

月刊

# いじろのとも

第三卷

四月号

## 菜の花

ほうほうに

自生をしせし

菜の花の

どれも変わらぬ

黄のあでやかさ

菜の花は

どこに咲いても

まっ黄色

菜の花や

これぞ黄色と

咲きにけり

## 赤土のラッパ水仙

赤土に

一輪咲きし

水仙の

こちらを向きし

顔のけなげさ

## 一瞬の命の大切さ

仏さま

もつたいなくも

くださりし

今日一日の

命とて

一瞬たりとも

無駄にはできず

## ひとりで悩みたくない人は

三、人の欠点を「業」として許すこと。

人間には、自分で行動を決定する、あるいは選択する自由があります。少なくとも、その可能性が残されています。例えば、ご飯を永久に食べない自由はありませんが、食堂へ行って、親子丼を食べるか、きつねうどんを食べるか、あるいは節約して簡単にパンか即席麺だけで済ませるか、自分の選択にまかされています。また、今日、畑に出て仕事をするか、酒でも飲みながら、テレビで高校野球を見たり、昼寝をしたりするか、それとも「このころのとも」のような何か、文章のようなものを書いたりするか、自分の選択にまかされています。でも、呼吸をじつと止めておく自由や、便所へずっと行かないで我慢し続ける自由はありません。

実は、人間が成長し、教育をうけることは、この選択肢の数を増やして、行動の自由の幅を広げることになっているのです。それは、ある意味で人間の自由の度を増していることになるのです。ですから、そういう意味では自分の行動に責任を負わなければならないわけです。でも、いろいろのことが出来るようになることで、一見、自由の度を増していると考えられますが、そうでは

ないのです。この成長による知識・技能の獲得は、実は皮肉なことに自由の度を減らしていることになっているのです。大多数の方は、そんな馬鹿なことを、とおっしゃると思うのですが、本当なのです。

自分で自由の度を増していると思つて一生懸命頑張っているのに、逆に自由の度を減らしているとは、なんたることでしょうか。全く信じられないのではないのでしょうか。そんなんだつたら努力するのはやめた、と言われる方があるかも知れません。でも、そうしたことで増えているのは、実は「心の垢（あか）」だけなのです。もつと分かりやすい言葉で言えば、自分の「心の執われ」だけなのです。自分が出来ると思うことは、実は自分が出来ないことまでも自分が出来ると思つてしまうことでもあるのです。

そうではなくて、本当の自由は、自分が出来ないことをしつかり自覚し、それにこだわらない時、つまり何にも執われないうちに訪れてきます。何にも執われがなければ、自由そのものなのです。不安もなければ、心配もない。世の中に怖いものは何にもない。でも、皆さんは現実に世の中には困ったことが、たくさんあると感じておられませんか。

自分が病気になるったら困る。体が不自由になったら困

る。会社や職場をくびになったら困る。職場で左遷（せん）されたら困る。自分の仕事がうまく行かなかったら困る。何かが自分の思う通りにいかなかったら困る。人から非難されたり、悪く思われたら困る。人に馬鹿にされたら困る。自分の身内の者に裏切られたり、過剰に期待されたら困る。自分が貯めたり、先祖からもらった財産が減ったら困る。自分の名誉が傷ついたり、なくなったりしたら困る。自分の子孫が続かなくなったら困る。家族がうまく行かなかつたり、不幸があつたら困る。事故や災害にあつたら困る。好きな酒やタバコがなくなつたら困る。パチンコやゴルフや釣りが出来なくなつたら困る。連れ合いが先にいつたら困る。いや、いや、自分の命がなくなつたら困る。いや、それもぼっくり行けたらいいが、中風になつて動けなくなつたら困る。こうして、今日の食事がまずかつたり、誰かの機嫌が悪かつたら困る、といったことまで入れて行けば、もはや際限なく困ったことはあると思うのです。

皆さんはこの中で、幾つ自分にあてはまるのがあるでしょうか。全部当たっている方もあるかも知れません。もちろん、こんな困ったことはないに越したことはないのですが。

読者の中に、一つも当てはまらなかったものがないという方

はおられないと思いますが、もしあつたらその方は本当に自由なのです。でも、もう一つだけ条件があります。それは、人が不幸だということだけは困ったことだと思えるかどうかです。つまり、人が不幸になつて困つていたら、自分は平気でおれないということです。

自分に執われのない人ほど、逆に人の幸せを願うものなのです。世界中の多くの人の、一人でも多くの人の幸せを願うものなのです。そしてそのためには、ひたすら自分を犠牲にしても努力するものなのです。墮落してはおられないのです。

それはさておき、人の自由の問題に戻りたいと思います。書きだしのところでふれましたように、人間には自由にあることと出来ないことがありました。そして自由に行けると思うことは、自由に行かないことまでも自由に行けると思うことになり、それも不自由を作り出していることを知りました。

では、こんどは視点を変えて不自由なことについて考えてみたいと思います。まず初めに、不自由なことは、生まれると思わないのに生まれて来ていることです。それは、自分の自由な意志で、選択する余地もなく生まれて来たことを意味しています。気がついたら知らないうちに生まれて来たのです。与えられた両親や祖父母や

家系や「家」の下の、「ここで、今」この時代に、生まれて来ています。難しく言えば、時間的、空間的な限定の下で、生まれているのです。しかも、その限定を下すのは、自分ではないのです。

私は、若い頃自分の生まれた境遇や自分の個性、つまり能力や容姿や性格がいやでなりませんでした。もつと別な家に、別な両親をもって、別な人間として生まれてくたしかたありませんでした。生まれることは不幸だ、死にたい、といつも考えていました。

でもそれは、自由にならないことを、自由になることと、混同してしまっていたのだと、今では思えるのです。自分の境遇も個性も自由になることの延長線上にあると思えていたのです。

そのために、いろいろな宗教や哲学の本、あるいは文学の本を読みあさりました。そこに救いを求めて行きました。でも、結局どこにも救いはありませんでした。そうすればそうするほど、上でみましたように、結果としては不自由を増やしていたのです。自分の能力のなさを感じてますます深く感じていきましたし、ある面では分かったと思えることもありましたが、それでも悩みや不安は消えませんでした。

ですから、不自由なことは不自由なこととして、「あ

たま」だけではなく、「こころ」と「からだ」で認めなければならぬのです。そのことはまた後で検討したいと思えます。

不自由なことの検討を続けて行きます。もう一つ、生まれることと同じぐらいに、全く自由にならないことは、死ぬことです。「命あつての物種」と言い、「命に過ぎたる宝なし」といって、命はとても大切なものですが、その大切な命が自分の自由にはなりません。「命は風前の燈（ともしび）の如し」なのです。いつ命が切れるのか、誰にも予測が出来ないものなのです。私も、子どもころ、ふと死を思うことがありましたが、その時の怖さときたら口では言えないほどのものでした。精神的な病気に近かったのではないかと思います。

自由にならないことを、あと一まとめにして言いますと、自分の命と人間の種の維持を脅（おびや）かすものです。それは、上でも指摘しましたように、食事や呼吸や排泄などの生理的欲求、性欲、それから老いることと病気になることです。種族保存のための性欲は、かなりの程度自分で統制できますが、人類全体からみまると自由出来ない部類に入ると思えます。有名なフロイトという、「精神分析学（精神科医の一番頼りにしている心理学理論）」を作った人は、人間の精神的行為は全て性

の衝動から発するとさえ言っています。

さて、このように自由にならないもの、つまり人を越えたものによって人に与えられた境遇や個性、あるいは人がそれに執われている状態を仏教では「業」とか「宿業」と呼んでいます。前述のように、人間が自由にできる行為、実はこれも業と呼んでいます、それがまた新たに執われ、つまり業を作り出しているのです。ですから、自由にできる行為も業と呼べるのだと思うのです。

こうみてきますと、人間は業の中で生まれ、業の中で生活し、業の中で死んでいくわけです。では、永遠に業から逃れられないのでしょうか。生まれも死も業の中であり、日常の生活でも業を作っているのですから、救われなれないと思われても仕方ないかも知れません。でも、もし業から救われなれないとしますと、人間の一生はあまりにもみじめに思われます。

しかし、心配はいらないのです。あり難いことに、仏教ではこの業から抜ける道を用意してくれているのです。釈尊は六道輪廻（ろくどうりんね）の宿業から抜ける道を示して下さいました。それは、自分への執われを捨てることなのです。

最初の部分で、「困ること」を多くあげましたが、それらはすべて執われの存在を示しています。私たちは自

分が自由にならないのに、そのことに執られて、それを欲しようとする傾向があります。しかし、それを欲すれば欲するほど、幸せ、あるいは安心立命から遠ざかって行くのです。例えば、死にたくないと思えば思うほど、死の恐怖はその人を襲ってきます。私が子どもの頃経験したように、不安で不安でたまらなくなります。自分の能力や性格についても同様です。もつと高い能力を望めば望むほど自分がみじめになり、不安になります。名誉も地位もお金もすべて自由になるものではありません。人からもらう愛情もそうです。多くの人は、自分が人に愛情をあげないのに、そうした人ほど人からは愛情をかけて欲しがります。そんなことはない、自分は人に愛情をかけている、と言う人がいますが、多くは自分に得だと思っから愛情をかけているに過ぎません。それは実は、その人を利用していただけなのです。

この愛情のような感情は、社会的感情と呼ばれますが、その中に、次のように肯定的なものと、否定的なものとの対になっていくものがあります。尊敬と軽蔑、配慮と無視、賞賛と非難、受容と拒否、援助と攻撃、承認と否認、善意と悪意、親和と排斥、愛情と憎悪、好意と敵意、信頼と不信。多くの人は、これらの対の前の方の肯定的感情を人から得たいと思っ、後の否定的感情はもらいた

くないと思っています。でも、「自分」が欲しいとか欲しくないとかというように、自分に執られるのではなくて、「相手」の立場に立って考えることが大切なのです。でもそれは、極めて強い自分への執われを捨てなければ出来ないことなのです。

自分に自由出来ることは、人から得たいとか得たくないとか、人の思惑を考えて人にそうしてもらおうと望むことではなくて、そんなことは何も考えないで、自分が人にしてあげることなのです。それを誰も邪魔することとは出来ません。自分が欲しいと思う、肯定的感情を人にあげ、自分が欲しくない否定的感情は人にも与えないようにする。そうすることが大切なのです。

でも、現実には自分に否定的感情を抱いている人に、自分の方から肯定的感情を示すことはとても難しいことです。それこそ自分を捨てていないと出来ないことなのです。人の欠点をその人の「業」として、いつも完全に許していなければ出来ません。

では、どうすれば自分を捨てることが出来るのでしょうか。最後にそのことを考えてみたいと思います。

これまでの記述からお分かりの通り、まず、自分の自由になることとならないことが存在することに気付き、自分の自由にならないことには、こだわらないでおこう

と思うことです。

そして現実にそうすることが出来たかどうか、なかなか難しいことなのですが、毎晩、寝る前にも反省してみることです。出来なかつたとすれば、明日からは同じ過ちを犯さないでおこうと悔い改めることです。

多分、毎日反省していたらすぐいやになってくるかも知れませんが、きつと同じ過ちをいくらでも重ねて行きまです。それは、自分への執われが捨てられていないからなのです。自分で自分が統制できないからです。タバコは人に迷惑をかけているし、自分の健康にも悪いから吸うまいと思ってもやめられない人は極めて多いのです。たつたタバコを吸わないという自己統制ですら難しいものなのです。やはり自己統制がきちつと出来るようにならなければ、心の中に真の安心はやって来ません。自分のそとで起こるどんなことにも揺るがない、絶対な幸福や安心は、自分の心の安定や統制が出来るようになった後に訪れてくるものなのです。

これまでに何回言つたか分かりませんが、頭で分かつても、体や心は勝手に動いてしまいます。頭で心統制することは、人間が自分の力で自由に統制出来ない程度に応じて難しくなります。死ぬことは無条件に怖いですし、食べるものがなくなれば、あるいは飲む水がなくな

れば、多くの場合殺し合いが始まります。また、異性問題のもつれによる殺傷事件は、毎日のニュースショウや新聞紙面をにぎわしています。

自分が反省して、反省して、自分ではどうにも救われないと思わなにかぎり人は、信仰をするようになれません。墮落していても、自分はこれでいいのだと達観したようなことを言っていては一生、執われや業から抜けることは出来ませんし、本当の幸せは訪れて来ません。また、なかなか人の欠点を業として許すこともできにくいと思います。それではよい人にもなれません。せいぜい、いい人はこうするのだと努力して、他者から肯定的感情を得ようとするだけです。それは、前にも書きましたが、自分のために人を利用しては過ぎません。

これまで、何度も、何度も言ってきましたように、ご飯を食べない日はあっても、何かの修行をしない日はない、というふうになつて頂きたいと思ひます。現代人は忙しく立ち働いています。でも昔に較べればずいぶん暇があります。その暇を一日十分でも、じつと立ち止まつて、自分を見つめるために使つて頂きたいと思ひます。

自分が幸せになつて、人を幸せにしてあげようではありませんか。修行しながら、そう心掛けていたら、人でも悩まなくてもよくなつて来ますから。

## 自作詩短歌等選

### 景色さまざま

突然に

開けし畑の

一面に

黄色き菜の花

絨毯のごと

みようと岩

何時かは崩れし

さだめかは

立ち並ぶ

ぼんかんうまそう

東洋町

### 春告げ鳥うぐいす

鳴きだすや

しきりと聞ゆ

うぐいすの

春つぐ声の

うれしかりけり

### 青年大師

仰ぎみれや

真白き大師

太平洋

幸せ祈りて

じつとながむる

ひとのため・おのがため

ひとのため

思いて努力

していたら

知らないうちに

幸せが

心の中に

満ちて来る

おのがため

思いて頹落

していたら

知らないうちに

歳をとり

虚しき臨終

訪れて来る

(注)

頹落とは「たいらく」と読み、

日常性の中に埋もれていて、

人生を安穩に送っている状態

を言います。

うぐいすの初鳴き

初鳴きの

うぐいす寒し

ひなまつり

鳥の初鳴き

久し振り

目覚ましとなりぬ

鳥の声

今年も春の

巡り来たらむ

空・海・波・岩

青き海

かすみかかりし

白き空

波と触れ合う

岩の凹凸

幾重にも

海にせりこむ

山の裾

海岸を

くねりくねりと

一筋の

札所めぐりの

自動車道路

執われの無明

自らが

犯した過ち

気付かずに

ひとの過ちと

みる悲しさよ

執われを

それと気付かぬ

無明さが

人に過ち

重ねさせける

過ちを

指摘されれば

なおさら

自分を守り

執われ強める



# 自作随筆選

## 花まつり

今月の縁日、四月八日は、釈尊の誕生日を祝う花まつり（降誕会）の日です。挿絵（さしえ・略）のように、お花で飾った花御堂（はなみどう）をしつらえ、中に右手で天を、左手で地を指している誕生仏を安置し、それに甘茶をかけてお祝いします。そして、後でその甘茶を頂きます。この甘茶は、釈尊の誕生を祝って天の龍王が甘露の雨を降らせたことを象徴しているのです。

また、誕生仏は、釈尊が摩耶夫人（まやぶにん）の右脇からお生まれになってすぐ、四方に七歩あゆまれ、右手で天を指し、左手で地を指して、天上天下唯我独尊とおっしゃったという言い伝えに由来しています。

勿論、人間が生まれてすぐ歩いたり、しゃべったりするはずはありませんから、後世の人がその偉大さに感激して、釈尊を讃えて作った話だと思えます。でも、それにしてはこの天上天下唯我独尊（てんじょうてんげゆいがどくそん）という言葉は、人間の実存の本質をなんとよく表現していることでしょうか。

人間の生命の尊厳とか、命の重さとか、人権の尊重と

か、よく言われますが、この人間存在の本質を釈尊はお生まれになった直後におっしゃったわけです。それはある意味で仏教の真髄の一つ、つまり仏教の基本的人間観を表現するものでもあるのです。

私は、約十五年ほど前に障害児とその親ごさんに出会いました。そして、その仏光のお蔭でやっと自分の存在の意味を知ることが出来ました。また、今も自閉症児を研究させて頂いているお蔭で、「人の心を感じる心」を中心概念とする、世界に類を見ない新しい哲学（宗教）と心理学と教育学とを、構築できそうなのです。

世間では、障害児は社会の片隅に追いやられています。親ごさんや肉親は、とても肩身の狭い思いをしながら暮らしています。でも、私にとっては仏さまなのです。私を、存在の本質へと導いて下さり、多くの人の幸せのもとになるであろう学問に、根源的示唆を与えて下さっている仏さまなのです。

あらゆる人は、皆等しい存在であります。あらゆる人が無条件に天上天下唯我独尊なのであります。現代は分別する事ばかりが賢いことであり、無分別は愚かしいことのようになっています。とんでもないことです。お花まつりに因んで、人と人を分別しない仏教の、人間に対する平等観を改めて味わって頂きたいと思えます。

(花祭りの挿絵・省略しています)

## われ思う故にわれ有り

ヨーロッパでは、デカルト(1596 - 1650)が近世になって「われ思う、故にわれ有り」と言いました。でも東洋では、昔から「われ何も思わず、故にわれ有り、故にわれ無く、故にわれ宇宙を感じ」と言ってきたと思うのです。

密教では、「諸法本不生不可得なり、自性離言説不可得なり、因業不可得なり、等空不可得なり」と言って瞑想をして来ました。何も分からないことを自覚せよ、知らないことは何も考えないようにせよ、と言つて来たのです。

どうも近世以来の西洋では、「われ、われ」と自分があたかも宇宙の中心のように思つて来たようです。そのことが、今は世界中に広がつてしまい、世界中の人が、「おれが」、「おれが」と「が」を張り出しました。おれの国、おれのお金、おれの儲け、おれの会社、おれの土地、おれの村、おれの家族、おれの宗教、おれの主張、とおれの、おれのと世界中の人が自分たちのことばかりを主張しています。

いまや、西洋人が見直す前に、私たち自身で東洋を見直すときが来ています。自己の主張は控えたいものです。

## 真言宗在家勤行式（二〇）

回向文（えこうもん）

願以此功德（がんにしくどく）

普及於一切（ふぎゅうおいっさい）

我等與衆生（がどうよしゅうじょう）

皆共成佛道（かいぐうじょうぶつどう）

（読み下し文）

回向の文

願わくはこの功德をもって

あまねく一切に及ぼし

我らと衆生と

皆共に佛道をしようぜんことを

（現代語訳）

回向のことは

このお勤めの功德を

あらゆるものに及ぼし

私たちと生きとし生けるものが

みな共に仏の道を体得できますように

難しい言葉を少し解説しておきたいと思えます。まず、回向ですが、これはふり向けるという意味です。つまり、

次に本文に出て来ますように、自分の積んだ善根や功德を一切の生きとし生けるも、特に人の悟りのために差し向けることを言います。

次に、もう使ってしまったが、功德という言葉に移ります。これは、人が善いことをして得るすぐれた徳性のことです。いわゆる徳をいいます。人格者が身につけているものです。ソクラテスは、善いことをし、この徳を身につけて、福祉（幸福）を得ることを人生の目的にしました。それは知識を得ることではありません。知識を捨てて、自分を見つめることです。無知の知を得ることだったので。

次に、衆生ですが、これは生きとし生けるもの全てを言います。その中で特に人間を指している場合もあります。どうも仏教では植物はこの中に入っていないようです。でも植物も、いや物でも大事にしたいものです。

次に、佛道ですが、文字通り仏の道、仏になるための教え、仏教をいいます。菩薩行では、上求菩提（じょうくぼだい）、下化衆生（げけしゅじょう）のことを言います。上に悟りを求め、下に衆生を教化する（幸せにする）ことです。また、諸々の仏の教えとして、「悪いことをなさず、善いことを行い、心を清めること」を教えてください（七仏通誡偈）。それが佛道です。

後記

一、三月八日の縁日は日曜日ということもあってか、二十人もの参拝者があり、お堂は一杯になりました。ありがとうございました。

二、今回はシリーズ「ひとで悩またくない人は」がとても長くなってしまいました。また、多少理屈っぽくなったかもしれませんが。読むのがしんどかったですでしょうか。何度も読み返して頂けたらと思います。

三、真言宗在家勤行式の解説が今回で終わりになりました。十三仏の紹介も終わっていますし、来月号からは何か新たな企画を考えたいと思っています。

四、池田町（三月二十一日）と山城町（三月三十日）の高齢者の方々に、「心を磨く」という同じ演題で講演をさせて頂きました。高齢者の方だけを対象に話をするのは初めてだったのですが、聴かれる態度の熱心さには心をうたれました。ありがとうございました。皆さんが幸せな老後を送れますよう、お祈り致します。

五、畑に果樹を植えました。キウイ、りんご、梨、すもも、桃です。二本から四本ずつ植えました。実がなるかどうか分かりませんが、楽しみに育てます。

六、じゃがいもも植えました。これを書き終えれば、椎茸の菌を、切り倒してある栗の木に植えます。

七、冬の草が急に大きくなりだし、草取りが大変です。やがて夏野菜のシーズンになります。

八、三月十一、十二日に、大学のゼミ生と共に、六人で室戸へ旅行しました。第二十四番札所の最御崎寺（ほつみさきじ）の近くの国民宿舎に泊まりました。翌日、その最御崎寺と第二十五番札所津照寺（しんしょうじ）とお参りしました。

九、新たな「人格論」の成果として、ある雑誌に「精神病理学のための心理学的精神モデル」という題で、四百字詰原稿用紙三十枚ほどの論文を投稿しました。また、「響育」について書き下ろしの講義録を書いています。

月刊 こころのとも 第三卷 四月号 (通巻 二十八号)	平成四年四月八日(縁日は、毎月 〒779 53 八日十時より) 徳島県三好郡山城町国政八三四 清心者寺院 心光寺 (沙門) 中塚 善成 <small>ぜんせい</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

