟したならば、彼は地獄に落ちるであろう、と。

その理由は、彼が非常に多くの人々に、汚染された楽しみを齎し、彼らの貪欲、瞋恚、痴を増長させたから、である。こうしたことから、仏教が人類にもたらすことのできる利益の内の一つは、善悪を明らめることができる智慧、である（＋と言える）。

この種の智慧は、一種の正見であり、己と他人に利益を齎すことのできる重要な要素である。というのも、これを知った後でしか、あなた方は、どのように正しい道を歩めばよいか、分からないのであるから。たとえば、劇団の団長であった達拉布達は、仏陀の法話を聞いた後、俳優の生活を捨て、出家して比丘となり、禅の修行に励み、久しからずして、阿羅漢果を証したのである。この世では、正見のない人は、まったく簡単に、気ままな生き方をしてしまう。たとえば、欲楽に惑溺し、名誉を求め、飲酒、賭博に溺れるなどである。これらは、彼らに対して、長期的な苦しみを齎す。反対に、正見を有する人は、全身全霊でもって善、たとえば、布施、持戒、慈悲心の育成、および禅の修行を通して己の心を清浄化する等～を修する。これらは、彼らに対して、長期的な楽しさ、幸福を齎す。

《法句経》316 及び 317 の偈で、仏陀は言う：
恥を感じなくてよいときに恥を感じ、
恥を感じなければならないときに
恥を感じない。
このような邪見を持つ人は、
悪趣に堕ちる。
危険でないものに危険を感じ、
危険なものに危険を感じない。
このような邪見を持つ人は、
悪趣に堕ちる。

仏陀のいう上記の言葉は、現代社会においても、真実の反映である。たとえば、多くの貧困者は、己の貧困に対して恥を感じ、豊かな人は、己の財産に驕慢を覚える；人を引き付ける事のできない醜悪な風貌の人は、恥を感じ、美しい人は、己の美貌に対して驕慢になる。しかし、金銭と美貌は、恥であるか、恥でないかの（＋判断の）要素となるであろうか？絶対に、否である。誰であっても、人徳が良好で善い者は、貧困とか醜悪を理由に、恥を感じる必要はない。反対に、道徳のない人は、その人が非常に富んでいるとか、美貌であるとかであっても、なんら驕慢になってよい理由はない。

このことを明確にして後、自己に対して不断に、己が行おうとしている事柄が、善であるか、不善であるかを検討するべきである。そして、ただ善業をのみ行うという状況の下で、人は、その他の衆生に対して、初めて、いかなる脅威もなくなるが、これがすなわち、無畏施である。そして（＋その実践者は）、善業の善報を得ることができるのである。

ここで、私は《愚人と智者経》の摘要を話して、愚人はどのように己を壊滅に向かわせるか、智者はどのようにして、己の心を高めるかを説明したい。「比丘たちよ。愚人の特徴、愚人の相、愚人の本質は三つある。どのような三つか？

愚人は悪念を思惟し、悪語を言い、悪業をなす人である。もし、愚人がこのようでなければ、智者は如何にして：『この人は愚人である。真正なる人間ではない』ということが分かるであろうか？愚人は悪念を思惟し、悪語を言い、悪業をなす人であるから、智者は知ることができる：『この人は愚人である。真正な人間ではない』と」。

その後、仏陀は比丘たちに言った。

殺生、偸盗、邪淫、妄語及び飲酒、麻酔品を服用する愚人は、今世において三種類の苦痛に見舞われる：

一、他人が集まって何かの討論をしているとき、他人が自分の悪事を話しているのだと思う。

二、犯人が王の命令に従って、種々の刑罰に苛まれる時、同類の悪罪を犯した愚人は、恐れる。

三、椅子、ベッド、または地上で休息しているとき、彼は過去に行った悪業によって覆い尽くされ、このように思う：「私はよいことをしたことがない。善業をなしたことがない。己のために苦痛を防止する保護所を打ち立ててもいない。私は悪業をなした。残忍なことをした。邪悪なことをした。死んだあと、私は私はよいことをしたことがない、善業をなしたことがない、己のために苦痛を防止する保護所を打ち立ててもいない、残忍なことをした、邪悪なことをした人の行く所へ行かねばならない」。

その後、仏陀は言葉をつづけた：

「身口意の悪行をなす愚人は、身体が分解されて死んだあと、悪道に堕ち、苦に趣き、ついには地獄に落ちる」（中略）「比丘たちよ、大地獄とはこのようなものである：それは四角いかたちで、四つの門があり、それぞれに道が付いている。周囲の壁は鉄で作られていて、屋根もまた、大きな鉄でできている。地面も鉄でできていて、その中では、烈火が赤々と燃えている。その長さは一由旬で、そのどこにも烈火が遍満している。」

ここで私が仏陀の話を引用したのは、あなた方を脅かすためではなく、あなた方に、どうすれば、それらの悲惨な状況に落ち込まないでいられるかを知ってもらいたいために、事実の真相を述べただけである。

この経では、仏陀はまた別の例を出して、愚人が悪道の中で、どのように長期的な苦しみを受けるのか、を説明している。彼は言う：「ある一人の人が、大海にくびきを投げ入れたとして・・・（中略）・・・盲目の亀は、その頭をくびきに入れるまでどれくらいの時間がかかるだろうか？」
「世尊、非常に長い時間がかかります」
「比丘たちよ。私は、盲目の亀がその頭をくびきに入れるまでの時間は、愚人が悪道に堕ちてから、再び人間界に戻ってくるより短い、と言う。どうしてか？というのも、悪道においては、修すべき法がなく、修すべき善がなく、造るべき善がなく、造るべき福がない。悪道で盛んなのは、お互いに殺戮することと、弱肉強食だけである。長い時間を経て、その愚人が人間界に戻ったとして、彼は低賤の家、たとえば、奴隷、漁師、竹職人、車夫、またはゴミ拾いの家に生まれる。その家は、赤貧洗うがごとくで、食糧は少なく、生活は困苦で、衣服は少々しかない。彼は醜悪で、見にくく、奇形で、多病で、盲目で、手足に障害があり、または中風であったりする。彼は食べ物、飲み物、衣服、車、花、香り、薬、ベッド、住む場所と光を得られない。

彼は身口意の悪業をなす。これらの悪業をなして、彼は身体が分解されて死亡した後、悪道、苦趣に堕ちるか、地獄に落ちることさえある。比丘たちよ。もし、一人の博徒が、一回目（＋の賭けからすでに負けて）から子供、妻とすべての財産を失い、己自身も奴隷になったとしても、この種の不幸は大したことがない。これよりなお不幸なのは、愚人が身口意の悪業をなし、身体が分解して死後、悪道、苦趣に入るか、地獄にさえ落ちるであろうことである。これが、愚人の最も愚かな境涯である。」

こうしたことから、《法句経注疏》では、地獄は愚人の真正の住かである、と言う。彼は長期的に地獄にいて、少しの間だけ人間界に戻り、その後にまた地獄に戻る。これが、仏陀が、なぜ＜人身受け難し＞と言ったのか、という理由である。しかしながら、多くの人々は、人身を惜しまず、悪道に生まれ変わって後初めて、己が人間であった時の命をよりよく生かすことができなかったことを後悔する。しかし、その時点では、時、既に遅しなのである。

愚人は大地獄において、非常に長期的な苦を受けた後、小地獄へと生まれ変わる。この地獄において、非常に長期的に苦を受けた後、餓鬼道に生まれ変わる。餓鬼道において、非常に長期的に苦を受けた後、畜生道に生まれ変わる。畜生道において、彼らは

お互いに殺戮し、多くの悪業を成し、死後また地獄に落ちる。このような生まれ変わりを何度も繰り返した後、彼らは人間に生まれる。しかし、彼らはまた多くの悪業をなし、死後また地獄に落ちる。こうしたことから、我々は、愚人は地獄の常住者である、という。

このことから、我々は、正見のない愚人は、如何にして、身口意の悪業を成しながら、破滅へと向かうかを、知ることができる。故に、善悪を分別できる事、そして、物事にたしいて善行を実践する事は、非常に重要である事、それは我々に幸福を齎すし、他人にも幸福を齎すこと（＋が分かるのである）。仏陀は、悪業の危険性を指し示すだけでなく、善業の利益も指し示す。この種の智慧は、一種の真正なる利益であり、現代の科学が人類に提供することのできないものである。

次に仏教は、人類に今世の楽しみを齎し、来世における楽しみも齎すことができる。この事について、《愚人と智者経》の中で、仏陀はこう言っている：「身口意の善業をなす智者は、身体が分解し、死亡する時、善趣に生まれ変わるか、または天界に生まれ変わる事さえもある。」

この経で、仏陀は続けて言う：
「非常に長い時間かかった後に、智者が人間界に戻ると、彼は高貴な家庭、たとえば、豊かな貴族、豊かな婆羅門または豊かな居士の家に生まれる。その家は裕福で、巨大な富があり、多くの財物があり、多くの金銀があり、多くの財産があり、多くのお金と穀物がある。彼は風貌美しく、見栄えよく、優雅で、極めて美しい外観を持っている。彼は十分な食べ物、飲み物、衣服、車、花、香り、ベッド、住処と光を得ることができる。

彼は身口意において善業をなす。これらの善業をなした後、身体が分解して死んだあと、彼は善趣に生まれ変わり、天界に生まれ変わる。比丘たちよ。もし、一人の博徒が一回目の賭けで勝って、多くのお金と財を得たとしても、この種の幸運は、取るに足らないものである。これよりさらに幸運なのは、智者が身口意において善業をなし、身体が分解して死んだあと、善趣に生まれ変わるか、天界に生まれ変わることである。これが智者の円満なる境涯である。これが、世尊の開示である。比丘たちは、世尊の話に満足と喜びを覚えた。」

ここ（＝台湾のリトリートの場）にいる聴衆のみなさん。あなた方は、世尊の話に、満足と喜びを覚えましたか？もし、あなた方が、本当に喜びを得たいのであれば、あなた方は、仏陀の教えに従って生活しなければならない。このようにして初めて、あなた方は、仏陀の言葉から利益を得ることができ、そのことによって、喜びを感じることができる。しかしながら、多くの仏教徒は、頭の中で業報の自然法則を理解するけれども、

それを心の中で（＋大事に）おいておくことはしない。彼らはこの法則を信じるけれども、しかし、実行はしない。

愚人はただ、なした悪業に悪の報いがないようにと願い、また、善業をなさずとも、自動的に善の報いが届けばいいと願っている。しかし、業報の自然法則は、あなた方が信じるかどうかに関係がなく、また、あなた方がそれが好きかどうかに関係がなく、それは、それ自身の原則に従って運行される。

すなわち、善をなせば善の報いがあり、悪をなせば悪の報いがあるのである。かくして、我々の獲得する果報は、我々自身がなした業によって決まるのであって、我々の期待に沿って決定されるわけではない。仏教徒は常日頃、慈悲について論談するが、それだけでは足りない。彼らは行為の上においても、それらを実践しなければならない。彼らは、智慧と慈愛を伴って、布施をしなければならない。

彼らは、少なくとも五戒を清らかに守らなければならない。若し人が、五戒を守らず、随意に殺生、偸盗、邪淫などをするならば、我々はこの人を慈悲ある人だと言えるであろうか？

絶対に、彼には、慈悲がない。慈悲のある人間が、殺生などできるはずがない。この種の人間は、その他の衆生に親愛でないばかりでなく、己に対しても親愛ではない。我々は《相応部・僑薩羅相経》から、このことが明らかに分かるのである。

（ある時）パセーナディ王は、世尊に言った：「世尊、私が一人で休憩しているとき、私は考えた：『誰が自分自身を一番大切に思っているか？誰が自分自身を大切にしていないか？』と。世尊、その時私はこう思った：『身口意において悪行を行う人は、自分自身を大事にしない人だ。たとえ彼らが：『私は自分自身を大切にしている』と言ったとしても、彼らは決して己を大切にはしていない。』

それはなぜであろうか？彼らが己のためになしている事柄は、怨恨者が、敵にしている行為（+と同じ）であるから。というわけで、彼らは決して己を大切にはしていない。そして、善なる身口意を修する人は、真正に己自身を大切にする人である。たとえ彼らが：『私は自分自身を大切にしていない』と言ったとしても、彼らは己を大切にしているのである。それはなぜであろうか？彼らが己のためになしている事柄は、朋友が友人にする行為と同じであるから。というわけで、彼らは真正に己自身を大切にしている。』」

「まことにその通りである。陛下、まことにその通りである。あなたが述べた一切を、私は重ねて申し述べるが、それと同時に、それが正しいことを私は印証する。」

故に、もし真正に、己自身を大切にするのであれば、あなた方は、仏陀の認めた方法で実践しなければならない。それは《法句経》偈 157 に書かれている：もし人が、

己自身を愛惜することを目指すのであるならば、己自身を、しっかりと守らなければならない。三夜の内のどの段階においても、智者は（邪悪に対して）警覚（＝警戒と覚醒）を保持するべきである。

ここでいう三夜とは、生命の三つの段階のことである。こうしたことから、もし、己自身に幸せを齎したいと思うならば、あなた方は、善を修しなければならない。もし他者に幸福を齎したいと願うならば、あなた方はまた、善を修しなければならない。あなた方は、布施を修して、布施を必要としている人に布施する事（＋を学びなさい）。このように実践すれば、たとえば、他人と己に対して利益を齎すことができる。布施はあなた方にどのような利益を齎すだろうか？

《中部・小業分別経》の中で、仏陀はこのように言う：
「ここにおいて、学生、またある男性または女性が食べ物、飲み物、衣服、乗り物、花、香り、薬、寝床、住まいと灯りを沙門または婆羅門に布施をする。彼がこの種の業を実践するが故に、身体が分解して死ぬとき、彼は善趣に生まれ変わるか、または、天界に生まれることさえある。もし、彼が天界に生まれず、人間界に戻って（＋人間として）生まれた時は、どこに生まれ出ようとも、彼はいつも裕福である。」

しかし、仏陀は、持戒清浄の人についてのみ、このように言っているのである。というのも、仏陀は《中部》の中で、以下のように言う：「比丘たちよ。戒行清浄なる者の願いは、己の清浄なる戒によって、実現される」と。こうしたことから、（＋私は）あなた方に、五戒をしっかりと守らなければならない、と言うのである。また、あなた方が、この基本的な五戒を守るならば、あなた方は、（＋戒の）それぞれが持つ善報を受け取ることになる。

第一条の不殺生を例にとると、仏陀は《小業分別経》の中で以下のように述べている：「ここにおいて、学生、男性または女性が殺生を断じ、殺生から遠く離れ、こん棒と武器を捨て（＋たとする）：彼は温和で、慈しみあり、一切の衆生に憐憫の心を持つ。彼はこの種の業を実践するが故に、身体が分解し、死亡した後、彼は善趣に生まれ変わり、天界にすら生まれ変わる（＋こともある）。しかし、もし彼が天界に生まれないで、人間界に戻ってきたならば、どこに生まれ出ても、彼は長寿である。」

（＋今夜の聴衆である）あなた方（＋の中に）は、来世があるかどうか、懐疑している人もいるであろう。この点に関して、あなた方はこのように思惟するべきである。もし、来世がないのであっても、善の実践は、あなた方に利益を齎す：たとえば、安心して生活する事、名声が良くなる事、智者に讃嘆される事、後悔がないこと等々である。もし来世があるならば、あなた方は来世において、更に楽しくなる。これはちょうど、仏陀が《法句経》偈 16 で述べている通りである：

今世で喜悦を感じ、
来世で同じように喜悦を感じ、
善を行う者は、今世と来世において、
喜悦を感じる。
己の清浄なる善業を思い出すとき、
彼は喜悦を感じる、
非常なる喜悦を感じる。

反対に、たとえ来世がないとしても、悪を成せば、今世において、あなた方に苦痛を齎すことになる、たとえば：生きていて不安である、悪名が轟く、智者に指弾される等々。もし、来世があったならば、あなた方は来世においてさらに多くの苦痛に出会う。これはちょうど仏陀が《法句経》偈 16 で述べている通りである：

今世で苦を受け、
来世で同じように苦を受け、
悪を行う者は、今世と来世において、
苦を受ける。
「己は悪業をなした」と思い致すとき、
彼は苦痛を感じる。
彼は更に多くの苦痛を感じる。

このこと（＝仏陀の偈）に鑑み、あなた方は、善業のみをなすべきである：このようにすれば、あなた方は、今世と来世において、損失に会うことがない。今夜の法話から、あなた方は、今すぐ、仏教が人類にどのような利益を齎しえるかを、よく理解してほしい。

それらの利益とは、
一、持戒、善行と心智を育成することに関する智慧。この種の心智の発展・育成は、現代科学の提供する物質的発展より、更に崇高なものである。
二、心智の発展・育成が齎す善報。これらの利益は、あなた方に短期的な楽しみ、たとえば、刃物に上に塗られた蜂蜜（＋が齎す）ような利益とは全く異なる。これらの利益を体験した後、あなた方はそのことについて後悔する必要はない（＝これまで、善行を実践してこなかったのを後悔する必要はない、の意か）。

しかし、これらはまだ、仏教が人類に齎す最上の利益ではない。次回の法話において、私はあなた方に、仏法を修行することによって得られる殊勝なる利益について、お

話したい。今夜の法話を終えるに当たり、私はもう一度《法句経》の中の偈を引用したいと思う：

己のみが悪をなすことができる、
己のみが己を汚染することができる。
己のみが悪を為さないようにすることができる、
己のみが己を浄化することができる。
清浄であるか、不浄であるかは己自身により、
他人を浄化できる人はいない。

このことはすなわち、もしあなた方が、己の生活を改善し、己の心を高めいたと思うならば、あなた方は清浄（＋な心）を育成することに尽力しなければならない、ということである。あなた方に代わってやってくれる人は、誰一人として、いないのだから。

あなた方が、仏法の中から利益を得られるように祈願します。

Ⅸ. 仏教は人類にどのような利益を齎し得るか（二）

安般念の修行

昨夜、私は、仏教は人類のために、人間界と天界において、楽しみを齎すと説明した。今夜、私は、定の育成と心清浄の修習について語るべきだと考える。なぜ、定を育成しなければならないのか？

仏陀は言う：「比丘たちよ。あなた方は定を育成しなければならない。というのも、定力を有する心は諸法を如実に知見することができるが故に。」

そして、《清浄道論》もまた、智慧の近因は定である、という。我々は智慧を通してのみ、至楽の涅槃を証することができるし、一切の煩悩を断ずることができるのである。ここにおいて、私は、先に、あなた方に対して、安般念を解説したいと思う。これは、仏陀の教えた 40 種類の止禅業処の内の一つである。

仏陀は《大念処経 Mahāsatipaṭṭhāna　Sutta》の中で、安般念の修行方法について指導している。仏陀は経の中で以下のように言う：

「比丘たちよ。この教法において、ある比丘は森林に赴き、木の下に赴き、空き地に赴く。結跏趺坐して、身体をまっすぐに伸ばし、業処において正念を安住させる。彼は正念において息を吸い、正念において息を吐く。

一、吸う息が長いとき、彼は覚知する：
『私の吸う息は長い』；
吐く息が長いとき、彼は覚知する：
『私の吐く息は長い』。
二、吸う息が短いとき、彼は知覚する：
『私の吸う息は短い』；
吐く息が短いとき、彼は覚知する；
『私の吐く息は短い』。
三、『私は息の全身（＝息の全体）を
覚知しながら、息を吸う』、
彼はこのように修行する。
『私は息の全身（＝息の全体）を
覚知しながら、息を吐く』、
彼はこのように修行する。
四、『私は息の身行を静めて息を吸う』、
彼はこのように修行する；

『私は息の身行を静めて息を吐く』、
彼はこのように修行する。」

修行を始めるに当たり、まずは、快適な姿勢で座り、その後に、鼻孔を経由して身体に出入りしている息（呼吸時の鼻息）を覚知するようにチャレンジする；あなたは、鼻のちょうど下側（人中＝中国でいう経絡の名）、または鼻孔の出口の周囲の、そのどこかで、息の出入りを感じ取れるようにする。（＋あなたの意識は）息と共に体内に入って行ったり、身体の外へ出て行ったりしてはならず、息が通るか、または接触する上唇の上方または鼻孔の周囲のある一点において、息を覚知するようにする。

もし（＋あなたの意識が）息と共に出たり入ったりすると、あなたは禅定の修行に成功しない。反対に、もし、息と皮膚の接触するもっとも明確な点、部分（上唇の上方または鼻孔の出入り口：左または右の鼻孔の周縁、または二つの鼻孔の間）において息を覚知することができれば、あなたは禅定を育成し、かつ成功させることができる。

自相（sabhāva-lakkhaṇa 自性相）、共相（sāmañña-lakkhaṇa）または禅相（nimitta）の色彩に注意を払ってはいけない。自相とは、息の中の四界の個別の自然的な特徴で、それはすなわち：硬さ、粗さ、流動性、支持性、推進性などである。共相は、息の無常（anicca）・苦(dukkha）・無我(anatta）の性質を、言う。（＋修行者は）出入りする息自体を、知るようにする必要がある。出入りする息自体は、安般念の目標（所縁）であり、それはすなわち、あなたが定力を育成するために専注するべき、目標である。

もし、あなたが過去世において、この禅法を修行したことがあり、相当の波羅蜜を蓄積しているのであるならば、あなたはこの方法で出入りする息自体の全体的な概念に注意を払う時、あなたは、容易に、出入りする息に専注することができる。

もし、心にとって、出入りする息に専注するのが難しいとき、《清浄道論》では、息を数える方法を推奨している。というのも、この方法は、あなたの定力を育成するのに、役に立つからである。

あなたは、息を吸う、吐くの一回ごとに、「入る、出る、一；入る、出る、二；入る、出る、三；入る、出る、四；入る、出る、五；入る、出る、六；入る、出る、七；入る、出る、八」と数える。少なくとも 5 まで数え、10 を越えてはならない。あなたは、この間、心を他の所へ漂って行かせないようにし、（＋今は）ただただ、静かに息を覚知するのだ、と決意しなければならない。このように息を数えていると、あなたは心を（＋目標に）専注させ、ただ静かに、単純に、息を覚知させることができる（＋ようになる）。このように、少なくとも半時間専注した後、あなたは、次の段階に進まなければならない：

一、吸う息が長いとき、彼は覚知する：
「私の吸う息は、長い」；
吐く息が長いとき、彼は覚知する：
「私の吐く息は、長い」。
二、吸う息が短いとき、彼は覚知する：
「私の吸う息は、短い」；
吐く息が短いとき、彼は覚知する：
「私の吐く息は、短い」。。

この段階において、あなたは、出入りする息の長短に対する覚知を、育成する必要がある。ここでいう長短とは、寸法の長い短いを言うのではなくて、時間の長さを言う。あなたは、どれくらいの時間なら「長い」といい、どこれくらい時間なら「短い」というのかを決めておかねばならない。一回ごとの、息の出入りの長短を覚知する時、あなたは、出入りする息が、ある時は長く、ある時は短いことに気が付くであろう。この段階においてあなたがなすべき事柄は、ただ単純に覚知を保持することだけである。もし黙念したいのであれば、「入る、出る、長い：入る、出る、短い」と黙念してはならず、ただ「入る、出る」とのみ、黙念するべきである。

一回の座禅の間、息が、その始まりから最後まで、長いという事もありえるし、その始まりから最後まで、短いという事もあり得るが、しかし、あなたは決して、故意に息を長くしたり、短くしたりしてはならない。ある種の禅の修行者について言えば、禅相は、この段階で出現する。しかしながら、もし、このように静かに息に、一時間ほど専注することができても、禅相が出現しないのであれば、あなたは、三番目の段階に進んでよい。

三、
「私は息の全身（＝息の全体）を覚知しながら息を吸う」、
彼はこのように修行する。
「私は息の全身（＝息の全体）を覚知しながら息を吐く」、
彼はこのように修行する。

ここでは、仏陀は、あなたに、継続的に呼吸の全体、その最初から最後までの息（全息；息の全身、すなわち、息の全体）を覚知するよう指示している。あなたは己の心を、訓練しなければならない。（＋そのために）継続して、不断に、一回呼吸するたびに、息の、その最初からその最後までを、覚知し続けるのである。このように修行する時、

禅相が出現する可能性がある。もし禅相が出現したならば、あなたは、決して注意力を禅相に向けてはならず、引き続き、息を覚知しつづけなければならない。

もし、一回ごとの、呼吸のその始めから最後までの息を静かに覚知することができ、かつ、その状態を約一時間、維持できるのに、それでも禅相が出現しないのであれば、あなたは第四の段階に進むべきである。

四、
「私は息の身行（＝息の全体の行程）を静めて息を吸う」、
彼はこのように修行する；
「私は息の身行（＝息の全体の行程）を静めて息を吐く」、
彼はこのように修行する。

このこと（＝安般念の修行）を成功させたいのであるならば、あなたは、息が静かになるようにと決意しなければならない。そして、その後に、一回ごとの呼吸の、その最初から、その最後までに、不断に専注すること。あなたは、何らかの方法を用いて、息を静かにさせるというようなことをしてはならない。というのも、このようにすると、定力は後退して、なくなるからである。この段階において、あなたがしなければならない事は、ただ、息が静かになるよう決意し、その後に、継続して不断に、息に専注することである。このような方法で修行すれば、あなたは、息がより静かになっていることに気が付くし、（＋その時には）禅相が出現する可能性も、出てくるのである。

禅相が出現しそうになったとき、多くの修行者は、いか程かの困難に出会う。大多数の修行者は、息が非常に微細になっていることに気が付くのだが、彼らの心は、はっきりと息を覚知することができないでいる。

もし、このような現象が発生したならば、あなたは、覚知する心を保ち、その直前、あなたが最後に息を知ることのできたその場所で、息が再度出現するのを待つべきである。安般念の修行によって出現する禅相は、人によってそれぞれ異なるものである。それは人によってまちまちである。綿花のように白い色の禅相は、ほぼ取相である事が多い。というのも、取相は、通常、不透明で、明るく光らないものであるから。禅相が、明けの明星のように明るく、光っていて、透明である時、それは似相である。禅相が、ルビーのようであるとか、また、宝玉のようであって、明るくない時、それは取相である；それが明るい時、発光している時、それは似相である。

このような段階に到達した時、最も重要なのは、禅相を弄んではならない、禅相を消失させてはならない、故意にその形状または外観を変化させてはならない、ということである。もしこのようにすれば、あなたの定力は、停滞し、引き続いて（＋ますます

定力を）上昇させる、ということが困難になり、禅相もまたそれが原因で、消失するであろう。

故に、禅相が初めて出現した時、専注力を息から、禅相に向きかえてはならない；そのようにすれば、禅相は消失する。もし、禅相がすでに安定しているのを発見し、かつ、心が自動的に禅相にしっかりと張り付いているのであるならば、心を、それに専注させても構わない。もし、心を強制的にそこから離れるさせるようなことをすると、あなたは定力を失うであろう。もし、禅相があなたの顔から遠く離れた所に出現した時、それに注意を払ってはならない。というのも、それは消失する可能性があるから。もし、それに注意を払わないでいて、接触点を通過する息に対して、引き続き、ただただ専注することだけを実践するならば、禅相は、自動的にあなたの所に移動してきて、接触点上にとどまる。

もし、禅相が接触点において出現し、かつ、安定しており、また、禅相が息でもあり、息が禅相でもあるようであるならば、この時、息を忘れて、禅相に専注することができる。このように、注意力を息から禅相に転換することによって、あなたは更に進歩するであろう。注意力を保持して、禅相に専注するならば、あなたはそれが、ますます白くなることを発見する。それが、白くて綿のようになったならば、それは取相（uggaha-nimitta）である。

あなたは、決意して、静けさを保ちながら、その白い取相に、一時間、二時間、三時間またはもっと長時間専注できるようにしなければならない。もし、取相を継続して、一時間、または二時間、専注することができたならば、あなたは、それが清らかで、明るく、光っていることを発見するに違いない。これこそが似相（paṭibhāga-nimitta）である。

この段階に到達したならば、あなたは心をして、似相に、一時間、二時間または三時間、（＋それが成功するまで）、専注させるのだと決意しなければならない。この段階において、あなたは、近行定（upacāra）または安止定（appanā）に到達しつつある。近行定は、（ジャーナに入る前の）非常にジャーナに近い定である：安止定はジャーナである。

この二種類の定は、似相を目標とする。二者の違いとは：近行定の諸禅支は、いまだ完全で強力にはなっていない。それが原因で、近行定においては「有分心」（bhavaṅga）がいまだ生起する可能性があり、それゆえ、修行者は、有分心に落ち込むのである。

この現象を体験した修行者は、一切が停止した、と言ったり、またはこれは涅槃であるとさえ言う事があるが、実際は、心はいまだ停止しておらず、ただ、修行者に、十

分な能力がないために、それを知ることができないのである。というのも、有分心というのは、非常に微細なのであるから。

有分心に落ち込むのを避けるために、また定力を高めるために、あなたは 5 根の助けを借りなければならない。すなわち、信（sadhā）、精進（vīriya）、念（sati）、定（samādhi）、慧（paññā）でもって、心を奮い立たせ、かつ、心をして、似相に固定させるようにするのである。あなたには精進が必要で、それでもって、心をして、何度も似相を覚知するようにしなければならない;あなたには念が必要で、それでもって、心をして、似相を忘れないようにしなければならない。あなたには智慧が必要で、それでもって、似相を知らなければならない。

ここにおいて言う信とは、安般念の修行によって、ジャーナに入れることを信じること、を指す。精進とは、安般念を修行してジャーナに至れることを指す。念とは、安般念の目標を忘れないということを指す。定とは、心において、まったくの動揺なしに、安般念の目標に専注することを指す。慧とは、安般念の目標に対して理解があることを指す。

ジャーナについて

信、精進、念、定、慧の 5 根が十分に育成された時、定力は近行定を超えて、安止定に到達する。ジャーナに到達した時、心は、持続的に絶え間なく似相を覚知し続ける。この状況は、数時間、または一晩、一昼夜続くことがある。心が持続的に、似相に一時間または二時間専注した後、あなたは、心臓の中の意門（bhavaṅga 有分識；有分心）が存在する部位、すなわち、心所依処を識別するよう、試してみるべきである。

有分心は明るく清らかに輝いている；注釈では、有分心とは意門(manodvāra）であると言う。もし、あなたがこの修行を何度も繰り返して実践するならば、あなたは、心所依処に依存している意門（有分心）と、意門に出現している似相を識別することができるであろう。このように識別ができるようになったなら、あなたは、尋、伺、喜、楽及び一境性という五つの禅支を逐一識別することにチャレンジするべきである。持続的に修行するならば、あなたは同時にすべての五禅支を識別することができるようになる。

五禅支とは：

一、尋（vitakka）：心を似相に投入させ、安置させる。

二、伺（vicāra）：継続的に似相に注意を向ける心を保持する。

三、喜（pĪti）：似相を喜ぶ。

四、楽（sukha）：似相を体験しているときの楽受または楽しさ。
五、一境性（ekaggata）：似相に対して一心に専注する心。

それらは、個別に分けて考えれば、禅支と称するが、しかし、全体的には、ジャーナと称する。ジャーナの修行を始めたばかりの時、あなたは、長時間ジャーナに入っているように練習するべきであり、あまり多くの時間を禅支（jhānaṅga）の識別に費やしてはならない。

あなたは、初禅の五自在を、練習するべきである。
一、転向自在：出定の後、諸禅支を識別できる事。
二、入定自在：いつでも、入定したい時に入定できる事。
三、住定自在：自分が事前に決めておいた定に、入りたいだけ入っていられる事。
四、出定自在：予定しておいた時間に、出定できる事。
五、省察自在：諸禅支を識別できる事。

熟練して、初禅に掌握することができるようになったならば、あなた第二禅から第四禅、またそれらの五自在までに進むことができる。第四禅に入ると、呼吸は完全に停止する。ここにおいて、安般念の第四の段階が完成したことになる：

四、『私は息の身行を静めて、息を吸う』、
彼はこのように修行する。
『私は息の身行を静めて、息を吐く』、
彼はこのように修行する。

この段階は、禅相の生起の前に始まる。定力は、四種類のジャーナを修行することに従って、成長する。呼吸はますます静まり、第四禅に入ると、呼吸は完全に停止する。禅の修行者が、安般念を修行して第四禅に到達し、かつ五自在を成功させると、その禅定によって生じる光は、輝き、明るく、光芒は四方に放射される。その時、彼は己の希望に従って観禅(vipassanā ヴィパッサナー）を修習することができるし、また、引き続き止禅（samatha）の修習をしてもよい。

三十二身分（＝32 の身体部分）

もし、あなたが 32 身分を修習したいと考えるならば、まず先に、あなたは、安般念の第四禅に到達しておかねばならない。禅定の光が、光り輝き、明るく、光芒が四方

を照射する時、この光の支援の下、あなたは、身体の 32 の部分を逐一識別することにチャンレンジするべきである。一度の識別には、一か所だけ、確認する事。

たとえば；髪の毛、体毛、爪、歯、皮膚、肉、腱、骨、骨髄、腎臓等々、である。あなたは、鏡に向かって自分自身の顔を見ているがごとくに、この 32 の身体部分の中の一つ一つの部分について、また、身体にそれが存在する、それぞれの部位について、逐一観じ、識別しなければならない。

あなたが、頭髪から尿まで、順当に識別できるほど、または逆に尿から頭髪まで識別できるほど練習したなら、あなたは、透視の智慧によって、それぞれの部分を、はっきりと見て取れるようになる。それらに精通し、熟するまで継続して修習すること。その後に、あなたは、（目を閉じて）あなたの最も近くにいる人または衆生を識別することにチャレンジしなければならない。その人の 32 身分か、または衆生の 32 身分を識別するのであるが、それは、頭髪から順序良く識別を始め、尿に至る。その後に、尿から逆順で、頭髪までを識別する。

このように、内部と外部における 32 身分を識別できるようになったならば、あなたの禅の修行力は非常に強まる。この方法を運用して、あなたは、近くから遠くまで、識別の範囲を広げていくべきである。

あなたは、もしかして、遠くの衆生を識別することはできないのではないか、という心配をするかもしれないが、その必要はない。第四禅の光芒の支援の下、あなたは容易に遠方の衆生を見ることができる。

肉眼を使うのではなく、慧眼（ñāṇackkhu）を使うのである。あなたは、衆生の 32 の身分の識別の範囲を十方に拡大するべきである。すなわち、上、下、東、西、南、北、東北、東南、西北、西南である。この十の方角の中で、識別する目標としているのが人であっても、畜生であっても、その他の衆生であっても、あなたは、一回ごとに一つの目標を取り、その内部の 32 身体部分を一度識別し、その外部の 32 身体部分を一度、識別しなければならない。

このようにして、何度も重複して修習する事。最後には、あなたは、男性、女性、水牛、乳牛またはその他の衆生などの区別をすることがなくなり、何時いかなる時においても、内部であろうと外部であろうと、あなが見ているのは、ただの、32 の身体部分の組み合わせに過ぎなくなる。その時、あなたは初めて、32 身分の修行方法を成就し、それに熟練し、精通したのだと言える。

白遍

32 身分（＝32 の身体部分）の修習を成功させたならば、あなたは簡単に、白遍を修習することができる。もし、白遍の修行をするのであれば、まず先にあなたは、再度、安般念の修習をして、第四禅に到達するべきである。禅定によって生じる光が光り輝き、明るく、光芒が四方に照射される時、あなたは内部の 32 身分（＝32 の身体部分）を識別しなければならない；次に、あなの前方または付近にいる衆生の外部の 32 身分を識別する；その後に外部の 32 身分の中の骨格を識別する。もし、その骨格を好もしくないものとして観察したいのであれば、そのようにしてもよい；もし、それを好ましくないものとして観察したくないのであれば、それをただの骨格として、観察してもよい。

その後に、骨格の最も白い部分の一か所を目標に取る；もし、この骨格全体が白いとき、骨格全体を対象にしてもよい；また頭蓋骨の後部の白い色を目標としてもよく、その白い色に専注して：「白、白」と言う。外部の骨格の白い色を目標とすると決めた後（特に頭蓋骨の白い色に専注する時）、あなたは、平静なる心を保持して、その白い色を目標として専注しなければならない。一回につき、一時間または二時間、続ける事。

安般念第四禅の定力の援助と支えの下、あなたの心は、白い色を目標として、平静に専注することができるであろう。あなたが白い色に、一時間または二時間専注することができるようになったならば、あなたは骨格の相が消失して、ただ白い色の円形が残っているだけだということに、気が付くであろう。白色をなす円形が、綿のように白いとき、これを取相（hggaha-nimitta）という；それが明るく輝くようになって、明けの明星のようにたったならば、それを似相（paṭibhāga-nmitta）と言う；

取相が出現する前の、骨格の白い相を、遍作相（parikamma-nimitta）と言う。（＋白い色が）白さを増して発光する時、特に、それが清浄で透明である時、これは似相である。引き続き専注を続けて、初禅に入る（＋ようにする）。

しかし、あなたは現状では、定力は十分には安定しておらず、長時間、持続できない事を発見するであろう。定力を安定させ、定力の持続する時間を長くするためには、禅相の拡大は非常に重要である。このことを達成するには、あなたはまず、白色の似相に専注して、この似相に一時間または二時間専注できるまでに、定力を育成しなければならない。その後に、あなたは、白い円形を一度に何インチか広げる決心をする。このようにすれば、あなたは、禅相の直径を一ヤード、その後に 2 ヤード等々と、広げていくことができる。

もし、これに成功するならば、あなたは、徐々に禅相を拡大し続け、あなたの十の方角、限界がないまで広げていく。この段階に到達すると、どの方角を見ても、ただ白い色の禅相だけが見えるようになる。この時、内部であろうが、外部であろうが、あな

たは、ただ白遍しか見えないようになり、その他の物質の、髪の毛一本ほどの痕跡も見えなくなる。あなたは、平静な心で白遍に専注し続けるべきである。

白遍が安定したならば､あなたはあなたの心を白遍のどこか一か所に安定して置き、かつ引き続きそれを「白、白」と注意しつづける。あなたの心が平静で、安定している時、白遍もまた静止して安定する。白遍は非常に潔白、明るく、清浄になるが、これもまた似相であり、それは、もともとの白遍似相を拡大した後に、生じたものである。あなたは、白遍第四禅を証悟するまで、引き続き修行しなければならないし、各禅の五自在も修習しなければならない。あなたの希望に従って、あなたは、その他の遍を、第四禅まで修行することもできる。また、遍禅を基礎にして、四無色禅の修行をすることもできる。

慈心観

もし、慈心観（慈梵住）を修行したいのであれば、まず先に、下記の二種類の人間を対象にして、修行してはならないことを、理解しなければならない。

一、異性の人（liṅgavisabhhāga）；

二、すでに死んだ人（kālakata-puggala）。

初めて修行を開始する段階では、あなたはまた、下記の人へ、慈愛の修習をしてはならない：

一、好きではない人（appiya-puggala）；

二、極めて親愛なる人（atippitasahāyaka）；

三、中立の人（あなたはその人に愛も憎もない）（majjhatta-puggala）；

四、怨敵（veri-puggala）。

好きでない人とは、あなたに対して有益なことをしない人、またはあなたが気に病んでいる人を言う。怨敵とは、あなたに対して有害なことをする人で、あなたが気に病んでいる人。初めて（＋修行を）始める時、この二種類の人に対して、慈愛を育成するのは非常に難しい。というのも、（＋あなたは）彼らに対して、往々にして、瞋恚の気持ちが生起するからである。

初めて始める段階においては、中立で愛憎のない人（好きでもなく、嫌いでもない人）に対して、慈愛を育成するのも難しい。極めて親しい人については、あなたが一たび、彼らに何かの問題が発生したのを聞くと、彼らに対して執着しているが故に、彼らの為に泣いたりするかもしれない。というのも、あなたの内心に、心配と悲痛が充満するからである。

こうしたことから、初めて（＋修行を）開始する段階においては、この四種類の人々を、慈心観の目標としてはならない。しかし、ジャーナに到達した後であるならば、あなたは、彼らを修行の目標としてもよく、また、あなたは、彼らへの慈愛を育成できることを、発見するであろう。

たとえ100年修行したとしても、あなたはあなた自身を目標にして、ジャーナに到達することは不可能である。それなのに、なぜ、最初の修行の段階では、己自身を対象にして慈心観を修習するのか？

一番最初の段階において、己自身を慈心観の修行の目標とするのは、己を今後の比較の範例とするからであり、決して近行定に到達するためでは、ない。あなたの心に「願わくば、私自身が安らかで楽しくありますように」という意念がある時、己自身に対する慈愛を育成した後、あなたは、己をもって、他人と比較することができ、かつ以下のように思うことができる：すなわち、まさにあなた、己自身が、安らぎと楽しさを得たいと思い、苦を受けたいと願わないように、長寿を願い、死にたくはないと思うように；その他の衆生もまた同じように、安らぎと楽しさを得たいと思い、苦を受けたいと願わないし、長寿を願い、死にたくはないと思うのである、と。

このように、己自身を比較する範例として、あなたは、一切の衆生の安楽と幸福を願う心を育成する。あなたは、下記の四種類の慈念を育成することを通して、慈心観を修する：

一、願わくば、私に災難がありませんように（ahaṁ avero homi）；

二、願わくば、私に精神的苦痛がありませんように（abyāpajjo homi）；

三、願わくば、私に身体的な苦痛がありませんように（anīgho homi）；

四、願わくば、私が健康で楽しくありますように（sukhī attānaṁ pariharāmi）。

敬愛する人に慈愛を散布する

もし、あなたが、安般念または白遍を修行して、第四禅に到達することができたならば、あなたは、当該の定力を更に発展させて、あなたの心をして、明るく輝く光芒を放射できるようにする。白遍によって到達した第四禅は、特にこの項目（＋の修行）に適合する。白遍禅定の光の協力と支えの下、慈心観を修行することは、あなたにとっては、非常に簡単なことであるに違いない。

その理由は：第四禅の定力は、すでに心中の貪欲、瞋恚、痴（＝無知）とその他の煩悩を浄化し、取り除いているからである。第四禅から出定すると、心は柔軟で、堪能で、純潔で、明るく発光する。故に、第四禅禅定の協力の下、あなたは非常に短時間の内に、強力で、完全な慈愛を育成することができる。禅定の光が強くて明るい時、あな

たは、心をして、一人の、あなたと同じ性別の、かつ、あなたの敬愛する人；もしかしたらあなたの先生、または共に修行する法友に、向かわせる。

あなたは、第四禅禅定によって生じる光が、あなたを中心として、四方八方に展開するのを発見するであろう。そして、あなたは、その光明の中で、あなたが選択した、慈心観の目標であるその人を見ることができる。ここで、あなたは、その人が座っている姿勢か、または立っている姿勢（あなたが最も好きな姿勢）の映像・イメージを選び、あなたが最も好きで、最も楽しいと思う映像を選択するようチャレンジしてみて、かつその映像があなたの前方の約 1mの所に出現するようにする。

あなたがはっきりと、面前のその人を見ることができたならば、下記の意念によって、彼への慈愛を育成する：

一、願わくばこの善き人に、危害がありませんように（ayaṁ　sappuriso　abero hotu）；

二、願わくばこの善き人に、精神的苦痛がありませんように（ayaṁ　sappuriso abyāpajjo　hotu）；

三、願わくばこの善き人に、身体的苦痛がありませんように（ayaṁ　sappuriso anīgho　hotu）；

四、願わくばこの善き人が、健康で楽しくありますように（ayaṁ　sappuriso sukhiattānaṁ　pariharatu）。

以上の四種類の形式によって、その人に、3 回または 4 回、慈愛を散布する。（＋方法としては）あなたが最も好む方式を一種類選ぶ。たとえば、「願わくばこの善き人に危害がありませんように」であるとすると、その人が危害から逃れている映像を目標として、以下のような意念をもって、彼に慈愛を散布する。すなわち、「願わくばこの善き人に、危害がありませんように」「願わくばこの善き人に、危害がありませんように・・・」このように、何度も繰りかえす。あなたの心が非常に静かになって、かつ、安定的に目標に専注することができた時、禅支を識別できるかどうか、チャレンジしてみる。

もし、可能であるならば、この修行を継続して、初禅、第二禅、第三禅と実践していく。引き続き、その他の三種類の方式を用いて、各種類ごとに慈愛を育成し、すべての種類において、第三禅まで到達できるように修行する。

あなたにとって、あなたの敬愛する同性の人に向かって、この修行が成功したならば、もう一人別の、敬愛する同性の人に対して、同様の方法で修行をする。だいたい

10 人くらいの、あなたが敬愛する同性の人に、このように修行して、その中の誰に対しても、第三禅に到達できるように、する。その後、あなたは、同様の方式で、その他の三種類の人に対して慈愛の修習をする；すなわち、非常に親愛なる人、中立的で愛憎のない人及び敵。あなたは、あなた自身、親愛なる人、中立的で愛憎のない人、及び敵に対して、その慈愛は、平等であるように、修習しなければならない。

こうすれば、あなたは、異なる人間への限界を突破したのだ、と言える。あなたは、このことができる様になって初めて、次に、一切の衆生を慈愛の修習の対象とする修行へと、進むことができる。この修行にかかる時間は、32 身分の修習とそれほど変わらない。あなたは、慈愛を拡散する一切の衆生の範囲を徐々に拡大して、最後には無辺なる世界へと至るべきであるし、この修行を通して、第三禅に到達するようにも、しなければならない。

この時、あなたの慈愛は、無量慈心と呼ばれる。ここで話した止禅のほか、あなたは、その他の禅業処も修行することができる。強力で力のある定力を獲得した後、あなたは、究極の名色法を知見することができ、次には、観禅を修行することができる。これこそが真正の、至楽の涅槃へと趣く道である。

今夜の法話は、ここまでとする。一切の衆生が幸福で、楽しくあるように祈願する。

X. 仏教は人類にどのような利益を齎し得るか（三）

今日、私は、どのようにして、四界分別観及び各種の色法の分析から始めて、観禅の修行を行うのか、を説明をする。禅の修行者にとって、観禅には、二種類の道筋がある。第一番目の道は、先に止禅（たとえば、安般念）を修行してジャーナに到達し、その後に観禅の修行に進むものである。

二番目の道は、四界分別観によって、専注力を育成して、近行定に到達するようにする。すなわち、ジャーナに到達しないでも、直接、観禅の修行をするものである。しかしながら、修行者はどの道を歩むにしても、観禅を始める前には、必ず四界分別観を修行しなければならない。

如何にして四界分別観を修行するのか

もし、四界分別観を修行するのであれば、あなたは先に、全身において、逐一、四界の 12 種類の特徴、または性質を、識別しなければならない。

一、地界：硬さ、粗さ、重さ、軟らかさ、滑らかさ、軽さ。

二、水界：流動性、粘着性。

三、火界：熱さ、冷たさ。

四、風界：支持性、推進性。

初心者については、通常、比較的識別しやすい特徴から先に教え、比較的識別しにくい特徴は、後に残しておく。通常、指導する前後の順番は：推進性、硬さ、粗さ、重さ、支持性、軟らかさ、滑らかさ、軽さ、熱さ、冷たさ、粘着性、流動性である。

一種類ごとの特徴を識別する時、まず先に、身体のある部位においてそれを識別し、その後に全身の各部位において、それを識別するべきである。もし、あなたが、安般念を修習して、第四禅に到達しているのであれば、あなたは毎回座禅を始める時に、安般第四禅に証入するべきである。

第四禅の禅相が非常に明るくなった時、あなたはジャーナから出てきて、その後に、身体の四界を観察する。たとえば、「推進性」の識別を開始する時、あなたは、触覚を利用して呼吸時の頭の中央（内部の中心点）で感じる所の推進性に注意を払う。推進性を識別することができたならば、あなたの心がそれをはっきりと認識できるまで、それに専注しなければならない。

その後に、あなたは注意力を、その近くの別の身体部分に移動させて、その部分の推進性を識別する。このようにして、徐々に、あなたはまず、頭部の推進性を識別することができるように努、その後の頸、躯体、腕、膝、太ももから足までを、識別する。

このような方法で、あなたが注意力を身体のその部位におきさえすれば、非常に容易に推進性を感じることができるようになるまで、再三再四、何度も重複して、修習する。

あなたは、これに似た方法で、その他の特徴を識別することができる。それはすなわち、あなたがそれぞれの特徴を認識するための修習をしている時、身体のある部分から始めて、その後にそれがはっきりと識別できるようになったならば、全身において、その特徴を観察できるようになるまで、その他の部分の観察も、修習しなければならない、という事である。全身の、頭から足までの、その 12 種類の特徴を識別できるようになったならば、あなたは、前に述べたように、観察の順序を地・水・火・風に変更して、引き続き、再三再四、それらを識別するべきである。

このような順序で、頭から足まで、そのそれぞれの特徴を、あなたが、非常に速く、すなわち、一分内に、三回転（12 種類の特徴を識別するのを一回と数える）させながら、それらを、逐一、識別できるよう、修習にチャレンジする。

今、あなたは、全身の 12 種類の特徴を識別することに熟練し、かつ、これらの特徴は、非常にはっきりと知ること（＋ができるようになった）。あなたは、前の 6 種類の特徴を地界として、同時に識別しなければならない；その後に、引き続いて、二種類の特徴を水界として識別する；次に、二種類の特徴を火界として識別する。その後、引き続きそれらを地、水、火、風として識別し、それによって、心を静め、定力を獲得するようにする。

不断に繰り返して、100 回、1000 回、100 万回も修行すること。この段階において、実用的な、よい方法が一つある。同時に、全身をくまなく見て、かつ、全身の四界を、継続して識別するのである。心をして、専注と平静を保つさせるために、あなたは、前述したような、注意力を身体の一つの部位から別の部位に移すようなことをしてはならなず、同時に、全身をくまなく見る（＋方法を採用する）のである。

通常、最もよいのは、あなたは、あなたの両肩の後ろから前に向かって、全身をくまなく見る、という方法である；または、頭の頂部から下に向かって全身をくまなく見る。しかし、この方法は、ある種の修行者にとっては、（＋身体の）締め付け感を齎し、諸々の界のバランスを失うという問題を引き起こすかもしれない（＋ので注意する事）。

引き続き、四界分別観によって定力を育成し、かつ近行定（upacāra-samādhi）に向かう時、あなたは、異なる種類の光を見ることができるようになる。ある種の禅修行者について言えば、最初に見られる光は、煙のように灰色をしている。もし、引き続き、灰色の光の四界を識別するならば、それは綿のように白くなり、その後に白く光って、雲のようになる。

この時、あなたの全身は、一塊の白色の物体に変化する。引き続き、白い物体の中の四界を識別するならば、あなたは、それらが、透明でキラキラしていて、氷塊のようであるか、またはガラスのようであることに気が付くであろう。

引き続き、透明体の中の四界を識別し続けると、あなたは、それが燦然として、光芒を放射していることに気が付くであろう。あなたが引き続き、それらの光の中の四界を、少なくとも半時間専注することができるならば、それは近行定に到達したのだ、と言える。この光を利用して、透明体内部の小さな空間を探し、これによって、透明体の中の空界を識別する。

あなたは、透明体が粉々に砕けて、多くの微粒子になることを発見するであろう。これらの微粒子は、色聚（rūpa-kalāpa）と呼ばれる。この段階に到達したならば、あなたは、これらの色聚を分析することを通して、更に一歩進んで、見清浄（diṭṭhi-visuddhi）を育成する。

如何にして、色聚の分析をするか

色聚には、二種類ある。すなわち、明浄（透明）色聚と非明浄（不透明）色聚である。浄色（pasāda-rūpa）（五浄色の中のどれか一種類）を含む色聚だけが明浄で、その他の色聚は非明浄である。先に、個別の明浄と非明浄の中の、地、水、火、風の四界を識別する；あなたは、これらの色聚が非常に速く生・滅しているのを発見するであろう。この時点では、あなたはいまだ、これらの色聚を分析する能力は、ない。というのも、あなたには、色聚が、体積のある微粒子に見えるからである。

（＋それは、あなたが）いまだ三種類の密集、すなわち：相続性密集（santi—ghana）、結合性密集（samūha-ghana）と機能性密集（kicca-ghana）を見破っていないが為に、あなたはいまだ概念（paññatti　施設法；仮想法）の領域にいて、究極法（paramattha 勝義法；根本真実法）の境地に至っていないからである。

いまだ結合性と形状の概念を突破していないが故に、あなたには、小粒子または小さな塊への概念が存在する。もし、更に一歩進んで、各種の界（dhātu）の分析を行わないで、これらの色聚の生・滅を観照することによって、観禅の修行を行うのであれば、あなたは、ただ、概念に対して観禅の修行しているに過ぎないのである（これは、真正なる観禅ではない）。故に、あなたは更に一歩進んで、単独の、一粒の、色聚の中の四界が見えるようになるまで、四界の分析を行わなければならない。このような実践は、究極法を見ることができるようになるためである。

あなたは、逐一、眼処、耳処、鼻処、舌処、身処と意処の中の諸々の色聚の四界を識別しなければならない。このような方法で、六処の中の、明浄と非明浄色聚の中の四界を、識別しなければならないのである。

一粒ごとの色聚には、少なくとも 8 種類の色（色法）が含まれている；すなわち、地、水、火、風、色彩、香、味と食素（栄養素）である。六処の中の明浄と非明浄色聚の中にある四界（地、水、火、風）を識別した後、あなたは、それらの色聚の中にある色彩、香、味と食素を識別しなければならない。

諸々の色聚の中の 8 種類の基本的な色法を分析した後、あなたは、個別の色聚の中のその他残りの色法、たとえば、命根色、性根色及び心所依処色について、すべての種類の色聚の中の、すべての色法を分析できるようになるまで、分析（＋に関する修行）をしなければならない。その後、あなたは、名業処、すなわち、名法の分析の修行へと進むことができる。

如何にして名法を分析するか

まず最初に、《アビダンマ論　Abhidhamma》の基本原則を、簡単に説明する。もし、名業処を理解したいのであれば、先にそれらの原則を、知らなければならない。《アビダンマ論》の中においては、名（名法；精神）は、対象を認識できる「心」と、心に随伴して生起する「心所」を含むものとしている。心所は、52 種類ある。

たとえば、触（phassa）、受（vedanā）、想（saññā）、思（cetanā）、一境性（ekaggatā）、命根（jĪvitindria）、作意（manasikāra）等である。

心は合計 89 種類あり、それらの善、不善、または無記（非善非不善）によって分類する。または、それらの存在する界によって分類できる：欲界（kāmāvacara）、色界（rūpāvacara）、無色界（arūpāvacara）または出世間（lokuttarā）である。

簡単に言えば、二種類の心がある：

一、心路過程心（cittavīthi-citta）；

二、離心路過程心（vīthimutta-citta）；結生、有分または死亡の時に発生する。

心路過程には 6 種類ある：眼門心路過程、耳門心路過程、鼻門心路過程、舌門心路過程、身門心路過程、意門心路過程である；それぞれ色塵、声塵、香塵、味塵、触塵、法塵を対象とする。前の五種類の心路過程は、合わせて五門心路過程（pañcadvāra-vīthi）といい；六番目の心路過程を意門心路過程（manodvāra-vuīthi）という。一種類ごとの心路過程は、一系列の、異なる種類の心を含み、これらの心は、心法の法則（cittaniyāma）に従って、適当な順序で生起する。

もし、名法を識別したいのであれば、あなたは、心法の法則の次第に従って、それらを照見しなければならない。

如何にしてジャーナ心路過程を識別するのか

もし、あなたが、安般念またはその他の法門によって、ジャーナに到達することができるならば、名法を識別する最もよい方法の起点は、ジャーナと相応する心と心所を識別することである。このようにすることには、二つの理由がある：一つ目の理由は、ジャーナを育成する時、あなたはすでに五禅支を観察した事があり、ジャーナと相応する心所を識別することに関しては、すでにいくらかの経験があるからである。

二つ目の理由は、ジャーナにおいては、ジャーナ速行心（jhāna - javana—citta）が連続して何度も生起するが、この心が非常に顕著なため、識別が容易な事があげられる。比較してみると、この心と通常の欲界心路過程（kāmāvacara - vīthi）との差は歴然である。欲界心路過程の中では、速行心（javana）は 7 回しか生起せず、その後には、別の心路過程が生起する。こうしたことから、もし、あなたがすでにジャーナ、たとえば、安般ジャーナに到達していて、かつ、名法の識別をしたいと思っているのであれば、あなたは先に初禅に入るべきである。

初禅から出た後、有分（すなわち、意門）と安般似相を、同時に識別するべきである。安般似相が有分の中に出現した時、あなたは、禅支の個別の特徴をもって、五禅支を識別することができる。引き続き、あなたは、一つ毎の初禅速行心（javana—citta）の中において、同時に、五つの禅支すべてを識別できるまで、修行する。

五禅支とは：

一、尋（vitaka）：似相に心を投入し、かつ、安置する；

二、伺（vicāra）：心をして、似相に留める。

三、喜（pĪti）：似相を好む；

四、楽（sukha）：似相によって生じた楽受または楽しさを体験する；

五、一境性（ekaggatā）：似相に対して、一心に専注する。

この五種類の名法を識別した後、あなたは、初禅速行心の心識刹那の中のその他の、一つずつの名法、識（viññāṅa）、触（phassa）または受（vedanā）の中の一種から、識別を開始しなければならない。

あなたは、先に、この三種類の中の、最も顕著な一種類を識別し、次に、一つ毎の、初禅の速行心刹那の中において、それを識別する。その後に、あなたはその他の、一種類ごとの名法を、一回ごとに一つづつ増やすようにして、識別しなければならない。始

めたばかりの時、あなたは、一つ毎の初禅の速行心刹那の中に、一種類の名法を見るが、次には二種類見れるようにし、次には三種類見れるようにする、などなど（＋の修行をするの）である。最後に、あなたは、一つ毎の初禅速行心刹那の中に、34 種類の名法すべてを、見れるようにする。

初禅速行心刹那の中において、34 種類の名法すべてを識別した後、あなた意門心路過程（manodvāra-vīthi）の中にある、その他の、一種類ごとの心識刹那の中の、すべての名法を識別しなければならない。初禅の意門心路過程は、異なる機能を持つ、一つながりの六種類の心によって構成されている。一つ目の心は、12 個の名法があり、残りの五種類の心には、それぞれ 34 個の名法がある。

一、一つ目の心は、意門転向心（manodvārāvajjana）である；あなたは、この心を含む 12 個の心所（この心及び、この心と相応する 11 個の心所）を識別する。
二、二つ目は、遍作心（parikamma）である；あなたは、この心を含む、34 個の名法（この心及びこの心と相応する 33 個の心所；以下同様に類推する事）を識別する。
三、三つ目は、近行心（upacāra）である；あなたは、この心を含む 34 個の名法を識別する。
四、四つ目は、随順心(anuloma）；あなたは、この心を含む、34 個の名法を識別する。
五、五つ目は種姓心（gotrabhū）；あなたは、この心を含む 34 個の名法を識別する。
六、六つ目は、不断に相続する一連のジャーナ速行心（jhāna-javana-citta）である；あなたは、この心を含む 34 個の名法を識別することができる。

初禅心路過程の中の、一種ごとの心識刹那の中に生起する、すべての名法を識別した後、あなたはすべての名法に共通する特徴、すなわち、対象に向かい、かつ対象に粘着する特徴を、識別しなければならない。その後に、初禅の中の、34 種類すべての名法を名（nāma）として識別する。その後、あなたは、同様の方法で、六門心路過程の中の、すべての名法を分析するべきである。ここに至って、あなたは、内部における名色法を分析したことになる。

しかし、これでは足りないのである。あなたは、直接的な観照力をもって、外部の名色法を分析しなければならない。その上、観照する範囲を徐々に、宇宙全体にまで拡大するべきである。あなたが、このように内外の名色法を識別することができたとき、あなたは、暫定的に身見を断ずることができる。というのも、この時、あなたには、男性、女性、息子、娘、犬、猫などなどは見えず、ただ名色法のみを、見るだけなのであるから。

如何にして縁起を識別するのか

今、あなたは一番目の観智を証得した。それはすなわち、分別智である。この智を証得した後、あなたは、縁起の修習に進むことができる。すなわち、名色法の因を分析することである。あなたに、今世の、この生を受けさせた因は、前の一世の、臨終のときに熟した業であり、故にあなたは、己の過去世の名色法を照見できるように、修行する必要がある。禅の修行者は、いくつかの方法によって縁起法を識別する能力を、育成することができる。これほど多くの方法を詳細に説明するのは、相当の時間を必要とするので、私は、禅の修行者の指導に最も使われている、二種類の方法を、解説する。

この二種類の方法とは共に、過去、現在、未来の五蘊（khandha）を識別するものである。現在、過去、未来の五蘊を識別した後、あなたは、この三世の中の因と果の関係を、識別しなければならない。ひとたび、過去、現在、未来の五蘊を識別すること、及び五蘊の中のどれが因で、どれが果かを、透視することができるようになったら、あなたは、仏典と注釈の中に書かれている、縁起の識別に関するその他の方法を学び、実践することもできる。

あなたは、順序よく、過去にさかのぼって、己の名色法を観察しなければならない：一日、二日、一か月、二か月、一年、二年・・・受胎の時まで、そして、その後は、前世の臨終のときまで、観ずるのである。前世の臨終のときに熟した行と業を見た後、あなたは簡単に、その行と業を取り巻く無明、愛（＝渇愛）と取を見ることができる。この五つ、すなわち、あなたを、今生において、人として生まれさせた五つの過去因を見た後、あなたは、今世の果法名法と業生色の因果関係を分析しなければならない。

＜実例＞

更に明確に理解を進めるため、私は、実際にあった例をあげて、禅の修行者が、どのような現象を識別できるのか、を説明する。ある一人の女性の修行者が、前世の臨終時の名色法に専注し、かつ追跡調査しているとき、彼女は一人の女性が、果物で以て、比丘に供養した業が見えた。その後、四界の識別から始めて、彼女はもう一度、比丘に果物を供養した時の（＋己の）名色法を追跡調査した。

彼女は、その女性が非常に貧しく、かつ教育を受けたことのない田舎の住人で、己の苦境を鑑みて、比丘を供養することによって、来世は都会に生まれて、教育を受けた女性になりたいと発願したのである（＋ことが分かった）。

この例では、無明（avijja）とは、「都会に生まれて教育を受ける女性」を実体と見做す事であり；愛（taṇhā）とは、都会に生まれて教育を受けたいと渇望することで

あり；取（upādāna）は、都会に生まれて教育を受ける女性の生活に執着することである；行（saṅkhā　ra）は、比丘に果物を供養した善良なる意志（kusala - cetanā）である；業有とは、その行の業力である。

今世において、その女性は緬甸（＝ビルマ or ミャンマー）の大都市に生まれて、教育を受けた女性になった。彼女は正見でもって、以下の事を直接透視した；前世において果物を供養した業力が、如何にして、今世の果法（異熟）の五蘊を造りだすか、を。このように因果を識別することのできる能力を、縁摂受智（paccaya-pariggaha-ñāṇa 因果を識別する智慧）という。

あなたがこのように前世を識別し、かつ、前世の無明、愛、取、行及び業という、この五つの因と、今世の結生識、名色、六処、触と受という、この五果を観察することができたならば、同様の方法で、徐々に、過去にさかのぼって、以前の二番目の世、三番目の世、四番目の世・・・と引き続き、識別しなければならない。このようにして、あなたはあなたのできうる限りにおいて、過去の多くの世を識別しなければならないのである。

如何にして未来を識別するのか

過去世の因果を識別することを通して、観智の力を育成した後、あなたは、また、同様の方法で、来世の因果を識別することができる。あなたは、今後において、変化するであろう未来を見ることができるが、それは、過去と現在の因による果報であり、現在の因とは、あなたがまさに実践している最中の、禅の修行も含まれる。未来を識別したいのであれば、先に、現在の名色法を識別する。その後に、未来に向かって、今世の臨終のときまで観察すると、その時、あなたは、業、業相、または趣相が、今生または過去世になしたある種の業の力によって、生起するのを見る。

その後、あなたは、来世に生まれ変わるときの名色法を、識別することができる。来世を識別する時、もし、梵天界に生まれ変わるのであれば、それは、三門しかない：すなわち、眼門、耳門と意門である。もし、欲界天または人道に生まれ変わるならば、六門あることになる。

このように、引き続き追跡調査して、最後の無明が余すところなく滅尽するところを識別するとしたならば、それは、阿羅漢道（arahatta-magga）を証悟した時である。あなたは、五蘊が余すところなく滅尽するときまで、引き続き追跡調査する（＋べきだ）が、この事は、阿羅漢の生命が終わるときに発生する、すなわち、般涅槃の時で、ある。故に、未来があと何世あろうとも、あなたは、すべてを、識別しなければならない。その時、あなたは、無明の滅するが故に、色法が滅する等などの事を、識別することがで

きるに違いない。こうしてあなたは、現象（dhamma）の消滅を識別するのである。この、過去、現在、未来の五蘊、及びそれらの間の因果関係を識別する方法は、我々は、第五法、と言っている。これは、シャーリプトラ尊者が教え、《無礙解道 Paṭisambhidāmagga》に載っている方法である。

第五法の修行を成功させたならば、あなたは、いわゆる第一法によって、縁起を識別する方法を学んでもよいが、これは、仏陀が教えた方法である。仏陀は、多くの経の中で、この方法を教えているが、それはたとえば、《因縁品相応　Nīdāna　Vagga　Saṁyutta》及び、《長部・大因縁経　Mahānidāna　Sutta、Dīgha　Nikāya》などである。

縁起（paṭiccasamuppāda）の第一法は、正順の順番で、三世を経巡るものである。過去世の因：無明、行（＋を見ることから始めて）、それらが現在の世の果を引き起こしている：すなわち、識、名色、六処、触、受を作り出している（＋ことを見る。）その後に、現世の因：すなわち、愛、取、業有が未来の果を齎す（＋ことを見）、そして生、と老いと死などのすべての苦痛が齎される（＋のを見る）。いわゆる「縁摂受智」と呼ばれる二番目の観智を証得した後、あなたは、暫定的に断見、常見、無因見、無作見、等の邪見を断ずることができる。

過去から未来に至るまでの名色の流れを知見した後、あなたはすでに、暫定的にではあるが、断見を断ずることができる。一切の名色法が、いったん生起するやいなや、即刻壊滅するのを知見したならば、あなたはすでに、暫定的にではあるが、常見を断ずることができる。

一切の名色法が、それらの生起する諸々の因を持っていることを知見したならば、あなたはすでに、暫定的にではあるが、無因見を断ずることができる。諸々の因は、それらの果報の生起を齎すことを知見した後、あなたはすでに、暫定的にではあるが、無作見を断ずることができる。

このようにして、各種の智慧は、我々の過去、現在と来世に関する疑惑を取り除けるだけでなく、各種の、異なる邪見をも、取り除くこともできるのである。

観禅

究極名色法と縁起を分析した後、あなたは、次に、観禅の修習に進み（＋修習が成功したならば）、それらを無常・苦・無我として観照することができる。しかし、あな

たがいまだ究極名色法と縁起を分析していない前には、あなたは、観禅の修習はできないのである。

なぜか？というのも、究極名色法と縁起支は、観禅の目標であるから。もし、あなたが、いまだそれらを識別できるようになる前に、観禅の修習をするならば、それは決して真正の観禅とは言えない。もし、あなたが他者と、己の幸福に関心を寄せるならば、あなたは、このことを真剣に考慮しなければならない。三番目の観智は、思惟智（sammasana-ñāṅa）である。これは、組み分けした方式によって、行法を照見する智慧である。

この種の観智を育成するには、行法を組み分けしなければならない。すなわち、二組に分けるのは：名と色。五組に分けるのは：五蘊。12 組に分けるのは：12 処。18 組に分けるのは：18 界。また、別の 12 組に分けるのは：12 縁起支である。このように分けてから後、一組ごとの無常（anicca）、苦（dukkha）、無我（anatta）という、三つの相を、照見しなければならない。これは、真正なる観禅の始まりに当たる。

いかなる行法または名色法も、常であり、楽であり、我ではありえないことを確定するために、あなたは、内・外、過去・現在・未来の名色法を無常・苦・無我と照見する必要がある。

そうでなければ、あなたはどうして、外部に恒常の上帝（＝神）がいないという事、また、内部に恒常の霊魂がないことを、肯首できるのだろうか？もし、あなたが、次の「生滅智」の段階まで進んで修習したならば、あなたは、名色法を観照し、なお、「刹那なる現在」または「刹那なる今、ここ」に至るまで、を観照することができる。

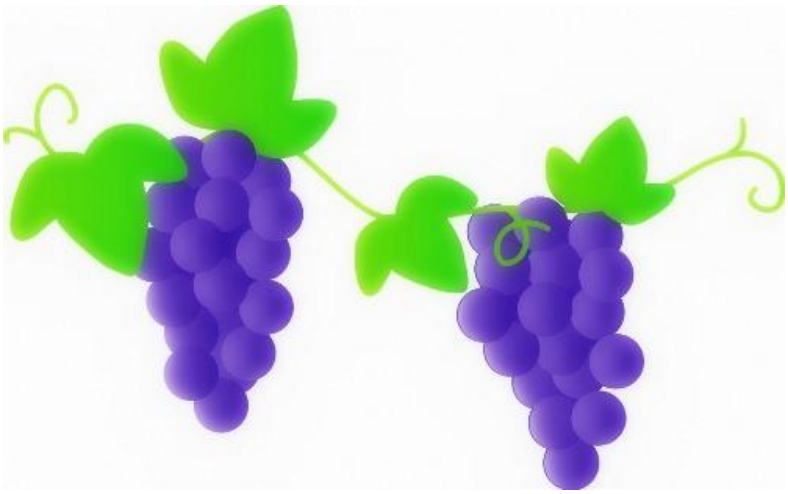
その時、あなたは非常にはっきりと、それらがきわめて迅速に生滅していることを見ることができる。あなたは、また、「後生心路過程（＝後で生じた心路過程）」でもって、「前生心路過程（前に生じた心路過程）」を、無常・苦・無我として観照することもできる。

「壊滅智」からは、あなたは、行法または名色法の生起を作意しないで、ただ、それらの壊滅を作為する。このような修習の下で、あなたの観智が熟した時、あなたは、ただ行法の壊滅をのみ見るようになる。

（＋この時）あなたは内・外、過去、現在、未来の行法の壊滅を、無常・苦・無我として観照するべきである。このような観照の下で、あなたは、いかなるものも執着するに値しない、諸々の行法の禍を見て、あなたはこのことによって、それらを厭離するようになる。

有為の行法に厭離（＋の気持ち）を感じた後、あなたの心は、自然に、唯一なる無為法を求める様になる。それがすなわち、涅槃である。もし、あなたが過去世において、

十分な波羅蜜を蓄積していて、今世では、観禅の修習に十分に精進することができるのであれば、あなたの観智が熟した時、あなたは、涅槃を目標とする道智と果智を証得することができる。

もし十分な時間があれば、私はあなた方に、どのようにして、観禅を修習するのかということについて、詳細な討論をしたいと思う。しかし、我々は十分な時間を持ち合わせていない。（＋状況が）そうであったとしても、私はあなた方に、己の自身で修習して、観智でもって、それを直接体験することを、勧めるものである。これは、真正に、不死の涅槃へ趣く道である。これは、仏教が人類に齎すことのできる、最も殊勝なる利益である。

今夜、私の法話はここまでとする。一切の衆生が一日も早く涅槃を証悟するように祈願する。