



# お釈迦様の

# ユーモアで心清らかに

# 人生を歩む

スリランカ初期仏教長老  
アルボムツレ・スマナサーラ

Alubomulle Sumanasara  
1945年スリランカ生まれ。13歳で出家得度。国立ケラニヤ大学で仏教哲学の教鞭を執る。1980年来日。駒澤大学大学院博士課程を経て、現在は日本テーラワーダ仏教協会にて初期仏教の伝道と瞑想指導に従事している。著書多数。近著に『ブッダのユーモア活性術』(サンガ)、『心がスーッとなるブッダの言葉』(成美堂出版)、『ブッダが教えた本当のやさしさ』(宝島社)などがある。

いまから約二千五百年前、人々に人生の真理を説いたお釈迦様の言葉は、やさしく、ユーモアに満ちたものであったという。スリランカ初期仏教の長老・スマナサーラ師に、私たちの知らないお釈迦様の実像を交えながら、困難に満ちた人生を、明るく切りひらいていく心得を説いていただいた。

## お釈迦様は 大スター

皆さんは、仏教やお釈迦様に對して固定観念を持っていませんか。「人生は苦である」と説くお釈迦様の世界はすごく悲観的で、厳しいもの——そんな印象を持たれていないでしょうか。ところが実際に仏典を紐解いてみると、そんなイメージとは裏腹に、お釈迦様は当時、大変な人気者であったことが分かります。「ここにいらっしやいますよ」と聞けば、

## 特集 人間における「ユーモア」の研究

ば、一日会いたくてあつという間に人だかりができました。いまだ言えば大スターのようなものです。なぜ、そんなに人気があったのでしょうか。

お釈迦様は、たった四十五年の活動で世界をお変えになりました。お釈迦様の説かれた真理は、とても深く、難しい内容です。にもかかわらず、お釈迦様の話を聞きに大勢の人が集まってきたのは、ユーモアのなせる業でした。

やさしく、楽しく、おもしろいお釈迦様の語り口で人気を博したのです。もしお釈迦様が、人に対して厳しいこと、難しいことばかり話していたら、大スターどころか、きつと煙たがられていたはず。短い間に世界を変えることなど及びもつかなかつたでしょう。

当時のインドでは、好き勝手に自分で宗教家を名乗る人がたくさんいました。そして自分を別格と考え、聖人ぶって一般人にあれこれ指導したり、呪ったりするため、一般人は宗教家に対して常に恐怖感を抱いていました。

お釈迦様は、そうした従来の宗教家のパターンを片っ端から破り、人間が人間に語るというスタンス

を貫かれたのです。ですから雲の上の聖なる存在ではなく、恐ろしい力の持ち主でもなく、誰もが対等に言葉を交わせるとても親しみやすい存在でした。「お元氣ですか」「顔色がすぐれませんか」など、いつも皆を気に懸け、気さくに言葉をかけました。

ただ優しい言葉をかけるばかりでなく、厳しく叱ることもありました。学校の先生に説教されると嫌な気分になるものですが、お釈迦様に叱られるのはちっとも嫌ではなく、逆に感謝の念で満たされるのです。自分のことを心から思っていることが伝わってくるからです。

お釈迦様は、自分を拝めとはおっしゃっていません。自分が涅槃に入ってから、残した教えそのものを師匠として生きてみなさい、と説かれています。お釈迦様の教えを記した教典は、二千五百年たったいま紐解いても、我々の心にイキイキと語りかけ、一人ひとりをしつかりと導いてくれるのです。

## 品格があり、役に立ち、 教えがある

お釈迦様は、人にどのように道

を説けばよいかを熟知しておられましたから、教えを説く時はいつも、その相手が納得できるようにものの見事に美しく完璧な言葉で語ってくださいました。そしてその語り方が実におもしろいのです。ある人がお釈迦様に尋ねました。「あなたの元には毎日、朝から晩までたくさん賢人が訪れている。んな質問をするでしょうが、前もって答えを考えた準備をしたりするのですか」と。

お釈迦様は聞き返します。「あなた、車のことに詳しいでしょう」と。車とは当時の馬車のことで、お釈迦様はその人が馬車のことに精通していることを知っていました。そしてお釈迦様は、「車のことを知らない人が、あなたに車について尋ねる時、あなたは答えに窮しないように前もって準備をしますか」と問います。「いいえ準備しません。私は車のことは知り尽くしていますから、どんな質問もその場で答えられます」と答えると、お釈迦様は言います。

「私も真理を知り尽くしていますから、何も準備はしませんよ」と。お釈迦様がユーモアを使ってお

話しされるのは、私たち人間の脳がご褒美がないと十分働かないからです。そして脳に必要なご褒美が、喜びや楽しみなのです。脳は喜びを感じるとイキイキと活性化し、その状態で聞いたことはよく覚えるし、実践もしたくなるのです。

そして、お釈迦様のユーモアは一般のお笑いとは違います。品格があり、役に立ち、教えがあるのです。あるとても寒い冬の日、お釈迦様と親しくしていたハッタカ・アーラワカという若者が、お釈迦様に会いに行きました。お釈迦様は夜を過ごす所がなく、樹の下に枯葉を敷いて座っておられました。寒さを防ぐ毛布など何もありません。心配して声を掛けたハッタカ・アーラワカに対して、お釈迦様はユーモラスに、さも自慢気にこう言います。

「贅沢に生活している人といえ、私のことです。世の中でいったい、ほかに誰が贅沢をしていますか?」

真冬に夜を過ごす家もなく、体にまとう毛布もないのに、どうして贅沢だとおっしゃるのでしょう。