

月刊

# いじろのとも

第三卷

八月号

## 人間の本能とは

人間は動物と違って  
本能で  
環境に適応できなく  
なってしまった  
でもそのかわりに  
天から  
授かった  
動物にないものがある  
それは困ったとき  
人に心を開いて  
人の援助を得たいと  
望む心と

その人の

心を感じて

助けてあげようと思う

温かい心とである

でもそれらの心は

己の心を

空や無にしなければ

得られない

そのためには

修行がいる

毎日まいにちの

ひたすらな修行がいる

## 朝露の玉

朝露の

光る玉にも

仏さま

## ひとつで悩みたくない人は

七、人への感謝を忘れないこと。

私たち「人間」は、この地球上に存在する、同じ相対な存在者である「物質」や「動植物」よりも、より多くの自由を持っているように思われます。自分の意志で勝手に何処へでも移動することが出来ますし、自分で働いて財物を蓄積し生活を安定させることも出来ます。また、家を建てて寒さや暑さをしのいだり、得た財物を保存することもできますし、また服を着て寒さを防ぐだけではなくて、身を飾ったり、それを楽しんだりすることも出来ます。

それだけではありません。さらに仲間同志で競争して、人より偉くなったり、金持ちになったり、権力をもったりする自由もあります。

でも、皮肉なことにこれまでの歴史を見てみますと、自分が何でも自由になると思う人ほどが、その実は不自由な最後を遂げています。我が国の例では、平家一族の滅亡があります。また、中国には何百人も殉死させたり、人形や動物の焼き物をつくって自分の墓の回りに埋めさせた王様の例があります。前者は自分が競争（戦争）に勝つことによって、逆に競争（戦争）で負かされて滅ぼ

されましたし、後者は、自分の死を素直に受け入れられず、死をも自分の自由にしようとしてあがいて死んでいきました。どちらも、全く気の毒な一生であったと思います。不幸な一生だったと思います。

人間は死ぬときが大切です。自分の命の終わりが、全ての終わりであるとしか思われない人間にとつて、その哀れさをいやしてくれるものは、自分の墓であり、自分の肖像であり、自分が残す財産であり、自分の名であり、自分の子孫であるわけです。でも、そんなものがどれほど空しいものであるかは、今、あげた例を見ても分かると思うのです。

今述べた自分の死の哀れさをいやしてくれる例では、自分が死ぬとき、自分の、自分のと、結局は「自分」の何かにすがっています。でも、そうする限り決して安心して死ぬわけにはいかないのです。そこで自分が完結していないからです。この世の何かに未練を残しているからです。

この世もあの世もすべて神さま、仏さまのおはからの通りなのです。何が起こつても、それが自分のはからいでどうにでもなると考えてはならないのです。この世には、どうにでもなることは基本的には何もありません。今日食べる食事は自分の意志で献立をし、自分が稼いだ

お金で自分が買ひ、自分が調理して食べるのだから、自由であると思われるかも知れませんが、それも全て仏さまのあり難いお恵みのお蔭なのです。それを自分が勝手にしているのだと思うところに、人間の傲慢さがあります。人間が「物」から「生命」を経て「精神」へと進化した、自由の度を高めて来たことの反映としてどうしても傲慢になります。現代は特にそうです。ですから、何でも自由だと思う人ほどが、傲慢で救われない人なのです。死が近づいたと思われるときあがいてあがいて、不機嫌に周囲に当たり散らして、多くの人を不幸にして死んでいく人なのです。

人は、ただ「生かされて生きている」だけなのです。人が幸せになるのはそのことを体得して、その喜びを感じ、それに限り無く感謝するときに得られるものなのです。人間は、自分が自分で生きて幸せになど決してならないのです。

このことが、分かるとき人間は誰にでも感謝することが出来ます。自分の周囲のあらゆる人は自分に神さまや仏さまから贈られた大切な人たちなのです。ですから、自分が絶対な幸せを心の中に作り出したように、回りの多くの人にも同じ幸せを作り出してあげたくなるものなのです。

でも、現実には他者が自分を否定しようとしていると感じることが多いかも知れません。人間が生きていく上で大切な経済活動の場合、利害は多く対立的です。自分が得をすることが、他人が損をすることになる場合が多いのです。物の売り買いもそうですし、働いてもらう給料もそうです。また、人は自分が得をしても相手もつと得をするようなことには腹が立ちます。例えば、ある話がまとまれば、自分が百円しかもうからないのに、人が一万円ももうかると腹が立ちます。それなら自分が百円もらうのはやめても、相手に一万円もつけさせないほうがよいと思ってしまう。逆に、自分の損失が多く、人の損失が少ない話にも腹が立つてきます。感謝するどころか、エゴとエゴのぶつかりあいだけがあります。

ですから、そんな気持ちで暮らしていたら、いつまで経っても幸せは来ません。自分が少しでももうかればそれに感謝したいと思えます。自分はたとえ多く損をしても、他人の損が少ないことを他人の立場で喜んであげたいと思えます。お金は天下の回り物です。幾ら貯めてもすぐ、消えて行きます。また、いま無くてもいずれ入ってくる時もあります。今日一日生活出来れば、そのことに感謝したいと思えます。

修行していれば必ずそう思えるようになれます。

## 自作詩短歌等選

### 研究教科書に載る

大阪に  
住みし弟子から  
我が研究  
教科書に載る  
とのよき便り  
少しずつ  
広まり行きぬ  
研究が  
障害児者の  
救いとぞなる

### 部屋へ来る生き物

山のいえ  
戸や窓開けて  
本読めば  
昼間というに  
ほたる飛び来ぬ  
この頃は  
蝶やトンボが  
入り来るは  
常のこととて  
驚かず  
出ていく間  
しばし付き合う

### 仏の教え

究きよくの  
仏のおしえ  
慈悲と智慧  
人に優しく  
己に厳しく

### 蓮の花

ピンクかな  
蓮の花は  
葉の上で  
はすの葉の  
緑の上で  
咲く花の  
淡きピンクの  
清楚なりけり

### 虹の橋

夕立で  
初めて出会いし  
虹の橋  
我と衆生と  
つなぐ橋かは

### 弱々しかったさなえも

弱々し  
さなえも今や  
一面に  
緑のじゅうたん  
敷き詰めしごと

## 欲と得の人

人生を  
欲と得とで  
渡る人  
醜きエゴを  
むき出して  
顔を引きつり  
緊張す  
人が得すりや  
腹が立つ  
自分が損すりや  
腹が立つ  
自分の得が  
ちよつとでも  
多けりや嬉し  
ニコリ顔

人が損すりや

口先で

お気の毒とは

言うけれど

腹の底では

ニコリと

笑つて舌を

何枚も出す

## 山のいのち

よく見れば  
向かいの山の  
緑さえ  
日々に変わらむ  
いのち流れて

## 一如の教え

世界は一つ  
自然は一つ  
人類は一つ  
宗派は違つても宗教は一つ  
民族は違つてもヒトは一つ  
思想は違つても現実は一  
つ  
国家は違つても生活は一  
つ  
個性は違つても精神は一  
つ

## こころのとも出版依頼

出版を  
頼み送りし  
我が雑誌に  
感動せしと  
編集者言い  
そこに載る  
私の作りし  
詩や歌は  
真民さんに  
似ていると言う  
これまでに  
我の一番  
尊敬す  
詩人に似てて  
嬉しかりけり

# 自作随筆選

## 三密加持の現代的意味

真言密教の修行法の特徴を表す言葉に、「三密加持（さんみつかし）」というのがあります。

密教では、私たち衆生が何かのことを思ったり、言葉をしゃべったりする精神的行為は、本質的に仏の働きと同じであると考えます。つまり、仏の働きの現れが、私たち人間の精神の働きであると考えられるわけです。

その人間の精神の働きですが、基本的には三つのものがあります。私は、それを自閉症児の研究を通じて教えられました。また、それはフランスの百年足らず前の心理学者であるワロンという人の考えたものとよく一致するもので、心理学ではかなり前から指摘された考え方のようです。

その後、私は四国に来て真言密教に出会い、真言密教でも同様に人間の精神の働きとして三つのものを考えていることを知り、とても驚きました。その三つとは、身業（しんごう）、口業（くごう）、意業（いごう）です。身口意（しんくい）の三業と、まとめて言うこともあります。ここで業とは、行為のことを言います。つまり、

心理学的には精神の働きのことです。

身とは、「からだ」のことです。私の考える心理学では「感覚・運動」の働きということになります。口とは、言葉のことで、それは「あたま」の働きによります。私の心理学では、「認知・言語」の働きです。意とは、心の中に何かを思うことです。私の心理学では、「情動・感情」の働きに当たります。

さて、ここで密教の話にもどって、こうした人間の三業が、初めに述べた「三密加持」とどう関係するのかについてみてみたいと思います。既に述べましたように、密教では仏の働きの現れが私たちの精神の働きであると仮定します。ですから、私たちの行う業は実は仏の働きそのものなのです。このように、三つの業をその奥に隠された、私たち凡人の思慮の及ばない不思議な働きであると考えるとき、それを「密」と呼びます。つまり、身密（しんみつ）、口密（くみつ）、意密（いみつ）と呼ぶわけです。ですから、それは仏の働きである時も、私たちの精神の働きである時も、両方とも密であると呼べるわけです。ただ、私たちの精神の働きを三密という時は、「三密加持」を意識したとき限るのです。

その三密加持ですが、それは私たち衆生が身（手）に印を結び、口に真言を唱え、意（こころ）に本尊を思い

浮かべて修行をするとき、仏の三密の働きが私たちの行為である右の三つの業に働いて、本尊と私たち衆生とが相い結び合い（三密相応という）、一体となることが出来ると考えます。それを即身成仏と呼びますが、そのときに限って、私たちの三業も三密であると言えるわけです。そうした私たちの奥深くに秘められた、最高に深遠な仏の働き、つまり「密」を体得することを目指す「教え」であることから、密教という言葉も来ています。

ここで大切なことは、私たちの精神の働きとして三つを仮定していることです。そしてその三つを統合するところに悟り（＝即身成仏）が存在することを説いていることです。

私はこの考え方を、心理学的にもっと具体化していません。そのことを少し述べてみたいと思います。

まず初めに、人間は自己の立場を追求するエゴイステイックな側面（自己モーメントと呼ぶ）と他者の立場を尊重する、奉仕的な側面（他己モーメントと呼ぶ）との調和の中に生きていると仮定します。それはギリシャの解脱していた哲学者のソクラテスも言っていることです。自己の無知を知ることによって人間らしい善い人間になる面と、社会の規範に従って行動したり、神に全てをまかせて生きて行く面との二つの面に対応していま

す。仏教では「上求菩提 下化衆生」と言ったり、「作仏渡生」と言ったり、あるいは「智恵と慈悲」と言ってもいいかも知れないものに当たっていると思います。「人多き 人の中にも 人ぞなき 人になれ人 人になせ人」という歌にもありますように、人が人になることであり、人を人にするのであると言えます。

次に、私はこういう二つの面の人生の目的を追求して自己を完成させようとする働きとして、自己の側に「自我」を、他己の側に「人格」を心理学的に仮定しています。自我の究極の働きは「天上天下 唯我独尊」と言うべき絶対自己を知ることであり、人格の究極の働きは自己の中にある絶対他者たる神や仏を知ることであると言えます。即身成仏や解脱や開悟のときには、これら二つの働きが自分の中で統合されて一体となると言えます。つまり、自分のために生きることが他者のために生きることであり、他者のために生きることが自分のために生きることであり、というように考えられるようになるのです。

第三に既に述べました、人間の精神機能の実質的な働きをする三つの水準に、それぞれ自己と他己に当たる機能を仮定します。それは情動と感情（意）、感覚と運動（身）、認知と言語（口）です。これらの三つの働きを

統合する働きが自我・人格の働きなのです。そして、それらが統合されたとき即身成仏と言えるのです。

この三つの中で大切なのは、情動と感情です。情動は自分のこころの動き、つまり自分の中の喜怒哀楽や欲求・欲望などです。他方、感情は他者の情動を感じる心と言います。それを私は「人の心を感じる心」と呼んでいます。これら二つは、別々のものではありません。紙の裏と表のようなものです。感情の育っていない人が情動が豊かであることはありませんし、また情動が育っていない人が、感情豊かであることもありません。

この情動・感情の心の働きを自我・人格との関連で言えば、自分の欲望や衝動をコントロールして、他者の心を思いやることだと言えます。自分をおさえて、他者をたてることです。孔子の教えで言えば、「仁」です。このことは理屈で分かつて、なかなか実行できにくいことです。

弘法大師は、平安時代にこのように仏教として完成度の高い密教を我が国にもたらしましたが、後の鎌倉時代になって、世の中が混乱し、その混乱を救うために仏教の単純化が起りました。それは、仏教を誰でもに分かりやすく受入れやすいものにはしましたが、ある意味では仏教の後退を招いたように、私には思えます。

ですから、その単純化は完成された密教からではなく、比叡山に代表される、顕教（けんぎょう）から起こりました。そして、その単純化には大きく分けて三つあるのですが、それらは右に述べた身口意の三つに対応しているのです。

身に単純化したのは、禅宗です。つまり、座禅してひたすら、身体を制御することを通じて解脱に至ろうとするわけです。徹底して自己の空、あるいは無を目指します。徹底して人間のはからいを否定します。あるがままにあることをどこまでも求めて行きます。

口に単純化したのは、浄土宗です。ひたすら口で念仏を唱えることを通して、解脱に至ろうとします。中国浄土教の大成者の善導（ぜんどう）は、一日に何万回と口で「南無阿弥陀仏」を唱えたそうです。

意に単純化したのは、日本だけにしかないのですが、浄土真宗です。心（意）に阿弥陀さまを念じ、衆生を救おうとする阿弥陀さまの本願を信じて、自分のあらゆるはからいを捨て、ただひたすらおすがりすればよい。そうすれば、誰でもがいつでも救われると考えます。こうして、自分を捨てた絶対他力によって安心立命が得られると考えるわけです。ですから、そこには修行の必要性は、基本的には説かれていないように思えます。

これらは、それぞれに意味をもっていますが、現代人は今や、暇をもてあそんでいるのですから、三つを統合した修行をしたほうがよいと、私は思うのです。そしていま、世界が危機的状況から脱するためには、そうした人間個人の統合ばかりではなく、あらゆるもの、あらゆる面の統合が要るように思えます。

例えば、宗教、人種、生活、民族、思想、哲学などです。たとえ宗教は違っても、たとえ人種は違っても、たとえ生活は違っても、たとえ民族は違っても、たとえ思想は違っても、たとえ哲学は違っても、お互いが許しあえる統合が要ります。そうなるためには、その前提条件として一人一人の統合が不可欠です。多くの人の開悟が要るように私には思えるのです。

皆さん、どうか毎日、ヨーガや座禅や読経のような何らかの修行に励んで頂きたいと思えます。それも、人から強制されたものや義務としてではなく、真に自主的、自発的、自立的な修行が大切です。また、たとえ強制されていなくても打算的、取引的なものではだめです。これだけの修行をしたなら、これだけのお金もつかるとか、これだけ修行したのだから、これこれの効果があるはずであると自分ではかつてはだめです。ただ、お勤めとしてひたすらするものでなければなりません。

## 釈尊のごとば（四）

法句経解説

（一九）たとえためになることを数多く語るにしても、それを実行しないならば、その人は怠っているのである。牛飼いが他人の牛を数えているように。かれは修行者の部類には入らない。

（二〇）たとえためになることを少ししか語らないにしても、理法にしたがって実践し、情欲と怒りと迷妄とを捨てて、正しく気をつけていて、心が解脱して、執着することの無い人は、修行者の部類に入る。

まず、「ためになること」ですが、これは三才の子どもにも分かる仏の教えのことです。人間も三才ぐらいになりますと、人間としていいことと悪いことは大体分かるようになります。仏教で五戒と言われる基本的な戒律は 不殺生、不偷盗（ふちゅうとう）、不邪淫、不妄語、不飲酒（ふおんじゆ）です。不邪淫や不飲酒は子どもには関係ありませんが、他の三つは三才の子

どもが犯すことは殆どありません。三才の子が人を殺したという話を聞いたことは一度もありません。腹を立てている三才の子に、これで相手をやっつけてやりなさいと言つて、たとえ刃物を渡してもそれを使つて相手を傷つけるようなことはしません。また、スーパーマーケットに行つても、これが欲しいからといつて勝手に取る子も、しつこくさえしつかりしていれば滅多にいないと思います。さらに、自分の得になるからといつて嘘を意図的につく子もいないと思います。

ところが、人間は成長するにしたがつて、この三つの戒律をどんどん犯すようになっていきます。悲しいかなです。例えば、中学生にもなりますと、親さえ殺す子どもが出てきますし、仲間を自分のストレス解消のために、意図的に暴力でいじめ、死へ追いやってしまつたりもします。また、スーパーマーケットや本屋ではいくらでも万引きをする子がいますし、嘘も平気でつけるようになって行きます。さらに、残つた不邪淫戒と不飲酒戒も日常茶飯事のように犯してしまいます。勿論、これは中学生に限つたことではありません。大人も幾らでも犯しています。大学の先生すら、さすがしゃべることが商売なのか、自分の出世のためなら嘘も平気でつきます。まして、大学以外の学校の先生に於いておやです。

では、人間としてしていいこととしてはいけないことが三才では分かつていたのに、本当に、成長するにつれて分からなくなつて行くのでしょうか。

そんなことは、決してありません。その証拠に、自分がそれに関係しない時は、人が悪いことをしたとき、それが悪いことだと言つて殆どの人は非難することが出来ます。例えば、イラクのフセイン氏は、多くの国民の支持を受けてか、クエートに進攻し、そこで多くの人を「殺しました」が、それを支持者以外の、国連を始め大多数の人たちは間違つていると非難しています。

ということは、誰でもが五戒なり十善戒なりは、冷静であれば、客観的、理性的に「あたま」では分かっているのに、利害がからんで自分がその現場的状况に巻き込まれると、途端に主観的、感性的に「こころ」や「からだ」では分からなくなつてしまふ、ということだと思つのです。なぜ、そうなるのでしょうか。どうしたら、そうならないでおれるのでしょうか。

ここに述べられている、対になつた二つの詩(偈)は、このことに関係があると思うのです。

先月号のこの欄でも述べましたように、私たち人間の精神の働きには四つの領域があります。こころ、からだ、あたま、たましい、です。この中で教育する

ことで著しく成長するのは、のあたまなのです。心理学的な言葉で言えば、認知・言語の働きなのです。つまり、知識や言葉はどんどん増えて来るといわけです。ですから、それらばかりが増えても、ほかの精神の働きがそれらについて行かなければ、あたまでかちになつてしまいます。そうなりますと、釈尊もこの詩で言われますように、ためになる善いことを幾らたくさんあたまで知っていて、それを言葉で表現できても、こころやからだやたましいが磨かれていなければ、からだで行う実や実践が間違つたものになってしまうのです。

あたまで分かつても、人間は悲しいかな、自分で自分を統制することはなかなか出来ません。どうしても欲望に流されますし、衝動を抑えることも難しいものです。そして、つい怠けて流されていきます。

真民さんも詩にうたわれていますように、「二度とない人生だから」こそ、そして自分への執われを逃れて自分を自由にコントロールできるようにするために、怠けを戒めて、先月号のこの欄で書きましたように、四つの領域の全てにわたって精進を重ねていかなければならぬのです。

この偈（詩）に出てきます「理法」という言葉の意味するものは、これまでの「こころのとも」を愛読下さつ

ている方には、もう十分お分かりと思います。それは、何度も何度も触れてきました、仏さまの教えなのです。後はただ、実践があるだけです。そうした実践を重ねていれば、偈に述べてありますように、いつかは「情欲と怒りと迷妄とを捨てて、心が解脱し、執着することの無い人」になれるのです。

現代は、科学とそれに基づく技術とが余りにも発達し、それによつて生活は余りにも便利で豊かになり、先進国では皆が暇をもてあそんでいます。しかし、そうした繁栄の裏では、地球規模で環境は破壊され、地球規模で争いが各地に広がつてしまっています。極端な環境破壊をもたらす原爆を再び使わないという保証はどこにないのです。こうした状況を救うには、多くの人が「欲情と怒りと迷妄とを捨て、心が解脱し、執着することの無い人」になつていく必要があるのです。

何度も述べますように、人間は言葉で知るだけで「人間らしく」なることはありません。知つたら行う必要があるのです。二つの偈に述べてあるように、怠けないで、どこまでも、ひたすら、修行しなければならぬのです。多くの人が修行者にならなければ、現代の危機をすくうことは出来ません。どうか一人でも多くの人が修行に励んで頂きたいと思います。

後記

一、毎日、猛暑が続いています。山城の我が家では夜暑くて眠れないということは、勿論ありませんが、鳴門に行きますと、一晚中扇風機をかけっぱなしでも、汗が流れてきます。農作物も雨を欲しがっています。特に「こいも」は、少し葉の色が変わり始めています。

二、梅雨明け前は、寒い日が続いて、トマトは病気になる、全滅しました。梅雨明け後は全く雨が降らず、暑い日が続いています。異常気象でしょうか。ある時期にはこたつと扇風機が両方出ていました。

三、今月は、部落解放に携わる人たちとの出会いが二つありました。一つは徳島県阿南市の部落解放を話し合う任意団体の「お茶の会」の人たちとの出会いです。私たち国政の、部落差別を考える住民の集い「木曜会」の人たちと交流をするために、阿南からわざわざ来られました。後で懇親会もあり、いろいろ話を交わしました。とても、印象に残ったのは、部落解放をすることが、あるいはそのことを考えることが、即、あらゆる人の幸せにつながっていることだという指摘でした。私の不勉強で今まで、部落解放に携わる人からこんな意見を聞いたことがなかったのです。余計びっくりしたのだと思います。

四、実は、障害児者の差別解放も同様でして、障害児者

を解放することが、あらゆる人の幸せの実現につながっていると、ずっと私は主張して来ています。

五、あらゆる運動は、特定の集団の利益だけを追求するとき、必ず行き詰まりが起きます。民族でも、宗教でも、主義でも、すべて同じです。自分たちの苦しさ、他の多くの人を幸せに導くための情熱となり、あらゆる人と手を取り合わなければならぬと思うのです。

六、もう一つの出会いは、山城町の同和教育推進講座で講演された、全国自由同和会徳島県連青壮年部長の小原義徳氏とのものです。宗教にも造詣の深い方で、私が書いた「相対比較と差別」を講演に使って下さいました。

月刊 こころのとも 第三卷 八月号 (通巻 三十二号)	平成四年八月八日(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 ひびきのさと(清心者寺院)心光寺 (沙門)中塚 善成 <small>じょうせい</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