月刊

こころのとも

第四巻
七月号

いのち短くも

花のいのちは
短くて
咲いたら
やがて
散っていく

だがしかし
人間だけが
知っている
仏信じる
喜びを
とわのいのちの
輝きを

人のいのちも
短くて
生まれりゃ
やがて
死んでいく

毎日が誕生日

人間は
今日を生き
今日を死ぬ
だから
毎日毎日が
誕生日

生きがいを感じたい人は

六、頭を使うことを楽しもう。

ご存じの通り、私たち人間の学名は「ホモ・サピエンス」で、それは叡知人ないし知性人を意味しています。一口で言える人間の特徴が、そこにあるというわけです。一面の真理を含んでいます。

ですから、頭を使うことは、人間の本質の一つをなすものだと言えます。当然、私たちの生きがいの大きな部分もそこに存在すると言えます。

では、具体的に頭を使うとはどんなことなのでしょうか。それは、難しく言えば、「シンボル」を操作することです。シンボルとは、象徴で、具体物や意味を表す記号のことです。人間は、日常接する具体的な物に名前を付けますが、それ以上に抽象的なことにも、その意味を表すためにシンボルを作りだします。たとえば数学のマイナスの数や虚数のようなもの、あるいは、自由とか正義とか、愛とかといった言葉などです。

こうしたシンボルを頭の中で操作することは、私たち人間にとって、とても楽しいことなのです。

それには、他人のシンボルの操作を自分が再体験してみることも含まれています。例えば、先月号で述べましたような、自分で自分の感動を言語的に表現するのではなくて、誰かが書いた小説や詩や短歌や俳句のような文学作品を読んで、その人が考えたことを理解し、それに感動することも含まれているのです。私は、かつて、ガロアという大数学者の本を読んで、その人の、ある微分方程式の解法のアイディアのすばらしさに、深い感動をおぼえました。論理の美しさは、建築の美しさにも匹敵していると思います。

こうしたシンボルを操作し、知的に思いを巡らすことの楽しさ、それを求める心を心理学では「知的好奇心」と言うのだと思いますが、もう少し、その具体例について、見て行きたいと思います。

人々が最も日常的に感じる、考えることの楽しさは、生活や仕事で、今日は何をし、明日は何をしようかと考えることだと思うのです。それを、一般化して、今日を明日、明日を明後日、明後日を明々後日と延ばして行けば、何年にも渡っての計画や生涯の理想を実現すること、つまり人生設計を考えることへと発展して行くのだと思います。

毎朝あるいは毎晩、それを考え、反省し、その事を日記にでも記録しておけば、後になってその時どんなこと

を考え、感じたかが分かります。それは知的好奇心を満足されてくれることでもあるのです。

こうした、「ああしようか」「こうしようか」と知的に思いを巡らすことは、このような仕事や生活の将来の計画を考えることだけではありません。

それは、いろいろな趣味の追求においても、みられます。民謡、詩吟、カラオケ、盆栽、生け花、魚釣り、ゴルフ、囲碁、将棋、読書、音楽鑑賞、などなどです。

こうした趣味を、どこまでも追求していけば、どうしても考えを巡らさざるをえません。例えば、民謡なら民謡でも、どうしたらうまくなれるか、それを考えれば、いろいろな本や先生の言うことを研究し、耳を傾けざるを得ないと思います。テープレコーダーに吹き込んで、自分の声を客観的に聞いて、自分の悪いところに気付き、直して行こうとすると思うのです。それは、一方で苦しいことかも知れませんが、一方では楽しいことなのです。人生では楽しいばかりのことはありません。苦しみがあるから楽しみもあるのです。

さらに、趣味のうちでも囲碁や将棋となりますと、この考えを巡らすことが、もっとも大きいものになってきます。囲碁について言いますと、碁盤の上に自分の思う構想を実現出来るわけですから、それを思い描きながら打っていけるのです。碁盤の上で、自分の考えの検証がその都度できるわけですから、知的好奇心の満足にこれほど適切な趣味はないように思います。ただ、これは勝負を争うものですから、勝負にこだわりますと、感情的になり人柄が悪くなって行きます。自己反省しながらよい碁を打つように心掛けたいものです。

老人ぼけが、よく話題になりますが、それを避けるには、頭を使うことがよいとされています。それも、意欲的に何かに挑戦し続けるのがよいと、私は思います。前に書きましたように、それは、自分のせまりたい目標を決めて、「ああしよう」「こうしよう」と、頭を使って思うことに関係しています。

自分が現役として働いている時だけではなく、一生に渡って、こういう状態を維持するためには、働く以外にも自分で迫りたい目標を持つことが大切です。家庭の中で、何らかの役割を果たすこともいいことですが、前に書きましたように、趣味を持つことはもっといいことだと思います。それも、自分が受け身になるのではなくて、どこまでも挑戦する積もりでやって頂きたいと思います。理想的なのは、そうした自分の趣味が人さまのお役に立つことです。そうなれば、ずっと大きな生きがいを感じることができます。考えてみて下さい。

自作詩短歌等選

アメリカの栄光

アメリカの過去の栄光
ハーレー・ダビッドソン

自由だった
アメリカ

豊かだった
アメリカ

誰でもが
金持ちになれた
アメリカ

それを懐かしんで
ハーレー・ダビッドソンで
アメリカ内をパレードする

凋落していくアメリカよ
それを最も嫌うアメリカよ
じたばたするではない

人種のるつぼのアメリカよ
誰でもが
みんな仲良く暮らせる道を
身を挺して
探し出してくれ

一字違いで大違い

お先にどうも
お先にどうぞ
一字違いで大違い

どうもは
利己に通じ
どうぞは
利他に通ず

見かけを飾る

人は
見かけを飾る

きれいな着物
念入りなお化粧
ブランドものの持ち物
豪勢な家
高級な車
きらびやかな宝石

でも
心には一杯の
垢を付けている

坊主の堕落

坊主でも
背負いし宿業
抜けられず
自ら悩み
人を悩ます

坊さんが
測る尺度に
目盛りなく
世俗のことさえ
測られもせず

世の中の
手本となるべき
坊さんが
悪事と堕落
日々に重ねつ

凡聖逆謗

解脱せば
生きて仏と
成りぬるを
分からぬ俗物
馬鹿とあざけり

名も知らぬ花

道端の
名も知らぬ花にも
うつせみの
威厳を感ず
今日の我

女性の肩

いま女性が
肩をいからせている

パットまで入れて
肩をいからせている

人間は耐えられる

人間は
耐えてなんぼの
ものだっせ

自作随筆選

人間は人間みんな同じ

同和教育に係わるある人が、人間は人間、みんな同じ、だと言うので、私は、人間は人間であって、人間を越えた存在になれる、とお大師さまの即身成仏の例をあげて説明したのですが、通じなくて頑強にそんなことはない、どこまでも人間は人間でみんな同じだ、といって引きませんでした。わたしはそれ以上は、議論をしませんでし

たが、後で考えて、同和教育を受けた人でも大多数の人は、それぐらいの認識しか持っていないのかと悲しくなって来ました。

私は思うのですが、真に「人間は人間、みんな同じ」と言えるからには、人間同志の相対的な同質性を超えた認識がないとだめだ、ということなのです。

人間が、お互いの「能力」や「経済力」や「生まれ」などの見かけの不平等を超えて、平等であり得るのは、民主主義がするような、投票権や人権といった法の下の平等を保証するからではありません。人間が人間として、みんな完全に同じであるのは、誰でもがこの世に人間として「生」まれて来て、やがて「死」んで行くということだけなのです。

ですから、ここに人間の平等の思想的な根源がなければなりません。宗教的、哲学的に言えば、それは生死の問題を考えることだと言えます。

私は、かつて、「相対比較と差別」と題する随筆を書き、講演の資料として使いました。その要旨ですが、それは、「人間」を始め、「生き物」も「物」もみんな相対的な存在であるが、相対的であるということは、お互いが比較の対象でありながら、しかも相互に依存しあう関係にあるということ、そして、比較の対象であることを意識するとき、差別が生まれ、依存し合う存在であることを意識するとき、助け合いが生まれる、ということでした。

しかし、人間はお互いを比較することは、たやすく出来ますが、お互いが依存し合う存在であることを意識することは、なかなか出来ません。科学や技術を生みだし、経済的発展をもたらすもととなった、ヨーロッパの近代自我の確立は、自己を意識し、自覚することを出発点にしていますが、しかし、それはお互いの比較を意識することへと導いて行くと思うのです。ですから、そこで言われる平等は、自分と同じように自己を意識し、自覚する相手が、自分の外にも居て、自分と同じ権利を持っていることを認めるという平等になって行きます。それが、先ほど述べました投票権や人権の平等なのです。

しかし、いくら投票権や人権を法的に保証しようとも、マルクスが資本論で鋭く指摘しましたように、人間の経済的平等はどこにも実現されませんでした。一方で贅沢三昧の人が出てくるのに、他方では飢え死にする人すら、多く出ました。いまの国際的な状況も同様です。日本のような富裕な国がある一方で、アフリカの国々のように餓死者が出ているところもあります。そこでは、人間の生存権すらが保証されていないのです。かつて、マルク

スはその解決を経済制度の中に求めましたが、それが失敗であったことは、多くの尊い人命の犠牲を残して、相次いで崩壊する共産主義国が証明しています。

結局、お互いの個別性を意識するような、つまり人間の相対的な同質性だけを意識するような思想からは、真の人間的な平等は実現しません。もし、弱者を保護するような施策が行われるとしても、それは強者が余り物を恵んでやるという、傲慢の福祉でしかないのです。

そうではなくて、真に、お互いが謙虚な気持ちで行う助け合いは、「人間」を始め「生き物」も「物」も、あらゆるこの世の存在者がお互いに相互依存し合っていることを意識する思想からしか生まれないように、私は思うのです。しかし、それを意識することはとても難しいことなのです。

実は、相互依存を意識するためには、最初に述べましたように、人間を超えたもの、「超越者」を媒介とする、あらゆる存在との一体感がいるのです。

相対的存在は、お互いに「あいたいして」のみ存在出来、相互依存してのみ存在出来ます。何かと何かの因縁によってのみ存在することができるのです。ですから、自分の意志でこの世に生まれて来た人は誰一人としていませんし、普通の人で、自分の意志で死んで行く人も一人もいません。お互いに、自分を超えたものによって、ただ生かされて生き、そして死を与えられて死んでいくだけなのです。

この私たちを超えて、私たちを生かし、死なせるもの、そのものが、あらゆる相対なるものを存在せしめている、絶対なるもの、「超越者」なのです。それを神と呼ぼうと仏と呼ぼうと同じことです。

なかなか理解して頂けないのですが、私たちは、有り難いことに、訓練することによって、つまり修行することによってこの絶対なるものと一体なる体験、意志を疎通させる体験、自分が守られている体験をすることが出来るようになります。

そうなったとき、始めて、私とあなたが真に一体で、等しいと感じることが出来るようになるのです。いくら「あたま」で人はみな等しいと教えられ、ああそうかと分かっても、「こころ」がいやな人だと感じれば、行動は「こころ」に従ってなされてしまうものなのです。

これが、相互依存しあっていることを意識する心理的なメカニズムです。ここには、人間でありながら、人間をこえたものと一体になることによって、自分自身が人間を超えた存在になる道が存在するのです。そして、ここに真なる平等を実現する道も存在しているのです。

釈尊のことば（一三）

―法句経解説―

（五〇）他人の過失を見るなかれ。他人のしたこととしなかったことを見るな。ただ自分のしたこととしなかったこととだけを見よ。

いきなり理屈ぽい話で恐縮ですが、人間だけではなく、この世のあらゆる存在は、絶対・無限・永遠なる「超越」によって、存在を「贈られてある」のです。超越とは、神であっても、仏であっても、その他の「空」のような哲学的概念であってもよいわけです。超越が絶対・無限・永遠なのに対し、存在は相対・有限・時間という制限をもっています。

ですから、何回か書いたと思うのですが、人間はお互いが相対して存在しています。相対しているということは、お互いが対立的な比較の対象であるということと、それとは矛盾的に、お互いが相互的に依存しあっているということを意味しています。

それは、お互いが「自己」を主張する存在であるのに、お互いが「他者」によって支えられて生きているということなのです。

人間は、悲しいかな、自己に執らわれる傾向をもっています。ですから、滅多に他者によって支えられて生きているとは思えません。どうしても、他者は自己を否定しようとして迫ってくる存在に思えてしまうものです。そうなりますと、他者の過失や欠点ばかりを見ることになってしまいます。

私の勤務する大学は、文部省の肝入りで、幼・小・中・高校などの現場の教員を再教育する、大学院大学として十年程前に創立されました。新設ということですから、勤務する教官は新たに、いろいろな所から寄せ集められました。私も講座の開設と同時に、この大学に転勤して来ましたが、それ以来、ここで繰り広げられて来た「人間相対性比較原理」のすさまじには驚くばかりです。いまだに、寄り集まってする話は、まさしくここでいう、誰がどういう過失をしたか、また、誰が何をし、何をしなかったか、といったことばかりです。誰一人として、自分のしたこと、しなかったことだけを見ている人はいません。新しい文化を創造すべき大学の先生がこうですから、嘆かわしいこと、限りなしです。

この偈に関連した、もう一つの具体的な話について見てみたいと思います。それは、ここで述べている「自分

が何をし、何をしなかった」かを反省することを、自己啓発法ないし心理療法として積極的に取り入れている例です。それは、吉本伊信という人が開発した、内観法という方法です。この方法では、自分の親や子や連れ合いといった近親者に「①世話になったこと、②して返したこと、③迷惑をかけたこと」の三つについて、一週間に渡って毎日約十五時間、一人で静かに内省するのです。徹底した自分の過去の反省を求めるわけです。

多くの人は、自分に執らわれがありますから、親に世話になったり、迷惑を掛けたことには気付かず、親が自分の今日の状態にどれだけ責任があるかとか、親がどれほど自分に迷惑を掛けたかとか、それなのに自分は親の犠牲になってこんなにしてあげた、といったことばかりを考えてしまいます。勿論、この例で「親」という字を「子」や「連れ合い」に変えても同じことです。

内観法では、こうした自分のエゴへの執らわれを、この偈と同様に、徹底して反省するのです。この方法は誰でも応用が出来ると思います。親しい人を頭に描いて、その人について、この内観法のバリエイション（変種）にある、日常的に数時間あるいは数分間反省する方法を実行してみるのです。世の中の見え方までが変わってくるのではないかと思います。

（五一）うるわしく、あでやかに咲く花でも、香りの無いものがあるように、善く説かれたことばでも、それを実行しない人には実りがない。

（五二）うるわしく、あでやかに咲く花で、しかも香りのあるものがあるように、善く説かれたことばも、それを実行する人には、実りが有る。

ご覧のように、二つの偈は対をなしています。「うるわしく、あでやかに咲く花」と「善く説かれたことば」は共通しています。善く説かれたことばは、花にたとえれば、うるわしく、あでやかに咲く花なわけです。しかし、善く説かれたことばも、それを実行しない人には実りはありませんし、逆に、実行する人にはやがて大きな実りが約束されます。それは、丁度、うるわしく、あでやかに咲いた花が、香りを発するのと発しないのに対応していると、言っているのです。

この偈を、私なりに少しうがって読みますと、うるわしく咲いたどんな花も香りを発散しているわけですが、そのよい香りを嗅ぐことが出来るか、出来ないかは、嗅

ぐ人の感性の鋭さにかかわっていることだ、と言っているように思えてきます。

私は、毎回、この「釈尊のことば」で、釈尊が説かれたことばを手掛かりに、私の感性で、釈尊が言わんとされた、その真意、つまりこころの香りを嗅ぎ取ろうとしているわけです。字づらの奥に潜む、あるいは行間に漂う、釈尊のこころを私のこころに照らして感じ取ろうとしているわけです。

ですから、この解説はどこまでも私のこころの表出なわけです。私個人の解釈なわけです。もし、この解説が皆さんに訴えるものがないとすれば、それは私のこころの執らわれのせいなのです。

釈尊のこころが、この現代に生きる私のこころに歪みなく映り出ますように、そしてそれが、真の宗教が死にかけている現代によみがえりますように、どこまでも、こころを磨き、執らわれを捨てて、解説して行きたいと、あらためて思う次第です。

（五三）うず高い花を集めて多くの華鬘（はなかざり）をつくるように、人として生まれ、死ぬべきであるならば、多くの善いことをなせ。

仏教を短く表すものに、七仏通誡偈（しちぶつつうかいげ）があります。それは「諸悪莫作　衆善奉行　自浄其意　是諸仏教」です。日本語では「ありとあらゆる悪をなさず、善なることを行いそなえ、自らのこころを浄む。これぞ実に、もろもろのほとけの教え」となります。さらに縮めれば、この偈の中心は善いことを行うことに集約されます。そのために、悪をなさず、こころをきよめるわけです。

このように、もろもろの仏（釈尊、ソクラテス、老子、キリストなど）の教えは、この世に生まれれば必ず死ぬ身の私たち人間は、生きている限り善をなさなければならないことを説いています。この偈もその事をうたっているのです。

いま日本は経済的に豊かで、冠婚葬祭には必ず沢山の花が飾られます。また、生け花も隆盛を極めています。さらに、多くの家庭で普段でも花が飾られています。

きれいなもの、美しいものに、人間はこころをひかれます。善いことにも、おなじようにこころをひかれます。しかし、他人がなした善いことに感動することは出来ますが、自分が犠牲を払ってまではする気には、なかなかなれません。それは、自分が可愛いからです。経済的に豊かになれば、それだけ人にお布施する気持ちが起こる

かと言えば、逆で、昔から言いますように一般的には「金持ちほど金にきたない」のです。つまり、経済的に豊かになればなるほど、お布施の心は失われていくわけです。

この偈は、それを戒めています。偈に言う、多くの花かざりは、経済的豊かさに置き換えてもいいのです。経済的豊かさを求めること自体は悪いことではありませんが、それを求めるのと同じように、善いことをなす事にも熱心でなければならない、と言っているのです。

（五四）花の香りは風に逆らっては進んで行かない。栴檀（せんだん）もタガラの花もジャスミンもみなそうである。しかし徳のある人々の香りは、風に逆らっても進んでいく。徳のある人はすべての方向に薫る。

花の香りは、物理的なものですから、物理的な風によって運ばれていきます。栴檀やタガラの花やジャスミンのような、どんなによい香りでも、風上には、におっていきません。

しかし、人の徳は人のこころに響くものですから、人から人へと、どちらの方向にも広がっていくことが出来るのです。

例えば、インドで徳の高かった釈尊の教え（香り）は、いまこの日本に及んでいますし、ギリシャのソクラテスの教えは、私のこころに深い感動をもたらします。さらに、中国の老子も、イスラエルのキリストも、共に徳の高い教えとして、私のこころの中に強い関心を引き起こしています。

日本人について言えば、弘法大師空海の教えは、宗派を超えて日本に広がっています。観光化して多くの寺の坊主は堕落していますが、日本中の多くの人が、お大師さんを慕って、四国霊場を巡礼しています。

また、道元禅師の教えや一休禅師の教えは、日本の哲学者にも、大きな影響を及ぼしていますし、二人の教えは日本だけではなくて、外国語にも翻訳されて、世界中に読まれ、広まっています。このように徳の高い人の教えは、風下、風上を問わず四方八方に広がって行きます。世界中のどこへでも広がって行くのです。

いま、世界情勢は共産主義が倒れ、自由主義対共産主義型の対立は消えつつありますが、新たに宗教間、民族間の争いが目立ちだしています。世界の多くの徳の高い人の教えが、不協和音としてではなく、響和しながら、争いのない世界の来ることを祈りたいと思います。

後記

一、私は、滅多に肉は食べません。替わりによく魚を食べます。イリコとかシーチキンの缶詰とかイワシとかサバです。最近、サバの食べ方に「しめさば」を加えました。地サバを三枚におろし、塩をして冷蔵庫で三～五時間しめます。その後で酢に十分間漬けて、手で薄皮をむき、さらに二～三時間漬けます。その後で引き上げてラップに包み冷蔵庫で七～八時間ほど寝かせます。刺し身のように切って、おろししょうがとポン酢でいただきます。中骨は取らなくても柔らかくなり、気になりません。それほど酸っぱくもなく、とても美味しく、サバとは思えません。ラップを白板昆布に替え、竹すだれで巻けばもっと美味しいようです。

二、最近、古本をよく買います。東京の古本屋さんのカタログが大学で配られ、それを見て通販で買うこともあります。高知と高松にはあったのですが、徳島にも古本の安売り屋さんができ、重宝しています。百円均一の中に、心理学、教育学、哲学、宗教の本も結構、混じっていて、とても安く買えることがあり、有り難いと感謝しています。先日は高松の三越で古本市があり、行ってきました。教育学や哲学では、明治や大正に出たような古い本が結構必要で、何冊か欲しい本が見つかりました。愛媛県の古本屋さんは一軒も知らないのですが、いつかお四国巡りも兼ねて、行ってきたいと思っています。

三、いま、オールポートという有名なアメリカの心理学者の『人格心理学』という本を読み直し、その本の限界を私の自己・他己理論で検討する論文を書こうと、準備をしています。

四、今年の梅雨は、特に雨量が多いようです。梅雨の晴れ間に、ジャガイモを掘りました。豊作でした。タマネギも収穫しましたが、苗が弱かったことと、手入れが悪かったことが重なり、不作でした。雨で草がすぐ伸びてきます。きれいですが、歩くのに邪魔になります。

月刊　こころのとも　第四巻　七月号（通巻四十三号）

平成五年七月八日
〒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（ぜんじょう）

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　心光寺　口座番号　徳島9―53708