二〇一七年度　新入会員歓迎講演会

四住期とブッダの言葉

山本和彦

みなさんこんにちは。お昼ごはん食べましたか。私は二時限目は人間学の授業でした。ちょっと長引いたので、いま終わって急いでここに来ました。

入学式が終わって約二週間です。授業が始まって一週間ちょうどです。大学生活に慣れてきましたか。高校と違って大学というところはかなり自由です。一生懸命死ぬほど勉強できるし、まったく勧めませんが、まったく学校に来ないという生き方もあります。教員もあまり学生に対してはしつこく注意をしません。なぜかと言うと、もうみなさんは一八歳以上なので、大人扱いされているということです。つまり、大学では自覚を持って、自分でしっかり勉強するということが前提になっています。

今日は、レジュメといいますが、紙を一枚だけ用意しました。講演のテーマは「四住期（しじゅうき）とブッダの言葉」です。特にブッダが死ぬ直前に語った言葉をみんなで考えてみようということです。

この紙には「四住期とブッダの言葉」と書かれています。それをわかりやすく説明しておきました。住期は、サンスクリットでアーシュラマといいます。四住期は仏教以前からあるヒンドゥー教の人生区分であり、古代インド人の理想の生き方です。人生の時期によって努力の対象は異なります。努力は一生じっくりと続けるものであり、瞬間的

なものではありません。努力は休んでもいいのですが、忘れてはならないものです。四住期なので四つあります。

一つめは、学生期（ブラフマチャーラ）です。学生は勉強に対して努力します。日本人に当てはめれば、生まれてから二一歳で大学を卒業するまでが学生期です。勉強に対して努力する時期です。学校は学生が努力する習慣を身につける場所です。学校では常に考え、常に作業することが大切です。ここで自分を磨く努力をする習慣を身につけましょう。努力を継続できる人間になれたかどうかが最重要であり、職種、収入、地位、名誉はどうでもいいのです。努力してなりたい人間になりましょう。努力とは継続するチカラと意志のことです。強い意志と努力の継続が人生を開拓します。

二つめは、家住期（ガールハスティヤ）です。大学を卒業して社会人になり、家庭を持つ時期です。社会人は仕事に対して努力する。家庭人は家庭に対して努力する。大学を卒業して就職して、結婚して家庭を持って、就職する二一歳から定年する六五歳ぐらいまでは仕事と家庭に対して努力します。仕事で大切なのは人間関係です。バランスよく付き合うことが大切です。これは仏教では中道という考え方です。極端に走らないことが中道です。そして、家庭で大切なのも人間関係です。家族に執着しないという生き方をしましょう。これは仏教では無我という考え方です。家族を「自分のもの」であると執着しないことが無我です。

三つめは、林住期（ヴァーナプラスタ）です。仕事と家族を捨てて、別のところで人間性、精神性向上のために努力します。家族を捨てるというのは、いまの日本ではなかなかできることではありません。家族と暮らしていた大きな家は処分します。仕事は定年します。六五歳から年金で少欲知足、つまり欲を少なくして、足るを知る生活をします。もう一度、大学へ入学するのもいいでしょう。小さな別荘で林住するのも、特別養護老人ホームで林住するのもいいでしょう。

四つめは、遊行期（サンニャーサ）です。インドでは学生期からいきなり遊行期に入る人もいます。そういう人は

宗教的エリートです。定住せずに放浪し、死を待ちます。人間性向上の努力、つまり煩悩を滅する努力は続けます。家を捨て、定住しません。瞑想に対して努力し、煩悩を滅し、死を待ちます。『地球の歩き方』を持って地球を遊行するのもいいでしょう。古代インドでは寝込んで死ぬという発想がありません。いまの日本の高齢者の現状と比べてみると驚くべきことであると同時に、うらやましいことです。人は健康な状態で老衰で死ぬべきなのです。現実的には、定住せずに死ぬまで放浪し続けることはできません。古代インドでは雨季の間は移動することが難しいので、定住していたようです。定住と言っても仮の住まいです。どこかに仮住まいして、時々旅に出るのが現実的です。

四住期という考え方では、人生が四つに分割されています。前半の二つは世俗的なもの、物質的繁栄に対して努力する時期です。後半の二つは自分自身の人間性の向上、精神的繁栄のために努力する時期です。人間の目的は苦の滅です。それは、煩悩の滅という人間性の向上によって達成されます。それには努力が必要です。これが古代のインド人の人生に対する考えです。人間はそれぞれの住期で努力すべきテーマがあります。早めに準備して、怠ることなく一生懸命に努力しましょう。

努力を勧めるブッダの言葉を『ダンマパダ』（法句経）というお経の中から抜き出しました。読んでみましょう。和訳はすべて、中村元訳（『ブッダの真理のことば　感興のことば』岩波文庫、一九七八）です。

〔七〕この世のものを浄らかだと思いなして暮らし、（眼などの）感官を抑制せず、食事の節度を知らず、怠けて勤めない者は、悪魔にうちひしがれる。――弱い樹木が風に倒されるように。

〔八〕この世のものを不浄であると思いなして暮らし、（眼などの）感官をよく抑制し、食事の節度を知り、信念あり、勤めはげむ者は、悪魔にうちひしがれない。――岩山が風にゆるがないように。

七と八はペアになっています。「弱い樹木が風に倒されるように」、「岩山が風にゆるがないように」という比喩表現はすばらしいです。『ダンマパダ』に限らず、ブッダの比喩はどれも当を得ています。文学的でさえあります。

〔二一〕つとめ励むのは不死の境地である。怠りなまけるのは死の境涯である。つとめ励む人々は死ぬことが無い。怠りなまける人々は、死者のごとくである。

ブッダの言葉は、なかなか厳しいです。怠けている人、努力しない人は死んでいるのと同じだとブッダは言います。ブッダの言葉はどの言葉も、普段何となく生きている人間には、はっとさせられます。思わず、もっと一生懸命に生きようという気になります。

〔二五〕思慮ある人は、奮い立ち、努めはげみ、自制・克己によって、激流もおし流すことのできない島をつくれ。

ブッダは「激流」（オーガ）という言葉をよく使います。これは輪廻の比喩です。輪廻の世界を生きるということは、激流を渡るようなものです。「島」（ディーパ）は激流を渡った避難所であり、涅槃の比喩です。輪廻の世界を脱出すると、そこには涅槃の世界があります。

〔二六〕知慧乏しき愚かな人々は放逸にふける。しかし心ある人は、最上の財宝をまもるように、つとめはげむのをまもる。

「最上の財宝」とは何でしょうか。これは涅槃を意味していると思われます。仏教で最上のものは涅槃以外ありません。

〔二九〕怠りなまけている思慮ある人々のなかで、ひとりつとめはげみ、眠っている人々のなかで、ひとりよく目醒めている思慮ある人は、疾くはしる馬が、足のろの馬を抜いてかけるようなものである。

〔一一二〕怠りなまけて、気力もなく百年生きるよりは、堅固につとめ励んで一日生きるほうがすぐれている。

二九と一一二とは同じことを言っているようです。ただ、一一二の方が直接的できつい表現です。ほとんどの人間は凡夫であり、ただ生きているだけです。修行せずになまけて、気力もない生き方はすぐれた生き方ではないとブッ

ダは言います。だから、努力しようということになるのです。

〔一七二〕また以前には怠りなまけていた人でも、のちに怠りなまけることが無いなら、その人はこの世の中を照らす。――あたかも雲を離れた月のように。

先ほどの二九と一一二で、凡夫を突き放すような言い方をブッダはしましたが、ここでちゃんと凡夫を救っています。いまからでも遅くないから努力する人生にしようと言ってます。「雲を離れた月」という比喩もすばらしいです。ブッダはすぐれた宗教家、思想家であったのみならず、すぐれた教師、文学者でもあったことがよくわかります。

〔一八五〕罵らず、害わず、戒律に関しておのれを守り、食事に関して（適当な）量を知り、淋しいところにひとり臥し、坐し、心に関することにつとめはげむ。これがもろもろのブッダの教えである。

ブッダは複数いました。歴史上のゴータマ・ブッダとそれ以外のブッダです。覚った人はすべてブッダと呼ばれます。ブッダは固有名詞ではなく、あだ名のようなものです。

〔二四一〕読誦しなければ聖典が汚（けが）れ、修理しなければ家屋（いえ）が汚れ、身なりを怠るならば容色が汚れ、なおざりになるならば、つとめ慎む人が汚れる。

ここでの比喩表現も納得してしまいます。努力しないとその人自身が汚れてしまう。ほとんどの人には耳が痛い言葉です。

〔二八〇〕起きるべき時に起きないで、若くて力があるのに怠りなまけていて、意志も思考も薄弱で、怠惰でものうい人は、明らかな知慧によって道を見出すことがない。

下宿生には耳が痛い言葉だと思います。下宿している学生のなかには午前中は学校に来ない人もいます。ブッダは現代人の生活の見抜いていますね。

〔三七一〕修行僧よ。瞑想せよ。なおざりになるな。汝の心を欲情の対象に向けるな。なおざりのゆえに鉄丸を

呑むな。（灼熱した鉄丸で）焼かれるときに、「これは苦しい！」といって泣き叫ぶな。

「鉄丸を呑むな」とブッダは言います。われわれは日々、灼熱した鉄丸を飲んでいるようです。そして苦しんでいます。灼熱した鉄丸だとわかっていれば、最初から飲みませんが、欲望に目がくらんで盲目になっているので、飲んでしまうのです。ブッダの比喩は巧みです。

以上が『ダンマパダ』というお経の内容です。あまり宗教っぽくありません。普通のことをブッダは言ってます。要するに怠けるな、努力しましょうとブッダは言ってます。

ブッダ最後の言葉は『大般涅槃経』というお経の中にあります。

そこで尊師は修行僧たちに告げた。「さあ、修行僧たちよ。お前たちに告げよう、『もろもろの事象は過ぎ去るものである。怠ることなく修行を完成なさい』と。」これが修行をつづけて来た者の最後のことばであった。（中村元訳『ブッダ最後の旅』岩波文庫一九八〇、一五八頁）

「怠ることなく」の原語（パーリ語）はappamāda（アパマーダ）であり、pamāda（パマーダ、放逸、怠惰）の否定形です。「怠ることなく」とは努力することです。ブッダ最後の言葉は「諸行無常。努力して修行せよ」でした。努力して無知、欲望、怒りという煩悩を滅する。大切なことなので繰り返して言いますが、努力によっていまの状況を変えることができます。生きがいのない人生が、努力によって生きがいのある人生に変わります。学生は努力して勉強しましょう。仏典は現代に、そして自分に応用してこそ生きてきます。

今日の講演は、ブッダが努力しましょうと言っていたという話でした。これは修行僧に対して、努力して修行しなさいということでした。だから、現代に生きている学生は、努力して勉強するということになります。勉強するというのは、受験勉強のような知識の暗記ではありません。自分の体験から自分の人生を学ぶということです。書物はそれを大いに助けてくれます。

いま自分は苦しい。苦しみの原因は欲望である。自分には欲望がある。自分の欲望はどこからやって来るのか。そして、その欲望をなくすにはどうすればいいのか。人間についてのほとんどのことはすでに古典のなかで言われています。それを読めば、人間の問題は解決します。人は誰でも失敗します。人間の成長を考えると、失敗した方がいいのです。失敗すると人は反省します。反省するから、そこから学べるのです。上手くいって成功したら、それっきりです。そこから学ぼうという気持ちは起こってきません。失敗して、そこから学んでいくという姿勢が大事です。仏典にはなぜ人間には欲望があるのか、そしてその欲望のなくし方が詳しく書かれています。大学の図書館には本がいっぱいあります。地下二階まであります。研究室にも本が充実しています。

みなさんは四年間、思う存分勉強できます。勉強しすぎて死んだ人がいるということは、あまり聞いたことないので、大丈夫だと思いますので、しっかり勉強してください。これで私の話は終わります。