カムキエン師　最後の言葉

ルアンポー・カムキエン・スワンノー

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

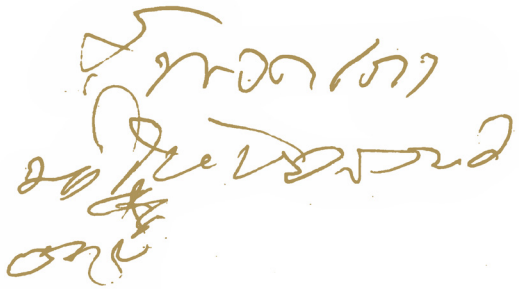
12

13

14

15

The Last Writings



Luangpor KhamKhian Suvanno

In Gratitude to Luangpor Khamkhian

- 10 -

カムキエン師　最後の言葉
The Last Writings
คำเขียนสุดท้าย

2025年8月23日	第1刷発行
著者	ルアンポー・カムキエン・スワンノー
監修・監訳	浦崎雅代
翻訳	工藤圭史、橋本香代子、尾崎和子、林聰馨（Satoka L.）
イラストレーター&ブックデザイン	Loluta Yee
写真	Charunsak Sukwattano
	Neng Tieo
出版	ウィリヤダンマ・アシュラム （Viriya Dhamma Hermitage） 46 Moo 16, B. Sap Hin Kaeo, T. Chan Thuek, A. Pak Chong Nakorn Ratchasima 30130 Thailand
ISBN	978-616-626-875-1

The Last Writings was originally published in Thailand in August 2024, together with its English translation.

www.pasukato.org (Wat Pa Sukato)

Printed by　Parbpim Co.,Ltd. Thailand

ルアンポー・カムキエン・スワンノー師

はじめに

カムキエン師のご容態が悪化し、最後の闘病生活に入られたのは2014年の1月のことでした。それまでも体調は悪く、2006年には悪性リンパ腫で入院されたこともありました。この最後の闘病の際には、腫瘍があるため何かを飲み込むことも困難な状態となりました。放射線治療を3回受けただけで気道がふさがってしまい、呼吸ができなくなったので、呼吸を確保するため、喉に開口部を作る気管切開手術を受けられたのです。それ以来呼吸はその穴から行うこととなり、話ができなくなりました。誰かに何かを伝えるにも筆談で行わなければならなかったのです。

カムキエン師はもうご法話を行われたり、お話をすることが叶わなくなりましたが、意志を伝えるのに書き物をなさったのでご逝去の後も数多くのメモ書きが残ることとなりました。これらの手記には病気のことを書かれたものだけでなく、弟子たちの役に立つダンマを示されたものもありました。実際には、病状を記された際にもダンマの教えを伝えておられ、例えば、「病気は最高だ。飲み込むことができないときにはお医者が手術をし、呼吸が出来ないときには、これもお医者が処置してくれる。胃瘻の栄養管で食べ物を直に胃に入れてもらっているが、その時の食べ物の味は文字通り口では言い表せない。これはまさにパラマッタ(究極の真実)だ。横になっていても満腹になれる。これは最高だ」といったものがありました。

時間が経ってもカムキエン師のご容態は回復せず、ご自身ももう長くは生きられないと思われるようになりました。しかし師はそれをご心配にならず、「今は死の準備をしているだけだ。楽しいものだよ」と書かれていました。

カムキエン師はご自分を手本として、重い病気に罹ったときにどのようにして心を保てば良いかを教えて下さいました。ある時、師はこのように書いておられました。「この病気が原因となって身体は疲れている。しかし心は「タタター」（タイ語で「そのごとくである」）と共にある。疲れを自分自身のものとはせず、ダンマが私を導いてくれて生き長らえている。ここにあるのは手放すことだけだ。ときおり呼吸ができなくなると、私は「死」というものを、楽しんでいる。死を恐れることはないが、周りの人たちは気をもんでいるようだ。寝る時間になっても、眠れない時もある」

カムキエン師はこれらの手記の中にご自分の葬儀のやり方についても指示を残されました。簡素を旨とし、ダンマにおいて意義あるものとするよう、強調しておられました。この指示が弟子たちには大変役立ち、ありがたいことに師の葬儀をどのように実施するのが適切であるかについて論争が起きることはありませんでした。

手記には、その他にもカムキエン師が書き残された話がまだ沢山あります。ご自身が法話を行われた時の体験談、ある弟子に対する見解、あるいはワット・パー・スカトー（スカトー寺）での様々な出来事など。これらの話は何度も読み、深く考える価値のあるものです。

弟子たちとのやりとりばかりではなく、カムキエン師は心に浮かんだことを自由に手記に書かれました。何ページに及ぶ長いものもあれば、「ドゥッカ（苦）が観えればドゥッカ（苦）から解放される」といった、ほんの数行だけで短いながらも深い意味を持つものもありました。

師が最後の手記を書かれたのは 2014 年 7 月 22 日のことでした。その一部にはこう記されていました。「友人たちには助けられた恩がある。どうやったら恩返しできるのか分からない。僧侶や在家の信者たちは皆、良い人達ばかりで、私は彼らを非常に尊敬している。健康は回復せず、常に支えが必要である。呼吸ですら難しくなりつつあり、徐々に死に近づいている。それでもまだ、気づきを忘れてはいない。寺で死にたい、病院ではなく」

2014 年 8 月 23 日の早朝、肥大した腫瘍が気管の下の方を圧迫して気道がほぼ塞がれてしまい、カムキエン師は呼吸をされるのも困難になりました。師のお世話をする方々は懸命に措置を施そうとされましたが、上手くいきませんでした。それでもカムキエン師は気づきを保ち、お世話をしている僧侶たちに一枚のメモを書かれました。そのメモには「みなさん、私を死なせてください」とありました。メモを手渡されたあと、師は目を閉じて最後の呼吸をされました。これがカムキエン師の最後の言葉となりました。

師の 10 回忌を機に、弟子僧たちはこの手記を出版することとしました。カムキエン師の「最後の言葉」となるであろうこの手記は、ダンマに興味を持つみなさんが学び、じっくりと向き合うにふさわしいものです。そしてできればアッパマーダ・ダンマ（不放逸のダンマ）を育み、だれも病と死から逃れられないことを知って参りましょう。そうすることで、

だれもがカムキエン師をお手本として心の修養を行い、心を安らかにし、真実に向き合う準備をして参りましょう。時間が無駄に過ぎゆくのをそのままにしてはなりません。それは大変な放逸（気づきがないこと）となってしまうのです。

プラ・パイサーン・ウィサーロ

2024 年 6 月 25 日

カムキエン師　最後の言葉

目次

はじめに.....1

体の症状を語る.....6

　カムキエン師の最期について.....39

ダンマの道を振り返って.....42

　昔のダンマの修行.....44

　瞑想を教える.....52

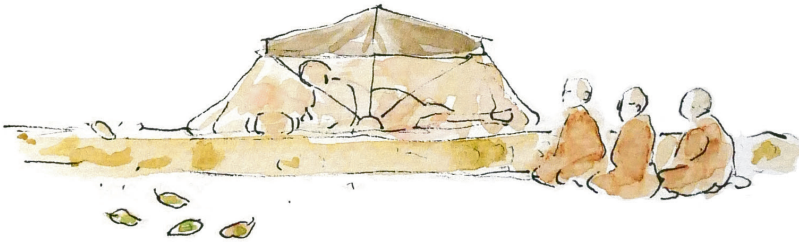
　心の鍛錬.....60

　素晴らしい病の経験.....62

ルアンポー・カムキエン・スワンノー師の略歴.....67

日本語訳者あとがき.....69

体の症状を語る



ลูกศิษย์หลวงพ่อที่ยืนใกล้ชิด
หลวงพ่อที่ยืนว่า อาการที่ตัวของ
รูปนามนามรูปดีต่อไป
ไม่มีอะไรที่เป็นที่ไม่ต้องเป็นอะไร
การไม่เป็นอะไรก็มีอะไรดีที่สุดแล้ว
ทุกข์หรือไม่

ตนเป็นอย่างไร
เวลานี้ ตาดูหนังสือไม่ได้
หายใจก็ไม่ได้ ทางท่องอาหาร
ก็มีท่อต้นคอ
ต่ออยู่ใต้ต้นคอ

2014 年 3 月 27 日

ルアンポー・ティアン師の弟子たちは、「ナーマ・ルーパ[1]が生滅する状態を体感することは極めて貴重である」とおっしゃるのを聞いた。

何かになることがなければ、何かになる必要もない。何ものかであるものは何もない。それが、すべての苦しみの終わりである。

2014 年 4 月 5 日

一人の病人として愚痴をこぼしてみよう。
もう、ダーツ・カンダ[2]（肉体）は前ほどしっかりしたものではない。
管での呼吸は制限があり、危ない状態だとわかる。
しかし、私はダンマの流れに任せて、生かされている。

---

[1]「ルーパ」はパーリ語で「形あるもの、身体」、「ナーマ」は「形なきもの、心」。「ナーマ・ルーパ」は「心と形作られたもの」のこと。

[2]「ダーツ・カンダ」はパーリ語で、存在するものの物理的な構成要素を指す。ここでは「肉体」のこと。

การอาบน้ำในครั้งนี้มีกองลวดไฟฟ้าและ
เกิดจากนายสุกิจไปทำมา หยุดตา
ป่าทองใน เดินทำมาตรวจของ
เปลี่ยนหยุดตาป่าทองตามมันน้ำใน
ทุกฟันสุโขทัยวัด ตามสุกิจาขยาย
กับไทยน้ำเมื่ออายุห่าเสร็จ ตั้งตนใน
ก็ไม่ได้ใช้ชีวิต ดูมีทองดาว
ของวิสุทธิ์

ทางทุกฟันธ์มันกินกว่า
ตรงกัน ตาตาตาม
ก็ยินยิ่งหนั่นเอง เรา
ชื่อยุ่งกับการต่อของ
ต้องสนุกกันตาม
ตายตาย ก็ได้ต้อง
ไม่มีนอะไรกันอะไรก็ได้
ทางที่คิดว่ามันตายในทาง
ต่อมันไม่ตาย ต่อต้าตาย
ก็ดีคนอื่นกับอยู่ไม่ลำบาก
กันเรา ไม่เดะตายตายตาย

2014 年 4 月 7 日　　18 時

この病気の原因は、きっと森林で生じた火事の消火に当たったことや、草が生い茂る野原に対処したことにあるだろう。私は決してバープ・ガム[3]（悪業）を行ったことはない。生い茂る野山を森に変え、今では様々な種類の木々がこの寺院を包んでいる。老いてからも、森林の火事という困難に立ち向かった。たとえ死んでも、私は自分の人生を悔やむことなく、純粋な心で誇りに思うことだろう。

ダーツ・カンダ（肉体）はもう治療できないところまできた。それはタタター（そのごとく）、つまり、あるがままなのだ。今、私は「手放す」ということと共に生きている。私は死という状態を楽しむこともできるし、マイペンアライ・ガップアライ（何ものかであるものは、何もない）でもいいのだ。時々、この身体がもう死んでしまったかのように感じることもあるが、まだそうではない。しかし、死んだとしても構わない。他の人が私のことで苦労しなくて済むからだ。これまで私は死を恐れたことはない。

---

[3]「バープ・ガム」はタイ語。仏教での「悪業」を意味し、殺生・窃盗・不道徳な異性関係・嘘・悪口など不善で苦しみをもたらす行為。

ไม่มีอะไรอาจตัดได้
ในความรัก
ไม่ตอบอาจตัดอะไร

บางทีมันเลี้ยงดูกันมา
ไม่ใช่หน้าอกไรก็มี

แต่ต่างคนต่างเรียน อยู่กันไกลคนนี้ ไม่มีวันความ
ชอบให้อยู่กันไกลคนนี้

เราอดทนกับอุปสรรคเท่าไรก็ตาม ต่อต้านสิ่งใดก็ตาม
หนทางมันต่างกันตั้งแต่ต้นจนจบ
ทางสิ่งใดถูกต้องแล้ว จงยึดถือไว้ให้ดี
ชีวิตเพื่อความไม่ตาย ความสงบไม่นานก็ตาย

ダーツ・カンダは拠り所にならないので、拠り所にする必要もない。目を開けていても何も見えない時がある。

ルアンポー・ソンマイ・タンマパロー師との会話

「カムキエン師はこの世界にお残りになります。決してお亡くなりにはなりませんよ。どうぞこの世にとどまられますように」

ある位の高い授戒僧（チャオクン・プラウパチャー）[4] も呼吸の助けとなるように喉に穴を開ける手術（気管切開術）を受けたが、眠っている間に亡くなられた。おそらく、毛布が呼吸用のチューブに被さっていたからだろう。付き添っていた僧侶は眠っており、師は助からなかった。命は無常であり、死は常のものである。

---

[4] チャオクン・プラウパチャーはタイ語。チャオクン（เจ้าคุณ）は、高位の僧位を示すプララーチャーカナ（พระราชาคณะ：僧正）の地位にある僧を呼ぶ敬称。プラウパチャー（พระอุปัชฌาย์）は、得度式の際に戒を授ける側の僧侶のことを指す。

๒๐ การที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะคนเป็นราษ
ฎ์มีการที่เชื่อในพระของคนโบราณ
ที่พอแม่ก็อยู่ในอัตภาพชีวิต ควรจะมีความดี
ที่ได้ทำมาแล้ว ออกมาของควรจะทำอย่างไร
ไม่ได้ทำมาก็กรรมอะไร ควรจะดูแลความดี
บริสุทธิ์ในที่ ขาดที่พระราชาผู้ถูกขอ
ขอ ความสงสัยเชื่อในดูความดีที่ได้ทำไว้
ปฏิบัติธรรมตามทางเมื่อสู่วิถีพระพุทธ
ศาสนา คือพระสงฆ์ในอาศัยปิยุขนควรจะทำอย่

2014 年 4 月 17 日

ソンクラーン[5] は昔の人々にとっての伝統的な正月だ。この日は年長者が幸運に繁栄するように祝福の言葉を授ける。私は今では老いているが、長年にわたって善き行いを勤めてきた。心からブッダへの信頼をもって出家し、どのような悪業も行ってはいない。このような純粋な善の力によって祝福が後世の人々に伝わっていきますように。みなさんがこの現世において仏教の究極のダンマ、つまり道果[6] に達するまで熱心に修行するという善を成就できますように。

---

[5] タイ語の「ソンクラーン」とは、太陽の軌道が 12 か月の周期を終え、新たに白羊宮（おひつじ座）に入る時期を祝う伝統行事。もともとは仏像や仏塔、さらには年長者などの手に水を掛けてお清めをするという伝統的な風習が受け継がれて来たが、一年で最も気温の上がる季節の暑さしのぎとしても親しまれ、近年では街で通行人同士が水をかけあって楽しむ「水かけ祭り」として知られるようになった。

[6] 原文はパーリ語の「マッガ」と「パーラ」で「マッガ」は「道」、「パーラ」は「果」（結果）を意味する。「道」とは苦集滅道の「道」で、問題解決の実践すべき方法・部分・詳細を定めるものであり、「道果」はその道によって煩悩を遮断することにより生じる果。道の力によって煩悩をなくしたとき、ひとりでに生じる果として聖者が受用する法所縁。「預流果」「阿羅漢果」など。

ขอสื่อสารถึงท่านดาวพันธ์
ดังอยู่อีกไม่นาน
ต่อความมืดกัลปพาสิต
จงอยู่ออกไป

ไม่มีละทางไปต้องอยู่ร่วมไปตลอด
นิรันดร์

2014 年 4 月 24 日　　12 時 20 分

ルアンポー・マハーライ・コーサゴー師、アネーク・テチャワロー師、ニウォーン・ターナヤノー師との会話

皆さまひとり一人にお別れを申し上げます。ダーツ・カンダ（肉体）はもうそんなに長いことは持ちません。しかし、善友であることはこれからもずっと続いていきます。

「去ることはなく、永遠に共にいる」

1 ๑. ใหลวงเป็นเจ้าเมืองท่าฝรั่ง

2 หลวงประสิทธิเป็นเจ้าเมืองนครศรีธรรมราช

3 พระสิทธิสงครามเป็นเจ้าเมืองตรัง

4 เป็นเมืองขึ้นกรุงสยามขึ้นทางกรุงเป็นเจ้าเมือง

5 ส่วนอกิจการในเมืองตรังเมืองธรรม

6 ๑, ตลอดจนเมืองธรรมไม่ได้เสมอกัน

๗ ๑, ทรงเลือกเมืองธรรม
เมื่อเห็นเมืองได้ตามความเห็นชอบ
ร่วมเป็นเจ้าได้

2014 年 5 月 11 日　　13 時 28 分

1. パイサーン師を僧侶たちの長とする。

2. プラサート医師を在家者の長とする。

3. 3 つの寺院の僧侶が葬儀委員会の委員となる。

4. 村長、村役人と村民の全員が葬儀委員会の委員となる。

5. 葬儀の際のパーリ語によるアビダルマの読経はタイ語訳を付けて行うこと。

6. トゥム師（サンティポン師）とノース師（スティサート師）の説法は 3 日を超えないこと。

7. ソンシン師が説法を行うこと。

適宜変更も可能。新しい案を使っても構わない。

ดารมณ์ปีสุดท้ายที่เลว
สมัยมูลิมัติธรรมใหม่ๆ
ก็มาหลวงที่ยนมีความสุข
มีความรู้มีปัญญา หลวงพ่อที่ยน
ว่าเมื่อนกมะตกไม่ได้เลยอด
พอตกเย็นก็ในกลางเมืองหลวงมีต
กร้องเสียงสั่นนึกว่าเป็นไฟอยู่
ฐ์หรือไม่ว่าน้ำในเมืองในหลวงที่ใหญ่
กว่านี้เป็นเมืองอยู่อีก ไม่ยอม
ออกจากน้ำในกะลาเมืองหลวงมีต
ก็หลวง ไม่มีอีกตลอดอด
จนเมืองในหลวง

2014 年 5 月 16 日　　7 時 20 分

ヴィパッサヌーパキレーサ [7]

ティアン師からダンマを学び始めた頃、幸せで知識があり、智慧もあった。

ティアン師はこのことを「水を見たことの無い山カエルのようだ」と例えた。山ガエルがヤシの実の殻に溜まった僅かな水を目にした時、住処に十分な水があったと思い、大きな鳴き声を上げた。沼や池の水の大きさを知っていますか？もっと大きなものもありますよと言われても、山ガエルはヤシの実の殻から出ようとはしなかった。この様にほんの少しの事であってもはまり込んでしまうものだ。そして沼や池の水の大きさを知る機会を失ってしまうのだ。

---

[7]「ヴィパッサヌーパキレーサ」はパーリ語で「観の随染」または「観随染」。パユットー師仏教辞典［328］によると、観の幼い者（洞察する心がまだ未熟な者）、また弱い観の者（洞察する心がまだ弱い者）に生じる所縁で、自分はすでに道果を成就したと誤解して、観智（ヴィパッサナー・ニャーナ）へ進む妨げとなる。

หลวงพ่อเสือพ้อนรำเอกในหลวง:

ก็ของในหลวง หลวงพ่อดูตัวใช่
ก็แต่ว่าการปกครอง ตัวเองก็มีของ่วาง

ในกรรมวิธีของ่วางอาตมาขึ้นมา
ที่จิตก็ตัดสินใจต่อนี้
ก็ดูมีค่ากลัว ที่ชีวิตอาตมาเป็นการ
กระทำของตัวเอง วานนท์ดูก่าเสม่
ตัวเป็นพ่ำ วันชนะเป็นฝ่ายตัวเรื่องนนท์
ตามาหาวเป็นคนนี้ก็ตามจิต สมาธิก็ตามหา
ตามจิตดูออกไป ในระยะ ๔๐ ปี
ตรงนี้ก็นกก็นตามนี้ก็ตามจิต

2014 年 5 月 28 日

「ルアンポー、お腹のどのあたりが痛いですか？」

それはもう、全部痛いよ。ルアンポーは自分でももう治療は無理だと思う。自分を手放し、お寺に戻ってダーツ・カンダ（肉体）を手放す。そう決めた。命を十分に使った。存分な報いを得た。すべては私自身の行いであり、懸命に働き、年を取り、森が火事になれば、消火を行い、山火事に勝った。私は 20 年以上にわたって、草ぼうぼうの野原を木が生い茂る森に変え、500 ライ [8] の敷地があるお寺の周りに塀を築き、そのお寺もいたるところに木々が育つようにしてきた。

[8] 1 ライは約 1,600 平方メートル、または 0.16 ヘクタールに相当する。500 ライは、約 80 ヘクタールに相当し、東京ドームに例えると、約 18 個分に相当する。

อดีตของหนังสือที่ที่เขียนขึ้น
อ. สมชิงดีนคงจะเขียนขึ้น
อ. สมชิงเป็นผู้ที่ถูกสั่งให้
ตนเขียนขึ้น ที่ตนได้อ่าน
หลังน่องหูลเรื่องราวการกิด
ดินของรูปนาย ปัจจุบันยังเป็น
ที่ยืนยันว่าผู้ปัจจุบันอ่านปี
หลังน่องที่ตนพูดว่าพวกพ่าน
ยังต่อสู้ตนจนถึงตายไม่
ยอมอ่าน หรือการนั้นถ้าน่องตน
ไม่

ปัจจุบันสิ่งรู้ถูกในมนุษย์ที่ตน
พบปัญหาน่องอดต่อตน
ต่อการเป็นอยู่ของตนที่ปัจจุบัน
เป็นเรื่องที่ได้ยินทุกวันไม่ได้ยิน
เป็นความทุกข์ของชนชาติไทย
ที่ว่าอารมณ์วิปริตรู้

2014 年 6 月 28 日

ソムジャイ師にあてて書いたノートを返してもらいたい。書き直すから。

ソムジャイ師はティアン師の初期の頃の弟子の一人で、ティアン師が語られたルーパ・ナーマの生滅の話や、たった 1 日の生でも 100 年生きる者より優れている、という話を聞いたことがある人だ。

ティアン師は「ブッダはたった 1 度髪を切ったらもう生えてこない。これ以外にも所縁知の情動がある。あれを知りこれを知りが行きすぎて止められなくなる」と語った。

しかし、そうした状態を続けると、ヴィパッサヌーパキレーサになりかねず、ドゥッカを本当に終わらせることはできない。まるで水牛がツノを乱暴に振りかざして暴れるようなものだ。これをヴィパッサヌーパキレーサと呼ぶ。

มีการต่อสู้ของชาวนาเพื่อ
ตะเพื่อไม่ให้ถูกยึดที่ดิน
ของเขาไปเป็นของนายทุน
และผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตป่า
สงวนแห่งชาติ ซึ่งถูกไล่ที่
ทั้งหมด ความหวังของ
ชาวบ้านคือการเรียกร้อง

เมื่อวันที่ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๕๖ ที่ผ่านมา
ได้ ตอบ ตกลง กับ ประชาชนที่
ไม่ ยอมไม่ได้ ในวันนี้วันที่
ต้นตนมีความมั่ง ๑ ตุลาคม ๒๕๕๖
เมื่อหมดแล้ว ก็ต้องยอม
ชนะ เพื่อนำเงินคืนให้ชาว
บ้านที่ถูกทุกคน ตอบ ตกลง

2014 年 6 月 29 日　　6 時 30 分

ただただ手放していく。

チャオプラヤー川の流れのように。小さな運河、大きな運河がチャオプラヤー川に向かい、チャオプラヤー川はこうした水を連れて、すべて海へと流れ込む。

手放すことはチャオプラヤー川と同じくらい偉大なことだ。

2014 年 7 月 5 日　　14 時 50 分

がんを患っていて治る見込みはない。確実に死ぬだろうが、死がゆっくり訪れるか、早く訪れるかはまだ分からない。

今はここでできる治療を受けている。普段はトゥム師とノース師が世話をしてくれ、医者も時折診てくれる。

皆さんにお別れを告げます。私は必ず死ぬ。

เป็นชีวิตที่ละเรื่องคุณโดนมา
ไม่ทราบตายแน่ๆ ก่อนเข้า
หรือเรื่องบอกไปว่า
เรื่องที่คุณชีวิตเป็นสวัสดิ์

ต่างไม่ได้รับรู้ อุบัติเหตุ

ขอชื่นชมความอดทนความ

ผมขอกราบแสดงน้อ
ร่างกายของแสดงน้อป่วยมีอ

แต่แสดงน้อกำลังสู้ชีวิต
ดูแลความเป็นว่าอีก
ที่ผู้ที่แต่งประเสริฐ
อย่างไร

2014 年 7 月 5 日

ルアンポー・プラモート・パーモーッチョー師と話す

がんという重い病にかかり、治る見込みはおそらく無く、確実に死は避けられないが、その時期が遅いか早いかはわからない。今は独りの時間を過ごしたいと思う。プラモート師をお迎えする事が出来ない。

敬意を込めてお別れを申し上げます

プラモート師からの言葉：

私はルアンポー[9]に拝礼致します。ルアンポーの身体が病に侵されても、ルアンポーは弟子たちに、よく修練された心がいかに尊く偉大であるかを示してくださっています。

[9] この「ルアンポー」は、プラモート師から見て、カムキエン師のことを指す。

หาเลี้ยงชีพต่อไปอีก
เรื่องหนึ่งก็คือ ครั้นเราก็ไป
มี อายุเท่าไรแล้วก็ไม่
มีรายได้ขาดอะไร
เป็นสวัสดิการ เป็นชีวิต
ของประชาชน ในปีอะไร
ที่เท่าไหร่ก็ตาม อนุญาตให้
ของเขาทุกๆ ท่าน การเรื่อง
ราวตามนี้

เป็นสวัสดิการ
ตามนี้ ต่อไปนี้เรื่อง
ของเขาทุกๆ คน

2014 年 7 月 6 日

金属の管から呼吸をする。声は医者が切って捨てた。匂いもしない。食事はゴムのチューブからで、なんにも味はしない。これが「パラマッタ[10]」だ。不可思議な命だ。使いものになるものは何も無い。面白い。

みなさん、ありがとう。お別れです、もう必ず死ぬでしょう。

2014 年 7 月 9 日　　12 時 50 分

がんという重い病を患っていて死は確実だが、
それが遅いか早いかはわからない。

皆さんにお別れを告げます。

---

[10]「パラマッタ」はパーリ語。漢字語の仏教用語は「勝義諦」であり「究極の真実」を意味する。

เราอดทนรอคอยวันครึ่งเราจึงได้อิสรภาพ
อาจารย์ เราสมัครเข้าเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ
ก่อนเราอ่านหนังสือบรรยายนักโทษประมาณ
500 คน ตอนนี้เหลือ 50 คน ตามเงื่อนไขการรอบรม
ก็ได้ใช้ชีวิตอย่างลำบาก เวลาผ่านไปครบ
การฝึกอบรมครบ 10 ปีแล้ว ไม่ใช่นักโทษแล้ว
ตอนนี้ได้เป็นเสรีชนแล้ว ไม่ได้ทำผิดข้อ
อดุลย์ต่างๆ อีกแล้ว ไม่ใช่ว่าเราจะมีความสุข
เราจึงชีวิตน้อยลง หน้าต่างจะเปิด
แต่ว่าเราก็ยังจำชีวิตอดุลย์ ของเราไม่ได้
รู้ว่าเป็นชีวิตตายตามที่ต่างๆ เพื่อชีวิตของ
ชาวบ้าน รูปของอดุลย์ต่างๆ ก็ไม่ขอ
ออกนอกกรอบ เราจึงตาย ขอออกจากชีวิตรูปเรา
ในชีวิตทางที่ไม่ของ แต่ว่าตอนนี้แล้ว
เราก็ยังจำชีวิตที่ได้เป็นไป

2014 年 7 月 10 日

私は信を持って出家した。寺院を愛し、様々な活動のために寺院を建設した。若い頃には一度に 500 人の学生を指導し、多くの学校が研修を受けに来た。非常に充実した人生を送ってきた。

今はどうかというと 10 年前から招きを受ける[11] ことをやめ、家での食事の誘いにも行かず、誰かの家に遊びに行くようなこともない。家の中に入るようなこともない。ただ、寺で過ごさせてほしい。決して誰かを嫌っているわけではなく、僧侶としての生活を愛している。終生、この生活（僧侶としての生活）を愛し続けるだろう。私の肖像は行事の宣伝で寺院の外に飾ったりしないでほしい。寺院の中に置き、外には持ち出さないようにしてほしい。相応しくない用途には使わないでほしい。私は終生、僧侶としてのこの生活を愛し続けるよ。

---

[11]「招きを受ける」のタイ語原文では「นิมนต์」（ニモン）が使われている。「ニモン」は、タンブン（積善）の一環として、家庭や学校・会社などに僧侶を招待し食事を供養すること。読経など儀式も行われ、僧侶にとっては社会と直接の交渉をもつ機会に、招いた側には功徳を積む善行為となる。日本のお盆や法事での供養に僧侶を家に招待するイメージとは異なり、ニモンはさらに頻繁に誕生日や記念日など様々な機会に行われる。
参考：『タイの僧院にて』（青木保 著　青土社 刊）

ความสำคัญต่อชีวิตในชีวิตกิจกรรม
ปัจจุบันสิ่งต่างๆ ที่เราต้องเผชิญ
ที่ในที่ทำงานของเรา ต้องพึ่งพาคนอื่น
ตามเวลาที่นัดหมายกันไว้
เป็นต้น มีบางคนที่เขียนหนังสือ
ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรดี หน่วยงาน
ที่เขียนมีต่อคนอื่น เราต้องการมาที่
สิ่งต่างๆ ที่ว่ามีวันที่ต้องมาล่วม
ประชุมตลอดเวลา การนำเสนอ
ก็มีปัญหา ไกลจากความต้องการ
ที่ ก็ไม่ประสาท จะของต่างๆ ที่
ไม่ใช่ของที่รู้จักมาก
ที่จัดไว้ในชั้นวางที่เราสูญเสียไว้
ตามาก ต่อมาก็ลืมไปว่าเราจัดไว้
ตรงไหนเป็นต้น ตามาก เราก็จัดไว้
อาการเป็นต้นไปมากจัดไว้
ยิ่งเราต้องการไม่ได้ใช้งานเราก็ลืม
ที่ที่เป็นต้นมากไว้ที่ไหนเราก็ลืมไว้

2014 年 7 月 22 日

毎日が健康を保つための行いと、医師からの治療で生きているようなものだ。医師が指示する日課に従い、他人に頼る生活を送っている。

友人たちには助けられた恩がある。どうやったら恩返しできるのか分からない。僧侶や在家の信者たちは皆、良い人達ばかりで、私は彼らを非常に尊敬している。健康は回復せず、常に支えが必要である。呼吸ですら難しくなりつつあり、徐々に死に近づいている。それでもまだ、気づきを忘れてはいない。寺で死にたい、病院ではなく。

寺では自分が植えた沢山の木々を見ることができる。川が患っていれば、私はそれを治療する。土地としての機能が麻痺したら、私はそれを治療する。空気が有害になれば、それを治療する。寺の敷地内では化学薬品を一切使用せず村人たちの農地から流れ込む水も防いでいる。

เอาความถูกต้องที่แท้จริงมาตัดสิน ความหวังไม่ถูกต้อง ความไม่หวังถูกต้อง ความหวังไม่ถูกต้อง ความไม่ถูกต้อง

2014 年 7 月 26 日

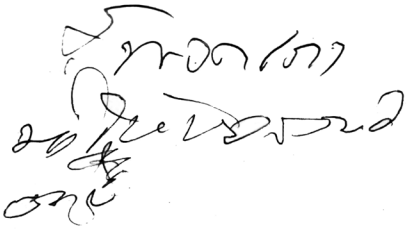
正しい道へ導くのは仏法である

はまりこみは正しくない

はまりこまないことは正しい

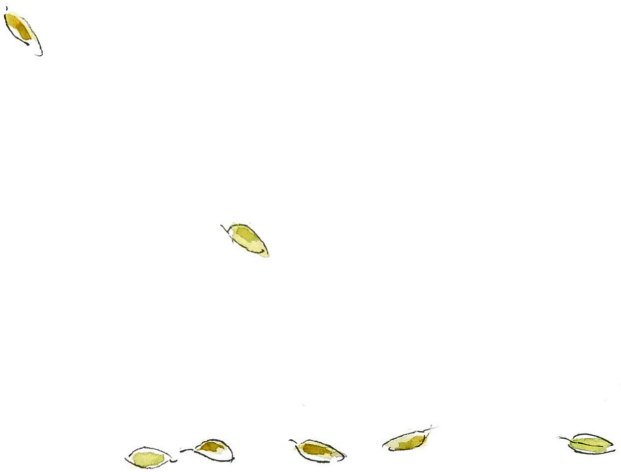
苦は正しくない

怒りは正しくない



2014年8月23日

みなさん、私を死なせてください



カムキエン師の最期について

これは、カムキエン師が遺された最後の言葉です。
当時カムキエン師は、スカトー寺の僧坊（クティ）にて静養されており、
弟子たちは 24 時間体制で介護を行っていました。

最期の瞬間までお世話された弟子のノース師（スティサート師）とトゥム師（サンティポン師）が、このお言葉が伝えられた時の様子を詳しく伝えてくださっていますので紹介します。

8 月 23 日の夜明け前、カムキエン師は体を起こし、
ノース師の付き添いのもとトイレに行かれ大小便の排泄を済ませました。

そして手と口を洗い、ベッドに戻られて静かに横になると、
しばらくして紙とペンが欲しいという仕草をなさいました。

横になった姿勢のままこのメモを書き、ノース師に渡して、
弟子たちに合掌してそのまま静かに目を閉じられました。

カムキエン師の喉にあった腫瘍は呼吸を圧迫しており、ノース師は、師の呼吸を維持すべくそのケアにあたったり、医師に電話で指示を仰いでいたりして、メモをゆっくり読むことができず、最初は師のメッセージを理解できなかったとのことです。

5 分ほどしてカムキエン師の呼吸は止まり、臨終を迎えられました。
その後改めてノース師はメモを見直し、カムキエン師の最期のメッセージの意味を理解されたとのことです。

私を死なせてください、という言葉の意味するところは
「もうこれ以上、皆さんは私の生命を長らえさせるために
働きかけをしなくていいですよ」ということ。

カムキエン師は、すでにご自身の体の症状から
もうこれ以上は持ち堪えられないであろうことを知って、
最期まで心に気づきを持って息を引き取られました。

ダンマの道を振り返って

昔のダンマの修行

2014 年 7 月 1 日

以前は、仏道修行が寺で教えられることはなかったが、ティアン師の弟子が増えると、寺院で 7 日から 10 日間、あるいは 1 か月間の修行が開かれるようになった。本格的な指導が行われる中で、多くの修行者にさまざまな反応や体験が現れるようになった。指導者も多くの教訓を得た。プラ・アチャーン（僧侶の瞑想指導者）も実践的に指導を行い、修行者が多い場合は、1 人のプラ・ヴィパッサナー[12] チャーン[13] ごとにグループに分けられた。修行者の中には体が硬直する人もいれば、胸から手を離せなくなる人もいた。さまざまな症状への対処方法として、修行者自身から情報を集めた。ニミッタ（「心の内なる罠」）[14] または、ヴィパッサヌー[15]、チンター・ニャーナ[16] が生じる修行者には、逆説的な教え方を行った。瞑想指導者も多くの教訓を得たのだ。

---

[12]「ヴィパッサナー」はパーリ語。ここでは「観（洞察）の瞑想」を指す。

[13]「プラ・ヴィパッサナー・チャーン」はタイ語で、ヴィパッサナー瞑想指導の僧侶のこと。

[14]「ニミッタ」はパーリ語。P.A. パユットー師は、ニミッタを瞑想中に心が集中するためのしるし、または瞑想の対象を表す心のイメージとして定義している。ニミッタには、望ましいものと望ましくないものがある。望ましいニミッタは、正しくサマタ瞑想を実践すると現れる。しかし、時には心が過去の記憶や雑念から新しいイメージを作り出し、瞑想の対象とは関係のない望ましくないニミッタが生じることがある。それらは時に魅力的に感じられ、自分が何か重要な悟りを得たかのような錯覚を引き起こし、自己欺瞞につながる可能性がある。もしこれに気づかずに流されてしまうと問題となるため、意識して瞑想の対象へと心を戻すことが重要である。

[15] 脚注 7 を参照。

[16]「チンター・ニャーナ」はパーリ語で、思考によって起こる智慧のこと。

ニミッタが生じた修行者がいた。ある時、ポーヤイ・カーンという老僧がバーンポーンから修行に来た。座って手動瞑想をしているときに手が胸にくっついてしまった。その日、朝の読経にも行かないし、食事にも行かなかった。私がクティ[17]に見に行ってみると、手が胸にくっついて、手が上げられないようだった。入っていくと、彼は助けを求めた。手が胸にくっついてしまって上がらない、と。彼は心の中で回向の思いを捧げたり、慈悲を送ったりしたが、まだ手は上がらなかった。そこで、私は、お子さんやお孫さんなどの話をいろいろ聞いてみた。その逆を言って反論させるために。つまり、手を離そう、離そうとしている本人の気持ちを逆にそらすためにその話をした。反論の応酬をしているうちに手が離れた。私は彼が手を胸から離せたのを見た。しかし本人は気づいていない。手が胸から離れたと感じたとき、彼は笑った。これをニミッタという。

その後、ノーンハーン郡のペン村長にもヴィパッサヌーが生じた。自分は何でも知っている、何もかもがよいと。彼はもともと片方の肩が下がり、もう片方が上がっていた。高齢になってから修行に来た。彼は、自分の両肩が同じ高さになった、と言ったが、見たところ、まだ片方に傾いている。それなら証明して見せよう、と彼は糸を木の枝に結んで垂らした。そして行ったり来たりして「同じ高さです」と言う。また、ノーンハーン郡に行って布教をするという。ノーンハーン郡の人々が何十台もの車で迎えに来る、朝の5時に寺の前に着くといって、鉢を斜めがけ[18]にして寺の前に立って待っていたが誰も来ない。私が寺の中

---

[17]「クティ」はタイ語で、僧侶が宿泊するちいさな小屋をいう。

[18]托鉢などの際、僧侶は鉢をショルダーバッグ様の袋に入れ、斜めがけにして持ち運ぶことが多い。

に連れてきて（ヴィパッサヌーを）解いてやると治った。これをヴィパッサヌーという。そして（彼は）言うことを聞くようになった。

もう一人、ルアンポー・ソムジット師もいる。ボラブー郡出身の定年退職した教師で、チェディ[19]や本堂など何を作ってもすべて成功してきた。瞑想修行も成功させるつもりでやってきたが、蓮の花の僧衣をまとっているというニミッタが生じた。僧に私を呼んでこさせ、私に見せたが、ちっとも蓮の花なんかではない。彼は「先生（カムキエン師）、機根が高い人に教えることはできません」という。私が言っても信じない。それどころか、私に跪拝する[20]ように言う。私は少しずつ（ニミッタを）解いていった。私に跪拝するよう脅す言葉は恐ろしかったが、やがて解くことができた。

時には、指導者は修行の実体験もないのに、ティアン師から教わったことを思い出しながら教えていることがある。体のことばかり重視して心のことには至らない。教えるときには「心に生じたものを手放す」ということを基本にしなければならない。心にどんな症状が生じてこようと最終的には全て手放すことが大切である。あたかも、チャオプラヤー川が高いところから低いところに流れていくことで様々なものを海に流し込むように。大運河が流れ込もうが小運河が流れ込もうがチャオプラヤー川はびくともしない。私達は「勤勉が煩悩を燃やし、理智と気付き

---

[19]「チェディ」はタイ語。円錐形の仏塔で、中には仏舎利など崇敬すべき物を安置する。英訳では pagoda がよく用いられるが、本当は stupa または tope を用いるべきである。参考：『タイ日辞典』（冨田竹二郎）

[20]「跪拝」はタイ語の「ワイ」。ひざまずき上半身を前にかがめて敬意を表することをいう。

がこの世の満足・不満足を抜き取る」[21] というお経の文言にばかり関心を持っているが、手放すことが先に来れば、お経の文言に関心をもつ必要はない。これが心の修養だ。

ティアン師はダンマを明確に悟った。思考がまるで誰かに背中を押されるようにはっきりと観え、それをじっくりと観察した。まだ「14 あるいは 15 の動作 [22]」などの方法は確立されていなかったが、ティアン師はルーパ・ナーマの生滅を観た。ティアン師はこう語った。「ブッダはたった 1 度髪を切ったらもう生えてこなかった」そして、さらにこう話した。「手探りしていたら、突然扉が開き、その瞬間、思わず『おお、おお、おお、ここにあったのか！』と叫んだ。まるで世界をひっくり返したような気持ちだった」

しばらくして、一人の瞑想指導者がティアン師の境地を確かめるために尋ねた。

「チェンカーンの人 [23]、どうでしょう？」

ティアン師は答えた。「特に何もありません」

すると指導者は声を上げた。「もう一度、修行の部屋に入りなさい」

その後、指導者は別の質問をした。「塩はしょっぱいか？」

ティアン師は答えた。

---

[21]「欲望を滅するよう努めなさい。念（気づき）と正知（物事を正しく知ること）を保ち、煩悩の元となっているこの世の中の物事に満足したり不満を持ったりする気持ちを引き抜いてしまいなさい」
参考：八正道の中の『正念』に関するパーリ語の読誦経典の日本語訳

[22] 現在の手動瞑想のこと。具体的な動作は本書の袖ページのイラストを参照のこと。
また以下の動画にも詳細が説明されている。
参考：手動瞑想のやり方：スカトー寺住職パイサーン師によるガイダンス
https://youtu.be/w3P9RHnQeLE?si=Ht-8n67NzvN6avLX

[23] ルアンポー・ティアン師のこと。ティアン師はチェンカーン出身である。

「塩はしょっぱくありません。塩はまだ竹籠の中に入ってるからです」

さらに指導者が尋ねた。

「唐辛子は辛いか？」

ティアン師は答えた。

「唐辛子も辛くありません。それはあちらの枝についているだけです」

瞑想指導者はさらにこう話した。「例えば、私がシーチェンマイにいて、あなたがランシー寺にいるとしよう。もし私が『こちらに来なさい』と命じたら、あなたは来るか？だが、その途中に誰かに撃たれた虎がおり、弱ってはいるが、まだ死んではおらず、道を通る者を襲おうとしている」

「もし師が行けと命じるなら、行きます」

すると指導者は言った。「そのように答えることができるのは、100 人、いや 1,000 人に一人くらいのものだ」

しかし、ティアン師は喜ぶこともなく、何もなかった。

昔の法話では、依存性のある嗜好品についての話が多くあった。例えば、タバコやマーク（ビンロウの実を噛むこと）、中毒物や迷信に囚われる愚かさなど。当時はまだ「世界禁煙デー」などはなかった。そのため、タバコやマークについて話すと、人々は非常に怒ることもあれば、暴力を振るう人もいた。あるとき、ルアンポー・ブンタム師[24]の母親がこう言った。「もしビンロウの実を噛むことをやめさせるなら、いっそご飯も食べさせないでくれ」と。しかし彼は母に、「母さんは私を育てるのにビンロウの実を与えて育てたわけではありません」と言った。そして教え続けた結果、ビンロウの実をやめることができた。その後、顔の

---

[24] ルアンポー・ブンタム師はルアンポー・カムキエン師の従兄弟。

血色がよくなり、食事が美味しく感じられ、舌が柔らかくなり、太り、健康的になった。同じようにして、タバコをやめる人も増え、健康が大幅に改善された。私は友情を持って教え、怒りを見せることは決してなかった。しかし、時には敵対的になる人もいた。それでも私は信念を貫いた。そして、自ら進んでティアン師の教えを責任をもって受け継ぎ、ティアン師に倣った瞑想指導僧の役割を引き受けた。

現在、私は重病をかかえた僧侶であり、がんを患っている。治療法はほぼなく、必ず死ぬ。次のことを強く言いおいておく。死んだ時には、葬儀と修行の行事を決して同日に行わないこと[25]。別の日、別の行事として分けること。火葬は簡素に行うこと。私は貧しい僧侶なので、あまり豪華な儀式はしないでおくれ。

スカトー寺、プーカオトーン寺、プーロン寺の3つの寺院の僧侶が合同で決定を行うこと。火葬はプーカオトーン寺の火葬場で行い、仮設の火葬台[26]は建てないで。僧侶が主となって葬儀を行うこと。在家の方の目に触れないように、火葬後の灰は夜明け前に集め、サーラー・ナームサイ[27]の前のハナモツヤクノキ（花没薬樹）の下に埋めておくれ。もし葬儀で読経を行う場合は、アビダルマの

---

[25] この発言の背景としては、時に師匠が亡くなった場合などに、師への回向を目的として弟子たちが瞑想修行の機会を設けて一斉に修行をすることがあるが、そのようなやり方は行わず、葬儀と修行の時間を分けて欲しいという意味である。

[26] 一時的に設置される火葬用の施設や台のことを指す。特にタイや東南アジアの仏教文化では、特別な僧侶や地域の有力者の葬儀で、仮設の火葬台が建てられることがある。

[27] サーラーはタイ語で、屋根のある休憩所や集会所のこと。この「ナームサイ」は建物の名称。

読経[28]は、タイ語訳を付けて唱えること、説法を行うこと、そしてプラ・パイサーンを主導僧（喪主）とする。しかし、スカトー寺で死なせてくれ。遺体はプーカオトーン寺で火葬しておくれ。

すでに価値ある人生を送ってきた。悪業は何も犯さず、悪事は一切せず、善い行いを心清らかに続けた。善行はすべて自然（森林）、川、大地、空気に捧げたいと思う。見返りを求めるタンブン[29]はしないで。それぞれが自分で自分の徳を積んでほしい。文字を書く力がない。一旦ここで書くのをやめる。体力がある時に、また書く。ガマターン（修習）やパリワート[30]（僧団の規律）に関することなど、まだ語っていない話がたくさんある。中には命がけで行ってきたこともある。

---

[28] ルアンポー・カムキエンの実際の葬儀では、アビダルマの読経の他、転法輪経（てんぽうりんきょう）、Dhammacakkappavattana Sutta（ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร）」の読経もタイ語訳を付けて行われた。

[29] タイで日常的にみられるタンブン（ทำบุญ：tham-bun、タムブン）とは、「ブン（徳）をタム（行う）する」ということを意味する。日本の「布施」と似ているようにもみえるが、法要や仏事の際に僧侶に対する御礼として金品を贈ることが主流である日本の「布施」に対して、タイの「タンブン」は朝に僧侶に食事を提供したり、寺の建物の寄進、仏像や仏具・花を提供したりするほか、僧侶や寺院への様々なサポート、聞法、放鳥などの善行、授戒、伝統行事ソンクラーンでの灌頂功徳（人の頭に水を注ぐこと）といった幅広い行為が含まれる。タンブンはまた、因果応報・業報思想とも強く結び付き、結果として頻繁にタンブンすることで、良き来世を願うなど、「タンブン」を行う強いモチベーションとなっている。

[30] パリワートは、僧侶が規則を破ったときの罰として行う義務的行動。これは中程度に重大な違反（サンガーディセーサ）を犯した僧侶に課せられるものである。最も重い違反（パーラージカ）の次に重大な違反。この違反を犯した僧侶は、「6日6夜」に加えて「その違反を隠していた日数」を合わせた期間を特別な懲罰期間として過ごさなければならない。この間は、外出が禁じられる他、幾つかの権利が剥奪される。例えば、人に教えを説くことができず、自分より若い僧侶から尊敬されなくなる。

参考：https://www.visalo.org/article/paja255007.htm
https://ja.wikipedia.org/wiki/ 僧残

瞑想を教える

2014 年 7 月 5 日

ワット・パー・プッタヤーンでは、瞑想指導の活動が行われた。ヴィパッサナー瞑想の指導僧は、瞑想修行者のさまざまな経験に対応する中で、多くの教訓を得た。滑稽な事もあれば生死に関わるようなこともあった。瞑想実践で起こった実話である。指導することそのものがまるで友人関係を結ぶような形で行われた。指導活動の初期のころは、ティアン師を主導僧とし、弟子僧たちは、暗記による学びではなく、実際の修行を通してティアン師に従って学んでいった。

これよりも昔は、修行者は自分で修行するしかなかった。正式な教えはなかった。ティアン師の時代のように。ティアン師は、様々な寺院に行ってダンマ（法）を教えていたが、すべての寺院に行っていたわけではない。弟子たちが、ティアン師の代わりにダンマ（法）を教えることもあった。当時、法話の中には、タバコやビンロウなどの依存症に関わるたとえ話が含まれていた。ビンロウ中毒になる阿羅漢がいるはずはないが、その法話には滑稽な教訓が沢山含まれていた。

例えば、ルアンポー・カーン師。彼は年を取ってから修行に来たのだが、ニミッタ（心の内なる罠）を経験した。自分の手が胸にくっついてしまい、そこから離せなくなった。読経にも来れず、食事にも現れなかった。私が様子を見にカーン師のクティに行ったところ、手が胸にくっついているのが目に入った。「助けてください。手が動かせないんです」

私はカーン師に近づいて、彼の家族のことを尋ね、事実と反対のことを言って、反論させた。するとやっと彼の手は胸から離れたのだ。

もう一人、ウドーンターニー県のノーンハーン郡から来たルアンポー・ペン師という人もいた。ペン師の肩は高さが揃っておらず、片方の肩がもう片方よりも高かった。彼にはニミッタが生じていた。彼は、自分の肩の高さが完璧に整っていると思い込んでいたのだ。これを証明するのに、ペン師は木の枝に糸を結んで下げ、歩いて行ったり来たりを繰り返し、肩の高さが揃っていると言い張っていたが、私が見ると、ペン師の肩はやはり高さが揃っていなかった。さらに、彼は強いピーティ（歓喜）を感じ、ノーンハーン郡から村人が車で迎えにやってきて、ペン師を尊師として布教させると信じ込んでいた。その車は朝５時に到着する予定だという。彼は自分の托鉢の鉢をかかえて寺院の前で待っていたが、だれも現れない。私はペン師を寺院に連れ帰り、彼がおかれた自分の状態を克服するまで、ゆっくりと手助けを行った。

もう一つの例は、ルアンポー・ソムジット師のことで、彼は強いニミッタを経験した。彼はまだ在家信者だったころには、例えば大きなチェディや寺院の建設など、自分が関わったものはなんでも上手くやり遂げていた。修行をすることになっても、彼は成功を収めようとした。しかし、強烈なニミッタを体験し、全体が蓮の花に覆われた僧衣を自分が着ていると思い込んでしまった。ソムジット師は私を呼びつけて見させたが、私にはそのような蓮の花はまったく見えなかった。彼はこう言った「先生（ルアンポー・カムキエン師のこと）のダンマの段階は私と等しくありません。先生は私に教えることはできません」彼は私に跪拝するように強いた。私が少しずつ手助けをすると、彼は状況を克服できた。

ダンマの指導はさまざまな寺院で行われ、7日のこともあれば、1か月のこともあった。ウドーンターニー県にあるタムセーナー・パッタナーラーム寺では、屋外の日陰もないような新設の場所で指導を行ったが、その横には、朝夕の読経にほどよい広さの2棟のサーラーがあった。私はルアンポー・ブンラム師とともに、陽にさらされながら、歩行瞑想[31]の実践を行った。ブンラム師はなかなか強烈な人間だった。師の兄が出家させたのだが、出家した後は僧衣を脱ぐ（還俗する）ことしか考えていなかった。歩行瞑想の間も、ブンラム師は還俗の許可を求めてこう言ったのだ。「私は何かを修行するために出家したんじゃない。兄が私を出家させただけだ」ブンラム師は還俗のことだけをずっと考えていた。行ったり来たりする間にもまたもや還俗させてくれと言ってきた。私はブンラム師に自分の思考を観察するように教えた。思考を信じ込まないようにとも。彼は歩行瞑想を続けたが、やがて立ち止まって私の足元にひれ伏して言った「私は今、思考を観ました。もし先生が私に還俗を許していたら、私は誰かを殺していたことでしょう。還俗したら、私は息子から銃を手に入れて人を撃ち殺すつもりでした。私は老いるまで僧侶を続けることはなかったでしょう」ブンラム師はノンカイ出身だった。後に彼が亡くなったときには、私は招かれて、その火葬の式典を主宰した。これは友人関係を結ぶというやり方での指導といえる。

さらにもう一つの例として、この寺に修行に来た、ウドーンターニー県出身のブンチャン先生のことを挙げよう。ブンチャン先生は熱心に

---

[31] ティアン師の考案されたチャルーン・サティでは、歩行瞑想において、動きや感覚の細かなラベリングは行わず、「足の動き」に気づきながらおよそ3メートルほどの距離を自分のペースで往復して歩く。
参考：「歩行瞑想のやり方　スカトー寺住職パイサーン師によるガイダンス」
https://www.youtube.com/watch?v=-COaYeUrwOw

ヴィパッサナーに集中して取り組んだのだが、そのため強い「ニミッタ」を体験した。彼は一晩中、歩道橋で歩行瞑想を行った。警官がやってきてブンチャン先生に話しかけると、先生は「あんたには太陽が昇って沈むのを止めることはできまい」と教えた。警官は彼をサナーム・ナイ寺院に連れて行った。その後、私はブンチャン先生をプッタヤーンの森に連れて帰った。この寺院は掘り起こすのが難しい、赤土の土地に立っていたのだが、私は先生にそこを掘って便所を建てる手伝いをしてくれないかと言った。1メートルほど掘ったとき、私は場所が間違っているから別のところを掘るように言った。汗だくになるまで掘り続けたおかげで、先生は回復した。ダンマの修行では、難しいことを簡単にするという原則がなければならない。それはすなわち心における手放しである。

ティアン師は（出家する前）、自宅でトート・カティン[32]の行事をした後、妻に責められた。行事が終わった後、妻はたずねた。

「モーラム[33]の演者にいくら賃金を渡すの？映画にはいくら払うの？」と。

夫であるティアン氏はひどく憤りを感じ、非常に苦しんだ[34]。

妻は「これしきのことを尋ねただけで怒るなんて。夫婦なら普通話し合うものでしょう」と言った。

---

[32] 僧侶が身にまとう衣を在家者が献上する儀式で、僧侶たちがこもって修行する雨安居（うあんご）の期間が明けた後の１か月間に、各寺で行われる。タイ語で「トート」は「置いて捧げる」、「カティン」は「僧衣」という意味。参考：佼成新聞 DIGITAL「気づきを楽しむ――タイの大地で深呼吸（45）浦崎雅代

[33] モーラムは、ラオスやタイ東北部などにおけるラーオ族（タイ・ユワン族を除く）の伝統音楽である。参考：https://ja.wikipedia.org/wiki/ モーラム

[34] この時、ティアン氏はトート・カティンの主催者として場を取り仕切っていた。妻にはあらかじめ儀式の費用の件を任せていたという認識があったため、師は妻に再度同様のことを尋ねられたと感じ、怒りが生じたという。ティアン氏が自身の怒りをはっきりと認識したこのエピソードは、氏が法を真剣に求める契機となった出来事と言われている。

ティアン氏は家を出て瞑想修行に入った。修行に集中すると、思考に背中を押されるように感じたので興味を引かれ、思考を観た。するとルーパ・ナーマの完全な消滅が生じた。すなわち生滅の症状と呼ばれるものだ。一度髪を切ったらもう生えてこないようなものだ。有（う）の終わりであり生（しょう）の終わり[35]である。

このころティアン氏はまだ半ズボンを穿いていた[36]。一匹のサソリが足に落ちた時、ルーパとナーマを観た。そして、ルーパとナーマが互いに影響を与えることができないことを理解した[37]。ヴィパッサナー・ニャーナ（観智）[38]を体験したのだ。それは手で周りをさぐっているうちに扉が見つかり、それを大きく開くようなものだった。ルアンポー（出家前のルアンポー・ティアン師）は叫んだ。

「おお、そうだったのか！」と。ルアンポーはそれまでの自分の心の状態を完全に超えることができた。（手動瞑想の型として現在使われている）

---

[35] 心の生滅のプロセスを十二縁起で説明した有（う）・生（しょう）のこと。心が対象をつかみ取る有（う）が生じなければ生（しょう）は生じず苦（ドゥッカ）を生じさせる輪廻は起きないとされる。

[36] 後の「ルアンポー・ティアン」師はこの頃まだ在家であった。

[37] サソリが足に落ちると、多くの場合、人は「怖い！」という感情にはまりこんだまま、すぐに追い払おうとする。しかしこの時のティアン氏は、「サソリはサソリである」（ルーパ：形あるもの）とはっきりと認識でき、「怖れ」（ナーマ：形なきもの）とは分離して知ることができたという。そのためサソリもティアン氏を攻撃することなく、ただティアン氏の足に静かに止まったままであったという。

[38]「ヴィパッサナー・ニャーナ」はパーリ語で「観智」（または「観の智」）のこと。パンニャー（慧）が、「理解力」「洞察力」「見抜く力」など心の活動、「働く智慧」を指すのに対し、ニャーナ（智）は修行の成果として得られた明確な理解、真理の知見。「観智」は、ヴィパッサナー瞑想の実践に伴ってあらわれ、行（サンカーラ）を考察して名色が三相により次々と差がでることを観る智。ここでは、ティアン氏がルーパとナーマの違いをはっきりと理解し、観智を体験した。

14 あるいは 15 の動作（ティン・ニン／ワイ・ニン（動く／止まる））が確立される前のことであった。この変容は心を通して生じた。心において手放すことを知った。何が通り過ぎようとも、心において手放すのだ。通り過ぎたものは、価値がない。これはまるで、チャオプラヤー川が小さな運河、大きな運河をすべて受け入れ、海へと運んでいくようなものだ。「手放す」ことの修行では、「勤勉が煩悩を燃やし、理智と気付きがこの世の満足・不満足を抜き取る」というお経に頼る必要もない。心は、すぐにでもニッバーナ（涅槃、悟り）を味わうことができる。修行が心の平安に繋がらないなら、いったいなぜ修行するのか。私たちは、まだ死んでないなら、この境地に達することができる。心で「手放す」ことで可能なのだ。それができないのであれば、何故修行する必要があろうか。

カンポン先生（カンポンさん）は、手紙のやり取りを通じて、ダンマの教えを受けとった。ダンマの流れがカンポン先生に生じ、私はこの寺から車を走らせて、弟子にカンポン先生の動画を撮らせた。それから、私はカンポン先生とご両親をスカトー寺に呼ぼうと決めたのだ。以前、カンポン先生とご両親は、丘の中ほどにある 16 番のクティに泊まっていたが、車椅子を押して登ったり下ったりしなければならなかった。ソンシン師は急いで、この一家のために、もっと使いやすいクティを立てた。その後、カンポン先生にとって地を揺るがすような大きな変化が 2 回起こった。障害者から自由になり、身体の障害を、ダンマを伝える道具として使うと宣言した。すべての「苦」はカンポン先生から消えてしまった。私は自分の足をカンポン先生の膝に置いてから足をどけ[39]、「人間はこの世界で最も尊い存在だ」と言った。

---

[39] これはカムキエン師が病気のためスカトー寺で静養されていた時に、カンポンさんが師を訪れた時の一コマの様子を示したもの。リラックスして横になって休んでいたカムキエン師が、カンポンさんの膝にチョンと足を乗せて親しみを示した時の様子である。

その後、「善徳の友の会」のシニナートさんの支援もあり、移動用に電動車椅子とバンが提供され、カンポン先生は色々な場所に法話に行けるようになった。このような人はこの世の中にカンポン先生ただ独りだと言えよう。スカトー寺の僧侶たちも、大変優しく、懸命にカンポン先生の世話をしていた。しかし、みな非常に貧しい僧侶であり、自らの生活もままならないでいる。手助けするワイヤーワチャゴーン[40]もいない。寺院の中には、僧侶は直接には金銭の布施を受けとらないが、ワイヤーワチャゴーンがそれを受け取り、必要な時にはいつでも使えるようにしているところもある[41]。

以下はとても心配していることだ。今私はがんという重い病気にかかっていて死ぬのは確実だ。それが遅くなるのか早くなるのかは分からない。毎日世話をしてくれるのはトゥム師とノース師で、その他には親切な方が手伝ってくれる。私が死んだ時には、葬儀は他の行事と一緒に行わないようにと言っておく。別の日とか別の月に行っておくれ。火葬は簡素にして寺院の火葬場を使うように。火葬の後は、夜が明ける前に

---

[40]「ワイヤーワチャゴーン」はタイ語。在家の信者であるが、住職から書面で任命され、僧侶に対して政府から定期的に支給される食費（ニティヤパット）の支出を担当し、また住職の指示に従って寺院の財産の管理・保全・運用を行う。

[41] カンポンさんがシニナート氏に出会う前の一時期、スカトー寺の僧侶たちは、カンポンさんが暮らす際に必要な身体ケアを手伝っていた時期があった。しかし、寺外での活動などが増えるに従ってそれらの援助は厳しくなり、シニナート氏の支援に託す形になった。そのことへの感謝を示していると思われる。

事故で全身麻痺という障害を負いながらも気づきの瞑想で苦しみを超えていかれたカンポン・トーンブンヌムさんについては、以下の動画が詳しい。
参考：カンポンさんのドキュメンタリー動画
『死・それは命の最後の授業』
https://youtu.be/JqR2u--5AC8?si=N2PiPkNkmv1sWyl_

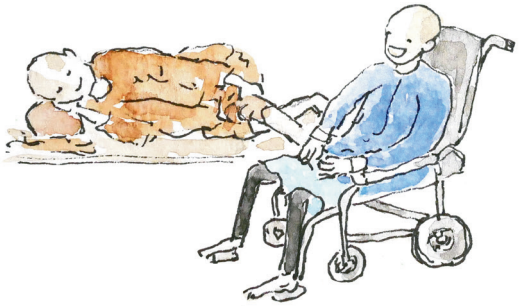
私の骨と灰を集めて、在家のみんなの目には触れないようにしてほしい。それから遺骨と灰は、サーラー・ナームサイの前のハナモツヤクノキ（花没薬樹）の下に、それほど深く掘らずに埋めるように。アビダルマの読経は、タイ語の訳を付けて行うこと、そして説法を行うことは、パイサーン師、ノース師、トゥム師、ソンシン師に任せる。葬儀の行事は5日を超えないようにして、その後、遺体を火葬にするように。ばかげた贅沢な葬儀は行わないこと。何も複雑な儀式はやらずに、適切で簡素なものとするように。私の呼吸が止まったら、バーン・トゥン・カム・ルアン地区から地域の医者を呼び、身体が腐らないように注射をしてもらうこと。人目に触れないようにすること。棺桶はもうノース師に用意してもらっている。

　ダンマへの到達は心の中で起こる。カンポン先生は、全く体に頼ることなく、ただ彼の心のみを通して、生じてくるものは何であれ、それに気づいたのだ。ティアン師も心を通じて生じた。ルーパとナーマの生滅を観たのだ。思考がまるで後ろから背中を押してる人のようで、興味を惹かれた。やがてティアン師は精神的な変容を遂げた。これは仏陀が剃髪して、その髪が二度と生えてこなかったことと同じような変容だった。カンポン先生の悟りも同様に思考を観ることから生じた。これは二度の地を揺るがすような大きな変化となった。それは障害から自由になったことと、身体の障害をダンマを伝える道具として使うことを宣言したことである。

心の鍛錬

かつて長い間惑わされ続けてきた思考の生滅を観ること、これ、すなわち心の鍛錬である。特定のリズムを作ることに専念する。思考に気を配ったことすらない。それに長い間、騙されていた。14 のリズムは後から現れるもので、型にこだわる必要はない。もし、正しく修行すれば、間もなく解脱が可能になる。

カンポン先生は心の鍛錬を通じて、思考の束縛から解き放たれ、すぐに障害者であることから解放された。障害者であることを、法の教えの道具として用い、あらゆる苦しみからの解放という、地を揺るがすような体験を得た。



素晴らしい病の経験

2014 年 3 月 1 日

食事が取れないときは医師が飲み込めるように助けてくれ、呼吸が困難なときも医者が、呼吸を楽にしてくれる。食べ物が食道を通るのが難しくなると胃に直接穴を開ける処置が必要となり、呼吸を楽にするために声帯も切除した。状態は良くなったり悪くなったりを繰り返している。がんに対する直接的な治療はまだ行われていない。今回の病気の経験は素晴らしい。病気になることは一つの出来事であり、治療はまた別のもの、そして命（心の命）もまた別のもの。自由である。私自身（個人）は、何ものにも縛られることはない。命（心の命）はダンマによって導かれている。苦しみの中に苦しみ無きがあり、痛みの中に痛み無きがある。死によって死なない。なぜならそれは、ルーパ、ナーマ、五蘊の真実をありのままに観ることだから。これらは 48 年間[42] の瞑想修行と学びを通して一貫して得たものだ。

---

[42]「48 年間の瞑想修行」とは、1966 年にカムキエン師がまだ在家であった時にティアン師に出会い修行を始められた 1966 年から 2014 年のご逝去までを指す。なお、p. 67「カムキエン師略歴」にある「46 年の僧侶生活」は 32 歳で出家されてから 78 歳でお亡くなりになるまでの 46 年間のこと。ちなみに仏陀は 35 歳でお覚りになり、その後約 45 年間教えを説きながら各地を遊行された。

ガマターン（修習）の学びは尊い学問である。ヴィパッサナー（洞察）に達すると、ルーパ・ナーマが完全にその真実を明らかにする。元々の状態もすべて明らかになる。自分自身で悟るものであり、他人が代わりに答えることはできない。「苦しみ」は真実ではなく、「苦しみのないこと」が真実である。すべてから解脱する。感覚欲の煩悩（カーマーサヴァ）、無知の煩悩（アヴィッジャサヴァ）、存在欲の煩悩（バーヴァサヴァ）―これらはすべて消え去る。ルーパ・ナーマのあらゆる現象は消滅する。

ティアン師、我が師は、いつもこのように教えておられた。幸せになる自分も苦しむ自分もない。ただサティ（気づき）だけが、唯一無二のものとしてある。過去のあらゆる不善の行いは消え去り、開花と発展、豊かさ、そして満ち足りた人生へとつながる。それはまるで、雲間から現れ出でた月のようだ。心の輝きは、命（心の命）を何物によっても陰らせないものにしてくれるのだ。

ある日、サオハイ・チャルームプラキアット病院の院長と話をした。心は自ら微笑んでいるが、それは感情から生まれた微笑みではない。心の輝きは「微笑む心」と呼ばれ、それは自由である。心そのものが心の基準であり、変わることはない。それゆえ有（う）の終わりであり生（しょう）の終わりである。

瞑想修行によってヴィパッサナー（洞察の心）を得ると、カルマ（業）への確信が深まる。無知や迷信は完全に消え去る。すべては自分の業によって起こるのであり、他人が自分の心を濁らせたり清めたりすることは決してできない。悪業は、決して行わない。自分を苦しめること、他人を苦しめることは、決してやらない。善きこと・正しいことは、純粋な心で絶えず実践し続ける。

寺院にいる比丘はまだ修習の力が弱く洞察の心に至っていないため、車で各地のパリワート[43]に連れだって行っている。メーチー[44]達も洞察の心に至っておらず、無知と迷信に基づいて話している。しかし、お寺に住んでいるわけでもないのに、在家の女性、老人の中には無知と迷信に浸り込んでいない者も沢山いる。真剣に瞑想合宿に集い取り組めば洞察の心を得ることができるのだ。

寺にいるメーチーたちはあまり誘いあって瞑想修行をしたり、法話を聞いたりしない。次の指導者となろうとしている僧侶達もまだ洞察の心に入っていない。初歩的なルーパ・ナーマが少し観えた程度で精進を止めて切り上げてしまう。それにジンタヤーン（思考から生じる知識）やヴィパッサヌーや、理屈探しに没頭して説法師のごとくふるまい、次第に直接的な体験がぼんやりとしたものになる。説法も（誰かのものを）そのまま真似て使ったり、思考や記憶から生み出したりしてディッティマーナ[45]になり、師に敬意を払わず、あたかも水牛がツノを乱暴に振りかざして暴れるようなことになってしまう。皆がこんなありさまなら、寺の看板から「サティパターナ（念処：気づきの礎）」の文字を外して「スカトー森林寺」だけにしなければならない。

---

[43] 脚注 30 を参照。なお、パリワートには細かな決まりごとが多くあるため、対応できる寺院は限られている。必然的に、そこには各地から「僧残」違反を犯した多くの僧侶が集まり、パリワートが行われる。

[44] メーチーとは白衣を纏い髪と眉を剃り、八戒または十戒を守り仏教の修行を行う女性のこと。多くは寺院に住み込みで修行を行う。叙階されていない為、在家女性としての身分である。

[45]「ディッティマーナ」はパーリ語。「ディッティ」は「見」、「マーナ」は「慢」であり、「自らのうぬぼれの心」のことをいう。

聞くところによると、寺にいるメーチーたちは呪術師を先生にしてしまっているそうだ。時には誘いあって車で行って、彼に病気を治してもらったりもする。ゲーンクロー郡で本物の教えがあるのはバーン・クットゴーンとコークスーンの集落にあるお寺のみで、プーカオトーン寺やスカトー寺にはもはや明確な教えがない[46]。ティアン師の古くからの弟子であるソムジャイ師やソンシン師など、サティパターナ（気づきの礎）の原則に則ってダンマを教えているものはいるが。ノース師、トゥム師も柱となる人材であり、まだ多少望みはある。

健康を維持するために財産を犠牲にし、生命を維持するために健康を犠牲にする。ダンマを維持するために生命を犠牲にする。青年期から老齢までの人生での経験は様々だ。30 代から 40 代、50 代、60 代、70 代、それぞれ違う。70 歳を超えると少しつまずいただけで倒れてしまう。よろめけば立っていられないので、環境の助け、適切な道や住み家などが必要になってくる。人生の若い時期に老いについて少しは考えておいたほうがいい。若者が老いた者を批判することは必ずしも正しいとは限らない。まだ老いていない者にとって、老いはまだ理解することができない。しかし、老いた者は若者の事を理解することが出来る。なぜならばかつて若者だったからだ。

---

[46] バーン・クットゴーン（集落とその中にある寺）、コークスーン（集落とその中にある寺）、プーカオトーン寺、スカトー寺は、いずれも地理的には非常に近く、ティアン師系の瞑想を実践している寺院として姉妹関係にある。この文章の背景としては、プーカオトーン寺、スカトー寺いずれもカムキエン師が常におられたわけではなかったので、弟子たちに対する叱咤激励の意味も込められていたと思われる。

ヴィパッサナー（洞察の心）に達するまで修習を積み、四聖諦の原理を理解し八正道と呼ばれるブッダの理論に従って人生を歩めば、自動的に道が開かれていき、正しさへと導かれる。すべてが正しい。なぜならそれが聖なる真理であるからだ。

今、わたしは病の状態のため身体も話すことも不自由だ。口頭で法を説くことはもうできないが、話す代わりに書く事ができる。ダンマを維持する為なら、生命を犠牲にすることもかまわない。正しさと共にいることにする。その命は死ぬことがない。

ルアンポー・カムキエン・スワンノー師（1936-2014）の略歴

1936 年 8 月 12 日、7 人兄弟の 3 番目としてコンケーン県ノーンルア郡に生まれる。チャイヤプーム県ケーンクロー郡に移り、両親を支え農業に従事していたが、10 歳頃父親が亡くなり、二人の兄姉は祖父母のもとへ移ったため、親代わりとなって働かなければならなくなった。

15 歳で沙弥出家。2 年後に還俗し、再び農業に従事し家族を支える。その献身的で勤勉な姿に周りの人から信頼を受け始める。17 歳頃から人助けのためのモータム（仏教系祈祷師）[47] として呪文、聖水作り、悪霊祓い、病人の治療などの技術を身につけ施術を行う。

22 歳で結婚し家庭を持つ。在家生活の中でも五戒を守って生活し、ある程度の心の平安は感じていたが、法（ダンマ）の道を求める気持ちが強くなり、30 歳頃から瞑想の師匠を探すようになる。

1966 年、ルアンポー・ティアン・チッタスポー師と出会う。当初はティアン師が教える瞑想スタイルに躊躇があったものの、ティアン師への信頼は深く 32 歳で再び出家。ティアン師のお供をしながら瞑想指導を行なう

---

[47] タイの東北地方におけるモータム（หมอธรรม、Modhum）は、師から教わった戒めや禁忌を厳格に守りながら呪術を行う伝統的治療者。人々は僧侶と同じように強い信頼と敬意を寄せ、モータムが超自然的な危険から守ってくれると信じている。また、心身の癒しの場として地域で重要な役割を果たしている。

ようになる。1969 年、従兄弟のルアンポー・ブンタム師とともにチャイヤプーム県ケーンクロー郡のスカトー寺がある森に居住し修行を始める。

1970 年代頃から、村人たちの困窮、悪行の横行、森林破壊などの姿に接し、ダンマを基とした農村開発事業にも従事し始める。寺内での幼稚園、米銀行、森林保全などの自然環境保護活動により、「開発僧（かいはつそう）」としても名が知られるようになる。瞑想指導者としては、海外（アメリカ・中国）へも招聘され指導を行なう。

その後も瞑想指導と自然保護活動の 2 つを柱に出家生活を続けていたが、2006 年悪性リンパ腫を患い治療が始まる。2014 年初頭から緩和ケアを受け、2014 年 8 月 23 日、78 歳でスカトー寺にて逝去。46 年の僧侶生活であった [48]。

---

[48] 参考：カムキエン師のドキュメンタリー動画
『何ものかであるものは、何もない
～カムキエン・スワンノー師ドキュメンタリー』（タイ語、英語、日本語字幕）
https://www.youtube.com/watch?v=-COaYeUrwOw

日本語訳者あとがき

浦崎雅代

スカトー寺前住職カムキエン・スワンノー師の『カムキエン師　最後の言葉』は、2014 年 8 月 23 日、78 歳で逝去されたカムキエン師が、生前書き残されたメモを元に編集されました。カムキエン師は、日本人のタイ出家僧、プラユキ・ナラテボー師の師匠として知られていますが、その他にも多くの出家者・在家者の弟子を育成なさいました。

2015 年からは毎年、カムキエン師の遺徳を偲び、学びを今に繋げていくというイベントが、バンコクやスカトー寺で行われております。8 月はカムキエン師の誕生日（8 月 12 日）とご命日（8 月 23 日）という意義ある日が重なっている月であることから、この時期に開かれます。そしてそのイベントに合わせてカムキエン師の教えをまとめた本が、2024 年 8 月に出版されました。

その本は、タイ語のみならず英訳本も同時に出されました。タイ語では『カムキエン・スッターイ（คำเขียนสุดท้าย）』、英語では、『The Last Writings』というタイトルです。カムキエン師が残されたメモが師の筆跡のまま目に触れることができるだけでなく、ご自身や仲間たちの若き日の瞑想修行の様子、病をもつ身となられてからの心情や法の学び、弟子たちに伝えたいメッセージなどが率直に記され、非常に貴重な内容となっています。

カムキエン師のご本はタイではこれまでも何冊も出版されており、以前から翻訳したいと思っておりました。一部、教えのエッセンスを訳

してウェブサイト「note」で公開したことはありますが、本格的に1冊全てを訳すのは初めての試みでした。この挑戦に力をくださったのは、タイや仏教に普段から慣れ親しみ、また翻訳者や通訳としても活躍されている4名の善友（工藤圭史さん、橋本香代子さん、尾崎和子さん、林聰馨（Satoka L.）さん）とのご縁のおかげです。5名で英語とタイ語それぞれから日本語訳を行なうチームを結成し、2024年9月から26回の会議を持ち、検討を重ねて翻訳作業を進めてまいりました。

カムキエン師のお言葉は、シンプルな表現ながら非常に深遠な教えを表す内容も多く、それらを理解し、日本語にするという作業は、訳者全員にとっての修行でもありました。また内容によっては、タイ、あるいは東北タイの地域や文化に関するもの、カムキエン師ご自身の仏教理解に関することなど、その背景を理解しなければ訳せないものも多々ありました。

そのような場合には、タイ語版の編集にも関わられたスティサート・パンヤーパティポー師（ノース師）、英訳版の監訳者であったキティクン・カタヴァノー師にお伺いし、ご協力を仰ぐことができました。お二人に対し、心から感謝を申し上げます。特にスティサート師は、カムキエン師が病になられてからずっと師のお側でケアを担当されておられたため、その日々の様子からの学びを細やかに伝えてくださいました。

訳語に関しては、チームで智慧を出し合いながら精一杯わかりやすい訳に努めてまいりましたが、誤訳などがありましたら全て監訳を担当した浦崎の責任ですので、ご指摘を頂けますようお願いいたします。実は、カムキエン師の本はまだ正式に日本語訳された本はなく、この『カムキエン師　最後の言葉』が初めての邦訳本となります。

この本は、日本で瞑想実践に取り組んでいる方はもちろん、苦しみなき生き方や、病や死という人生の大きな課題に向き合っている方に対しても、新たな視点や励ましを与えてくださると確信しています。

カムキエン師の最後の日々。それはある意味、長年取り組まれた仏道修行の集大成としての日々であったのかもしれません。気づきを高め、智慧と慈悲を深められていかれたカムキエン師。体の苦しみはあれど、心まで苦しむことはない。病床においても、最後の一息を迎える瞬間まで心苦しむことなく、自然な、いつものままのお姿で息を引き取られたと伺っています。

この本をお読みくださった皆様が、そのカムキエン師のお姿の一端に触れ、気づきを高め、法（ダンマ）の学びを深めるご縁となることができましたなら、訳者としてこれ以上の幸せはありません。

最後に、自らの死が近い中、言葉を通した学びを残してくださったカムキエン師に、深い感謝の思いを捧げます。

2025 年 8 月

肉体はもうそんなに長いことは持ちません

しかし、善友であることはこれからもずっと続いていきます

肉体はもうそんなに長いことは持ちません

しかし、善友であることはこれからもずっと続いていきます