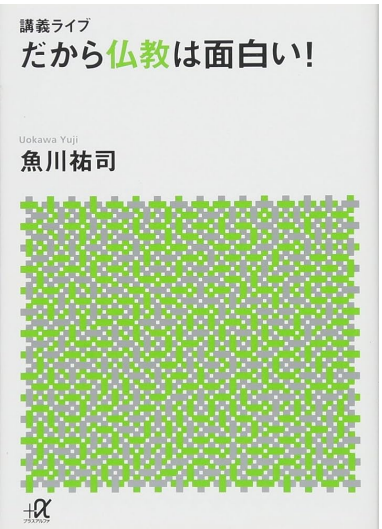
2023/12/02
西蓮寺編集部_仏教講座

『だから仏教は面白い！』２講

『だから仏教は面白い！』
　魚川祐司著（講談社+α文庫）



《まえがきより》
本書は主に「ゴータマ・ブッダの仏教」の根源的な思想構造と、その実践（瞑想）との関連に焦点を絞ってお話をしています。対談講義の形式によって、「仏教という思想・宗教・世界観の仕組み」を、その最も基本的な部分において、読者にはっきりと理解してもらうことが、本書の目的です。

《本書の構成》

- **仏教の基本的な立場と方向性　　:１･２章**
- **仏教思想の基本的な概念（用語）について　:３･４章**
- **涅槃（すくい）とは何か　　:５･６･７章**

《前回の復習》

１章：著者の主張は「仏教はヤバイものということをまず認識しておくことが大切」というもの。ゴータマ・ブッダマも、自分が悟った内容を理解できる人はいないだろうと考え、当初は教えを説こうとはしなかった。というのも、ブッダの悟りの内容（つまり仏教）は、**世の流れに逆らうもの**であるからだ。どういうことか。

人は普通「欲望の対象を楽しみ、欲望の対象にふけり、欲望の対象を喜ぶ」ことを人生の中心に据える。しかし、仏教は私たちが自然に選択する生き方に逆流しなさいと教える。つまり、「普通であれば当たり前のように楽しんでいる欲望への執着を否定」し、「欲望の対象を楽しみ、欲望の対象にふけり、欲望の対象を喜ぶ」ことをやめろというのである。

したがって、仏教を真面目に実践すれば、人として成熟するというようなことはなく、あくまで仏教はヤバイものだということを認識しておく必要がある。

１章の最後で著者は、そのヤバイ教えがなぜ 2,500 年近く受け継がれてきたのかと問う。それは、「異性とは目も合わせないニートになれ」という、人間の自然な生き方に真っ向か

ら逆らう教えに、それにもかかわらず、価値を見出した人たちがいたからである。
　その価値とは、つまるところ解脱・涅槃なのだが、「世の流れに逆らって」まで、つまり一般には人間の幸福の源泉だと考える諸々のことを放棄してまでも、追求する価値のある解脱や涅槃とは何なのか。それを理解することが本書のテーマである。

２章：仏教の核心

「私たちは欲望の対象を喜び楽しんで、それをひたすら追い続けるという自然の傾向性を持っている。放っておいたら私たちはそちらの方へと流れていくのだが、その流れに乗ることなく、現象をありのままに観察しなさい。そうすれば、現象の無常・苦・無我を悟ることができ、それらを厭離（厭い離れる）し、離貪（貪りから離れる）して解脱に至ります」。

以上が、ゴータマ・ブッダの教説をまとめたものである。このような、ある意味「非人間的でシンプルな教え」が私たちに与えてくれる価値とは次のとおり。

「ただあるだけで fulfilled」というエートス。言い換えれば、ただ存在するだけ、ただ、いま、ここに在って呼吸をしているだけで、それだけで「十分に満たされている」という、この世界における居住まい方。どういうことか。

それを説明するために**（仏道修行としての）瞑想は取引ではない**という表現が引用されている。「私は〇〇時間も瞑想をしたのだから、当然これだけの成果が得られなくてはならない」とか「これだけのことをしたのだから、そろそろ悟れなくてはおかしい」とか。私たちは、そんなふうに、「悟り」や「精神集中」、「リラックス」などの期待する成果を手にいれるために、自分の時間や労力を投資するイメージで瞑想を捉えてしまう。

例えば、お腹が空いたら、ご飯を食べればお腹がいっぱいになりますね。「取引」をすると言うのはそういうことであって、わかりやすく、言い換えれば、「こうすればこうなる式の物の考え方」で生きていると言うことです。A を満たせば、B と言う結果が出るだろう、と言う思考の型で生きている。例えば、僕はモテなくて悲しい、だからいっぱいお金を稼いで、金持ちになればモテるようになるだろうとか。あるいは、整形して顔をきれいにすればモテるだろうとか。そのように、「こういう条件を整えれば、こういう結果が出るだろう」という考え方に基づいて私たちは行動しているわけですね。そうやって常に取引をしながら人生を過ごしている。

私たちは条件によって形成されている存在だし、この世界の現象全ても、条件によって形成されているものである。私たちは、その中で、「己の快感原則（＝快楽を追い求めて、不快

を避けるという生物の基本的な傾向）に従って欲望の対象を求め、その**衝動に条件付けられて行為している**。そのように何かをすれば、自分の欲望や自分の欠如、仏教の用語で表現すれば、自分の「渇愛（喉の渇いた人が水を求めるような強い欲望）」が満たされるだろうと思って行為するわけです。それが私たちの人生においてやり続けていることですね。

取引の文脈を離れて、つまり、これが得られるから幸せ、これが得られなければ不幸、というような**物語**から一切離れて、「ただあるだけで fulfilled（十分）」という態度であり続けること、それそのものが瞑想なんです。

「苦」：ゴータマが問題にしたもの。
不満足に終わりがないこと。欲求充足の行為には際限がない。常に新しい刺激を求めながら生きている。私たちは、常に新しい刺激を次から次へ補充していくという以外に幸福を感じる方法を知らない。
「苦」を理解する上でのポイント：仮に世俗的な必要・欲求がすべて満たされていたとしても、それで仏教的な「苦」がなくなるわけではない。

Q. 欲求（欲しいもの・なりたいもの・手に入れたいもの）を追い求めて生きるのもいいではないか。

《今日の内容》

- 第 2 回　仏教の核心

（略）

- **永遠の RPG のレベル上げ**（p64～p69：6 頁）
- **「金パン教徒」**（p69～p74：6 頁）
  - 人生の基本的な動機と目的について

- 第 3 回　仏教の基本

- **仏と菩薩**（p77～p81： 6 頁）
  - ・仏：悟った人。
  - ・菩薩：「悟り」に向かって進んでいる衆生。or 「悟る」前のブッダ。
- **ブッダと阿羅漢**（p81～p86： 6 頁）
  - ・阿羅漢：悟った人。
  - →Q では、仏と阿羅漢は何が違う？
- **「小乗」仏教と大乗仏教**（p86～p111：26 頁）
  - ・上座部（小乗）と大乗の違い

＊セクト＝宗派のこと。
＊如来＝「如より来たりし者」
＊外道＝仏教以外（外）の道を求める者のこと。罵しるようなニュアンスはない。

上座部仏教	大乗仏教
・スリランカ ・タイ ・カンボジア ・ミャンマー ・ラオス	・日本 ・中国（チベット含む） ・朝鮮半島 ・ベトナム

- **ゴータマ・ブッダの教説の基本構造**（p111～p123：13 頁）
  ・縁生偈（縁起）
  →仏教においては、なぜ「縁起」が重要視されるのか。

- **仏教の基本用語**（p123～p134：12 頁）
  ・有為：
  ・無為：
  ・渇愛：
  ・四諦：
  →苦諦
  →集諦
  →滅諦
  →道諦