

月刊

いじろのとも

子どもはペン！

第四卷

三月号

春分の梅

春分を

咲きて祝いし

梅の花

人は変わる

心を磨いたら

自然の変化
人のこころ

見えなかったものが
見えてくる

感じられなかったものが
感じられる

親にとり

子どもはストレス

解消の

ペットとなりし

多くの家庭で

怒鳴れども

泣いて従う

子どもたち

切って切れない

親子のえにしに

機嫌よく

時に気分で

可愛がる

戸惑う子ども

何ぞ信じん

生きがいを感じたい人は

二、生活の経済をかためよう。

「衣食足りて礼節を知る」とか「衣食足れば則ち荣辱を知る」ということわざをご存じでしょうか。これは、いずれも中国のことわざで、衣食の心配のない生活になつて、はじめて礼儀を知ることになる、あるいは名誉を重んじ恥を知るようになる、ということを言っています。今月号のテーマの「生活の経済をかためよう」というのも、このことわざでいう「衣食足るようにしよう」ということなのです。

ところで、私が考える人間の精神の働きには、四つのものがありました。つまり、心（情動・感情）の働き、体（感覚・運動）の働き、頭（認知・言語）の働き、魂（自我・人格）の働きでした。そして、これらの働きはこの順番に、年齢とともに発達（暢達）すると考えられます。ということは、前の働きが後の働き的前提になつていくということでもあります。

では、ここでいう「生活の経済をかためる」のは、これらの働きのどれに関係があるのでしょうか。それは、お分かりだと思いますが、心の働きに関係しているの

です。心の働きは、人間の心の中を整理してくれる働きです。それは、性欲や食欲や優越欲を始めとする様々な欲望、ふさぐとかはしゃぐとかいった気分、快苦喜怒哀楽などの情緒、人と心を通わせたいとか人を愛したいとか思いやるとかいった感情、などからなっています。

人間の「人格完成」への発達（暢達）途上では、心が満たされ、幸福感を味わうのは、これらの心の働きが十分に発揮された時なのです。それが後の発達（暢達）の基礎となつて行きます。そして、それが実現されるのは、大多数の場合、家庭においてだと思つたのです。つまり、性欲の満足はさておき、雨風や寒さが防げ、食欲が満たされ、自分が一生懸命したことが家族に認められ、家族から十分に愛情を掛けられたときだと思つたのです。これは、実は子どもだけではなく、自己への執らわれを捨て切れない世間の大多数の人にとつても、同様に当てはまるのだと思います。

ですから、家庭の中で生活の経済をかためて、食欲が満たされ、雨風が防げるようにすることが、基本的に大切になります。

しかし、ここで注意しなければならないのは、いま述べたことは最低の生活が満たされる必要を説いているだけだということです。例えば、日本が第二次世界大戦後

に経験したような、極端なひもじさは避けるべきだといっているのです。現在のようないかなる無制限な経済的發展を推奨しているのではないのです。世界中から美味しいものを輸入し、たらふく食べて、腹一杯になつてゐるのに、さらに食べ、遂には少し箸を付けるだけで食べ残り、後は捨ててしまふような、贅沢をなさいと言つてゐるのではないのです。そうではなくて、私は、資源は大切にしなければならぬと思つてゐるのです。そして、自分でも出来るだけ実行したいと思ひ、毎日粗食に心掛けてゐます。肉、特に牛肉や豚肉のような、生産性の悪いものは控えて、殆ど食べません。ヨーガのお陰で、別に欲しいとも思ひません。出来るだけ牛や豚にやるダイズやイモやトウモロコシを食べるべきだと思ひそうしてゐます。他にも安い卵とバナナを欠かさず食べてゐます。パンもめん類もごはんもお菓子も殆どたべません。また、魚も高級魚の餌になるイワシやアジを食べるように心掛けてゐます。

それはさておき、もう一つ注意しなければならぬことがあります。それは、もう先程ちよつと書きましたように、生活の経済をかためなければならぬのは、特に成長途上にある子どもにとってのことだということなのです。大人は、出来るだけ食欲は勿論のこと性欲にも優越

欲にも金欲にも、執らわれないことが大切です。

どうも子どもの時から、経済的に不自由をしますと、そのことへの執らわれが出来るようです。宮城音弥という著名な心理学者によりますと、子どもの頃とても貧しかった田中角栄氏も「勿頸（ふんけい）のまじわり」と言われた億万長者の友人、小佐野賢治氏も、その子どもの頃の貧しさという劣等感を補うために、お金を無性に貯めたがったのだと書いてゐます。

しかし、人間は食欲（金欲）、性欲、優越欲を克服し、気分や情緒を統制しない限り、本当の幸せはやつて来ません。子どもの頃には、自分がなかなか統制できませんし、後の執らわれの原因にもなりますから、飢えたり、凍えたりしない程度の経済的な安定が是非必要と思ひますが、成長した後は、逆に経済への執らわれを捨てる努力が必要になります。自分や一族の偉さを示すためにお金を貯めるような愚かさや、経済的な豊かさやその平等だけが人間の幸せの根源だと思ふような思い違いから、開放される必要があります。極端に言えば、明日食べるものは明日考へる、とも言えるのです。自らは、質素儉約に勤め、財物の浪費を避けて蓄積し、飢えを防ぐことは大切ですが、その蓄えが余れば喜んで不自由な人に差し上げること、それに劣らず大切なことなのです。

自作詩短歌等選

磨く

多くの人は
しげしげと
靴を磨く
車を磨く
家を磨く

でも

めつたに
心は磨かない

それは

磨いても
磨いても
磨いたと
直ぐには

感じられないから

磨きなば

磨きしほどの

光あり

心に宿す

仏さまなら

人間の値打ち

人間の

値打ちがどこに

あるのかと

尋ねられれば

答えなむ

自分を殺し

他人を生かせ

仁の思想

中国の

仁の思想は

自分を殺して

ひとを生かす

ということ

なのに今は

ひとを殺して

自分を生かしている

こんなことでは

どこまで行っても

争いは絶えない

こがらしの夜

木枯らしや

布団も冷たし

借家かな

気付かぬ矛盾

自らが

差別されたと

言う舌の

乾かぬうちに

差別発言

自作随筆選

人を食った話

あいづち

かつて

日本の偉大な

総理大臣だった

吉田茂が

記者団から

総理は何故そんなに

血色がよいのですかと

問われて

いつも人を食っているからだ

と答えたという

これぞ

まっこと

人を食った話ぞ

あつはあはあはあはあー

あいづちは

次の六つが

よろしかる

どうりで！

なるほど！

それから！

ほんとう！

うっそう！

はいはい！

出来るだけ

相手を

なめる気持ちで

言うが

よろしかる

人間の子育ての意味

「人間は、人間に育てられてのみ人間となる。」この命題は、人間の子どもが人間の親によって育てられることを言っているように解されますが、しかし、ここに含まれる意味は、それだけに限定されないように、私には思えるのです。子どもと親との交互作用が含まれているように思えるのです。子と親との精神の弁証法的統合があるように思えるのです。ですから、その意味を酌んで先の命題を親の立場に置き換えれば、次のようになると思います。「人間は、人間を育てることによってのみ人間となる。」この命題の意味を少し考えてみたいと思います。

日本には、「子を持って知る親の恩」ということわざがあります。このことわざの意味も、この子と親の相互作用を表していると思います。人間は、自分の意志を超えて、特定の親の子として、特定の素質を持ち、特定の環境の中に生まれてきます。それを、仏教では宿業と言っています。人間と言えども、この宿業を逃れることは

誰にもできないのです。自分が気がついたときは、もうそこに否応なく「贈られてある」自分があるのです。親が、「愛情」をたっぷり持ち、「自由」と「統制」のTPOや父母の役割分担をうまくやれるとは限りません。そうでないことの方がずっと多いと思います。

例えば、もし親から「愛情」を十分もらうことなく育ちますと、愛情がどんなものか分からない人間、人に愛情をあげることの出来ない人間に育つと思います。もし、結婚し、子を育てることによって、人間の愛情がどんなものかを知るようにならないのだとすれば、そうした人が、子どもを育てますと、その子どももまた愛情の分からない人間に育つてしまいます。

でも、有り難いことには、人間は結婚して人間としてもっとも親密な夫婦という関係を持ちますと、愛情とは何かを知るチャンスが生じます。つまり、必ずそうなるとは限りませんが、もし相手やその家族が愛情深いときには、その影響で愛情を知るでしょう。また、自分の子を育ててみれば、子どもの可愛さから、愛情を掛けるようになることもあります。それは、連れ合いの愛情の深さを見ることによってそうなることもありますし、子どもの可愛さによって自分の愛情が呼び覚まされることもあるでしょう。

このように、子どもを育てる過程で自分が子どもに愛情を与えることが、自分も愛情とは何かを改めて知る機会となるのです。

ところで、愛情とは何なのでしょう。私は、それを「人の心を感じる心」と言っています。それは、人の痛みを我が痛みとを感じる心、人の喜びを我が喜びとを感じる心です。もし、そう感じますと、人の喜怒哀楽や快苦が我がことと同じになるわけですから、その人の痛みや悲しみを取り除き、喜びを与えるように振る舞うことになります。それが愛情なのです。それは、自分を捨てた相手への奉仕です。現代人の慣れている取引やかけ引きではありません。一方的な奉仕なのです。仏教でいうお布施なのです。

現代人は自分の利益や欲望を追求するのに慣れていますが、子育ても自分のエゴでします。自分の優秀さの証明として子どもの成績がよいことを求めます。あくまでそれは自分のためです。そんな子育てをしていますと、子どももエゴイステイックになり、自分の子どもが出来たとき、自分の思い通りに育たなければ、ノイローゼになったり、子どもを虐待したりするのです。

現代人は経済的な豊かさの追求になれて、子どもを育てることぐらいで愛情を回復できにくくなっていること

も事実だと思えます。でも、この子育てがなければ、このエゴの追求は益々ひどくなるのではないかと思えます。子どもを少ししか生まなくなってきたことは、愛情の大切さに益々気付く機会を少なくしています。ですから、ここで、前に書いた家庭を人間修行の場として捉えなおし、お互いが自分を統制し、相手の立場に立てるようになることが大切になっていくのだと思うのです。

立花大亀禅師語録

今日（二月十四日）のNHK「こころの時代」は、京都大徳寺如意庵住職立花大亀禅師へのインタビューでした。老師は九十四歳（明治三十二年生まれ）で、難聴で少し聞き取りにくい発音でしたが、淡々と「茶禅一味」について、途中で茶を飲みながら話されました。堺の貿易商の息子だそうです。番組の中で語られた、興味をそそいだ言葉をあげておきます。

・この世は強いものから滅ぶ。恐竜のように。いま人間が危ない。
・油で危ない。油断するなというではないか。自動車は自動車と言うより油動車と言ったほうがよい。

・講演では、かつて勉強したことのある碧眼録、無門関、臨濟録、毒語心経などのことを話す。

・お茶は友情を温めるもの。お茶はほろ苦いから好き。人生もほろ苦い。いつか死なんならん。

・岡倉天心は、茶の本の中で、お茶は些事の中に偉大を感じることである、といっている。偉大とは何か。それは天地と我と同根ということ。天地自然の行い。女の人が子を産むということ。いまは、その自然を食っている。破壊している。

・お茶をたてるとき心掛けることは、お客を選ぶこと、掃除をすること、掛け軸を選ぶこと、にじり口で心から客を送ること。

・南方録（南坊宗録著）の朗読あり。「律」は犯してはいけないということ。

・佛という字は、人をはらうと書く。それは、無になること。自己を捨てること。永遠の自己を見つめること。六根を出さないで、自己にのみ生きること。

・一休さんの歌。「有漏路より 無漏路に返る 一休み 雨降れば降れ 風吹けば吹け」

・下手な修行ならしないほうがよい。修行の尾を引くから。海亀が、砂浜に穴を掘って産卵し、海に帰るとき、足跡を尾で消すが、その尾の跡は残るように。

釈尊のごとば（九）

法句経解説

（三七）心は遠くに行き、独り動き、形体なく、胸の奥の洞窟にひそんでいる。この心を制する人々は死の束縛からのがれるであろう。

人間は、今日よりもよりよい明日を目指して生きています。明日こそは、よりよい人間になることを目指して生きています。命に限りがあるからこそ、あるいは命の限界を意識するからこそ、それを強く望みます。

そうした、よりよい明日を願う精神の働きを、私は、「たましい」と呼んでいます。心理学の言葉でいえば、「自我・人格」機能ということになります。

この詩の「心は遠くに行き、独り動く」といいますのは、この自分が目指すよりよい目標を達成するためには、自分の欲望や情緒や気分を意志通りに制御しなければなりません。それがなかなか出来ないで、自分の設定した目標から、つまりたましいから遠く離れて行き、勝手に動いてしまう、ということなのです。

次の「形体なく」は、心は働きとしてあるだけで、ど

こにも実体がないことを言っています。ですから、捉えどころがないのです。手や足や内臓の臓器のような具体物として存在しているのでしたら、それを制御することも出来やすいでしょうが、見えないものですから、「胸の奥の洞窟（＝心臓）にひそんでいる」ということになるわけです。

このように捉えどころのない心を自分の意志通りに制御できる人は、「死の束縛からのがれることができる」というわけです。

では、死の束縛とは何のことでしょうか。私たち人間は、生きているのに死ななければなりません。こんないやなことはありません。人生で一番いやなことは、誰にとつても死ぬことだと思ふのです。ですから、大多数の人は、死ぬことに執らわれてしまいます。それが死の束縛なのです。

中国の王様は、死にたくないので、権力のままに不老長寿の薬を世界中に探し、結局命を縮める砒素（ひそ）を飲んでいました。また、独り死ぬのは淋しいので、何百人もの部下を殉死（じゅんし）させました。なんと愚かしいことでしょうか。人の命を助けるために自分の命を投げ出すのはとても美しいことと思いますが、自分のために人の命を奪うことは、人間としてしてはならない、

最も恥ずべき行為です。

これは、何も中国の王様だけではありません。大多数の人は、その可能性を秘めています。自分が死んでも、皆から偉かったと思われたい。こう言う名前の偉い人がいたんだと皆に知ってほしい。そのためには戒名も、いいものをつけてもらいたい。もし坊主が付けてくれないれば、自分で勝手にお墓に刻んでおく。墓石も出来るだけ皆が見るところで、しかも立派なものにしたい。できれば高野山の参道で、大名のような立派なものにしたい。こう思うのは、自分が偉いと思う人ほど強いのではないかと思うのです。まあそこまで思わなくても、自分の墓をずっと押んでくれる人が欲しいと大多数の人は思うのではないのでしょうか。でもそれはまさしく、死に束縛されているのです。死の束縛から開放されれば、自分の死後、お墓がどうなるかが、どんな戒名がつけられようが、生前の評価がどうなされようが、そんなことはどうでもよくなってくるのです。

(三八) 心が安住することなく、正しい真理を知らず、信念が汚されたならば、さとり智慧は全からず。

もう少し分かりやすく言えば、「心が制御できず、知的な真理も知らず、正しい思想を信じることもなければ、さとり智慧は欠けたものとなる」ということです。

これまでの幾つかの偈では、心を制御することの大切さを説いてきましたが、この偈では真理を知ることと、正しい思想を信じることの大切さを説いています。

私の心理学モデルで言えば、真理を知ることとは、「あたま」(「認知 言語」)の働きによります。また、正しい思想を信じることは、「たましい」(「自我 人格」)の働きによります。こうした、精神のいろいろな働きが総合されて、欠けたところのないほとけの智慧、つまり悟りをうる事が出来るわけです。

では、真理を知ることの内容はどんなことなのでしょう。それは、例えば人間の心理のあり方に対する考え方、私ので言えば「人間精神の心理学モデル」を知ることですし、あるいは仏教的な哲学を知ることになります。これまで般若心経について解説をしてきましたが、そこには仏教の哲学が多く説かれています。

また、正しい思想を信じることの内容ですが、それは、例えば仏教の哲学を信じることに当たります。哲学でも、理論でも、知ることと信じることは違います。信じることは、信じていることに従って行動することを意味し

ています。知るのは、もしそれだけで信じなければ、行動を導くことは出来ません。人間は何かを信じて、それに基づいて行動しています。それが、その人の哲学であると言うこととなります。その哲学には、深さや浅さの差、広さや狭さの差、普遍性や妥当性の差などから様々なものがあり得ます。そうした差が、その哲学を崇高なものにしたり、俗なものにしたりするわけです。

私は自己モーメントと他己モーメントの二つの哲学的命題をあげています。自己のそれは「人間は自分自身を知ることを目指して、より善く生きる存在である」というものであり、他己のそれは「人間は法を目指して、より善く社会的であろうとする存在である」というものです。この二つの目的が完全に達成されたとき、自他が統合されて一つになり、悟りに達することが出来るのです。つまり「絶対自己（＝天上天下唯我独尊）即絶対他者」の自覚に達することが出来るわけです。

この境地は、仏教の言葉でいえば、自利即利他、作仏即度生、上求菩提（じょうぐぼだい）即下化衆生（げけしゅじょう）と言えるべきものです。

しかし、言葉でいうのはやさしいのですが、なかなかこうした境地に達することは難しいことです。ですから、達することばかりを考えて生きていますと、もし達しな

いで人生を終わらなければならぬ時、とてもみじめになつてしまいます。ですから、人様を生かすために、自分を殺して、今日一日を精一杯努力して生きることが大切になるのです。そうしているとき、必ず生きがい訪れて来ます。

（三九）心が煩惱に汚されることなく、おもいが乱れることなく、善悪のはからいを捨てて、目ざめている人には、何も恐れることが無い。

煩惱は百八あると言われるほど、たくさんあります。それは、いつも言っていますように一口で言えば心の垢です。執らわれず。偈の始めは、そうした心にこびり付いた垢の汚れを払い落とすべきことを言っています。次に「おもいが乱れる」ということですが、このおもいには、思いも、想いも、念いもあります。としますと、精神のあらゆる働きが乱れないようにすることを教えていることとなります。

次の「善悪のはからいを捨てて」ですが、これはとても分かりづらい言葉です。仏教の教えのエッセンスを表す七仏通誡偈（ひちぶつつかいげ）は「悪をなさず、善をなし、心を浄めよ、これ諸仏の教え」と言っています。

す。この通誠偈では善悪をはからえと言っているのに、この偈では、はからいを捨てると言っています。これは矛盾としか考えられません。漢文の法句経ではこの部分の訳は全く意味を変えて翻訳されています。中国では特に孔子の教えによつて道徳が重んじられていましたから、無理はないと思います。善悪は道徳の次元に属することなのです。

ところが、「目ざめている（＝解脱している）」のは道徳の次元を超えていることなのです。善悪を超えているのです。道徳にすら執らわれない境地なのです。ということは、道徳に従う境地は相対的な世界のことなのですが、解脱は絶対の境地であるということなのです。自分自身が法であり、絶対なのです。天上天下唯我独存なのです。たとえば、一休禅師はかすかすの破戒を行いました。たとえば、盲目の「ごぜ」さんを戒律を破つて自分の僧堂に連れていき同棲しました。この行為は、いまでは多くの解脱しない坊主もやっています。昔は大変な破廉恥なことであつたと思います。このように道徳は時代で変わりますが、しかし、解脱の境地は時間も空間もすべて超越していることなのです。ですから、その時代の善悪や道徳には執らわれないのです。こうした解脱の境地に達するとき、「何も恐れること

が無い」、何も不幸が無い、ということになるのです。

（四〇）この身体は水瓶のように脆（もろ）いものだと知つて、この心を城廓のように堅固に安立して、智慧の武器をもつて、悪魔と戦え。克ち得たものを守れ。しかもそれに執着することなく。

「この身体は水瓶のように脆いもの」ということですが、人間の命は実にはかないもので、水瓶がすぐ割れるように、命もすぐ終わつてしまうということを言っています。現実に、たとえ朝元氣に出ていても、夜には死体になつて帰つてくることだつていくらでもあるということなのです。しかし、心は、先程みましたように絶対の境地に至りえます。「心を城廓のように堅固に安立」することが出来ます。そして「智慧の武器を」手に入れることができるようになります。そして、それで煩惱という「悪魔と戦う」ことが出来ます。打ち克つことが出来ます。「煩惱に打ち克つことが出来たら、それを続けるようにしなさい。しかし、それに執着してはなりません」。先月号の煩惱無尽誓願断という随筆の中に、出家した作家のことを書きましたが、その作家は煩惱に打ち克つことに執着していることを示していると思います。

後記

一、以前駐車場を作っていた入り口のあたり、つまり今度新しく出来た林道の分岐点のところに、大きな地下防水水槽を設置する工事が行われています。大体完成していますが、まだ、この心光寺へは車では登って来れません。近々完成するのではと思います。完成のあかつきは、いざという時役に立ってくれることと思います。ありがとうございます。

二、二月二十四日（水）池田町PTA連絡協議会で「いま教育に求められるもの」という題で、講演をさせて頂きました。PTAの役員の方、小中の校長先生・教頭先生など六十人ばかりの方が聞いて下さいました。今度、鳴門教育大学の付属実技教育研究指導センターの紀要に載せる「人間響育要諦」の原稿のコピーと「こころのとも」二月号とをお配りし、「要諦」の内容をお話させて頂きました。講演の後、懇親会がありました。楽しく語り合い、いろいろな方とお知り合いになれました。ありがとうございます。

三、NHK教育テレビで、毎週日曜日朝七時三十分から、「こころの時代 人生と宗教」という放送があります。私は、用事のないかぎり見るようにしています。毎月の最後の日曜日は、仏教についてのシリーズものがありま

す。今年は「仏陀を語る」という題で、武蔵野女子大学教授の前田専学氏のお話です。他の日曜日は対談が殆どです。いまを売り出しているような人の話には、どこか執らわれが見えて、辟易（へきえき）することがあります。また、学者や評論家の話は知っていることを、知つたらしく話すだけで、多くは退屈します。聞いていて、何か心に残るのは、禅宗などの「老師」の話が多いように思えます。皆さんも批判の目でご覧下さい。

四、今、精神分裂病のことを研究しています。精神医学の中で、一番わけの分からない病気です。でも、私には人間の心のあり方を教えて貰えているように思えます。

月刊 こころのとも 第四卷 三月号 （通巻 三十九号）	平成五年三月八日 〒779 53 徳島県三好郡山城町国政八三四 ひびきのさと（清心者寺院）心光寺 （沙門）中塚 善成 <small>（しょうじょう）</small>
心光寺 口座番号 徳島9 53708	本誌希望の方は、郵送料として郵便振替で年間千円を次の口座にお振り込み下さい。加入者名 清心者寺院