月刊

こころのとも

第一巻
十二月号

過去への執われ

人は過去を背負って
生きている
明るい過去もあれば
暗い過去もある

でも人は
自分が愛する人に
暗い過去があることを
許せない

他人が愛する人に
暗い過去があれば
喜ぶことが
できるというのに

人は過去に執われれば
執われるほど
幸せから
遠ざかっていく

いまに生きよう
いまを生きよう
さとりを求めて
ひとを思って

幸せになりたい人は

最終回

いよいよこのシリーズも最終回となりました。今月号は総まとめをしたいと思います。

一月号で幸せは自分自身の心の中に作ると言いました。そして、やり手の社長の話を例として取り上げました。その例はつぎのようなことを言っていたと思うのです。つまり、いくら社会的に出世して、お金がたまり、地位が高くなっても決して幸せにはならないということでした。お金がたまればたまるほど、財産ができればできるほど，人は自分の死後そのお金や財産がどうなっていくかが気になります。そのことに執われてしまいます。するとどうしても安心して死ぬことができません。また社会的地位が高くなると、その地位のお蔭で人が集まってきたり頭を下げてきたりします。そうしますと、自分自身が人間的に偉くなったと勘違いしてしまい、自分に執われが出来てきます。その結果、傲慢になり仏の道から遠ざかって行くことになります。幸せからどんどん遠のいていっているのに気がつかないのです。

人生の真の幸せや満足感は、自分を捨てて捨てて、全てを仏様におまかせしなければやって来ません。「こころ」からそう思えることを解脱と呼んでも良いと思いますが、そういう解脱は「ああそうか、分かった」と、もの分かりの良い人が「あたま」で言うように、あんちょくにはいきません。現代人はせっかちです。ちょっとヨーガをしてみたり、お経をあげてみたりして、すぐ効果が出てこなければじきにあきらめてしまいます。それは自分がせっぱ詰まった立場にないからです。まあまあ健康で、お金もあり、地位もあれば、別に苦しい努力をしてまでこれ以上幸福になる必要もないと考えてしまうのです。それは人間としては堕落で、そんな人生は犬や猫の一生とそんなに変わりませんが、しかし、経済的に豊かになった現代人はそう考えやすいのです。具体的な例を少しあげてみたいと思います。

例えば、よくあることですが、肉が好きで野菜の嫌いな人がいたとします。そして「連れ合い」からもっと健康に気を付けて、野菜をたくさん食べるようにと言われたとします。そうした時多くの人は、「肉を食って死ねば本望だ、そのことで早死にしてもかまわない」と言います。これは一つのたとえ話で、別にこの内容は「肉」に限ったことではありません。「たばこや酒」、「塩辛いものや甘いもの」、「夜更しや遊び過ぎ」なども例外ではありません。さらにもっと自己に閉じている人になれ

ば「自分はこれだけの人間だから好きなように、楽しくやればよい。そして人生の最後の、死ぬときに満足して死ねばそれでよい」といったことまで言います。

皆さんはこの例のどれにも該当しませんか。たばこは吸いませんか。甘いものは好きではありませんか。お酒はどうですか。健康に悪いと言われても食べたり、のんだりしませんか。太り過ぎは悪いからもう少しやせようと思うのに、食べ始めるとつい食べてしまいませんか。健康に良いからと思って始めたことでも途中でやめたりしませんか。あるいは、初めに書きましたように、お金ほど人生で大切なものはないと考えていませんか。出世すれば必ず幸せになれると思っていませんか。出世するように、子供には無理をしても教育をつけてやりたいと思っていませんか。

人間は小さい時から「あたま」で考えるように教育をうけてきます。その結果、何でも「あたま」で分かればよいように思ってしまいます。これは、現代教育が犯している大きな間違いの一つです。人間は「あたま」で分かってもその通り実行することは出来ません。例えば、「人にやさしくすること（お布施）」は良いことだと「あたま」で分かっていても、いつでもその通り実行できる人はめったにいません。さらに自分の全てを捨て、自分を犠牲にしてまでもそう出来る人は、解脱した人以外にはいないと思います。

かつて詩に書きましたように、人は往々にして「しなければならないことをしないで、してはならないことをし、言わなければならないことを言わないで、言ってはならないことを言い、思わなければならないことを思わないで、思ってはならないことを思う」ものです。だからこそ、いつもそうなっていないかどうか自分を振り返って見ることが大切になるのです。

人に迷惑をかけなければ、自分の好きなように人生を楽しんだら良いと言う人がいますが、「人に迷惑をかけないで」生きていけるような人はまったくと言ってよいほどいません。山に隠れ住む仙人ならいざ知らず、人が住むこの娑婆では、人は必ず上に書いたようなことを犯して、人に迷惑をかけてしまいます。また「自分の好きなように生きたらよい」とは、いかにも自由なように思われますが、実はそうしようと思えば思うほど、人は自己に閉じて傲慢になり、たとえ自分で自由と思っていても、それほど不自由で不幸なことはないのです。

それは、その人に災難が降りかかって来た時分かります。そう思う人ほど弱いのです。そういう人は人から愛情をもらうことだけを考えていますから、人にあたりち

らしたり、がみがみとものを言い、多くの人を不愉快にして、自分だけが気分を晴らします。また人に偉いと思われたくて、ついひとこと多いことを言ってしまいます。そういう人は自分に閉じていますから、そのひとことが人の心を傷つけていることが分かりません。自分はよく気がつく、よく知っていると思われたいのです。人から愛情を欲しがっているのです。人に愛情をあげようとは思わないで、人からもらうことだけを考えているのです。たとえ自分では意識していなくてもです。

この世で自分にとらわれる事ほどはかないことはありません。自分にとらわれればとらわれるほど、自分で自由に生きようとすればするほど、不自由になり、不幸になっていきます。般若心経の中心をなす「空」の思想もそのことを説いているのです。

自分を捨てて、捨てて、捨てて、捨てはつるところにしか、本当の幸せはありません。しかしまたこれほど難しいこともないのです。誰でもが自分の命は大切です。自分の財産も大切です。自分の名誉も大切です。自分の自我も大切です。それをすべて捨てることを要求するのですから、多くの人は抵抗を感じて、そんなことは出来ないと思ってしまうわけです。ただ多少表現をやわらげて、それらに「こだわらない」とすれば、抵抗も少なくなるかも知れませんが。

でも、これを「あたま」だけで分かろうするのではなく、「こころ」と「からだ」で分かろうと努力していれば、段々と分かってくるようになるのです。『この「こころ」と「からだ」で分かろうと努力する』とは、何か。この「こころのとも」をずっと続けて読んで頂いた方ならもうお分かりと思いますが、それは「からだ」を制御しながら、「こころ」を覗き込むことです。具体的には何度も述べてきましたように、瞑想をすること、座禅をすること、ヨーガをすること、読経をすること、写経をすること、四国八十八ケ所の霊場を歩いて巡ること、などです。

いくら良いことを知っても、実行しようとしなければ知らないのと同じです。人生は自分の足で歩かなければ分かりません。いくら他人の人生を文学を読んで知っても自分の人生を正しく生きることはできません。それは囲碁や将棋の定石を知っても、実際の勝負で勝つことが出来ないのと同じです。定石を「あたま」で知っても、「からだ」と「こころ」で知ったことになっていないからです。囲碁や将棋を間違いなく打てるためには、実際に「からだ」と「こころ」を使って打ってみる以外には道はありません。今日から精進を始めましょう。

自作詩選

こども

こどもはいいなあ
自分の思い通りに
行動していても
そんなに過ちを
犯さない

なのに
大人になると
気を付けていても
過ちを
犯してしまう

そうしないためには
おとなになるほど
修行がいる
心をのぞき込む
修行がいる

でも
修行をする大人の
なんと少ないことよ
毎日ヨーガをしよう
過ちを犯さなくなれるから

物知り

世間の多くの人は
物事を多く知っている人は
偉いと思っている

自分でもそう思っている
し
他人もそう
思っている

だから本や新聞を読んで
よく知っていようと
努力する

でも人は多く知れば知る
ほど
そのことに
執われてしまう

自分を棄てられないだけ
ではなく
知らない人はだめな人と
思ってしまう

そしてたった一つの
大切なことを
知ろうとしない

自分が生かされて
生きていることを
知ろうとはしない

その事を知らないかぎり
いくら多くを知っても
間違いを犯してしまう

新聞や本を読む代わりに
ヨーガをしよう
座禅をしよう

知れば知るほど
それを棄てる
訓練がいる

海鳥は舞う

港の
灯台の周りを
美しく
白い海鳥は舞う

どんな目的を
持っているのか
知らないけれど
ただただ舞っている

人も
海鳥のように
ただ生かされて
生きているだけ

でもそのことを
知ったとき
海鳥を越えて
無上の幸せがくる

幸せから遠ざかる

人は自らのしたことを
認められると
それがよいことと
思ってしまう

そして
それに
どんどんと
執われていく

悲しい人のさがよ
執われれば執われるほど
真の幸せから
遠ざかって行くというのに

偽りの主体性

いつも人は執われていて
主体的だと思いながら
間違いを犯している

でもめったに
そのことに
気付く人はいない

自分は正しく
行動していると信じて
疑わない

真の主体性は
自分への執われを
棄てたときやって来る

過ちを重ねる

人は過ちを
犯すもの

でも一つの過ちに
気付いたとき
多くの人は
それを正当化するために
また新しい過ちを
犯してしまう

ああ
悲しいことよ

一つの過ちに気付いたら
それを反省しよう
そしてじっと耐えていよう

そうするとき
一歩ずつ
幸せに近づいている

ひびきのさと
福之谷へと
イクニック（１９２９番地）
仏もとめて
人を思って

人の世に
生まれた喜び
いまここに
とわのいのちに
ささえられつつ

道端に
咲くコスモスの
可憐さよ
車窓の人の
気付かずもよし

澄み切った
空の青さよ
果て無さよ
ひとの心も
かくあればよし

あやまちの
許し仏に
祈るとき
心の傷の
いえるとき来ん

みずからの
過去の過ち
許すのに
人の過ち
何故に許せぬ

愛情

人は自分に愛情を
かけてくれる人を
こよなく良い人と思う

自分が愛情を
かけることの少ない人ほど
そう思う

人間とは
何と
皮肉なものよ

自らの
内なる自己の
乏しさを
省みずして
人をののしる

はるあきの
山の曼陀羅
こころうつ
人の個性の
美しさに似て

自作随筆選

東洋の自覚と障害児

西洋的な近代自我の確立の出発点は、デカルトの「我思う、故に我あり」にあることは、周知の通りであります。この自覚は、この世に存在するあらゆる現象、あらゆる真理は疑い得ても、その疑っている自己そのものが存在することは、疑い得ないことである、という意識に基づいているのです。

したがって、この自覚の根底には、自己が自己を自覚するという、自己を基準とした判断が存在していると言えるのであります。つまり、人間の自我を中心とした自覚であると言えるわけです。

これに対しまして、インドに始まる東洋的自覚は、自己を「空」にし、自己の基準を徹底的に排除して、静かに自己の心をのぞき込むとき、自己が「ただある」、つまり「絶対・無限・永遠なるものと一体なものとしてある」、という意識に基づいているのです。

なぜなら、私たちを始めとして物質も生命も、すべてこの世に存在する具体的な存在者は、「ただある」ことは出来ません。何らかの限定を受けて存在しているわけです。つまり、相対・有限・時間的存在者に過ぎないのです。どんな存在者もいつかは、滅んでいかなければならない、過酷な、過酷な運命を背負って存在しているのです。

しかし、この過酷な運命を逃れる道が、東洋では用意されています。それが前述の、自己が絶対・無限・永遠なる宇宙の根源的原理と一体であるという自覚に達する道なのです。この道はしかし、西洋の自覚のように自己に執らわれていては、決して拓かれてはきません。徹底的に自己を捨てて、捨てて、捨てはつる道なのです。自己を完全に無にする道なのです。

その道を追求していくとき、あらゆるものから自由な、自己の死すらから自由な、解脱へと通じることができるのです。こうして人間だけが、過酷な運命から逃れて絶対の安心立命、至福へと到ることができます。

こうした自覚にたつとき、西洋のように「私はあくまで私」であり、「あなたはあくまであなた」であるという、個・自我の確立した、もっと言えば個・自我の孤立した社会ではなく、「私はあなた」であり、「あなたは私」であるという、相互に依存しあった「響存的社会」を作り出すことが可能になってくると思われるのです。

そこでは、障害児は障害児であり、健常児は健常児であってどこまでも両者が区別・分別されるのではなく

て、健常児の中に障害児を見出し、障害児の中に健常児を見出すという、相互依存的、無分別な立場に立たなければならないということなのです。そしてこれは、障害児と健常児という二者関係に限ったことではありません。人と人というあらゆる人間関係に当てはまることなのです。親と子、夫と妻、教師と生徒、日本人と外国人、どんな関係にも当てはまります。

誰でもがこうした認識をもつ社会が実現した時、障害児だけでなく、社会的に弱い立場に置かれた多くの人々が真に安心できる日が来ると思えるのです。

障害児は
世の人たちの
光なり
世界じゅうを
仲良く照らす
光なり
行く末々までも
照らしてくれる
光なり

真言宗在家勤行式（IX）

「般若心経」（四）

先月一回お休みしましたが、また再開して、先へ進みたいと思います。以後の解説は弘法大師の書かれた「般若心経秘鍵（はんにゃしんぎょうひけん）」に基づいて行っていきます。

弘法大師は、般若心経を五つの部分に分けておられます。九月号と十月号では「観自在菩薩・・・一切苦厄」までを解説しましたが、その部分は「人法総通分（にんぽうそうづうぶん）」と呼ばれます。今月号はその続きの「分別諸乗分（ふんべつしょじょうぶん）」に行きます。これは次のように五つの部分に分かれていますが、今月号はその初めの一つだけを解説いたします。なお、舎利子という言葉は省かれていますが、これは釈尊のお弟子さんの名前で、智恵第一と言われた人です。

分別諸乗分（ふんべつしょじょうぶん）

一、「建（こん）」・・・「色不異空　空不異色　色即是空　空即是色　受想行識　亦復如是」。

二、「絶（ぜつ）」・・・「是諸法空相　不生不滅　不垢不浄　不増不減」。

三、「相（そう）」・・・「是故空中無色　無受想行識　無眼耳鼻舌身意　無色声香味触法　無眼界乃至　無意識界」。

四、「二（に）」・・・「無無明亦無無明盡　乃至無老死亦無老死盡　無苦集滅道」。

五、「一（いつ）」・・・「無智亦無得　已無所得故」

さて、一、「建」の部分の読み下し文を次にあげておきます。「色は空に異ならず、空は色に異ならず、色は即ち是れ空、空は即ち是れ色なり。受想行識、またまたかくの如し」。

少し難しい言葉を解説しておきます。「色（しき）」ですが、これはこの世でおこる、精神以外のあらゆる現象を表しています。鈴木亨先生の概念で言えば人間の身体を始め、物と生命のすべての現象をさしているのです。九月号の六頁で「照見五蘊皆空（しょうけんごうんかいくう）」の五蘊が色と受想行識からなることを述べました。勿論この色もそのときの色と同じです。そして次の受想行識も前のものと同じものです。つまりこの四つは人間の精神に関わるもので、前に述べましたように、受は感受作用、感覚作用を、想は想像という言葉がありますように像（イメージ）を想い浮かべること、知覚・表象作用を、行は受想以外の精神作用、例えば意志・記憶などを、識は精神の機能全般を統括する作用つまり意識・認識作用を、それぞれ表しています。難しくなりましたが、要するに人間の精神作用の全てを表すということです。

これで難しい言葉は終わりです。文意に戻りますと、こうした、物や生命だけではなく人間の精神作用さえもが全て空である、つまり実体が無い、それ自身で存在の根拠を持っていないものである、ということを述べているのです。そしてそのこと自体があらゆる存在の本質であり、その本質こそが空つまり宇宙根源の原理であると言っているわけです。そしてそれを私たちは、ヨーガや座禅などの瞑想の修行を重ねることによって実感することが出来るようになるのです。

弘法大師は、この「建（こん）」は建立如来の悟りの境地（自内証）を説いたものとおっしゃっています。この建立如来は、八月号で紹介しました（十頁）普賢菩薩の仏界での名前です。そのとき述べましたように、東大寺の華厳宗はこの菩薩の教えに基づいています。その教えの中心は現象と真理（原理）が一体であるということを知ることにあります。それは、円融（えんにゅう）の三法（事理無碍、理理無碍、事事無碍）と呼ばれます。

十三仏の紹介（Ⅵ）

「弥勒菩薩」

私がこの仏さまと最初に出会ったのは、たしか高校時代の美術の教科書ではなかったかと思います。それはかすかに微笑を浮かべて右手の人指し指をほほに当てた、何ともいえないやさしさを感じさせる写真でした。その実物は後に奈良法隆寺の隣にある中宮寺でお目にかかることが出来ました。半跏思惟像（はんかしいぞう）と呼ばれるこの像は見ているだけで、安らぎが湧き出てくるように思われます。私の鳴門の「お堂」にも京都真言宗御室派広隆寺の半跏思惟像の写真が掛かっています。

さて、この仏さまの曼陀羅の位置は、五月号の胎蔵界曼陀羅（たいぞうかいまんだら）では中台八葉院（ちゅうだいはちよういん）の東北（左上）におられます。また、六月号に紹介した金剛界曼陀羅（こんごうかいまんだら）では「堅劫（けんごう）十六尊」の一人として東方の一番北の端におられます。

十月号で地蔵菩薩の紹介をしたとき述べましたように、弥勒菩薩は釈尊入滅後五十六億七千万年してこの世に出現され成仏されることになっています。そして釈尊の説法からもれた衆生を救済して下さることになっているのです。

実は、お経の説くところによりますと、釈尊の存命中に中インドの人で、弟子の弥勒さんが、釈尊が未来仏について説かれたとき、自ら志願して釈尊から授記（＝仏が、未来の世において必ず次の仏となることを予言し保証を与えること）をしてもらい、今は菩薩として、あの世にある兜率天（とそつてん）で衆生を教化しているのです。そして前述のように、五十六億七千万年後にこの世に生まれ変わり〔それを下生（げしょう）という〕、龍華樹（りゅうげじゅ）の下で悟りを得て、三度（三会）説法をして人々を救うことになっいるのです。それを龍華三会（りゅうげさんね）と言っています。

また別のお経によりますと、迦葉（かしょう）という釈尊のお弟子さんは弥勒菩薩の下生の三会に世に出て、釈尊から預かった衣を弥勒菩薩に手渡すために、鶏足山（けいそくせん）で入定（禅定）しているとされています。弘法大師もこの三会にあうためにいま高野山で入定されているという伝えがあります。

さらに弥勒菩薩がいつも説法されている兜率天に往生して救われた後、弥勒下生とともにこの世に生き返るという信仰も生まれました。それを弥勒上生（みろくじょうしょう）と言います。

後記

一、今月号で一年たちました。それは、僧侶になって一年たったということでもあります。この一年間に私自身も大きく変化してきたと思います。人間はいつまでも成長し続けられるものであるということを自分で自覚できています。まだまだ修行に励んで成長を続けたいと思います。皆さんも精進を続けて下さい。必ず無上の幸せが訪れてきます。そして苦しんでいる周りの多くの人を助けてあげることができるようになると思います。

二、随筆を始めたことは、先月号で紹介しましたが、これまでに七つ書きました。そのうちから今月号に一つだけ載せてみました。書くことは幾らでもあるのですが、時間がなくてそれほど書いていません。来年からは頑張って良いものを書いていきたいと思っています。

三、今月号に載せた随筆でも最後に詩を付けていますが、これまで書いたものの中で「教祖宣言」とも取れる歌を二首作りましたのでご披露させていただきます。

○つれづれに　ほとけのこころ　われかたる
　みな（衆生）のあしたに　さいわいあれと
○しあわせは　あらゆるひとの　あすのため
　きょうのおふせ　するなかにあり

四、障害児を預かって修行させる、グループホームという施設を作りたいということは、八月号と九月号で述べましたが、いよいよ土地をお借りできて、一月には取り合えず修行のための九坪の「草庵」を建てることができそうです。場所は福之谷一九二九番地の中塚忠之さんの畑のあったところです。「ひびきのさと」と命名しています。ありがたく感謝しています。この地に宿るご先祖さまの因縁ではないかと思います。この走出が仏様の宿られた霊地になり、皆さんが幸せになりますように祈祷していきたいと思っています。お不動さんと観音さんをお祭りしたいと思っています。完成しましたら、どうぞお参りして、お蔭をうけて頂けたらと思います。

月刊　こころのとも　第一巻　十二月号
平成二年十二月十五日
〒714　笠岡市走出一一三六の一
真言宗醍醐派　走出山　観音寺
中塚　善成（ぜんじょう）（善次郎）
TEL　〇八六五六―五―〇七二三

本誌希望の方は、返信封筒（切手）をお送り下さい。