

月刊

# いじろのとも

第十二卷

十一月号

## 傷つかないタフな心

多くの人たちが  
ちよつとしたことで  
すぐ傷ついてしまい  
PTSDとなる

どんなことにも  
傷つかないタフな  
ところを養おう

そのためには  
信仰をもとう  
そして  
その教えの実行に  
勤めよう

## 精神病理すすむ日本

虐待を  
どの親もする  
危険性  
はらんだ日本  
病理きわまる

# 人生を考え直して

## みたい人は（九四）

『正法眼蔵』解説（三八）

仏性の巻を続けます。

時節若至（にやくし）の道（どう）を、古今のやから往往（おうおう）におもはく、仏性の現前する時節の向後（こうご）にあらんずるをまつなりとおもへり。かくのごとく修行してゆくところに、自然に仏性現前の時節にあふ。時節いたらざれば、参師問法するにも、弁道功夫するにも、現前せずといふ。恚麼見取して、いたづらに紅塵（こうじん）にかへり、むなしく雲漢（うんかん）をまもる。かくのごとくのたくひ、おそらくは天然外道の流類（りゅうるい）なり。いはゆる欲知仏性義は、たとへば当知仏性義というなり。当觀時節因縁といふは、当知時節因縁といふなり。いはゆる仏性をしらんとおもはば、しるべし、時節因縁これなり。時節若至といふは、すでに時節いたれり、なのに疑著（ぎじゃく）すべきところかあらんとなり。疑著時節さもあらば

あれ、還我仏性来（げんがぶつしょうらい）（我に仏性を還（かえ）し来たれ）なり。しるべし、時節若至は、十二時中不空過なり。若至は既至（きし）といはんがごとし。時節若至すれば、仏性不至なり。しかあればすなわち、時節すでにいたれば、これ仏性の現前なり。あるひは其理自彰（ごりじじょう）なり。おほよそ、時節の若至せざる時節いまだあらず、仏性の現前せざる仏性あらざるなり。

参考までに、現代語訳として玉城康四郎著『現代語訳正法眼蔵2』（大蔵出版刊）を引用させて頂きます。

「時節若至（時節もし至れば）」ということ、古今のやからは、往々にしてつぎのように考えている。「仏性が現れてくる時節を今後に待つのである。このように修行してゆけば、自然に仏性現前の時節にあつ。時節が至らねば、いかに師をたずねて問法しても、参究しても、仏性は現前しないのである」このように分別して、なすこともなく世俗生活にかえり、あてもなく空漠たる生活を守るだけである。このようなたくひは、おそらく天然外道の部類である。

いわゆる「欲知仏性義」というのは、たとえば「当知仏性義」ということである。「当觀時節因

縁」というのは、「当知時節因縁」ということである。仏性を知ろうと思うならば、時節因縁ということを知るべきである。「時節若至」というのは、「すでに時節は至っている。なんの疑いがあるのか」ということである。疑う時節は、それがすなわち仏性であるから、ともかくも仏性を仏性にかえしてしまえ、ということである。

このことをよく弁えるべきである。すなわち、「時節若至」は、二六時中、むなく過ぎさないことである。「若至」は「既至」というのと同じである。「時節若至」すれば、もはや仏性は来ることはないのである。そういうわけであるから、時節すでに至れば、これこそ仏性の現前したことである。あるいは、「その道理おのずから現れている」のである。およそ、「時節」が「若至」しない時節という

のは、いまだかつてない。仏性が現前しない仏性も、聞いたことがないのである。

今月号は、先月号の続きで、時節について書かれています。ただ今月号は、先月号に出てきました漢文の最後の部分である、「時節若至 仏性現前」をめぐる書かれています。実は、先月号で私が、この部分について解説したことが、今月号の本文で述べられていること

だ、といってもよいと思います。もう一度、先月号で確認して頂ければ、幸いです。

今回は、道元に即して、もう少し補足しておきます。一般的に、仏教では、「仏性の現前」を「解脱への到達」と受け取っています。道元は、これとは少し違って解釈しています。つまり、仏性を、仏の教えに則って仏が行ったように行えば、そこに仏性が現れている、としているのです。

私の先月号の解説では、仏教一般の解釈に従って、仏性の現前を解脱への到達としましたが、でも、私も、人生で大切なことは「仏さまの教えを信じて、その教えに従って精進する（＝磨く）ことだけ」であり、仏性が、「現前しなくても、精進していれば、無限に仏性に近づいて、そうなっているのです」と書いています。

道元がいいますように、仏の教えに則ってひたすら生きていく、そこに仏性が現れ出ている、と考えますと、「若し時節が至れば、そこに仏性が現前する」ということは、解脱への到達とは考えられないことになります。そう思って、先月号の私の解説と、今月号の現代語訳とをお読みいただければ、道元の言わんとするところが、かなりよくお分かりになるのではないでしょうか。

## 自作詩短歌等選

### 動物の論理

自由競争

強者の論理

強者の論理

動物の論理

弱者の論理

人間の論理

### 自由競争の結果

貧富の差

拡げるほどに

安定を

失いし行く

この人の世よ

### 教育の意味の喪失

教育が

本来の意味

見失い

ただ人材の

製造（養成）を

行うだけの

工場に

学校現場を

墮落させ

人間らしい

ところ無くした

若者育てる

### 被虐待児の心の傷

虐待を

うけた子どもは

いつまでも

こころの傷が

癒えていかない

悲しき業を

背負って生きる

子どもますます

増える日本の

精神病理を

いかんとやせん

### アメリカのエゴ追求

アメリカの

一人勝ち主義が

エゴ追求で

ないというなら

京都議定書を

無視するな

核実験をやめろ

小型武器を規制せよ

人種差別に

どこまでも反対せよ

パキスタンに対する

規制を緩めるな

## 分裂病の病名変更

偏見を打破するため  
精神分裂病の病名を  
変更するという

日本精神神経学会の  
候補名は

スキゾフレニア

クレペリン・

ブロイラー症候群

統合失調症

私に言わせれば

これらはいずれも

不十分

精神分裂病は

他己不全症候群

と呼ぶがよい

これは

現代人が

多かれ少なかれ

共通にもつ

症候でもある

因みに

躁鬱病は

自己不全症候群

## 援助義務

人権の中には

自分が生きていくことを

保障する

「生存権」がある

ならば

他者の生存権を

助ける

「援助義務」が  
なければならぬ

## 日本の社会病理

自殺者が

交通事故死の

三倍も

なぜいるのだろう

日本には

## 情動中心主義

情動に依存し

情動に攪乱され

情動を持て余す

現代人

特に日本人

すぐかっとなるし

抑えられもしない

わが子でも

殺してしまう

やたらと小金を

貯めたがる

金も無いのに

派手にしたがる

誰とでもいつでも

セックスしたがる

うまいものを

食べたがる

人より優位に

立ちたがる

お墓ばかりを

立派にしたがる

# 自作随筆選

## 身体とは何か

十一月十日付けの読売新聞「トライアングル」欄に、大阪大学教授（哲学・倫理学）の鷲田清一（わしだきよかず）氏が「不安な身体（下）」と題して、記者との対談形式で記事を載せていました。大きな見出しは「他者を受け入れるすき間必要」というものです。

少し長くなりますが、さわりの部分を引用してみます。

他者性の不在でどんな問題が生じているか。

「他者だけでなく、自分の身体にとって異物となるものとの接触を拒否する摂食障害、接触恐怖症の人が増えている。彼らは、ほどよく距離をとつたさしさわりのない関係しか持てない。スーパードでは、切り身がラップに包まれているが、あれと同じでラップごしでしか物とふれあえない。傷つくのがこわくて恋愛もできない。その結果、心身はますます衰弱し、ちよつとしたバイ菌や心の傷にも抵抗力を失っている」

対応策はあるのか。

「自分のものでありながら、自分でもまもらないのが身体だが、身体というのは様々な他者と接触したり、共振したりすることで、本来備わっている可塑性や自己治癒力が発揮される。こうした身体の潜在的な力を発揮するには、恋愛をしたり身体を使った遊びをしたりして、自分の観念がちがちになつている身体に、他者を受け入れるすき間をつくるのが大切だ」

この方は、他者性の不在を身体と結び付けて考えますが、うなずける点はあるとしても、基本的には不適切です。

他者性の不在（私の言葉で言いますと、他己の萎縮）は、直接には身体の問題ではありません。それは、「こころ」のあり方の問題なのです。私に言わせて頂きますと、それは「こころ（情動 感情）」の中の「感情」の問題です。「人の心を感じるこころ」の問題なのです。それが、現在、枯渇して来ているのです。そして、その基礎には、さらに、無意識にひそむ如来さまの光の喪失があります。それは、「自己」への執着の増大が生み出しています。信仰を喪失して、民主主義のみを価値判断の基準とするとその根本原因があるのです。

実は、他己を枯渇させますと、人間は精神分裂病に罹

ります。

そうなりますと、身体が非常に気になりだすのです。なぜなら、他者に曝（さら）されているのは身体だからです。分裂病になりますと、他者が迫ってきます。被害妄想がおこります。その被害を受けるのは身体なのです。

引用にありましたように、「自分の身体にとって異物となるものとの接触を拒否する摂食障害、接触恐怖症の人が増え」るのは、現代人が、なにがしか分裂病的になって、他己が萎縮しているからなのです。また、そもそも他者性の問題を、身体と結び付けて考える傾向すらも、その現れなのです。

そうなりますと、「ほどよく距離をとったさしさわりのない関係しか持てない。スーパードキなどは、切り身がラップに包まれているが、あれと同じでラップごしでしか物とふれあえない。傷つのがこわくて恋愛もできない。その結果、心身はますます衰弱し、ちよつとしたバイ菌や心の傷にも抵抗力を失っていくのです。この方もそれが、信仰を失って、民主主義のみが、人々の価値判断基準になっていることに気付いていません。

民主主義は、自己追求めで、そこには、他者性は欠落しているのです。それを補うものは、信仰なのです。でも、日本人はその信仰を失ってしまっています。ですから、

他者性を取り戻すには、根本的には信仰を取り戻さなければならぬのです。

では、そうするには具体的にどうしたらいいのでしょうか。

そのためには、実は、この方が対応策としてあげていきますように「身体の潜在的な力を発揮するには、恋愛をしたり身体を使った遊びをしたりして、自分の観念でがちがちなっている身体に、他者を受け入れるすき間をつくること」などでは、とても克服はできないのです。

「自分の観念でがちがちなっている身体」とは、自己への執着で他己が萎縮し、身体が他者に剥き出しになっていることを言っているのだと思うのです。

信仰を取り戻すには、まず、苦がいります。それは、現代のように大人によって勉強を強制されたり、ペットとして可愛くしていることを強制されたりする苦ではありません。大人と共に労働する苦です。

そして、苦を体験する一方では、その成果を共に刈り取る喜びを共有することも欠かせません。そうすることのみ、他者の心を感じする「こころ」が育つのです。それは、他者性が育つということでもあります。

そのために、私は、農業を勧めています。「恋愛や遊び」で、真の他者性は育たないことを銘記すべきです。

## 積尊のつとば（一〇五）

法句經解説

（三四二）愛欲に駆り立てられた人々は、わなにかかった兔のように、ばたばたする。束縛の絆にしばられ執着になずみ、永いあいだくりかえし苦悩を受ける。

愛欲が何かにつきましては、先月号で取り上げました。それは、親愛や五官の対象を享樂することから、妄執、性愛の享樂、煩惱まで、広い範囲を含んでいることを見ました。

ここでは、そうした愛欲に駆り立てられた人々は、わなにかかった兔のようにばたばたし、愛欲という束縛の絆にしばられる。そうなれば、愛欲への執着が生じ、永いあいだにわたって悩み苦しみを受けることになる、ということなのです。

でも、現代人にはこんなことを言っても、おそらく通用しなくなって来ているのではないのでしょうか。

現代の民主主義・資本主義の時代では、自己の利益と選好の追求、つまり、たびたび書きますが、利益を得て、自己の生活の利便性・快適性・享樂性（エンジョイする

こと）を極大化することが生きる目的になっています。これは、仏教が修行の最優先課題とする煩惱の克服とは全く正反対で、煩惱の追求こそが生きる目的になっていると言えるのです。

特に日本人は、世界に先駆けて（トップランナーになって、でしょうか）、宗教（信仰）を失い、まさに歯止めがきかなくなっています。

仏教だけではなく、あらゆる宗教が、享樂の追求を戒めていると思いますが、日本人は経済的な豊かさも影響して、愛欲の追求に、日夜、励んで（？）いるのです。

その例は、枚挙にいとまがないと思いますが、たとえば、世界中が驚く、少女たちの援助交際があります。そこには、誰にも迷惑をかけなければ、自ら進んで身を売ってでも、享樂にいそしんでもよいとする、日本人なら誰でも持ちそうな考え方が基本としてあるのです。ですから、少女たちだけを責めるわけにはいきません。不邪淫戒が戒律として全く意味をなさなくなった日本の信仰の喪失に根本的な原因があるからです。

また、援助交際だけではありません。性の問題でいいますと、男たちのセックスツアーがあります。大挙して外国の売春婦を買いに走っています。こんなことをツアーまで組んでしているのは、世界広しといえども、日本



人だけです。また、人前で公然と、人生の楽しみはセックスが第一だ、という人さえいます。

この「自己の生活の利便性・快適性・享楽性（エンジョイすること）」を極大化することの追求は、この他、衣食住のすべての面で見られるのです。

この傾向は、日本人が世界一だということはありませんが、何も日本に限ったことではありません。世界中が、今、こうなっているのです。現在、WTOの閣僚会議が開かれていますが、ここで協議されることは、この原則に従ってのことです。できるだけ愛欲の追求をひかえて、貿易は縮小していこうとは誰も思ってもいませんし、まして言うてもいません。しかし、今のように殆ど無制限で、不公正な貿易を主張し、それを続けることは、人類の滅亡を速めるもの以外の何ものでもありません。

（三四三）愛欲に駆り立てられた人々は、わなにかかった兔のように、ばたばたする。それ故に修行僧は、自己の離欲を望んで、愛欲を除き去れ。

この偈の前半は、一つ前のものと同じです。後半は修行僧への語りかけになっています。愛欲への執着を強めることは、苦しみを増すみちである。だから、この偈で

は、修行僧らに、欲を離れたいと願い、愛欲を除き去るうと精進・努力せよと、呼びかけているのです。

先の偈の解説でも書きましたが、日本人はいま、愛欲を追求することを生き甲斐としています。この傾向は、ほとんど例外がありません。財界や政界の人たちは言うに及ばず、役人も教師も医師も裁判官や弁護士も、そして、ここで呼びかけている僧侶さえも、その例外ではなくなっているのです。

かつて、この四国八十八カ所霊場のある札所の住職が高級外車を購入し、夜の街で出会う女性をはべらせ、公営の賭場に入り浸って、檀徒の物である寺を私有化して抵当に入れ、莫大な借金を作り、結局、告訴されて逮捕されるという事件が起りました。

この事件は、極めて象徴的ですが、何もこの傾向は、この僧侶に限ったことではありません。四国八十八ヶ所を巡ってみれば分かりますが、自分が住む庫裏は、やぐざの家ではないかと思えるほど、派手で不釣り合いに立派にしているのに、肝心のお堂は粗末なままで、人々の浄財に頼って建て替えを繰り返しているのです。

また、庫裏を立派にしているだけではありません。外国製、あるいは日本製ではありますが、高級な乗用車のり、たびたび夜の街を徘徊している僧侶がいます。

かつて、京都で寺院に古都税という税金をかける案が持ち上がり、僧侶たちが夜の街に繰り出さなくなると、夜の街がさびれたという話がありました。何よりもこのことを雄弁に物語っています。

僧侶こそが、「自己の離欲を望んで、愛欲を除き去らなければなりません。そうしないと、誰が、そうするでしょうか。僧侶は生き方の手本となる人たちでなければなりません。なのに、いま、日本人の僧侶は、墮落して右で見た通りです。ですから、日本人で僧侶を心から尊敬する人が果たして何人いるのかと、疑問に思わざるをえません。

愛欲の追求にうつつをぬかすのではなく、戒律を守って身を浄め、ひたすら教えに従って修行・精進を重ねるとき、智恵が得られるのです。そうなれば、現実の生活で間違いを犯さなくてもよくなってくるのです。そして、そうなった時はじめて、人々は僧侶を尊敬するようになってくるのではないのでしょうか。アメリカやヨーロッパなどキリスト教文化の牧師のように、僧侶に権威が出てきて、人々がこころから畏敬の念を持って接する日が、日本でも実現するのではないのでしょうか。

かつて、日本でも、僧侶は、人々を教え導く存在であったと思います。僧侶がそうした地位を取り戻すことが

日本の将来を救う道だと確信します。

(三四四) 愛欲の林から出ていながら、また愛欲の林に身をゆだね、愛欲の林から免(のが)れていながら、また愛欲の林に向かって走る。その人を見よ！ 束縛から脱しているのに、また束縛に向かって走る。

この偈を読みますと、私は、かつて付き合ったアルコール依存症の人のことを思い出します。

何かの原因で、日常的にストレスを感じる状況が生じますと、アルコールでそのストレスを解消しようとする傾向が、一般的に人には備わっているようです。いや、人だけではなく、猫や犬でもその傾向があつて、猫や犬を、ストレスをかけた環境の中に入れて、自由に水とアルコールが飲める状況にしておきますと、水ではなくて、せっせとアルコールを飲んで、アルコール依存症になってしまふのです。

でも、人の場合は、大抵は、ストレスがかかりますと、そのストレスを減じる方策をとりますし、また、大量にお酒類を飲めば、依存症になることが分かっていますから、それを警戒して、適度でやめるようになります。

そのストレスを減ずる方策ですが、暑さや寒さ、極端な飢えなども強いストレスになります。でも人の場合は、通常はそれらは容易に避けることができます。人の場合のストレスで避けがたいのは、職場や家庭や学校や抜けられない仲間集団の人間関係からくるストレスです。難儀なもので、実は、そうしたストレスを減ずる方策も、また、人間関係の中にあるのです。

人は、強いストレスが掛かった場合でも、誰か信じる人が側についていて、そのストレスの原因や状況を聞いてもらい、理解してもらえば、ストレスは随分と少なくなってくるものなのです。でも、日本では、カウンセリング制度が一般社会の中にはそんなに行き渡っているわけではありません。

そうしますと、多くの場合、家族の人に聞いてもらうことになり。家庭が円満で、お互いが信頼しあっているならば、大して問題になりませんが、そうでない場合は、「そんな愚痴をいって」といった具合で、余計にストレスが増すことになり。そういう、話せばかえってストレスが掛かったり、あるいは話す気にもならないような状況では、人は、弱いもので、どうしてもアルコールに頼ることになってしまうのです。そして、そうした状態が長く続きますと、依存症に陥っていきます。

一旦、依存症になりますと、酒をやめる以外に、そこから脱する道はありません。一生、直らないのです。いわゆる断酒会というお互いが酒をやめるよう励まし合う会がありますが、ここに入って努力していても、何かの原因で、ストレスがかかる状況が発生し、つい、一口だけと思つて口にしますと、一気に泥酔しないと気が済まない状態に陥り、もとのもくあみになってしまうのです。病院に入院して、完全にお酒を断つても、退院すれば、また、お酒に走ってしまうことは、よくあることなのです。この偈にある通りです。

でも、これは、なにもアルコール依存症の人だけのことではありません。この人たちは、典型的に「愛欲の林に走らざるを得ない」人たちなのですが、でも、現代では、多くの人が、そうなっているのです。

僧侶は、特にこれを戒めなければならぬのですが、前の偈で見ましたように、僧侶が暇と金を持って余して、「愛欲の林に向かつて走り、自らを束縛している」のです。でも、アフリカでは、一日に2〜3万人の子どもが飢えや病気で死んでいる現実がありますので、僧侶だけではなく、一般の人も、それを思つて今日から「愛欲の林」から抜けだし、粗食に耐えてはいかがですか。少なくとも肉は大幅に控えてはいかがでしょうか。

後記

一、今年は、よく雨が降るようです。畑のため池が、例年ですと、水漏れがしているため、かなり少なくなっている時期なのですが、今年は満水です。何かの異常気象なのでしょうか。

二、先日、さつま芋を掘りました。今年は豊作で、コンテナ箱五箱と、段ボール箱に三箱ほど、採れました。さつま芋は、土が粘土質で水はけが悪いところは、味が悪いようです。今のところ、水はけのよい、さらさらの土の部分から採れたものを、選んで食べています。

三、また、食べ方ですが、焼き芋にすることがほとんどだったのですが、知り合いの方から、ケーキにする方法を教えていただき、時々、そうして食べています。とても美味しいので、皆さんもお試しになってはいかがでしょうか。

四、その方法ですが、まず、芋を蒸します。大変なのですが、その芋を裏ごしします。それに、牛乳、バター、卵、砂糖を、好みに応じて適量、混ぜ合わせて、アルミ箔カップに盛りつけ、オーブンで焼きます。卵を溶いて上にぬりますと、きれいに焼き色がつきます。固さなども牛乳の量で決まります。お好みに応じて、いろいろお試して下さい。

五、あるところで、ふと、しんみりと気分が落ちつく音楽を聞く機会があり、その良さが気に入ったことから、仕事のBG（バックグラウンドミュージック）に、落ちつく音楽を聞きたいと思い、中古のオーディオ装置を買いました。古いサンスイのアンプと、比較的新しいティアクのCDデッキ、それに古いパイオニアのスリーウェイのスピーカーです。合わせて3万円弱です。とてもいい音がするのに驚いています。

六、私は、かつては、森進一や五木ひろしなどの演歌をよく聞き、歌ったのですが、いま友人がよく歌う井上陽水の歌をCDで聞き、その素晴らしさに打たれています。

月刊 こころのとも 第十二巻 十一月号 (通巻 一四三号)	平成十三年十一月八日 〒772 8502 徳島県鳴門市鳴門町高島 鳴門教育大学 障害児教育講座気付 (ひびきのさと 沙門) 中塚 善成 <small>（ひびきのさと）</small>
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 ひびきのさと と 口座番号 01610 8 38660	

