

## 県民公開講座 身体症状は緩和、こころの病は完治

2018 年 9 月 24 日（月） 14:00-15:00 第 1 会場 | 石川県立音楽堂 2F コンサートホール

座長：中野 素（聖興寺 住職）

## 身体症状は緩和、こころの病は完治

アルボムッレ・スマナサーラ<sup>1</sup>

1: テーラワダ仏教（上座仏教）長老



仏教は身体を健康を維持しつつ、こころの病を完治させる教えです。お釈迦様が弟子たちに説かれた四聖諦の教えは、医療の世界の方法論と共通しています。第一の苦聖諦では「生老病死」など八つの苦を列挙します。これは病気の症状の診断です。次の苦集聖諦は渴愛という苦の原因を挙げます。これは病因の特定に当たります。三番目の苦滅聖諦とは病気が完治した状態＝涅槃です。これは治療目標です。そして四番目の苦滅道聖諦は、八正道として知られる処方箋です。ブッダはご自身を「この上のない医療者である」と自負されていました。今回の講演では、私たちの「こころの病」の正体、そしてその処方箋である「八つの薬」についてご紹介いたします。

### 【略歴】

テーラワダ仏教（上座仏教）長老。1945 年 4 月スリランカ生まれ。13 歳で出家得度。国立ケラニヤ大学で仏教哲学の教鞭をとる。1980 年に国費留学生として来日。駒澤大学大学院博士課程を経て、現在は日本テーラワダ仏教協会にて仏教伝道と瞑想指導に従事する。他に NHK 教育テレビ「心の時代」出演、朝日カルチャーセンター講師などを務める。『ブッダの幸福論』『無常の見方』『怒らないこと』（和文）『Freedom from Anger』（英文）など著書多数。