

○前回とのつながり

古代インド思想で重要となるのが、輪廻（人間が様々なものに生まれ変わりながら、無限に生死を繰り返すこと）という考え方。この輪廻から解脱するために様々な思想が説かれることとなります。

○今回のポイント

永遠などないのに、永遠を求めてしまうという矛盾に一切の苦しみの原因がある。

## 1. 悟りへの道

ゴータマ…釈迦族の王子だが【① 生・老・病・死】の苦悩

↓

苦しみの繰り返しである【② 輪廻】の輪を断ち切って、永遠の安らかな命を得るには？

↓

出家し、苦行するも失敗。苦行の無意味さを自覚し、瞑想によって悟りを開く。

## 2. 縁起の法

2-1. ゴータマが悟った2つのこと。

- ・この世の苦の原因：【③ 無明】
- ・苦を取り除く方法：【④ 四諦】と【⑥ 八正道】の教え

○【③ 無明】とは何か

(1) この世界は完全な満足の得られない世界である＝四苦八苦

八 苦	四 苦	生	この世に生まれた(生)がゆえに、 年をとり(老)、 病を受け(病)、 死の苦しみ(死)を経験しなければならないということ。
		老	
		病	
		死	
		【⑦ 愛別離苦】	
【⑧ 怨憎会苦】	いやな相手と出会うことも避けられない		
【⑨ 求不得苦】	望んだものが手に入らない		
【⑩ 五蘊盛苦】	五蘊（身体・精神の5要素）の活動そのものが苦しみ		

⇒【⑪ 一切皆苦】！＝何事にも永遠不変の満足が得られないこの世は、苦に満ちた世界

なぜこの世は苦しみの世界なの？ → すべての物事は永続しないから！

○【⑫ 諸行無常】：すべては生滅変化し続けており、常住不変なものは一つとして存在しない

○【⑬ 諸法無我】：人間の中にも事物にも、不変な実体としての我は存在しない。

↓

【⑭ 縁起】（この世に独立不変なものは存在せず、全ては一定の条件・原因により起こる）の法

※【⑮ 法】(ダルマ)とは仏教用語で「真理」を表す。

↓

人間は苦しみから逃れられないのに、不死や永遠を願っているから矛盾しているから苦しい

↓

この世の苦しみは、【③ 無明】（＝「縁起の法についての無知」）から起こる

### 3. 悟りの境地

一切の苦の根源＝縁起についての無知＝**【③ 無明】**

↓

・**【⑩ 我執】**：人間はただの5種類の構成物(五蘊)であることを知らず、永遠不変な実体として我が存在すると執着する心

・**【⑪ 煩惱】**：様々な迷いの心。貪(むさぼり)・瞋(怒りや憎しみ)・癡(愚かさ)を三毒という。

↓

苦しみを断ち切るには？ 煩惱や我執を断ち切り**【⑫ 縁起】**の法を正しく知る

↓

**【⑬ 涅槃寂靜】**！迷いも苦しきも消えた涅槃の世界に至ること。

#### ○**【⑭ 四法印】**

＝仏陀が悟った4つの真理

一切皆苦…永遠を求めて不変を願うので全ては苦しみとなる  
諸行無常…全ては移り変わり、常住不変なものはない  
諸法無我…全ては相依相関、永遠不変な実体は存在しない  
涅槃寂靜…正しい知恵で縁起を悟り、涅槃に達する。

### 4. 四諦と八正道

無明を克服して、縁起の法を悟れば、涅槃寂靜に至れる！

↓

では、どうすれば縁起の法を悟れるのかな？

↓

**【④ 四諦】**を深く見つめて中道をとる。 中道の具体的な実践方法を**【⑥ 八正道】**という。

#### ○**【④ 四諦】**

<b>【① 苦諦】</b>	人生は全て苦である
<b>【② 集諦】</b>	苦の原因は我への執着を捨てることである。
<b>【③ 滅諦】</b>	執着を離れて苦を滅すことが悟りである。
<b>【④ 道諦】</b>	悟りのためには八正道が必要である。

#### ○**【⑥ 八正道】**

正見	正しい見解	正命	正しい暮らしぶり
正思	正しい思考	正努	正しい努力
正語	正しい言葉	正念	正しい心くばり
正業	正しい行為	正定	正しい精神統一

### 5. 慈悲の心

**【④ 慈】** …他者に利益と安楽をもたらそうと望むこと

**【⑤ 悲】** …他者の不利益の苦を取り除こうと願うこと

↓

自己の魂の平安と、すべての生命あるものへの奉仕が一致するところに、人間の理想の在り方を見た。