

# 学生のための 宗教・哲学入門

藤井大地・落合由治 共著

自分からもう一步踏み出したい！

学生時代に癌と鬱病に悩んだ二人が贈る人生の指南書





## まえがき

大学生や大学院生に、仏教を通して、宗教や哲学の本質をわかりやすく伝えたい。これが、本書執筆のモチベーションです。著者の二人は仏教の専門家ではありませんが、共に若い時に仏教にであい、その教えを大事にしてこれまで生きてきました。そして、共に 50 代後半になり、仏教の専門家ではない二人だから語れることがあるのではないかと。仏教はもっと身近で、現代社会に必要とされている教えなのではないかと。未来を背負う若者に、仏教を通して、宗教や哲学の本質をもっと知ってほしい。そういう思いに意気投合し、本書の執筆を決意しました。

また、本書は、大学の講義用のテキストとしても利用できるように、15 コマの講義を想定して内容を組み立てています。ただし、テキストと言っても、知識として仏教を解説する本は沢山あるため、本書では、仏教を単なる知識ではなく、仏教が人間の迷いを破り、生きる力を与えていく、そういうダイナミックな力を持つものだとすることを伝える本にしたいと考えました。

また、学生にわかるように、仏教の専門用語はできるだけ使わずに、藤井の方は、理系学生が興味を持ちそうな科学分野の話題を例に出しながら、仏教の本質とは何かという問題に切り込んでいます。一方、落合の方は、文系の学生が興味を持ちそうな哲学や文学の話題を例に同じテーマに切り込んでいます。このように同じテーマを異なる側面から解説することで、より幅広い学生に対して宗教・哲学への理解が深まることを期待しています。

本書では、仏教の専門家から言わせれば、解釈の異なる事柄もあるかも知れません。しかし、私たちがであって来た教えには真実なるものが存在していたと確信しています。それは、私たちがであった仏教が、確かに私たちを目覚めさせ、生きる力を与え、ここまでの歩みを支え続けてきたからです。ですから、増上慢の誹りを恐れず、自己の体験を通して受け取った仏教を、私たちの言葉で語っています。

一方、宗教には健全な宗教と不健全な宗教があるように思います。健全な宗教は、人を目覚めさせ、不健全な宗教は人を眠らせませす。眠らせるというのは、疑問を打ち消すということです。

「私の言うことを信じなさい」となると、不健全な宗教と言わざるをえません。また、不健全な宗教は、セクトを形成し、そ

ここに閉じこもっていきます。一般の人と交流を絶つような宗教は、不健全な宗教と言ってよいと思います。大学時代は、人生について深く考える時期であり、また、家族から離れて生活をはじめめる時期でもあります。したがって、学生の不安や孤独につけこんで、不健全な宗教に勧誘されることが多いのも事実です。そして、そういう不健全な宗教に引き込まれ、マインドコントロールを受けると、簡単には抜け出すことができなくなります。本書を読んでもいただければ、少なくとも、健全な宗教と不健全な宗教の見分けくらいはつくようになると思います。宗教は、人間に生きる力と方向を与えるものです。不安や苦しみを取り除くのではなく、不安や苦しみを受けとめ、それを背負っていく力を与えるものです。

学生諸君が、人生に行き詰まりを感じた時、人間関係が嫌になった時、死んでしまいたいと思った時、本書が何らかのヒントを与えるものであれば幸いです。

本書を出版するにあたり、表紙の作成を藤井大樹氏、電子書籍化を落合広樹氏にお願いしました。ここに記して、厚くお礼申し上げます。

平成 29 年 8 月 著者しるす

# 目次

第1章	はじめに	1
第2章	「仏教」－仏の教えって何？	24
第3章	「釈迦の覚り」－苦の正体とは？	46
第4章	「自我の正体」－「私」って一体何者？	68
第5章	「仏道」－どうしたら目が覚める？	91
第6章	「念仏」－「南無阿弥陀仏」って呪文？	113
第7章	「Only one」－本当に満足できる？	135
第8章	「心の病」－仏教で克服できる？	157
第9章	「いじめ問題」－その本質とは？	179
第10章	「人間関係」－どこで通じ合える？	201
第11章	「幸福」－人間の幸せとは？	223
第12章	「利他の精神」－生きがいとは？	245
第13章	「共生」－私たちに未来はあるのか？	267
第14章	おわりに	289

## 第1章 はじめに

次章から仏教について語っていくのに先立ち、著者二人の仏教とのあいについて紹介しておきたいと思います。

### <藤井>

私が仏教にであったのは、もとをたどれば、私の祖父と父が、仏教（浄土真宗）を大事にする人であったことによります。特に、祖父は、近所でも有名な念仏者だったようで、「念仏ひとつ」と言いながら、大声で「なむあみだ、なむあみだ」と念仏し、近所の人にも「念仏申しましょう」と声をかけていたと聞いています。父もその影響を受けてか、年に数回、仏教の先生を家に招いて法座（仏教講座）を開いていました。私は、幼い頃から、そういう法座の席に座らされ、仏教を聞かされて育ちました。その影響もあって、知識としての仏教は自然に入ってきて、中学生の頃には、かなりの仏教通になっていました。しかし、私には、どうしても祖父や父がよく言っていた「念仏ひとつで救われる」という教えがうさんくさくて嫌でした。「南無阿弥陀仏」と念仏を称（とな）えたくらいで救われるはずは

ない。そういう思いは、中学、高校と進むにつれて徐々に大きくなっていきました。

そして、大学に入学し、そこで細川巖という先生にであいました。細川先生は、元福岡教育大学の化学の教授でしたが、その後、大学を退職され、福岡や広島を拠点に仏教を説かれていました。元大学教授ですから、父の仏教がうさんくさいと思っていた私にはぴったりの先生でした。細川先生の仏教の講義は、徹底的に文献を読み、一言一句に根拠を示しながら、丁寧に説かれる講義でした。私は、細川先生の講義を聞き、仏教の基礎知識を存分に吸収していきました。そして、その頃は、父や祖父の仏教は違ふと、いつか論破してやろうともくろんでいたように思います。今から思えば、増上慢（ぞうじょうまん：おごりたかぶること）そのものですね。

一方、大学の方は、建築技術者になることを目指して入学したのですが、どうも私が思い描いていたものと、大学で教えられていることが食い違っていて、大学の講義に一向に興味を持っていませんでした。それで、受験勉強の反動もあってか、勉強意欲が失せ、毎日、夜遅くまでテレビを見ては、昼間は授業にも行かずに眠りこけるというような日々を送っていました。今から考えれば、人間の欲望を追求する実験をやっていたように思い



ます。好きなことをやって、欲しいだけ食べて、寝たいだけ寝て。そういう生活が身体によいわけはありませんので、大学の3年生の時にとうとう天罰が下り、頻繁に鼻血が出るようになり、病院で診てもらったところ上咽頭癌と診断されました。その時には、すでに首のリンパ腺にまで転移していたので、私の両親は、医者から助かる見込みは少ないと言われたそうです。その後、放射線療法の治療を受けて退院し、退院後に、私も両親から癌と知らされ、医者から余命半年と宣告されたことを聞きました。

それからは、癌の再発の恐怖におびえながら、はじめて仏教に救いを求めました。そして、ある法座での細川巖先生の言葉で目が覚めました。それは、法座がはじまる前夜に鼻血が出て、とうとう再発かと不安に思いながら参加した法座でのことでした。私が細川先生に死への不安を訴えて、それに対して先生は、親鸞の『歎異抄』の中の「いささか所勞（しよろう）のこともあれば、死なんずるやらんところぼそくおぼゆることも、煩惱の所為（しよい）なり」という言葉で応えられました。私は、この「煩惱の所為なり」という一言で、何かがすっと落ちたような感覚を味わいました。要するに死への不安というのは、どうしもないものだということがわかったわけです。「煩惱の所為」ということで、私の手の届かないものだということ

が、頭を超えて身に落ちてきたというような感覚でした。もしかしたら、私にとってそれが浄土真宗で言う「信心（後の章で解説します）」ということだったのかも知れません。

その時から、仏教への見方が一変しました。これまで聞いたきた仏教は、単なる知識に過ぎなかったということがわかったわけです。そして、そこから父や祖父が言っていた「念仏ひとつで救われる」という教えの意味が少しずつわかるようになりました。そして、その頃にであったのが、平野修という九州大谷短期大学の教授でした。平野先生も、私と同じように死への不安に悩んだ先生でした。学生時代に手が白骨に見えるというノイローゼになり、睡眠障害にも苦しまれたと聞きました。平野先生の教えは、その頃の私にはまさに一言一句が宝のようでした。先生は、私が仏教に抱いていた疑問を、ひとつひとつ生きた言葉で、もつれた糸をときほぐすように説いてくださいました。ですから、この平野先生の教えは、今も私の中に染みついています。また、同じ頃にであった児玉暁洋という先生にも非常に大きな影響を受けました。児玉先生の教えは非常にダイナミックで、浄土真宗という一宗派ではなく、仏教という広い視野で、親鸞の教えを説いてくださいました。

その後、私の方は、何かこの世に生きた証を残したいと、大学院に進み、研究にのめり込みました。また、研究の合間に沢山の本を読みました。特に、日本文学では、芥川龍之介や太宰治に傾倒しました。海外では、ドフトエフスキーですね。やはり死に向き合った作家に共感したのだと思います。そして、文学者の作品にも、仏教に通じるものが沢山あることを知りました。亀井勝一郎の『愛の無情について』や三木清の『人生論ノート』などは、理系の学生には難解かも知れませんが、仏教を普通の言葉で語っている書だと思います。また、これは児玉暁洋先生に教えていただいたことでもありますが、ミヒャエル・エンデの『モモ』や『はてしない物語』は、子供にもわかる言葉で仏教を語っています。また、色々な文学を読む内に、キリスト教と仏教は非常に近いのではないかと思うようになりました。それを特に感じたのは、遠藤周作の『沈黙』や『死海のほとり』という小説でした。また、これも児玉暁洋先生に教えていただいたのですが、ドフトエフスキーの『罪と罰』も仏教に通じるものがあります（これは後の章に取り上げています）。以上に挙げた本は、ぜひ学生諸君にも読んでもらいたい本です。

また、大学院の時代は、時間もあったので、本だけでなく、漫画や映画にもはまりました。そして、漫画や映画にも、仏教に通じるものが沢山あることを知りました。漫画では、手塚治虫

の『ブッダ』は、仏教そのものを扱っています。仏教入門として是非読んでほしい漫画です。また、『火の鳥』や『アドルフに告ぐ』なんかも、非常に考えさせられる漫画です。映画では、黒澤明監督の『生きる』ですね。私は、この映画を何回も見ました。また、『羅生門』という映画も一見の価値あります。このような若い時の経験を通して、日本には、仏教文化というものが浸透していることを思い知らされました。

その後、癌の再発もなく、大学に建築分野の研究者として就職し、29歳で結婚、子供も授かり、幸せな日々を過ごしました。その間、細川先生も、平野先生も、私よりも先にお亡くなりになりました。ただ、細川先生も、平野先生も沢山の著書を残されていますので、興味のある方は著書を通してであっていただければと思います。しかし、人生というものはそう簡単には行かないもので、50歳の時に、再び上顎洞といわれるところに癌が見つかりました。今回も首のリンパ腺への転移が疑われましたが、手術でそこには転移が無いことがわかり、結局、ステージIIIで5年間生存率が50%程度の癌でした。学生時代の癌は末期のステージIVでしたので、なぜか50歳のときの癌では、ほとんど死へ不安は感じませんでした。手術で上顎の一部を失うことになりましたが、約2ヶ月で職場に復帰し、それから再発もなく生き延びています。まあ、ここまで生き延びられ

たのは、妻の献身的な健康管理のおかげで、結婚していなかったらもっと早くに寿命は尽きていたと思います。

仏教の方は、その後、藤場俊基先生に傾倒した時期もありましたが、ここ十数年は、大谷大学教授の一楽真先生の講義を定期的に聞かせていただいています。一楽先生の講義では、いつも生きるためのヒントを与えてもらっています。人間関係に行き詰まったとき、生きる意欲を失った時、先生の講義を聞いて、またがんばろうという力が与えられます。学生にも一楽先生の講義を勧めたいところですが、やはり、仏教に対する最低限の知識が無いと、聞いても何を言われているのかわからないと思います。したがって、その辺も、本書を執筆する動機になっています。

以上のように、今から思えば、私の方は、幼い頃から仏教の縁に恵まれて育ったということですね。そして、であった先生方も一流の先生方だったと思います。ですから、私の場合、かなりストレートに仏教を語ります。したがって、仏教に縁のない学生には、私が何を言っているのか理解できないようで、以前、1年生の建築倫理を教える授業で仏教の話をしたら、学生からの平均的な評価は散々でした。しかし、コメントを見ると、非常に良い講義だったとか、感銘を受けたという学生も少なから

ずいました。ですから、私の言葉が通じる学生とそうでない学生がいるということです。私は、大学時代に、専門の建築の方では落ちこぼれでしたので、建築の構造力学がわからない学生の気持ちはよくわかるのですが、仏教の方は、そういう意味では落ちこぼれたことがないのでしょうか。したがって、本書を落合さんとの共著にしたのは、意味があったように思います。落合さんのものを読めば、私の言っていることも多少なりとも理解できるのではないかと思います。

次章からは、私のこれまでにであって来た先生方の教えを背景として、仏教を真っ正面から語っていきたくと思います。仏教の専門家から見れば、間違った解釈も多々あるかも知れませんが、本書はあくまで入門書ですから、増上慢の誹りを恐れず、学生に伝えたいことをストレートに伝えていければと思っています。

## <落合>

私が仏教にであったのは、藤井さんの場合とは、非常に異なる点とよく似ているがあると気づかされます。まず、異なる点から見てみると、藤井さんは西日本の山口の出身で、広島、山口、島根の文化圏に育ったため、家族や親戚の方が仏教のお話を聞くという習慣を持っていた、そして特に浄土真宗の寺院が多く、

お寺でお話を聞く伝統のあった地域で育ったということが、仏教とであうきっかけになっていたということです。であったときはその意味はまったく理解できず、受け入れがたく反発を感じ、さらには拒否すらしていたかもしれませんが、すでに仏教のお話を聞くというひとつの文化、人の生き方の大切な様式があることに親しい家族を通じて接していたことは藤井さんにとって確かな現実で、直接的だったと思います。

一方の私は、静岡の出身で、お寺の多くは曹洞宗ですが、子どもの頃から仏教に触れる機会と言えば、お葬式や法事の際のみで、お寺に話しを聞きに行くという習慣は基本的にない地域です。仏教や神道などとの関係は非常に距離があり、疎遠でした。静岡以外の他の地域、特に東日本の多くの地域は似た状況で、特に東京の場合もそうだと思いますが、仏教との関係が非常に疎遠で、自分や家族とはあまり関係がないというのが普通だと思います。身近ではないという理由はいろいろ考えられますが、ひとつは文化圏の東西差の大きさです。

縄文時代から弥生時代の変動期に海外からの移住者の度合で分かれたなど諸説がありますが、奈良時代以前からすでに日本の文化圏は大きく中部地方の富山・新潟から愛知・静岡の線でほぼ完全に東西に分かれていました。『万葉集』などに残る

東国方言を記した「東歌」や諸国の事情を記した『風土記』など、すでに 1200 年以上も前から自分たちの各地方の文化や話す言葉には非常に大きな差異があると日本人は意識していました。現在でも、調べて見ると、衣食住の様々な生活文化、食べ物や味の好み、食材、冠婚葬祭の方法、消費の傾向、出生率から話している言葉まで、非常に大きな差が東西にあり、それがまたそれぞれの各地域で細かく異なっているのが日本の実際の社会です。

こうした日本社会の持つ多様性は、明治時代以降の日本の近代の中では、学校教育の中では教える内容としては取り上げられず、むしろあってはならないものとして、中央政府が決めた内容とそれによって生まれた教育制度によって、今まで皆さんが学校で習ってきた内容のように、地域性を捨象して、一般化され、日本はみなどこも同じという書き方で、「日本は～」「日本では～」と書かれています。しかし、事情はみな異なります。仏教の場合も、地域差が非常に大きいと言えます。

東日本に多いお寺は曹洞宗で、これは戦国時代以降に東日本に広まったためです。青森、岩手、宮城、秋田、山形、福島、群馬、神奈川、山梨、長野、静岡、鳥取などには曹洞宗の寺院が多く、浄土真宗が多い地域は、本州からの移住者による北海道



と、新潟、岐阜、愛知、三重、富山、石川、福井、滋賀、大阪、兵庫、奈良、島根、広島、山口、香川、福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島などです。そのほか各県でどのような宗派が多いかは、やはり個性があります。お寺に日常的にお参りする家族や親族がいない、仏教が身近ではない地域では、もう一度、子供の頃からの細かい思い出を探してみるのはいかがでしょうか。地域のお祭りや伝統行事、今も残っている神社やお寺、様々な伝説、遺跡、歴史に関わる部分には、それぞれの地域で仏教や神道との関係が隠れています。実は、これは日本に生まれたからこそできることです。仏教が元々伝わっていなかったアメリカ、アフリカ、ヨーロッパでは東洋系の移民のコミュニティ以外には、こうしたきっかけすらありません。

私は、台湾で暮らしてもう 20 年以上になりますが、同じアジアの国とは言っても、仏教のお寺は台湾では身近にはありません。代わりに非常にたくさんあるのは、道教の廟です。とはいえ台湾の人にとって廟が仏教に入るきっかけになるように、日本では子どものころから、お寺がそこにあったとか、庭で遊んだ、お葬式でお経を聞いたなど、こうした記憶だけでも実は、そこからより深い世界を訪ねる種になりえます。

だから、仏教とのものであってもさまざまな場合があって当然でしょう。私の場合、偶然ですが、子供の頃住んでいた家の裏に曹洞宗のお寺が経営している幼稚園があって、そこに通ったことが最初に仏教を知ったきっかけでした。金色の仏像や仏具が並び、お香の香りがする本堂にときどき幼稚園の行事としてお参りする習慣があり、僧侶の衣服を着た園長先生が紙芝居でお釈迦様の一生の話しを聞かせてくれたり、お釈迦様の誕生日の4月、「花祭り」で象に乗った子どものお釈迦様に水をかけたりした記憶は今でもはっきり残っています。その後、中学校時代の先生に教えてもらったのですが、そのお寺は、実は非常に古くからの歴史がある禅宗寺院で、今川氏の保護を受けて栄え、境内には江戸時代からの墓石がたくさん残っていましたし、戦国時代後期、徳川家康と武田信玄が戦った「三方原の合戦」で、家康の身代わりになって武田軍との戦闘で戦死した成瀬正義の墓もありました。もっとも、幼稚園の頃はそんなことはまったく知らずに、墓石を隠れん坊の場所にして、遊んでいただけでしたが。

人によって非常に異なるのはこうした人が暮らす地域差から来るであれ方の相違、仏教を尋ねる元になった種です。本当に実際に自分の出身地以外の土地で暮らしてみないと、自分の故郷と移り住んだ先の土地柄の差異や共通性は見えてこないで

しょうし、その差が大きくなって、地方から都市へ、国内から国外へと移動したとすれば、その落差は非常に大きくなります。最近、世界に出てみよう、あるいは逆に日本の地方の独自性を見ようとするメディアの番組もやっと出てくるようにはなりましたが、そうした違いにであったとき、人間がする最初の行動は「優劣を付ける」という無意識の反応です。地方から東京、大阪、名古屋などの大都市に出た人は都市に圧倒されて、こんなすばらしい発達した都市なのかなどと考えてしまうかもしれません。逆に、大都市から地方に行った人は、なんとという未発達土地に来たのかと思うかもしれません。仏教に関する習慣も同じで、東日本から西日本に行った人は、なんとお寺が多いことか、お寺の行事がよくあることかと思うかもしれませんし、西日本から東日本に行った人は、葬式しかない町だと思うかもしれません。しかし、どれがよく、どれが悪いということは、実はありません。大事なことは、こうした外的条件ではなく、それをきっかけにして、自分自身が何かを求め、どう生きようとするかです。

人によって共通性があるのは、本当に道を探そうとするかいなかでしょう。藤井さんの仏教との本当のであい、仏教への本当の探究は、大学生時代、癌にかかったことからでした。藤井さんは、そのとき死の不安によって、本当の自分は何か、仏教に

尋ねてみようとして動き出したのです。大学時代、藤井さんが癌に罹って苦しんでいたとき、共に寮で暮らしていた私は、そのとき全然、別の問題を抱えていました。それが仏教を尋ね始めた入り口でした。それは、高校生の時から苦しんでいた「うつ病」の問題です。今でこそ症状への理解や薬物での対症療法がある程度できるようになりましたが、私が最初に「うつ病」に苦しんだ1970年代には「精神病」「ノイローゼ」「神経症」などと呼ばれて、いったいどうしてそういう症状が起こるのか原因は分からず、専門医もほとんどなく、学校でも「弱い奴」「駄目な奴」「逃げた奴」と先生や仲間たちから言われて孤立しているしかありませんでした。

皆さんの中でも「朝、起きたくない」という気分の人は少ないでしょう。バランスが取れていれば「今日は、学校があるから（会社があるから）・・・」と気を取り直して起きることができるのですが、心身のバランスが崩れて弱ってくると「起きられない（もう起きたくない）・・・」とそのまま、また寝てしまったりするようになります。そして、学校に行かなかった自分を「駄目な奴」と自分で思い、家族からも「何で学校に行かない」と責められ、そんな繰り返しがますます調子が悪くなっていく、「うつ病」の症状の始めは、今までしていた生

活習慣の維持ができなくなるというそんな単純なことからです。

高校1年生からこうした状態で、昼夜のリズムが狂いはじめ、異常ではないかと思った両親の勧めで精神科に初めて行き、医師がくれた「睡眠薬」で何とか昼夜の逆転は止まりました。しかし、「朝、起きたくない」「勉強などしたくない」「こんな生活はもういやだ」という気分の重苦しさはずっと霧のようにつきまとして、私の場合は、なるべく友人がしていることや先生が言うことをしないで、自分だけの世界を作るようになりました。「うつ病」の原因は（今ではよく理解できるのですが、現代人に共通する問題として、この本でも後の章で考えて見たいと思います）実はまったく違う、非常に単純なところにあったと思います。しかし、私の場合は教科書以外の本を読むことで、何とかバランスを保とうとしました。教科書や問題集には集中できなくても、文学や哲学など集中できる内容の本を学校や市の図書館で探して、宿題やテストの準備を完全に無視して読んでいました。そして、嫌いな科目は一切なにもせず、聞きたい科目だけを聞いて高校生活を終えました。

重苦しい高校生活で唯一思い出に残っているのは1年生の冬休み、夏目漱石の前期三部作と後期三部、その他主な作品をず

っと読んだことと、山岳部の先輩や友人と行った山登りだけです。夏の10日ほどの南アルプスでの合宿の時、にわか雨に襲われて山道を登っていくと、急に空が晴れ上がり、降りそそぐ眩しい真夏の陽光が行く手に南アルプスの嶺嶺を見せてくれる、そんな光景は今でも目に浮かびます。高校生活では皆さんも多かれ少なかれ似たような思い出をもっているかもしれませんし、いや私は楽しかったという人もあるでしょう。

しかし、今になって台湾の大学で学生達を教えるようになってみると、受験の重圧は受験制度で若者を一定時期に厳しくテストで選別する日本やその制度を取り入れている台湾、韓国、中国、香港など東アジアの国々では共通の思春期の体験で、うまく乗り切った人も、それを放棄した人も、あるいは満足した人も結果を得られなかった人も、等しく一様に一種のトラウマとして、その後の人生に影響を与えていることが分かりました。受験競争で勝った人には過度な自信やプライドと自分への過大評価が生まれ、同時に失敗を恐れる恐怖感が心の中に強く潜むようにもなります。逆のケースでは、後悔や失敗の痛み、挫折感からくる自信喪失や無力感がいつまでも自分のやる気を削いでしまうことがあります。あるいは重圧から解放された解放感からくる何をしていてもよいという自己抑制の放棄や押さえられない衝動などでゲーム浸りなどの生活リズムの狂いや男

女関係の無軌道などもおこります。・・・実は、みな同じ過度の心理的圧迫から来た「トラウマ」から逃げようとしている一種の代償です。そして、そのコントロールはその人の一生を無意識に左右し、行動を決める条件にもなっています。確かに社会や周囲の人々は有名大学に入ればそれでいいという建て前で全部を収めようとしていますから、表面的には学歴社会の成功者あるいは資本主義社会での経済的成功が得られれば、それですべてが解決しているような幻想に陥っているのですが、実は、それではまったく解決できない問題がある、それがその人の一生を左右するという、現代人である私たちには現在の社会に合わせる事が逆にどうにもならない問題にその人を落とししていくという逆説的な落とし穴が隠れています。

高校生活をとにかく終わって、故郷から離れた広島の大学に来た大学1年生の私は、「大学に入れば、きっと道が開けるだろう」と思って興味があった哲学科を選んだのですが、そうした自分の期待は見事に裏切られることになり、さらに「うつ病」がひどくなりました。日本の一般市民への教育は基本的に経済効率最優先ですから、私の入学した普通の国立大学は移転を計画中だったこともあって十分な予算もなく、狭いキャンパスにボロボロの校舎やプレハブの研究室が並び、雑談と休講しかしない先生たちの授業と、休む場所もない校内のスペースに詰め

込めるだけの学生がひしめいている、「収容所」のようなところでした（今になって思うと、こうした場所でも楽しく充実して過ごしていた友人は多く、環境が人を作るのではなく、人が環境を変えるのだというのが本当だと思います）。確かににぎやかで若者が集まる熱気に溢れていたと言えばそうですが、期待していた大学はこんなはずではなかったという思いから、結局、私は半年も経たないうちに学校にはいかなくなり、下宿に閉じこもってただ「抗鬱剤」「睡眠薬」を飲んで、カウンセラーの先生に話しに行く以外は昼夜逆転した生活を送るだけの毎日になり、もう本を読む気力もなくなっていました。

2年生に入ったそんなとき哲学科の先輩が「おもしろい先生がいる、お話を聞いてみないか」と誘ってくれました。行くと言って、結局行く気力がないという状態を何度か繰り返した後、その日あった「歎異抄の会」にやっと参加してみました。仏教のお話を聞いたことはまったくなかったので、「歎異抄」の題名は知っていましたが、話している内容はまったく分かりませんでした。とにかく2時間ほど、その会の後ろの方に坐って、皆の様子を見て過ごしましたが、思い立って会が終わったとき、お話をしてくださっていた先生のところに行って「私は生きるのが苦しくて、どうにもならないです。どうすればいいのでしょうか」と力を振り絞って尋ねてみました。先生は「それはどう



いうことかね」と穏やかな声で答えてくださり、私は高校のときから「うつ病」で苦しく、大学生活にも希望がないと説明しました。先生は私の説明を聞いた後、「君には友人がないだろう、友人ができるように寮に入ってみてはどうかね」と勧めてくれました。その先生は、藤井さんの仏教の先生である福岡教育大学を仏教伝道のために退職なさった細川巖先生でした。そして「松田君に後のことは相談して見なさい」と細川先生は広島大学で物理学を教え、仏教青年会を主催していた松田正典先生を紹介してくれました。

それがきっかけで仏教関係の寮に入り、そこで生涯の方向を決めるような人と仏教とのであいをしました。まず何といたっても助けてもらったのは同じ寮の同年齢の仲間です。藤井さんをはじめ、年齢の近い学生の仲間が一緒にいたので、初めて会った仲間でしたが私はとても安心しました。そのせいか昼夜逆転した生活はそのまま半年程続き、大学にはまったく行かない状態は変わりませんでした。午後に起きた後、SF、推理小説、歴史など、今まであまり読んだことのない文庫本を近くの当時はまだたくさんあった町の小さな本屋さんで探して、寮で夜、読んで過ごしました。また、松田先生の読書会に参加するためにその時間だけ大学に行くようになりました。それまでは何も手につきませんでしたから、少し気力と心身のバランスが回復し

てきたのだと思います。とは言え、私はほとんど人と話す気力もありませんでしたから「自殺するのでは」と皆からは思われていました。このころは、心理学では投射と言われますが、自分が外の世界に投影されて夕焼けを見ると今にも世界が崩れてきそうに毎日感じていました。崩れていたのは世界ではなく、自分自身でした。症状はかなり違いますが、印象派の画家ゴッホも崩れてまた回復していく、そんな状態を風景に投影する絵をたくさん描いています。人はすばらしい芸術表現だと感心していますが、実際にそう見えていたのだと思います。人の生命は身体で世界と繋がっているからです。

また、寮には朝と晩に仏壇の前で勤行する規則があり、勤行に出るとご飯をいただける習慣があつて、朝はまったく起きていませんでしたが、夜は寮の仲間の後に案内してもらつて勤行のやり方を教えてもらい、お勤めをして、その後夕食を皆で食べるようになりました。寮のお世話をしてくださっていた本当に柔らかいお年寄りの方がいろいろな機会に世話をしてくださり、声をかけてくださつて、また、同世代の仲間の人といろいろな話しをするようになり、私は生まれて初めて家族以外の人の中で安心して過ごせる経験をしました。これが、「うつ病」の回復にはとても助けになりました。それまでの生活は常に走り続け、頑張り、テストの点数で上に行くという、そんないわ

ば若いながらも激励と競争ばかりの人間関係でしたから、私にはそれしか人の生活はない、それができないと終わりだ、もうこんな生活はいやだと思っていました。しかし、仏教の寮での生活で、初めて激励や競争ではない人の繋がりがわかりました。こうした競争ではない人の関係が持てたことは本当に回復の大きな力になりました。そのとき、藤井さんは実は癌で大変な状態でしたが、その状態を超えて私のようなものとも分け隔てなく接してくれ、また大きな不安を抱えながら聞法を続けていました。当時、藤井さんが死を見つめて書いていたエッセイは、お話を聞く仲間の先輩や同世代の人に大きな影響を与えました。

半年過ぎて生活が少し落ち着いてくると、大学の授業にもとにかく行こうと思うようになり、ほとんど取っていなかった単位ももう一度取って、なんとか社会に適応できるように回復してきました。同時に、判らないながら寮のご法座の席があると寮の仲間と出たり、松田先生の読書会、細川先生の「歎異抄の会」に行っ、て、仏教のお話を聞くようになりました。しかし、内容は分かりませんでした。哲学に興味を持っていたのでそうしたものかと思っています。「人間は常に弥陀如来から目覚めてくれという呼びかけを受けていて、そのお働きでこうした自分だと自分の現実に目が覚めて、南無阿彌陀佛になる」のだという

ように、今まで聞いたことのないお話にいつもぶつかって止まっていた。今思えば、自分が努力してゆけば何とかできる、人間は自分自身を高めてゆけるという考え方でしか、すべてを受け取っていなかったため、今、ここで生きている自分が抜け落ちてしまっていたのです。「うつ病」の原因もそこにあります。自分の思いと自分の生きている姿が一致していない、それに気づくのは自分自身ではできないことです。仏教、なかでも浄土真宗の教えは常にそれを明確に示してくださっています。用語としても間違っている言い方ですが、メディアではよく「他人の力に頼る他力本願はいけない、自力本願でなくては今の世界では生きていけない」などと言っています。実は、私が「うつ病」から抜けだせなかったのは、そう考えていた、それしかないと思っていたからです。しかし、道理はまったく逆です。「自分が何であっても常に、本来に返れ、本当の命に帰れと呼びかけている本願のはたらき」を「本願他力」といい、それを示してくださる存在(仏)と、それを説いて下さる教え(法)、それに共に進もうと呼びかけてくれる先輩や同輩、後輩(僧)があつて、自分は自分の生きている姿に気がついて、本当の自分になることができるというのが仏教との本当のあいです。私の経験はまた折に触れて書きたいのですが、私は仏教と「うつ病」になる自分という落とし穴が何であるか、はっきり示し

---

てくださるという形でであり、回復の道を開いてくださったものです。みなさん、これから、それを一緒に尋ねてみましょう。

## 第2章 「仏教」—仏の教って何？

まずは、「仏教」とは何かという真正面な問いにこたえてみたいと思います。

### <藤井>

仏教とは、「仏」の「教（おしえ）」を意味し、その「仏（仏陀）」とは「覚者」、すなわち「目覚めた人」を意味します。では、その「仏（仏陀）」、「目覚めた人」とは、どういう人なののでしょうか。

目が覚めるというのは、私たちが夢から覚めた時のことを思い出せばよくわかります。夢の中にいる時は、それは夢だとは思いません。私も小さい時から、よくトイレに行く夢を見るのですが、夢の中では何回トイレに行ってもすっきりしません。そして、じわっと下着のまわりが暖かくなって、はっと目が覚めるわけです。あのおねしょをして目覚めた時の感覚は今でも思い出されますが、夢の中にいる時は、それは夢だとは気づきません。目が覚めてはじめて、「ああ、自分は夢を見ていたのだ」となります。すなわち、目が覚めてみてはじめてわかることがあるわけです。仏というのは、そういう存在だということです。

また、逆説的に言えば、仏が目覚めた人だということは、私たちは眠っている存在だということです。要するに夢を見ているような存在だということを表しています。

このことを説明するのに、非常によいものがあります。それは『マトリックス (The Matrix) 』という 1999 年に制作されたアメリカ映画です。まだ、見ていない人はぜひ見てください。仏教を理解する上で、非常に役に立つと思います。この映画のあらすじは以下のようなものです。

トーマス・アンダーソンは、大手ソフトウェア会社に勤めるプログラマーである。しかし、トーマスにはあらゆるコンピュータ犯罪を起こす天才ハッカーネオという、もう 1 つの顔があった。平凡な日々を送っていたトーマスは、ここ最近、起きるのに夢を見ているような感覚に悩まされ「今生きているこの世界は、もしかしたら夢なのではないか」という、漠然とした違和感を抱いていたが、それを裏付ける確証も得られず毎日を過ごしていた。

ある日、トーマスは「起きろ、ネオ」「マトリックスが見ている」「白ウサギについて行け」という謎のメールを受け取る。ほどなくしてトリニティと名乗る謎の女性と出会ったトーマスは、トリニティの仲間のモーフィアスを紹介され「貴方が生

きているこの世界は、コンピュータによって作られた仮想現実だ」と告げられ、このまま仮想現実で生きるか、現実の世界で目覚めるかの選択を迫られる。日常の違和感に悩まされていたトーマスは現実の世界で目覚める事を選択する。次の瞬間、トーマスは自分が培養槽のようなカプセルの中に閉じ込められ、身動きもできない状態であることに気付く。トリニティ達の言ったことは真実で、現実の世界はコンピュータの反乱によって人間社会が崩壊し、人間の大部分はコンピュータの動力源として培養されていた。覚醒してしまったトーマスは不良品として廃棄されるが、待ち構えていたトリニティとモーフィアスに救われた。

トーマスは、モーフィアスが船長を務める工作船「ネブカドネザル号」の仲間として迎えられ、ハッカーとして使っていた名前「ネオ」を名乗ることになった。モーフィアスはネオこそがコンピュータの支配を打ち破る救世主であると信じており、仮想空間での身体の使い方や、拳法などの戦闘技術を習得させた。人類の抵抗軍の一員となったネオは、仮想空間と現実を行き来しながら、人類をコンピュータの支配から解放する戦いに身を投じる事になった。

(出典: 日本語版 Wikipedia 「マトリックス」 2017. 08 閲覧)



この映画では、目が覚めてみたら、実は、自分は、コンピュータに脳を支配され、身体は、コンピュータのエネルギー源としてカプセルの中で飼われていたということがわかるわけです。これは衝撃ですよ。この映画は、「仏の覚り（さとり）」と非常に似通ったものがあるように思います。仏教では、最初に目が覚めた人がゴータマ・シッダッタと呼ばれる人物で、一般に釈迦と呼ばれています。仏教とキリスト教が大きく違うのは、キリスト教の神はイエス・キリスト一人ですが、仏教の仏は釈迦一人ではないわけです。釈迦が目覚めて以来、その教えを聞いた人たちが次々と目覚めていくわけです。ですから、仏教では、仏は一人ではなく沢山いるわけです。そういう沢山の仏を諸仏（しよぶつ）と言います。

マトリックスという映画でも、トーマス（ネオ）が目覚めることができたのは、先に目が覚めていたモーフィアスがいたからです。仏教においても、最初に目が覚めた人が釈迦だというわけです。そして、モーフィアスたちは、仮想の現実疑問を抱いた人間を次々と目覚めさせていきます。仏教でも、同じように、最初に釈迦が目覚まし、人間が何に支配され、何に苦しんでいるのかということを見つめます。そして、同じように苦しんでいる人の目を覚ましていくわけです。

また、マトリックスという映画では、目が覚めてみたら、人間がコンピュータに支配されていたわけですが、釈迦も同様に、人間を支配しているものを見つけるわけです。それは、現代の言葉で言えば、「自我」あるいは「自我意識」というものです。最近では、脳科学が発達してきて、人間の自我には、脳の奥の海馬と扁桃体というものが深くかかわっていることがわかってきています(Eテレ モーガンフリーマン時空を超えて「”私”は何者なのか?」)。海馬は人間の記憶をつかさどり、扁桃体は人間の情緒的なものによって、記憶として受け入れるものと受け入れないものを振り分けているのだそうです。したがって、人間は、この海馬の部分を切除すると、自分が誰だかわからなくなるそうです。そういう意味で、自分(自我)というものは、小さい時から積み上げられた過去の記憶と、その記憶にもとづく想像力(未来の予測)から成り立っているのではないかとされています。これについては、後の章でもう少し詳しく解説したいと思います。

この自我というものは、キリスト教の表現では、神の言いつけに背いてアダムとイブが「禁断の果実(知恵の樹の実)」を食べてしまうことに関係しています。アダムとイブはこのことによって「エデンの園」から追い出されるわけです。これは、人間が神ではなく、自我に支配されいくことを表しているように

思います。脳科学によれば、人間は、生まれてから1年半くらいは、自分という認識はないようです。それまでは、生命（いのち）そのものを生きているわけです。それが、言葉を教えられ、自分が誰かを教えられ、善悪を教えられ、そういう言葉による記憶の積み上げによって徐々に「自分」という認識を持っていくわけです。そして、いつのまにか、その「自分」という自我に支配されて生きるようになります。

後の章に詳しく述べますが、「釈迦の覚り」は、人間の苦しみの根源、すなわち苦しみを生み出しているものの発見だったと思います。マトリックスの映画と同様に、目が覚めることによって、人間を支配しているものが見えたわけです。その自我というものは、コンピュータと非常に共通点があるように思います。最近では、人工知能が発達し、囲碁や将棋の世界でも、コンピュータが人間に勝つようになってきました。私は、その人工知能のしくみについては十分理解していませんが、要するにコンピュータに与えた膨大な記憶（メモリ）から、次の一手を予想していくわけです。そのコンピュータの記憶量とその記憶から生み出される予測が、だんだん人間に近づいているということです。さらに、最近では、人間の脳の働きをコンピュータで再現しようとする試みも始まっています。したがって、近い将来、人間の苦しみのしくみも、脳科学が解き明かすかも知れま

せん。そうすると、やっと科学が仏教やキリスト教に追いついてきたということになります。

私は、仏教やキリスト教は、そういう自我に支配された生き方が人間に真の幸せをもたらすのかということをお聞きかしているように思います。キリスト教が教えているように、禁断の果実を食べることによって、人間は、罪を背負うわけです。自然そのもの、生命そのものを生きることをやめ、「自分（自我）」を中心に生きるようになる。いわば、神を忘れ、神に背いた生き方をするようになるわけです。そこには、苦悩、恐れ、不安など、様々な苦しみが用意されています。1歳半までの自我を持たない赤ちゃんには、そういう苦しみはありません。生命（いのち）そのものを生きていますから、エデンの園の中で神に守られているわけです。

釈迦は、そういう「自分（自我）」に支配された人間のあり方を覚り、人間の苦しみの根源を見いだします。しかし、それが釈迦一人の覚りなら、それが現代に伝わることはなかったと思います。目が覚めた人は、もし夢にうなされている人がいれば「夢ですよ」と言って、その人を起こそうとします。それと同じように、釈迦も、眠っている人の目を覚まして行くわけです。夢にうなされている人は、マトリックスの映画にあるように、

何かおかしいと思っている人です。自分の生き方はこれでよいのだろうか。あるいは、人生に行き詰まって、もう生きていても意味がない、こんなに苦しいのならいっそのこと死んでしまいたい。そう思っている人の目を覚ましていくわけです。そして、また一人、また一人と目覚める人が出てきた。次々と仏が生まれてきたわけです。そういう沢山の仏（目覚めた人）の教えが、今、現代に、仏教として伝わってきているわけです。

私は、キリスト教も仏教も、非常に近い教えなのではないかと思っています。キリスト教も、神の愛によって人間の罪を自覚していきます。罪の自覚は、自我からの解放を意味しているように思います。自分が何に支配されていたかを覚るわけです。神に背いていたことの自覚、それは、自我の正体とのものであるように思います。そういう意味で、あのマトリックスという映画は、宗教のしくみをうまく説明しているように思うのです。

最後にもう一つ補足しておく、マトリックスという映画では、コンピュータが人間の脳をコントロールして、人間に仮想現実を与えるわけです。人間に自殺されるとコンピュータのエネルギー源が減るので、極端な苦しみは与えずに、また、欲望をすべて満足させると現実かどうか疑われるので、適度な苦しさと

幸せを与えて、人間を飼っているわけです。例えば、将来、自分の好きなプログラムで、仮想現実を与えられるとしたら、そういう仮想現実の人生を生きたいと思う人もいるかも知れません。マトリックスという映画でも、そういう人間が出てきます。コンピュータと取引して、自分の好きなプログラムを与えてもらうという条件で、目覚めた仲間を裏切って、コンピュータに支配されようとする人です。それと同様に、宗教にも、目覚めさせる宗教と、眠らせる宗教があるように思います。仏教やキリスト教は目覚めさせる宗教だと思います。そして、一旦、目が覚めた人は、眠っている人の目を覚まそうとします。しかし、マトリックスの映画にもあるように、目覚めたくない人もいます。教祖様の言うことを聞いていれば、たとえそれが幻想でも、幸せな気持ちになれる。マインドコントロールというのは、マトリックスの映画で、コンピュータが人間の脳をコントロールするのとよく似ているように思います。こうすれば、幸せになれる。不安や苦しみから逃れられる。そういう教えを脳にすり込むわけです。そして、それを信じ込んで、教祖の意のままにコントロールされていく。これは、人間を眠らせる宗教です。本人は、幸せなのかも知れませんが、それは、他の人間との関係性を絶っていくことになります。それは仮想現実とよく似ています。マトリックスでは、実際の身体は、カプ

セルの中に収められているわけです。脳は動いているけれども、身体は、他とつながっていないわけです。果たして、それが本当の幸せと言えるのでしょうか。その辺も、宗教を見る上での重要な視点になると思います。

以上、まず、本章では、仏教とは、目が覚めた人の教えであり、目が覚めて見えた真実を説いている教えだということがわかってもらえればと思います。

## <落合>

これから具体的に仏教とは何か、仏教は何を私たちに伝えようとしているのかを考えていきたいと思います。藤井さんは、仏教とは目覚めた人の教えであると説明してくれました。私も高校時代、当時はまだあった『倫理社会』の時間に、仏陀とは「覚者」の意味だと教えてもらいましたが、その意味をずっと「世界の真理を認識した人」と誤解していました。第1章でお話したように、実はこの誤解が私の「うつ病」の原因のひとつだと今になるとわかるのですが、「世界の真理を認識した人が社会を作ってきた」というとらえ方は自我を中心に生きている人間にとって、また、科学ですべての現象が理解できると思っている現代人には、ごく自然な発想で、世界の宗教と哲学に共通して見られる基本的思想とも言えます。代表を一人あげると、

現在の欧米思想のひとつの元になっている「プラトン主義」の創始者、古代アテネの思想家・プラトンの考え方が私たちにはわかりやすいでしょう。プラトンは以下のように、人間をとらえていました。プラトンの代表作のひとつ『国家』第7巻に以下のような有名な比喩・「洞窟の比喩」が出ています。

### 『国家』の記述

(514A-515A) .....地下の洞窟に住んでいる人々を想像してみよう。明かりに向かって洞窟の幅いっぱいの通路が入口まで達している。人々は、子どもの頃から手足も首も縛られていて動くことができず、ずっと洞窟の奥を見ながら、振り返ることもできない。入口のはるか上方に火が燃えていて、人々をうしろから照らしている。火と人々のあいだに道があり、道に沿って低い壁が作られている。.....壁に沿って、いろんな種類の道具、木や石などで作られた人間や動物の像が、壁の上に差し上げられながら運ばれていく。運んでいく人々のなかには、声を出すものもいれば、黙っているものもいる。.....

(出典：日本語版 Wikipedia 「洞窟の比喩」 2017.08 閲覧)

これは、古代から現代までいろいろな解釈が出ていますが、一番、簡単にとらえ方をすれば「世界の真理に目覚めていない普通人」の意識は、洞窟の中に映る影を見ているに過ぎないと



ということになるでしょう。藤井さんの「夢を見ている」状態と同じと言ってもいいでしょう。東洋思想に位置づけられる仏教の見方と、西洋思想の根本とも言えるギリシア思想の代表者プラトンの考え方が、出発点で似ているのはとてもおもしろいことです。しかし、その先は非常に大きく違った進み方をしました。仏教は、そうした夢を生み出す人間という存在に根本的問題があるというようにとらえていったのに対し、「プラトン主義」は、どうすれば人間は影でない世界を見出すことができるか、洞窟の外へ出ることができるのかというように、人間が世界を認識する方法を探す方向に進んでいきました。その結果、アイデアという「世界の真理」「世界の本質」が人間の外にあり、それと人間が一体化すれば「世界の真理」が体得できるという西洋の宗教、哲学、科学の基本的発想が発展していくことになりました。ちなみに、村上春樹の2017年の長編『騎士団長殺し』の前編は「顕れるアイデア」篇となっていますが、題名からすれば、まさに西洋思想の根本を扱おうとした作品としてとらえることができまるでしょう。私たちは、哲学と小説は無関係ではないかと思ってしまうのですが、プラトンの哲学的著作は、実は皆ソクラテスなどの人物が語る物語でした。したがって、私たちが確かにあると思っていることばや文化のジャンルも、実は「洞窟にいる」ようなものです。

世界の真理を現代科学は認識しているのではないか、人間が真理を認識できるのは当然だと皆さんはお考えになるかもしれませんが。しかし、はたしてそうでしょうか。プラトンで考えてみると、プラトンの説には非常に大きな問題が隠れていることがわかります。それは、「自分達が洞窟にいて、その影を見ている」ことがなぜ「洞窟の中にいる人間」にわかるのかということです。結局、プラトンは、自分がその真理に目覚めた人だと自分で言っていることになります。歴史を見れば、そうでなかったことはすぐに理解できます。プラトンの時代（紀元前 427 年-紀元前 347 年）は、対立する軍事国家スパルタを盟主にしたペロポネソス同盟と民主主義を掲げるアテネを中心にしたデロス同盟が 30 年戦争と呼ばれるギリシア世界の内戦「ペロポネソス戦争」を続けており、最終的にスパルタが勝利しますが、ギリシア世界は疲弊して混乱し、間もなくギリシアの辺境マケドニアのアレクサンダー大王に征服されることになり、そんな時代でした。若くして亡くなったアレキサンダーの後、その世界は分裂し、ローマ共和国に併合されていくことになり、ギリシア人は文明人としてローマ世界に受け入れられますが、その多くは奴隷として売り買いされ、自由を失っていきました。プラトンの「真理」は、多くのギリシア人を救うこと

にはつながりませんでした。世界の真理も転変して、跡形もなく変わってしまっていたということになります。

古代ギリシア、ローマ時代の西洋では、「真理に目覚める」ことは自分自身の努力で可能だと信じられていました。しかし、紀元前後に地中海世界に覇権をとなえてわずか数百年で自滅してしまった古代ギリシア、ローマ文明の最期を思えば、果たしてそれが正解なのかどうか考えざるをえません。プラトンはむしろ、こう考える必要があったでしょう。「自分達が洞窟にいて、その影を見ている」ことがなぜ「洞窟の中にいる人間」にわかるのか、それは、自分が洞窟にいて目覚めた人によって、洞窟の中にいる人が自分が何も知らないで洞窟にいた、眠っていたと目覚めさせられるからである。自分の外にある世界の真理がわかったとしても、そこに生きている人間にはまったく関係がありません。外へ外へと探求することにももちろん大きな意味がありますが、しかし、いくらそうした探究をしても、自分が「洞窟の中にいる人間」であることは何も変わらず、またそうした存在であることもわかりません。生きている人間にとって大事なのは、自分が何であるのか、自分がどう生きているのかを知ることでしょう。

プラトンの「洞窟の中にいる人間」なんて意味がない、そんな古代の話は現代人には関係ないと思うのは当然ですが、大事なものは、「洞窟の中にいる人間」を今の社会での比喩として考えてみる、今の自分にとって似たものを探してみるということです。藤井さんは現代社会を描いた『マトリックス』の比喩で仏教の目覚めを説明してくれましたが、プラトンの比喩で言えば「洞窟＝仮想現実」ということになります。言い換えれば、自分が本当だと疑いなく信じている現象（見たり、聞いたり、感じたりできる対象）は実は「仮想（定まらない）」だということでしょう。自分の見ている世界は仮想ではないと思うかもしれませんが、プラトンにとってそうであったように、私たちの世界も常に移り変わっています。藤井さんや私が生まれた1960年代は日本の高度経済成長時代で、テレビ、洗濯機、冷蔵庫に続いて、自動車、クーラー、カラーテレビが「三種の神器」と呼ばれていた時代ですが、食品添加物、大気汚染、水質汚濁などの環境汚染が広がった時代でもありました。私の生まれた地方都市は舗装された道路はなく、町の中心だった駅前も雨が降るとドロドロになってしまう、太平洋戦争で県内は数千回も爆撃されたため、バラック建ての木造家屋や熱で焼けた鉄筋に板壁が張られている駅、それに小さなデパートや市役所のビルがわずかに建っている、そんな環境でした。1990年代から2000

年代生まれの皆さんにはライトノベルでタイムスリップしたような光景かもしれません。現代のメディアは美化して「昭和の町」と宣伝していますが、『三丁目の夕陽』の町はきれいすぎて、私には嘘くさい、それこそ「仮想現実」のように見えてしまいます。しかし、今の日本の町も10年後、20年後には同じように変化すると思います。見えているものは、今、たまたまそういう姿をしているだけです。大地震、大規模水害、土砂崩れや大火などを体験された人は、自分の見ていた世界が一瞬のうちに変わってしまったトラウマを抱えていらっしゃる人も多いと思います。大きな事故や事件を体験なさった方も、それ以前と以後で世界がまったく違ってしまったことを身をもって体験されたのではないのでしょうか。しかし、変わらないものが本当ではありません。変わらないものというのは私たちが見ている「夢」です。世界はもともと一瞬で変わってしまう定まらないもの、それが私たちの経験している世界の実相です。私たちは、まさに「洞窟で影をみている」「仮想現実」を現実だと思い、変わることはないと信じて生きているわけです。

外の世界は変わるかもしれない、でも自分は変わらない、そういう思いも起こってくるでしょう。しかし、そうでしょうか。若い時代には、災害や事故、事件などがなければ、長い間に少しずつ変わっていく世界や自分を実感することは難しいかも

しれません。今の自分であり続けたい、今の体力を保ちたい、綺麗なままの自分でいたい、生活に満足している時ほどそういう「夢」は強くなるでしょう。私も小学生の頃には半世紀後の世界など思い描くことすらできませんでした。また、うつ病で苦しんでいた高校時代、大学時代は、40歳、50歳になった自分がまだ生きていることすら想像できませんでした。しかし、50年前は予想もできなかった情報通信技術で世界全体がつながり、同時に50代になった自分から若い頃の肉体や体力、ハリのある皮膚や容姿が老化で失われていく、それが今の私の現実です。若い頃の自分には思いもよらないことでした。

人間関係や価値観はどうでしょうか。これも、少し思い返してみればよくわかるでしょう。昨日の友人が今日は自分をいじめる仲間が変わってしまふ、信頼していた職場の仲間に裏切られる、信じていた恋人、夫婦が不倫で簡単に壊れていく、愛していた家族や友人を事故、事件、病気で失うなど、日本で流行しているドラマ、小説、漫画、ドキュメンタリーの多くがこうした人間の日常生活で起こる問題を取り上げて物語にしているのです。実際にそうした体験をした人は、自分の経験から共感し、そうでない人も似た経験を探しながら、あるいは擬似的にそれを体験する形で、今、確かだと思っている日常が実は簡単に壊れていく「仮想現実」だという体験をしています。こうし

た物語の機能は、「自分達が洞窟にいて、その影を見ている」ことを、さまざまな方法で教えてくれています。「洞窟にいる」こと、「仮想現実にいる」ということは、人間の「エゴ」「自我」が生み出している、変わらないものがあるという「影」です。日本のさまざまな物語は、それに「目覚め」させる一種のシミュレーター体験になりえます。

これらの物語が日本で流行し、そしてその流行が世界の多くの国々に広がっていくのは、日本の描く物語が深い洞察を秘めていて、私たちが「仮想現実」を生活していることを日常の出来事として具体的に示しているからとも考えられます。世界中のどの民族、文化でも似た物語が作れるわけではありません。私が暮らしている台湾は、日本では中国と一括りにされてしまっていますが、比較的日本の感覚に近い家族、友人、恋人の日常を描くドラマや映画が作られています。しかし、中国大陸や香港の映画・ドラマでは、そうした作品は稀です。『三国志演義』のような歴史上の英雄の成功や悲劇を話題にした王族、貴族、軍人、大商人などの支配階級の権力闘争の物語、あるいは現代の大金持ちの成功や復讐のドラマが目立ちます。アメリカのドラマや映画も傾向は似ています（そうでない作品ももちろんありますが）。中国大陸やアメリカの物語は、むしろ権力を掌握したり、社会的経済的に成功したりすることが人間の幸福であ

るという幻想を反復しているように見えます。しかし、日本の物語には仮想現実を生きている自分に目覚めのきっかけを与えてくれる文化的背景が感じられます。自分の経験している現実には夢かもしれない、そうした物語が日本でさまざまなバリエーションで生まれている背景には、やはり仏教の歴史的風土の影響を考える必要があるでしょう。2016年に大流行した『君の名は。』も入れ替わりとして相手の世界を体験することで、自分の世界と願いを知る仮想現実の物語です。藤井さんは目覚めた人が次々に目覚めた人を生み出し、それが多くの目覚めた人をさらに生み出していくと説明してくれましたが、直接、仏教を説いて下さる先生や友人とともに、日本では日本の育んできた文化的宗教的地盤が、さまざまな形で「目覚め」のきっかけを与えてくれています。それに気づくことが、きっと皆さんが仏教にであうきっかけになります。皆さんが日常、接しているドラマ、小説、漫画、ドキュメンタリーなどの多くの題材が皆さんに「目覚め」を促していると思って、接してみてください。

世界が変わっていくように、生物である人間も、それが作っている社会、組織、国家、文明も、時間の経過と共に老化して、最期は死に至る、それが現実です。しかし、現実がそうだからと、絶望する必要もすべてを投げ出す必要もありません。現実



ということは、他にはなく、それしかないという当たり前のことだからです。それは、「今、ここ」の自分にとっては、他のものには代替できない確かな存在だということです。今、ここに生きていることは他の何ものにも代えがたいということになります。「目覚め」のきっかけになる事件、事故、出来事や経験、物語などが「自分が洞窟の中に居たという目覚め」になるかどうか、「仮想現実を現実だと思っていたという目覚め」になるかどうかの分かれ道は、プラトンのようにそれは外にある真理や世界、社会、人間の問題だととらえるのではなく、「自分自身だけ」に呼びかけられ、問われている問題であると気づくことです。社会的には大きなマイナスになる競争や試合での敗北、試験での挫折、失恋、いじめにあう、貧困、暴力、事故、病気、大きな災害に苦しむなど、逆に、社会では成功と言える受験競争での勝利、大企業への就職、恋愛の成功、順調な仕事や昇進などは、自分にとって好ましくない、好ましいに関わらず、仏教の中では、他には置き換えられない出来事として、自分の現実、自分の存在を教えてくれる「自分自身だけ」の大切な種になります。仏教はそうした人間の経験を地盤にして、常に、「目覚めた人」からのメッセージとして「自分の姿に目覚めてくれ」と呼びかけているのです。

もうひとつ大事なことがあります。「目覚めた」からと言っても、それは今、自分が本当に居るところを教えているだけです。すばらしい世界に行けるわけでも、今と違う自分になれるわけでもないということです。当たり前自分の存在と日常に帰る、ただ、それだけです。しかし、その一歩は人生をまったく変えるような一歩です。なぜなら、以前は夢を見ているだけでしたから、自分が生きているつもりでも実は全部仮想の世界の出来事で、地に足がついていないわけです。それが「目覚める」ことで当たり前日常に帰り、一歩、一歩歩むための確かな大地を与えられたことになります。「目覚め」た人は「夢」の世界では無意味だ、くだらないと言われようと、現実の世界に働きかけ、周囲の人に呼びかけることができます。それは本当の確かな一歩です。社会からはどんなにつまらない、役に立たないと評価されようと、自分が今居る現実に向き合い、何をすればいよいよのかを見極め、進んでいくことができます。そして、自分に「目覚めて」と呼びかけてくれていた人、友人、先生、そしてさまざまな風土、歴史、文化、技術などに恵まれていたことに気づくことができるようになります。「自我」という「夢」の世界では、孤立して自分ひとりしか存在していなかったのに、「目覚めた」人には、実は深く広い絆がもともとから与えられていたことがわかってきます。

---

私たちは日本の近代に生まれた教育制度の中で、「夢」が本当だと教えられています。しかし、日本の仏教が生み出した歴史的文化的伝統は、それを超えて、「洞窟に居る」ことに気づいて欲しい、「仮想現実」を生きていることに目覚めて欲しいと呼びかけています。「自分が洞窟の中に居る」と呼びかけられていたと気づく、それが私たちが自分らしく生きる、一番大切な出発点になるでしょう。

### 第3章 「釈迦の覚り」—苦の正体とは？

次に、釈迦の覚りの内容について、もう少し深く考えてみたいと思います。

#### <藤井>

釈迦の覚り内容は、「四諦（したい）」あるいは「四聖諦（ししょうたい）」の教えとして、今日に伝えられてきています。これは、四つの真理を諦らか（あきらか）にされたということです。その四つというのは、(1)「苦諦（この現実世界は苦であるという真理）」、(2)「集諦（じったい。苦の原因は迷妄と執着にあるという真理）」、(3)「滅諦（迷妄を離れ、執着を断ち切ることが、覚りの境界にいたることであるという真理）」、(4)「道諦（覚りの境界にいたる具体的な実践方法は、八正道であるという真理）」（出典：ブリタニカ国際大百科事典）です。

まず、諦というのは、「諦（あきら）める」という言葉がよく使いますが、諦めるというのは「諦らかに見る」ということで、私たちが使うような「もうやめた」というような意味ではありません。まず、「苦諦」という言葉ですが、テレビドラマの水

戸黄門の歌にあるように「人生苦もありゃ、楽もあるさ～」ではないのかという疑問がわいてきます。私が小学生の頃は、よく「四門出遊」の話を聞かされました。釈迦がまだ王子の時、王様は、王子を出家させたくないの、何不自由のない幸せな暮らしをさせていたのだそうです。しかし、王子は、その幸せに疑問を感じ、王城の東西南北の四つの門から郊外に出掛け、それぞれの門の外で老人、病人、死者、修行者にであい、出家を決意したというお話です。要するに、人間はいかに幸せに暮らしていても、老いること、病気をすること、死ぬことから逃れられないということです。王子は、この「老病死」を見て、世の非常を覚ったと言われています。そして、この苦しみを超える道を求めていた修行者にであい、出家するわけです。

そして、6年間にわたって、苦しみを超えるための修行を行います。苦行と言われますが、人間の欲望を断つという修行なのでしょう。たとえば食欲を断つために、断食をするわけです。それで、身体は骨のようになります。しかし、一向に覚りは開かれない。それで、そういう修行を止める決意をします。そして、身を清めるために、付近のナイランジャンナー川という川で沐浴するわけです。そして、苦行で痛んだ身体で、やっとの思いで川を這い上がり、そこで、スジャータと呼ばれる娘から、乳がゆを与えられます。そして、その乳がゆを飲んで、心身と

もに回復し、心落ち着かせて、近隣の森の大きな菩提樹下に座し、ついに覚りを開かれるわけです。

このところを児玉暁洋先生は、釈迦は、スジャータから与えられた乳がゆによって、目覚められたのではないかと言われていました。人間は、動物や植物をはじめ命を持っているものを摂取しなければ生きて行けません。苦行でやせ細った身体に、乳がゆが与えられ、それがみるみる自分の身体に力を与えていく。そこに、自分の自我意識を超えて自分の身は生かされていることを覚られたのではないかと。

補足になりますが、人間の成人の細胞数は、最近の研究により37兆2000億個だったと報告されています。しかも、その細胞は、生まれたり死んだりを繰り返し、数年ですべて入れ替わると言われています。したがって、数年間で、私たちの身体は、リニューアルされているわけです。要するに、人間は、他のいのちを摂取して、それが私たちの血となり、肉となり、それで私たちの身体は成り立っているわけです。それは、もちろん自分がつくったものではありません。生まれた時から与えられているしくみなのです。神はいないという人がいますが、こんなしくみを造った創造主を神と呼んでも何の違和感もありませんね。

話を元に戻すと、この「苦諦」というのは、「生老病死」の「四苦」とも言われます。四苦八苦するの四苦です。この中で一番わからないのは「生苦」だと思います。生きることは苦なのかということ。苦もあれば楽もあるではないかということ。しかし、楽を手に入れたら幸せなのか、そう考えると少しわかってきます。今の日本は、楽を手に入れているのでしょうか。戦争もなく平和で、豊かで、発展途上国に比べて、国民の平均年収は 10 倍とか 20 倍とか言われています。しかし、皆、幸せを感じているかと言えば、不安だらけですよ。国は借金まみれ、高齢化社会で、若者の税金負担は重くなる一方、年寄りの年金は減らされ、介護する人も少なく、孤独死が増えている。がんばって勉強して、皆がうらやむ大企業に入社しても、何か起これば一気に傾いてしまう。ブラック企業や振り込め詐欺が横行し、弱い者から金を奪っていく。世界から見れば、非常に裕福な国に暮らしていても、幸せを感じることができない。それが現実なのではないでしょうか。どんなに幸せだと思っても、先のことを考えると不安になる。それが、人間の構造だということです。釈迦は、2 千年以上前に、何不自由のない暮らしを与えられていたわけです。しかし、どんなに楽を与えられても、それに満足できない。結局、安心というものが無いわけです。いつ病や死が襲ってくるかわからない。

そういう「生」を生きているのが、人間の現実だというわけです。

そして、釈迦が覚られたその苦しみの原因が、「集諦」という言葉で表されています。この「集」という意味は、平野修先生から、「私」という自我を支える「杖」を集めてまわることだと教えられました。第2章で述べたように、「私」という自我は、脳に記憶された言葉によって形成されています。「私」とは何かと問われたら、私は、〇〇県出身で、〇〇中学、〇〇高校を出て、〇〇大学に行って、どんなサークルに所属していて、趣味は〇〇で、・・・と、沢山出てきますが、すべて「言葉」です。そして、他に比べて優れているものがあると、誇らしく感じるようになっていきます。日本では、一番有効な杖は学歴と呼ばれるものです。「俺、東京大学」、「俺、早稲田大学」、それだけで、たいていは「へー、偉いんだね」と言われます。ですから、受験戦争というものが起こります。私の場合は、広島大学ですが、私は、田舎に育ちましたので、田舎の方では、「広島大学、すごい」と言われますが、少し都会に出てくると肩身の狭い思いをします。同様に、職歴というものも、「私」を支える上で重要な役割を果たします。「俺、トヨタ」、「俺、東京三菱銀行」、「俺、清水建設」というと、「へー、すごい」となります。私の大学でも、スーパーゼネコンに入りたいとい



う学生が沢山います。たとえ、出身が近畿大学でも、「俺、清水建設」となれば、人の見る目が変わってくるからです。そういう、自分を飾る言葉を手に入れるために、しのぎを削っているのが現実だと思います。平野先生は、それを缶詰の「ラベル」のようなものだと言われていました。人は、缶詰の中身ではなくて、ラベルで判断される。それで、自分によりよいラベルを貼りたいがために、苦闘するわけです。釈迦は、そうやって、「私」を支えるものを集めているのが、人間だと覚られたわけです。

しかし、いくらよいラベルを集めたとしても、それで満足できるかという問題です。私も、田舎の方では、広島大学と言うと賞賛されるわけです。私の両親なども大喜びなわけです。しかし、私の通っていた高校では、同じクラスで東大合格が3名もいました。そうすると、「広島大学」というラベルも、そんなに大したものではないように見えます。私は、縁あって、東京大学に2年半研究者として勤めましたが、東大の学生でも、非常に劣等感の強い学生がいるわけです。「自分はだめだ」と言うわけです。その時、私が所属していたのは、造船系の学科でしたから、当時、東大の工学部の中では、造船系はあまり人気がなく、東大の中で比較すると、「自分はだめだ」となるわけです。したがって、いくら自分を飾る有効なラベルを集めたと

しても、他と比較することで、自分の価値が揺らぐわけです。また、それに追い打ちをかけるのが、病気とか死というものです。いくらよいラベルを集めても、病気して死んでしまえば、その価値は無くなってしまいます。また、老いというものが、じわじわとそのラベルの価値を失わせます。釈迦が見抜いたのは、そういう「ラベル（杖）」を集める行為そのものが、人間の苦を生み出しているという実態です。仏教の言葉では、「執着」とか「煩惱」とか言いますが、「私」を支えるものを集める、それ自体が苦を生み出すもとだと言うわけです。

私の大学にも、希望の大学に入れなくて内に来た学生が沢山います。もっと良いラベルを求めていたのに、それがかなわなかった。それは、本当に大きな心の傷になります。本人だけでなく、親の落胆も激しいので、滑り止めの大学に入っても力が出ません。私も、大学では、新生へへの導入的な講義を持っていますので、そこでまず最初にやることは、自信の回復です。何をやるかということ、内の大学からもスーパーゼネコンに入社した卒業生がいるよ、大手の設計事務所で働いている卒業生もいるよ、君たちが思っているほど、悪い大学じゃないよ、がんばればまだまだチャンスはあるよと言うわけです。結局は、問題の先送りをしているわけです。情けない話ですよ。最近、それだけではいかんと思って、スマップの「世界に一つだけの

花」を話題にして、No.1 じゃなくて、Only one を目指そうという話をします。そうやって、何とか「私」の支えを失った学生の心を癒やしているわけです。しかし、それは、根本的な解決にはなりません。結局は、自分を支える大きな杖を失った学生に、別の杖を指し示して、その杖を手に入れるまでがんばれと言っているに過ぎないわけです。後の章にも述べますが、Only one を目指せと言っても、Only one では満足できないような自我構造を生きているわけですから、それは本当の救いにはなりません。

それでは、そういう苦しみの源となっている集めるという行為をどうしたら止められるのか、それを「滅諦」という言葉で表されています。辞書では、「迷妄を離れ、執着と断ち切る」と言われていますが、そう簡単なことではありません。結局、第2章に述べたように、人間は、自我に支配されていますから、いわば眠って夢を見ているようなものです。そういう状態を「迷妄」というわけですが、それを夢だと気がつくには目覚めるしかありません。それを仏教では、「覚りを開く」という言葉で言われているわけです。

そういう自我に支配された状態から抜け出すには、どうしたらよいのか、それを明らかにしたのが「道諦」という言葉です。

辞書には「八正道」とあります。八つの正しい道を修行によって極めるということですが、具体的には、正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定の八つです。しかし、こうなると、やはり出家して修行が必要なんだとなって、私たちには少し縁遠い話になります。正しく見て、正しく考えて、正しく語って、正しい行いをして、正しく生きて、正しくがんばって、正しく念じて、正しく心を安定させる、というようなことは、一般の人には難しいことだと思います。ここから、歴史的に様々な仏教の宗派が生まれてくることになります。私と落合さんは、たまたま縁あって、浄土真宗の教え、すなわち「念仏によって目覚める」という道にであいましたが、座禅や禅問答によって目覚める道もあるのだと思います。私は、キリスト教も、同様の目覚めを促す道だと思っています。イスラム教については、私は全く内容を知りませんが、やはり同じなのではないかと思っています。このように、目が覚める道としては、様々な教えがあるように思います。様々な教えが、自分の教えこそが真に目覚める道だと言っているように思いますが、私は、2500年以上続いてきた仏教の中には何らかの真実があるように思います。ですから、学生諸君の中で、仏教に興味を持った人は、自分の縁のあるところからたずねて行けばよいと思います。

以上、本章では、釈迦の覚りの内容についての概要を押さえてみました。次章では、ここで出てきた「集諦」について、もう少し考えてみたいと思います。

## <落合>

この章のテーマは、前章の話題だった人間は目覚めた人に起こしてもらわない限り生まれつきずっと「夢を見ている」「洞窟の中に居る」、その結果、私たち人間に何が起こっているのかという問題です。藤井さんがお話しているとおり、「夢を見ている」「洞窟の中に居る」結果を、仏教は「四苦八苦」と明確に定義しています。ただの四字熟語「四苦八苦」にそんな深い意味などあるわけがないと思うかもしれませんが、国語受験の暗記で皆さんを苦しめてきた四字熟語や故事成語は、実は、日本で文字が使われるようになったと考えられる弥生時代後半から日本人が受け入れ、継承してきた中国大陸、朝鮮半島経由の様々な中国語の教養として、日本列島で今も使われ、また新たに作られてきた表現です。しかし、この「四苦八苦」は、中国語の成語にあるかということ、実はありません。「非常に苦労する」という現代語の意味だけで、典拠は何かということにな

ると専門家でないと判りません。しかし、日本では、ちょっと google れば、明確な定義がすぐに出てきます。

四苦八苦(しくはっく)とは、仏教における苦の分類。苦とは、「苦しみ」のことではなく「思うようにならない」ことを意味する。根本的な苦を生・老・病・死の四苦とし、根本的な四つの思うがままにならないことに加え、愛別離苦(あいべつりく)－愛する者と別離すること、怨憎会苦(おんぞうえく)－怨み憎んでいる者に会うこと、求不得苦(ぐふとくく)－求める物が得られないこと、五蘊盛苦(ごうんじょうく)－五蘊(人間の肉体と精神)が思うがままにならないこと、の四つの苦(思うようにならないこと)を合わせて八苦と呼ぶ。

(出典：日本語版 Wikipedia 「四苦八苦」 2017.08 閲覧)

中国語の Wikipedia には項目すらありません。インドから伝えられた仏教の基本概念「四苦八苦」を訳したのは中国大陸ですが、中国の歴史の中でそれは大切な言葉としては残らず、反してそれを受け入れた日本では、いかにこの言葉が大事かがずっと伝えられてきたことがわかります。第1章で、私と仏教とのあいについて、日本に生まれたからこそ自分の育った環境に手がかりがたくさん残っているとお話ししましたが、日本語も、

そうした大切な手かがりの宝庫です。言葉は時代を超えて伝えられてきたその地域の人々の文化的伝統と記憶そのものです。

私が初めて「四苦八苦」の説明を聞いたのは、やはり高校の「倫理社会」の時間でした。その時は、ああ、そういうものかで終わって、自分の現実を指摘されているとは受け止められませんでした。しかし、うつ病で苦しんでいた私は、まさに「夢を見ている」「洞窟に居る」状態で、学校が悪い、受験が悪い、競争が悪い、社会が悪いと外に外に問題の解決を求めることしかできませんでした。そして、藤井さんが「集諦」で説明してくれたように、「試験でよい成績をとれば」「有名な国立に入れば」「きれいなガールフレンドができれば」と外にあるものを必死に集めて、自分を飾ろうとすることしか思いつかなかったのです。

しかし、広島で仏教のお話を聞くようになってから、最初に判ってきたのは、「四苦八苦」は、まさに自分のことを言われているのだということでした。私が、大学時代に一番苦しんでいたのは、まず「愛別離苦」でした。高校3年生から付き合い始めたガールフレンドが東京の大学に行き、遠距離恋愛になってしまったからです。東京まで会いに行った後の新幹線のホームで泣き崩れる彼女を見ると、胸が締め付けられました。同時に

ティーン時代ですから彼女を求める性欲も抑えがたく、まさに「五蘊盛苦」のただ中で生きていて、離れているため会いたくても簡単には会えないという「求不得苦」にいつも悩まされました。1980年代の当時はスマホはおろか携帯すらありませんでしたから、何万円も公衆電話から遠距離電話をかけていました。そして、遠距離恋愛の結果は大概はドラマやアニメのとおりで、私の場合も彼女の側に新しい彼氏ができ、そうした彼氏と渡りあったり、もう不機嫌な顔しかしない彼女と話さなくてはならなかったりと、「怨憎会苦」が結末になりました。10年近く、真剣に付き合い、できる努力はしましたが、絵に描いたように悲惨な恋愛でした。

発達した資本主義・民主主義社会に生きている私たちは、生まれてから「すべては自分の意思しだい、努力しただい」と、家族や周囲の人はもちろん、学校でもメディアでも様々な書物でも、常にずっと要請されて生きています。しかし、この世は、私のささやかな恋愛のように、どんなに努力してもどうにもならない、どんなに想ってもどうにもならないことで溢れています。「生苦」とは、思いどおりにしたいのに、どうにもならないことが次々に出てくる、そして思いどおりになったことが変わってしまう、失われてしまうことでしょう。「夢を見ている」「洞窟に居る」私たちの思いは、いつも「自分の思いどおりに



なるはずだ」「自分のしたいことができるはずだ」「努力すれば結果はでるはずだ」という方向を持ち、常に今の自分ではない自分になろうとしたり、今は持っていない様々なものを自分のところに集めようとしています。

19世紀後半から20世紀前半に発展したヨーロッパ思想のひとつに「実存主義」がありますが、それは17世紀のパスカルから始まると言われています。

人間はひとくきの葦にすぎない。自然のなかで最も弱いものである。だが、それは考える葦である。彼をおしつぶすために、宇宙全体が武装するには及ばない。蒸気や一滴の水でも彼を殺すのに十分である。だが、たとえ宇宙が彼をおしつぶしても、人間は彼を殺すものより尊いだろう。なぜなら、彼は自分が死ぬることと、宇宙の自分に対する優勢とを知っているからである。宇宙は何も知らない。

だから、われわれの尊厳のすべては、考えることのなかにある。われわれはそこから立ち上がらなければならないのであって、われわれが満たすことのできない空間や時間からではない。だから、よく考えることを努めよう。ここに道德の原理がある。

(出典：日本語版 Wikipedia 「ブレーズ・パスカル」 2017.08 閲覧)

パスカルは、神や宇宙の大きさに対する人間の卑小さを悲慘とし、神を知り宇宙を思惟できることを偉大と考え、人間を偉大と悲慘の間にある存在＝中間者としました。第2章でお話したように欧米思想の始祖プラトンは、人間の問題を外側に向けて解決しようとしていました。外側というのは、人間とは、世界とは、社会とは、などと自分とは関係がないものとして一般化して考えることです。パスカルの場合も同じです。しかし、方向を内側に、つまり自分自身に向ければ、この中間者という考え方は私たちの現実をよく教えてくれます。「有名国立大学に入りたい」という夢をパスカルの「神・宇宙」とすると、今の自分はそうではない卑小なものとなります。パスカルが考えると言ったように、努力していける点は偉大と言えるでしょうが、人の一生で考えて見ると、こうした生き方には終わりがありません。その次は、「有名大企業に入りたい」「会社の経営者になりたい」「〇〇の分野で有名になりたい」「資産家になりたい」というような社会的地位やステータスを常に求めなくてはなりません。いつもその次が出てきてしまいます。そして、たとえそれが得られたようにみえても、大会社の社員が過労自殺したり、経営者が犯罪で逮捕されたり、リーマン・ブラザーズのように投資に失敗すれば100年続いた巨大企業も一瞬で消えてしまう、それが生きている人間にとってのこの「宇宙」

の果てしなさ、無常です。「すてきなガールフレンドやボーイフレンドがほしい」「いい相手と結婚したい」「幸せな家庭を作りたい」という日常生活も同じです。幼稚園時代から今まで、皆さんは無数の人とであって来ました。その中で、家族に生まれ、ある人とは友人になり、ある人とは愛し合ったり、憎み合ったりしてきたでしょうが、話すこともなく、まったく無関係に通り過ぎていった人々のほうが大半だったでしょう。家族、友人、仲間、恋人、敵など、人の関係は、ある縁でたまたまその時に成り立っているのです。縁が尽きれば、その関係は消えたり、移り変わっていきます。よい関係をずっと保ちたいと思っても、時が経てばそれを続けることは難しくなっていく、あるいは、何かのきっかけで壊れていまい、仲良くなりたいと思ってもかなわない、人間の繋がりはそのような不確かな中で動き続けている関係性でしょう。

人間は常に、今の自分ではないものになろうとし、今の自分にはないものを手に入れ、元々移り変わっているものを留めておきたいと思って、生き続けています。これが中間者です。仏教が教えてくれる「生苦」は、ただ生活が苦しい、食べるものがない、きれいな水や空気がないなどなどの環境のことを言うばかりではなく、人間らしいと思って生きている姿そのものが、実は、「夢を見ている」「洞窟に居る」姿であり、中間者とし

て、以前のものではなく、未来のものではない生き方を続けている現実を示しています。

では「四苦八苦」の「四苦」の「老苦」、「病苦」、「死苦」はどうでしょうか。これも、中間者としての苦と言えるでしょう。人間は生まれたときから死ぬまで、常に成長し、成熟し、やがて老化して、衰弱するように、変化し続ける存在です。今の自分を留めておきたい、昔の自分に帰りたいと思っても、留めることは誰にもできません。若い人は「老苦」など関係ないと思うでしょうが、老化というのは、人間の時は流れ続けるということです。人気のあるライトノベル『涼宮ハルヒ』シリーズには、これが見事に表現されています。主人公の涼宮ハルヒは、夏休みに、やり残したことが何か自分でもわからず、その異能によって8月31日が来ると夏休みの始めに世界の時間を戻して、夏休みを最初からやり直し、それがもう数百年続いていたという話が出ています。人間としての夢が見事に表現されています。異能者ならば、時間を戻すことは可能でしょうし、物語ならば書き換えてしまうこともできます。失敗したゲームならリセットすればもう一度できるでしょう。しかし、人間はもちろん生物として生まれたあらゆる存在は常に変化することを求められます。セーブして留めておきたい、楽しいから夏休みをずっと続けたい、幸せな恋人、家族、仲間との時間を止

めたい、あるいは、あの事故がない時間に行きたい、あんな災害が起こる前に帰りたい、そう思っても、時は無情にも流れ、楽しく、幸せな時間は跡形もなく消え、思い出にしか残せません。そうした記憶すら時間が経てば思い出せなくなっていくます。そして、新たに起こってくる事態を誰も避けることはできません。短い時間のスパンで見れば、それは一人ひとりの一生ですが、長い時間で見れば、種として生まれた存在が、分化、発展し、やがて死滅していく、そういう気が遠くなるほど長い時の流れの中の生命の歴史でもあります。

「病苦」は健康だと思っている人には縁がないと思うでしょうが、身体の苦、肉体を持っている苦と考えるといいでしょう。現代の生活は人類の歴史の中では最も文明が発展し、かつてあった大半の苦痛は解消できました。最もありがたいのは、かつての人類社会では人間の大半は奴隷的な支配を受け、物品として男女ともに売買されていた、そうした支配・被支配関係が少なくなったということです。歴史の教科書に出ている「奴隷」は、日本には関係がないなどと思っははいけません。つい 50 年前まで日本では人身売買は当たり前でした。女性は娼婦や女工などとして、男性は鉱山や漁労での肉体労働者として取引される対象でした。第二次世界大戦前の「プロレタリア文学」にはこうした人身売買の悲惨な現実が描かれています。ゲームや

歴史小説の戦国時代の英雄は、今では美化されて、経営者のモデル、新しい時代を作った人格者になっていますが、史料が示す現実には、戦国時代の上杉謙信や武田信玄が常に戦争を起こして領地を拡張しようとしていたのは、相手の領地にいる人間を捕らえて奴隷として売買することが目的だったことが明らかになってきています。そして、もう一つの拘束として長期間の兵役がありました。塩野七生氏が日本語の小説で紹介しているローマ共和国から帝国への発展は、25年間の兵役に耐えていた一般市民に支えられていました。ローマ人男性の一生の大半は兵士として自由を拘束される苦役でした。19世紀以降の先進国にも長期間の義務兵役が課され、指揮官の命令で銃火に身をされることを強いられていました。日本の先輩たちも皆同じです。自由を拘束される苦痛、それが「病苦」です。現代、先進国では、かつてのような物理的拘束は少なくなっていますが、発展途上国ではまだ多くの奴隷的拘束が残っています。かつての世界に比べれば夢のように幸福で快適な現代の世界も、生きていくためには長時間低賃金労働、学校や職場での厳しい上下関係、大きなストレス、それに伴うさまざまな病気、心身の衰弱は避けることはできません。私が苦しんできたうつ病も同じです。突発的に起こる事故や災害での大きな怪我、身体障害なども肉体を持つがゆえの苦痛です。そして、何よりも若い時代

の健康な肉体や若々しい容姿を保つことは難しく、成人病などの生活習慣病でしだいに身体が変化していくことは誰にも避けられません。

最後の「死苦」は、死の恐怖と思うかもしれませんが、それよりも楽しいことに終わりがある苦痛や、いつまでも終わりが無い苦痛と思えばわかりやすいでしょう。先ほど挙げた涼宮ハルヒのような異能者ではない人間は、今の楽しい時間を止めておくことはできません、どんな楽しい出来事にもかならず終わりがあります。逆に、退屈な授業や上司の怒鳴り声など楽しくない時間は無限と感じるほど長く、いつまでも続くように感じられます。待っている時間ほどいつまでも終わらないように感じているのも、同じことです。人間は自分の自我の働きで、今の時間を自分で延ばそうしたり、逆に、終わりが来ないと感じたりしてしまう、時間意識にいつも翻弄されています。言い換えれば、それは想像力による苦痛や恐怖と言えるかもしれません。死後の世界を想像して恐怖したり、今の幸福がいつまでも続くように願って、それが壊れるのを恐れたり、想像が生み出し続ける人間の意識の「夢」は止めることができません。

お釈迦様の覚りとして、仏教が教えてきた「夢を見て」「洞窟に居る」人間の現実の具体相が「四苦八苦」です。それは、そ

れを止めてもっとよいものになれという善悪、道徳ではなく、文字通り、人間はそうして生きている、自分がそうして生きているという事実です。仏教は、こうした現実を目覚めてくれ、そうすれば、そこで立ち上がることができる道があると呼びかけているのです。そして、その現実で立ち上がる方法が「苦集滅道」の「四諦」です。藤井さんは「集諦」を中心にお話ししてくれましたが、文字通り、それは「四苦八苦」を生み出している原因を知るというポイントです。私は、「名聞（いい評価が欲しい、悪い評判はいやだ）、利養（お金持ちになりたい、きれいなものがほしい、おいしいものが食べたい）、勝他（競争に勝ちたい、人を支配したい）」を、自我の作用と定義したいと思います。いつも家族、友人、世間、社会、組織などの中で、他者と比べることでは自分を見出せない非常に人間らしい意識作用です。フロイト心理学では社会的な自分である「超自我（スーパー・エゴ）」と、理性的な「自我（エゴ）」、そして無意識の本能的な「エス」の緊張関係で人間の意識を説明しますが、「四苦八苦」のもとである比べる働きは「自我（エゴ）」にありますから、このままでは、いつまでも葛藤は解決できないかもしれません。別の用語では「煩惱」です。肉体的・精神的・社会的な人間としての、生物としての様々な欲求です。生命力と言ってもいいでしょう。



このままでは、「自分」を消すしか方法がないではないかということになってしまいそうですが、パスカルが、知り、考えることに人間の偉大さを見出したように、私たちには、こうした自分を全体として、自分そのものとして知る道が与えられてきました。それが仏教です。「夢を見ている」「洞窟に居る」存在であり、「四苦八苦」によって生きている存在、「エス—自我—超自我」の分裂と葛藤の中で生きている存在、そうした自分を全体として統合し、個としての自分自身に帰る道がすでに与えられています。

以降の章では、どのようにして本当の自分自身に帰るのか、さらに尋ねていくことにいたしましょう。

## 第4章 「自我の正体」-「私」って一体何者？

次に、仏教の観点から人間の自我の正体について迫ってみたいと思います。

### <藤井>

「私」って何？という話は、平野修先生から本当に詳しく教えてもらいました。第1章でも述べたように、私は、癌で余命半年の宣告を受けた頃に平野先生にであいました。それで、平野先生の教えは今でも鮮明に覚えているのですが、まず、驚いたのは、人間は「死」が恐ろしいわけではないと言われたことです。それが証拠に、癌を宣告されて自殺する人がいる。「死」が恐ろしいのなら自殺なんてしないでしょと。私は、この言葉を聞いたとき、目から鱗が落ちるような感じがしました。また、黒澤明監督の『生きる』という映画を見た後の解説は、今でも忘れることができません。この映画を見たことのない人のために、以下にあらすじを引用しておきます。

市役所で市民課長を務める渡辺勤治は、かつて持っていた仕事への熱情を忘れ去り、毎日書類の山を相手に黙々と判子を押すだけの無気力な日々を送っていた。市役所内部は縄張り意識で

縛られ、住民の陳情は市役所や市議会の中でたらい回しにされるなど、形式主義がはびこっていた。

ある日、渡辺は体調不良のため休暇を取り、医師の診察を受ける。医師から軽い胃潰瘍だと告げられた渡辺は、実際には胃癌にかかっていると悟り、余命いくばくもないと考える。不意に訪れた死への不安などから、これまでの自分の人生の意味を見失った渡辺は、市役所を無断欠勤し、これまで貯めた金をおろして夜の街をさまよう。そんな中、飲み屋で偶然知り合った小説家の案内でパチンコやダンスホール、ストリップショーなどを巡る。しかし、一時の放蕩も虚しさだけが残り、事情を知らない家族には白い目で見られるようになる。

その翌日、渡辺は市役所を辞めて玩具会社の工場内作業員に転職していようとしていた部下の小田切とよと偶然に行き合う。何度か食事をともにし、一緒に時間を過ごすうちに渡辺は若い彼女の奔放な生き方、その生命力に惹かれる。自分が胃癌であることを渡辺がとよに伝えると、とよは自分が工場で作っている玩具を見せて「あなたも何か作って見たら」といった。その言葉に心を動かされた渡辺は「まだできることがある」と気づき、次の日市役所に復帰する。

それから5か月が経ち、渡辺は死んだ。渡辺の通夜の席で、同僚たちが、役所に復帰したあとの渡辺の様子を語り始める。渡辺は復帰後、頭の固い役所の幹部らを相手に粘り強く働きかけ、ヤクザ者からの脅迫にも屈せず、ついに住民の要望だった公園を完成させ、雪の降る夜、完成した公園のブランコに揺られて息を引き取ったのだった。新公園の周辺に住む住民も焼香に訪れ、渡辺の遺影に泣いて感謝した。いたたまれなくなった助役など幹部たちが退出すると、市役所の同僚たちは実は常日頃から感じていた「お役所仕事」への疑問を吐き出し、口々に渡辺の功績をたたえ、これまでの自分たちが行なってきたやり方の批判を始めた。

通夜の翌日。市役所では、通夜の席で渡辺をたたえていた同僚たちが新しい課長の下、相変わらずの「お役所仕事」を続けている。しかし、渡辺の創った新しい公園は、子供たちの笑い声で溢れていた。

(出典：日本語版 Wikipedia 「生きる」 2017.08 閲覧)

この映画の解説で、平野先生は、主人公の渡辺は、胃癌で胃が痛いはずなのに胸を押さえているシーンに注目され、胃癌で胃が痛いのなら胃を押さえるはずなのに、なぜ胸を押さえるのかという話をされました。胸が痛むというのは、「私」が崩れて

いくことへの痛みなのです。身体の方は、胃にできた異物と必死に戦っているわけですが、「私」の方は、「私」の支えと思っていた杖が、死によって杖の役目を果たさなくなることにおよびえるわけです。そして、渡辺も、死によっても壊れない杖を探します。そして、その杖を息子に求めるのですが、すぐに杖にならないことを思い知らされます。息子のために一生を捧げてきたのだから、息子は自分の人生を賞賛し、認めてくれるだろうと思うわけです。しかし、息子夫婦が必要としていたのは渡辺の貯めていたお金であって、父親の存在ではないわけです。それで、自分の生きてきた意味を求めてさまよい歩きます。私は、同じ癌を宣告された身として、痛いほどのその気持ちがわかりました。なるほど、私が恐れていたのは、「私」が崩れていくことへの恐怖だったのだと。

また、平野先生は、それだけ「私」というものを大事にして生きているのに、「私」とは何かということを一度も考えたことがないと言われました。確かにそのとおりだと思いました。それから、私もこの自我の正体について知りたくて、平野先生の教えを食いつくようにして聞きました。そして、平野先生は、その自我の正体を「正体不明」「行き先不明」という言葉で押しえられました。「私」の正体を突き詰めていっても、実体が無いということです。また、こんなことも言われました。私た

ちは、次にどんな思いが起こってくるのか知らされていないと。要するにコントロール不能ということです。平野先生は、睡眠障害に悩まれた先生でしたから、よく眠れない時の話をされていました。眠ろう、眠ろうとすればするほど目がさえてくると。要するに、意識でいかに眠りを作りだそうとしても、眠りは作り出せないわけです。私たちは、自分で意識をコントロールしているように勘違いしていますが、次にどんな感情が起きるか予想もつかないわけです。また、意識で眠りをつくりだすことも、心臓を止めることもできません。結局は、「私」の手の届かないところで、心臓は動き、細胞は生まれ変わり、生きるための営みを続けているわけです。

第2章でも、少し触れましたが、最近の脳科学によって、「私」という自我意識は、過去の記憶と、その記憶にもとづく想像力によって成り立っているのではないかとされています(Eテレ モーガン・フリーマン 時空を超えて・選「“私”は何者なのか?」)。また、人間の場合は、その記憶を映像だけでなく、言葉によって記憶します。ですから、人間は、言葉によって傷つくということが起きます。それも、人によって傷つく言葉が異なるわけです。プライドを傷つけられたとよく言いますが、そのプライドというのは、「私」が集めてきた杖ですから、その杖が傷つけられると痛いと反応するわけです。また、その記

憶は、社会的プレッシャーによって書き換えられると言うわけです。したがって、「私」が、言葉による記憶で成り立っているとすれば、その記憶が書き換えられることで、「私」は、常に変化しているということです。要するに実体が無いわけです。

また、人間の記憶が言葉によることを考えると、「私」という人格は、幼い頃から教え込まれた言葉によって成り立っているということです。すなわち、どういう教えを受けたかがその人の人格に大きく影響を与えているということです。平野先生がよく言われていたのは、人は、「がんばって」という言葉が好きだと。死にかけた病人にお見舞いに行った時でも「がんばってください」と言う。赤ん坊の時から、「がんばれ、がんばれ」と教えられて育ったからだと思います。そして、「勉強しなさい」という言葉も随分聞いたように思います。また、「人から後ろ指を指されるような人だけにはなるな」とか、「人様に迷惑をかけるようなことだけはするな」とか、そういうことをずっと言われて育つわけです。そして、そういう色々な教え（ことば）によって、「私」というものが形成されるわけです。ですから、自然と、そういう過去の記憶（教）に沿って、「私」を支える杖を集めるようになります。仏教では、このような教えを「賢善精進」の教えと言います。すなわち、「賢」は、かしこくなりなさい、勉強しなさいという教えです。「善」は、

よい行いをしなさい、悪いことはしてはいけませんという教えです。「精進」は、がんばりなさいという教えです。私たちは、幼い頃から、この「賢善精進」の教えを聞いて育つわけです。しかも、その基準は、常に相対的なのです。賢いと言っても、隣の子より賢いことが重要なのです。あの子に比べたらまだましというような善なのです。がんばって、賢いもの、善なるものを集めなさい。私たちはそういう教育を受けて「私」という自我を形成してきたわけです。

近畿大学でも、「人に愛される人、信頼される人、尊敬される人」を育てるという教育方針を掲げています。そして、がんばって勉強し、知識を身につけて、優良企業に就職しなさいと尻をたたきます。それが教育というものだと思います。社会が求める人格になっていく。平野先生は、賢善精進をもって頂点をめざす、これが世間の教えだと言われていました。ですから私たちは、その教えに沿って、賢なるもの、善なるもの、精進なるものを集めて、「私」を支えようとするわけです。そして、立派な「私」を築きあげようとしています。No.1を目指して邁進するわけです。それが、順調に行っている場合は、問題は無いのですが、受験に失敗したとか、恋に破れたとか、何かをきっかけに、自分は一体何のために生きているのだろうかという疑問がわいてきます。私も、大学に入るまでは、まさに、この「賢善精



進をもって頂点をめざす」という教えのもとに邁進していました。しかし、大学に入って、とたんにわからなくなったわけです。目標を見失ったと言ってもよいかも知れません。自分は一体何がやりたいのか、わからなくなりました。そして、死を宣告され、自分がここまで生きてきた意味は何だったのだろうかという問いにぶつかったわけです。

「私」というのは、私を支配しているコンピュータですから、普通は、「私」に疑いを持つことはありません。「私」の指示通りに身が動いている時は、何の疑いももたないわけです。しかし、うつ病のように、「私」の指示に「身体」が言うことをきかなくなると、はじめて「あれ？」と思うわけです。「私」からの指令って本当に正しいのだろうか、「がんばれ、がんばれ」と言ってくるけど、身体の方は、ストライキを起こして動かないと。落合さんの場合は、そういううつ病をきっかけに「私」という自我に疑問を持たれたのだと思います。

私たちは、「私」というものを非常に大事にして生きています。

「私」が傷つけられたり、否定されたりすると、怒りによって相手を傷つけ、消し去ろうとします。そして、相手が消し去れない閉鎖空間にいる場合は、そこにいじめが発生します。また、「私」というものは、事によっては、自分自身も痛めつけるわ

けです。思うようにならない自分を思うとおりにしようとして、身体を痛めつけます。うつ病におけるリストカットや自殺行為なども、それに相当します。そういう「私」に支配された生き方に光りをあてるのが、仏教という教えなのです。私が頼りにしている「私」というものは、本当に頼るべきものなのか？

「私」に支配された生き方が本当に幸せをもたらすのか。脳科学によれば、私たちの記憶は、常に書き換えられているわけです。そして、情緒的な感情によって、残す記憶と忘れさる記憶を振り分けているわけです。悲しい記憶も、時間が経過すると薄らいでいきます。結局は、この世を生きるために、幼い頃からプログラムされた教えにしたがって、自己を生かすために最善の道を探り、感情をコントロールし、常に動作している脳のコンピュータ、これが「私」というものの正体です。平野先生の言われるとおりの「正体不明」「行先不明」というのが、私が死んでも守りたい「私」と呼ばれるものの正体なのです。

私は、釈迦の覚りは、この自我の正体を見抜いたものだと思っています。そして、その自我からの解放によって、「生命（いのち）」そのものに基づいた生き方ができることを示したのではないかと思います。要するに、生きる意欲を得るわけです。

『生きる』の映画の渡辺勘治が小田切とよに生きるヒントをもらったように、人間が生き生きと生きることのできるヒントを

与えるもの、それが仏教だと思います。とよが、工場で作っている玩具を見せて、「これを作っていると子供が喜ぶ様子が思い浮かぶのよ」と、それを聞いて、渡辺勘治も、自分にもまだできることがあると、ある意味、神から与えられた使命に気がつくわけです。この世に生きているものは、皆、それぞれ神から与えられた使命があるのだと思います。たとえ、短い命であったとしても、そこには、ちゃんと使命が与えられているのだと思います。渡辺勘治は、その使命に生きる幸せを最後にかみしめてこの世を終わっていくわけです。「いのちみじかし、恋せよおとめ～」とブランコで歌う主人公にはその満足感がにじみ出ています。

次章では、ではどうすれば、このような自我からの解放が起きるのかという問題について考えてみたいと思います。

## <落合>

本章では自我の正体について藤井さんが黒澤明の名作『生きる』を例に説明してくれました。第2章で、さまざまな物語が「夢を見ている」「洞窟にいる」私たちに目覚めるきっかけを与えてくれているとお話ししましたが、物語の機能は、日常生活を当たり前だと思っている私たちに、今、見えている光景や生活とは違う世界や起こりえる事件を提示して、日常生活を「異化」

するところにあります。それは娯楽としての解放感を与えてくれると同時に、物語の主人公に自分が同化することで、今、自分が生きている世界とはまったく違った見方ができることを教えてくれています。歴史上の様々な人物の伝記やエピソードもそうした「異化」をもたらしてくれる大切な人類共通の遺産でしょう。本章では、自我の問題に苦しんだ二人の人物をあげて、自分自身とは何かを照らしてみようと思います。

まず、私が初めて「自我」ということばを知った時を思い出してみると、やはりギリシアの哲学者ソクラテスの「汝自身を知れ」です。哲学史では、古代ギリシアの賢人の中で、スパルタの哲学者キロン、万物は流転するで有名なヘラクレイトス、幾何学の祖で数字で世界を理解できると考えたピュタゴラス、アテネの改革者ソロン、万物の根源は水であるのミレトスのタレスなどがこの格言の作者とされています。また、これはユネスコの世界遺産（文化遺産）に登録されている「デルポイの神託」で知られていたデルポイの神殿に刻まれていた言葉とも言われています。ギリシア神話の神々がまだ生きていた世界で暮らしていたギリシア人にとって「汝自身を知れ」は「神ならざる人間の分際をわきまえよ」という道徳的な内容だったと考えられています。

また歴史の話かと言われそうですが、現代の私たちも幼稚園時代から大人になるまで「社会」で教えられている「人間」の定義はこれだけです。幼児の時は比較的制約は少ないとしても「〇〇ちゃん、××してはだめ」と言われなかった人はたぶんいないでしょう。逆に、幼児期に誰からも本気で相手にしてもらえなかった人は大人になるにつれて深刻な不安を抱くようになると言われています。「～はしてよい、～はしてはいけない」これを知るのが社会的存在としての人間の第一歩です。そして、小学校以降になると、今度は「夢」に向かって走れ、努力して目標にたどり着け、もっと自分の力を伸ばせと、家族、周囲の大人、学校、さまざまなメディアからいつも呼びかけられるようになります。特に近代以降の日本社会では学歴競争に勝ち残ることが「立身出世」、社会的成功そのものになりましたから、試験で良い点数を取れ、少しでもよい大学に入れ、有名な会社に入れが、その人の価値を決めることになっています。それはなぜ必要なのかと言えば、こうして社会の制度が認めたその人の経歴、地位、価値が現代での「汝自身を知れ」＝「分際をわけまえよ」だからです。

では、その「分際」とは何でしょうか。私には落合由治という自分の名前を親が付けてくれましたが、実は、落合由治を自分で証明することはできません。家族や友人など、私を知ってい

る人は認めてくれるでしょうが、私を知っている人が誰もいないところに行って、たとえば市役所で手続きをしようとして、いくら「私は落合由治です」と言っても誰も認めてはくれません。「身分を証明するものを見せてください」と言われるだけです。社会的存在として人間は、実は自分自身で自分であることを証明することはできないのです。常に私以外の存在や別の社会的保証が必要になります。私は20年前に台湾に移住しましたが、その時に日本の住民票を除籍したので、最近、必要があって市役所などで手続きをしようとして、本当にひどい目に遇いました。証明書として免許証がありますと言っても、住民票がないから、その住所に住んでいない人は認められないと言われて、手続きは事実上できませんでした。母が元気なときは、まだ母が証人になって手続きができたのですが、母が老人ホームに入り、簡単には外に出られなくなると、日本に生まれ、戸籍に載っているにもかかわらず、私＝落合由治であることを証明することは日本の役所などではできなくなりました。日本で生活しているときには、「自分は〇〇です」というのはそう難しいことではないのですが、それは実は日本の制度、日本での社会的経歴があなたをそう位置づけて、保証しているからです。

ソクラテスが大事な言葉と考えた「汝自身を知れ」は、社会があなたを認めているから、あなたはあなたでいられるのだということです。同じように、就職の時には卒業証書が必ず必要になり、いくら「××高校卒です」「国立〇〇大学を出ました」と言っても証明がない限りそれは認められません。「〇〇社の社員です」「△△役所に勤務しています」も同じで、会社や組織が出している「社員証」「職員証」があるから、あなたは日本で有名な「〇〇社の社員」「職員」なのです。日本語の言い方にも「分際をわきまえる」がありますが、現代の分際とは生まれつきの身分や血筋というより、子供の頃から常に目標に向かって進んでいく中で、社会から認められた学歴、能力証、免許証、社員証、パスポートなどです。いくらお金持ちでも現代社会では、自分であることを社会的に証明してくれる証明がなければ、口座を開設することすらできないのです。

では、こうした「分際」が私なのでしょう吗？ 藤井さんが紹介してくれた『生きる』の主人公・渡辺勘治は「公務員」という分際が自分だと思って生きていました。しかし、癌という自分自身が引き受けるしかない現実にてあって、はじめて「公務員」に収まらない自分自身がいることに気づいたと言えるでしょう。自分の病気という現実、これから間違いなく死ぬという事実がわかったとき、社会が「これがあなたですよ」と認めて

くれていた学歴、職業などなどはそれだけでは何の役にも立たないことがわかったのです。「分際をわきまえる」=社会が認めてくれている保証だけでは本当の自分にであうことはできませんし、それは第3章で述べたように「四苦八苦」の現実の中では何の力にもなりません。

では、別な自我の定義はどうでしょうか。現代文明はこれだけ発達しているのですから、もっと違う発見がされていてもおかしくないはずです。第3章の最後に紹介した、フロイトなど心理学の自我論はどうでしょうか。

### 「自我・エス・超自我」

1923年、フロイトは『自我とエス』という心的構造論を発表し、そのなかで、人間の根源的な欲動を代表する Es（エス）と、欲動の満足に関して内的な規範としての機能を果たす Über-Ich（和訳：超自我）、さらに上記二つの葛藤を調整し、外界の現実に適応する機能を担う Ich（和訳：自我）を定義した。

（出典：日本語版 Wikipedia 「精神分析学」 2017.08 閲覧）

フロイトの理論は、精神分析学と呼ばれ、現在の精神医学や心理学が人間の意識を理解するときの基本フレームのひとつに



なっています。日本では作家の村上春樹がフロイトの理論を小説によく使っています。村上春樹の小説には、よく二つの世界が出てきます。ひとつは主人公「僕」の日常の世界と、もうひとつは、旅してそこを訪ねたり（『羊をめぐる冒険』のイルカホテルなど）、違う場所に入り込んだり（『ノルウェイの森』の療養所など）、地下に潜ったり（『ねじまき鳥クロニクル』の井戸など）して初めて見えてくる世界です。物語はしばしばその非日常空間で展開しますが、フロイトで言えば、その空間はエス（イド）と呼ばれる無意識の世界にあたります。フロイトは、カウンセリングなどによって自我が超自我（社会的規範、道徳の意識）によって抑圧された無意識の欲求エス（イド）を調整することで、神経症、ヒステリー、うつ病などを治癒できると考えていました。現在の精神治療もこうした影響を受けています。たしかに、トラウマと呼ばれるような強い心理的ショックを受けたとき（戦争、災害、犯罪被害、親しい人の死、大きな社会的挫折など）の心の傷は抑圧されて、自分にはわからないことが多いので、それを見えるようにする自我の作業は大切です。しかし、だからといって「四苦八苦」が避けられるようにはなりませんし、自我の働き自体は努力して社会的に認められるようになりたい点にありますから、堂々巡りに陥る可能

性が高く自我が自分で自分の傷を癒すことは非常に難しいでしょう。

もうひとつの心理学の理論は、最近、再認識されているアドラーの理論です。アドラーは、フロイトのように自我が分裂しているとは考えず、個が全体として目標に向かって発達していくことが自我の成長だと考えました。

アドラー心理学では、人間の問題は、すべて対人関係上の問題であると考えます。したがって、アドラー心理学の治療、またはカウンセリングにおいては、来談者が抱えている問題は、対人関係上の問題であり、来談者が自らの資源（Resource）や使える力（Personal Strength）をうまく工夫すれば解決できるライフタスクであると考えています。アドラー心理学では、ライフタスクについて、来談者にとっての親疎の関係から次の3つに区別しています。(1)仕事のタスク（Work Task）永続しない人間関係。(2)交友のタスク（Friendship Task）永続するが、運命をともにしない人間関係。(3)愛のタスク（Love or Family Task）永続し、運命をともにする人間関係。

もともとアドラーが述べていたのは、人類の存続に関する課題でもあり、男女の愛情関係が中心であったが、その後の進展で家族の問題も含まれるようになっていく。人間の問題について、

このように恣意的に3つに分類することは、臨床上極めて有効で、アドラー心理学独自のことである。

(出典：日本語版 Wikipedia 「アドラー心理学」 2017.08 閲覧)

フロイトの理論は個人の意識を理解するには手掛かりを与えてくれますが、アドラーの場合は、社会的関係での葛藤をよく説明していると思います。個から出発して他者との関係を発展させていく、これがアドラーの考え方の基本です。「仕事の関係は永続しない」は、日本人にとっては救われる人も多いかもかもしれません。社会が認めて初めて自分がある、分際をわきまえることを厳しく要求される日本社会では学校、グループ、会社、組織の中の間人間関係が非常に難しいと言えます。多くの人がこれを実感していることでしょう。これは日本に限らず社会的存在としての人間の限界をよく表現しています。アドラーは、そこから発展して、友人を持ち、愛情を持つことを説いています。つまり、自分を認め、また、自分が相手を認めるようなそうした深い関係が人間の発達には欠かせないことを説明しているのです。

本章で紹介したい第二の人、村上春樹の方向も、よく似ています。村上春樹の小説は2000年代以降になると、『海辺のカフカ』のカフカと大島のように、先輩後輩の深い友人関係がカフ

カの探索を助けたり、『1Q84』の天吾と青豆のように、子供の頃のたった一度の記憶から相手を深く愛するように求める男女関係など、デタッチメントからコミットメントへという方向がはっきしていきます。村上春樹は、2009年にエルサレム賞を受けたときのスピーチで以下のような主旨を述べています。

もし、硬くて高い壁と、そこに叩きつけられている卵があったなら、私は常に卵の側に立つ。

そう、いかに壁が正しく卵が間違っていたとしても、私は卵の側に立ちます。何が正しくて何が間違っているのか、それは他の誰かが決めなければならないことかもしれないし、恐らくは時間とか歴史といったものが決めるものでしょう。しかし、いかなる理由であれ、壁の側に立つような作家の作品にどのような価値があるのでしょうか。

このメタファーの意味は何か？時には非常にシンプルで明瞭です。爆撃機や戦車やロケット、白リン弾が高く硬い壁です。それらに蹂躪され、焼かれ、撃たれる非武装の市民が卵です。これがこのメタファーの一つの意味です。

しかし、それが全てではありません。もっと深い意味を含んでいます。こう考えてみてください。多かれ少なかれ、我々はみな卵なのです。唯一無二でかけがいのない魂を壊れやすい殻の

中に宿した卵なのです。それが私の本質であり、皆さんの本質なのです。そして、大なり小なり、我々はみな、誰もが高くて硬い壁に立ち向かっています。その高い壁の名は、システムです。本来なら我々を守るはずのシステムは、時に生命を得て、我々の命を奪い、我々に他人の命を奪わせるのですー冷たく、効率的に、システムティックに。

私が小説を書く理由は一つしかありません。それは、個々の魂の尊厳を浮き彫りにし、光を当てるためなのです。物語の目的は警鐘を鳴らすことです。システムが我々の魂をそのくもの糸の中に絡めとり、眨めるのを防ぐために、システムに常に目を光らせているように。私は、物語を通じて人々の魂がかけがえないものであることを示し続けることが作家の義務であることを信じて疑いませんー生と死の物語、愛の物語、人々が涙し、恐怖に震え、腹を抱えて笑う物語を通じて。これこそが、我々が日々、大真面目にフィクションをでっち上げている理由なのです。

(出典：村上春樹 (2009) 「村上春樹エルサレム受賞スピーチ」『書き起こし.com』 <https://www.kakiokosi.com/share/culture/89> 2017.08 閲覧)

村上春樹の比喩は、人間の現実をよく暗喩しています。「壁」である「システム」とは、フロイトの超自我にあたるような社会的に承認されようとする自分です、分際によって生きていこうとする自分です。しかし、私自身は実は「卵」です。傷つきやすく、壊れやすい、「四苦八苦」の中でかろうじて自分を保っている、そんな存在です。普通、私たちは、そうした自分のもろさ、危うさには目を向けることはできません。高い壁にぶつかって、はじめて自分が壊れやすい、傷つきやすい存在だと、傷みをもって知ります。しかし、自分がただ社会的存在として分際に生きているだけでは、その傷みは自分の中だけで終わってしまいます。しかし、そうではありません。そこには、アドラーが言うように仕事の関係としての分際は永続しません。それに気がつくと、そこに友が有り、それを受け入れて、愛してくれる人がいます。常に光を投げかけ、壁の前の卵である自分を、そのようなものとして目覚めよと呼びかけてくれている存在があります。村上春樹は小説を書くことで、そうした壁の前の卵である私たちに呼びかけようとしています。

仏教はまさに、そうした光そのもの、呼びかけそのものです。壁の前の卵であるあなたに、目覚めて欲しい、もっと広い繋がりの世界に出て欲しいと呼びかけ、光を投げかけています。藤井さんが紹介してくれた『生きる』の主人公・渡辺勘治は「公

務員」という分際に生きる自分が癌という現実におちあつた時、卵としての自分に目が覚めました。そして、同時に、自分と同じ卵である存在として、今まではただ仕事の相手でしかなかった町の人達を、友として、また愛する対象として見るができるようになり、最後に公園を残そうと働きかけることができるようになったのです。「夢を見ている」「洞窟の中にいる」「四苦八苦」である自分は、それだけでは孤立した弱くもろい卵に過ぎませんが、それに目覚めれば、実は、自分のまわりにいる多くの人々と仲間になり、深い愛情で結びつくことができる成長の力をもっている存在です。

私が広島で仏教のお話を聞かせていただいた細川先生は、「そのままでは腐っていくしかない卵としての自分の現実には、仏教のお話を聞くことで親鳥が卵を温めるように、殻の中に目ができ、脚ができて、卵が次第に羽化していくように、成長していく。そして、ついには、殻を破って、広い世界にヒヨコととして誕生し、親鳥になる道が開かれる」と繰り返し、仏典のお話のまとめをなさっていました。自分、自我とは、卵のようにそれだけでは孤立した、また、何かにおつかれば簡単に潰れていってしまう存在ですが、実は、そこに成長の種が有り、大きな世界、広い繋がりの世界に出て行ける成長力を持った存在です。その成長は分際としての自分が求めている社会的評価、成功、ステ

---

一タス、金銭等々とはまったく違う、個人対個人の深い友情、深い愛情の関係の世界です。そうした卵から広い世界に羽化できた存在を、仏教では菩薩道の人と呼んできました。そうなって初めて、人は自分の生きている場で他の人に働きかけられるようになります。

どうすれば卵から広い世界に羽化できるか、さらに一緒に尋ねていきましょう。



## 第5章 「仏道」—どうしたら目が覚める？

「仏教」というのは、仏の教えであると同時に仏に成るための教えです。そこで、本章では、どうしたら仏になれるのか、すなわち、どうしたら目覚めることができ、自我の支配から解放されるのかという問題について考えてみたいと思います。

### <藤井>

第4章で見てきたように、私たちは、自我、すなわち「私」に支配された生き方をしています。また、第3章で述べたように、釈迦は、これが人間を苦しめている根源だと覺られました。では、そういう自我の支配から解放されるにはどうしたらよいのでしょうか。釈迦の教えでは、八正道という教えが示されています。正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定ですね。たとえば、正見というのは、ものを正しく見るということです。しかし、私たちは、「私」という自我に支配されていますから、脳に長年にわたって蓄積された言葉の記憶によってもものを見ています。したがって、人それぞれもの見方が異なるわけです。これは、結婚してみるとよくわかるのですが、夫婦互いの「常識」というものが全く異なるわけです。自分の

常識が相手の常識ではないわけです。そして、互いに自分の常識が一般常識だと言い合って喧嘩になるわけです。しかし、第4章で見てきたように、自我というものが、言葉の記憶によって成り立っているとすれば、それぞれの育った環境で脳に記憶されたものは異なるわけです。したがって、その記憶にもとづいてものを見ているとすれば、それぞれもの見方が異なるのは当然なのです。しかし、人間は、自分の見方こそ正しいと主張します。これを仏教では「邪見」と言います。要するに「正見」ではないということです。しかし、「私」に支配されている限り、私の見方が正しいと思って疑いませんから、そこに争いが起きてきます。したがって、正見一つとってみても簡単なことではないわけです。

それで、仏教では、釈迦が仏陀（目覚めた人）になられて以来、どうしたら仏になれるかということで、沢山の教えが出てきます。大きくは、大乘仏教と小乗仏教に分かれます。大乘、小乗というのは、大きな乗り物と小さな乗り物という意味です。大乘というのは、誰でも仏になれると大風呂敷を広げたわけです。小乗というのは、釈迦の教えのとおり修行した人が仏になるという教えです。釈迦と同じように出家し、執着を断ち切る修行をするわけです。私たちは、「私」を支えるための杖を集めてまわるといって苦しみますから、そういう杖を集めたいと

いう欲を捨てる修行をするわけです。このような小乗仏教（南伝仏教）は、インドから、スリランカ、ミャンマー、タイ、カンボジア、ラオスなどの南の国に伝わります。今でも、タイに行けば、そういう修行僧がおられるわけです。しかし、出家して修行するには、普通の生活を捨てなければできませんから、これは一部の人に限られます。これに対して、大乘仏教（北伝仏教）というのは、誰でも仏になれるという教えです。これは、主に、北の中国、朝鮮、日本へと伝わります。例えば、『涅槃経（ねはんぎょう）』という経典（きょうてん）では、父を殺したアジャセという悪人の物語が出てきます。アジャセは、釈迦の弟子であるダイバダッタにそそのかされて、自分の父親である王を殺し、自分が王になるわけです。そういう悪人でも、仏になれるのかという問題を取り上げているわけです。また、『観無量寿経（かんむりょうじゅきょう）』という経典では、イダイケという、アジャセの母親の物語が出てきます。夫を息子に殺された母親でも、仏になれるのかという問題です。大乘というなら、親を殺すような悪人でも救われるのか、あるいは自分は絶対に悪くない、悪いのは息子をそそのかした釈迦の弟子であるダイバダッタだ、そのダイバダッタは釈迦の親戚ではないか、そういう被害者意識の塊のような女性でも仏になれるのかという問題です。そうやって、大乘仏教は、誰でも仏にな

れるという道を発展させていきます。そして、そういう教えが、日本に伝わり、鎌倉時代に、民衆（大衆）の仏教として花開くわけです。現代の宗派で言えば、禅宗、日蓮宗、浄土宗、浄土真宗がこれにあたります。そして、これらの教えが現代に伝えられてきているわけです。その他にも、仏教には沢山の宗派がありますが、私たちの生活に密着した仏教としては、これらの鎌倉時代の仏教から派生したものが多くのように思います。

私は、縁あって浄土真宗の教えにであいましたが、鈴木大拙先生の本などを読むと禅宗というのも、間違いなく人を目覚めさせる教えだと思います。鈴木大拙先生は、「無」とは何かという禅問答に対して、「ひじ外に曲がらず」という答えを見い出して、覚りを開かれたとされています。自我の自由にならない身の事実を見いだすことで、自我の迷妄性を覚られたのだと思います。禅宗というのは、ヨーロッパやアメリカにも、信者がいて格好いいなとあこがれた時期もあります。それに比べて、浄土真宗というのは、念仏を称えることによって救われるという教えですが、何かあまり格好いい教えではないなと小さい頃から思っていました。だいたい、「なんまんだ、なんまんだ」と念仏すれば、「どうされたのですか、誰か亡くなられたのですか」と言われます。それに比べたら、禅寺で座禅をしてきたと言え、何となく格好いいですね。しかし、その辺は、縁

の問題なので、まずは、自分が縁のある教えを聞いていくのが、仏教を学ぶ上での出発点だと思います。

話を元にもどすと、どうすれば仏になれるのかという問題に対して、現在では、様々な道が示されています。しかし、多くの仏道と言われるものは、人を目覚めさせるものではなく、なっているように思います。要するに、仏教も、「私」を支えるための杖の一つになっているわけです。仏教を聞いているということで、何か偉くなったような気分になったり、仏教を自分の不安を取り除く道具と考えて、自分を支える杖にしていくわけです。そうやって、目を覚まさせるはずの仏教が、逆に眠らせるものになっていくわけです。すなわち、仏の教えは伝えられているけれども、仏がないという現実があるように思います。

人が目を覚ますためには、すでに目が覚めた人（仏）が起こす（目覚めさせる）しかないと思います。眠っている人が、眠っている人を起こすことはできません。仏教では、最初に釈迦が目覚め、仏陀となり、その仏陀の教えを聞いた人がまた新たな仏陀となっていったわけです。ですから、私たちも、すでに目が覚めた人から起こしてもらえないはずですが、しかし、そういう仏が身のまわりにいるのかという問題です。また、もし、いたとしても、眠っている私たちに、そういう仏が見えるのか

という問題があります。私たちは、「私」に支配された生き方があたりまえだと思っていますから、それが「迷妄（迷い）」だと言われてもピンときません。「なにそれ？」「頭おかしいんじゃない？」となります。要するに、『マトリックス』の映画のように、眠っている人が目覚めることは容易なことではないわけです。眠って夢を見ている人間にとっては、夢の中が現実そのものですから、目覚めたら違う世界があるなんて信じられないわけです。私たちが、「これは夢だ」と夢の中で思うのは、目覚めた世界を知っているからです。一度でも、目が覚めたことのある人なら、自分は夢を見ているとわかるのですが、一度も目が覚めていない人は、夢を現実だと信じて疑わないわけです。したがって、私たちは、たとえ身のまわりに仏がおられたとしても、それに気がつかないという問題もあります。

そうすると、私たちが目覚めることは不可能なのかということになります。確かに、現在も、お寺は沢山あります。しかし、目が覚めた人、すなわち仏はおられるのかという問題です。もし、仏がおられるのなら、その人の教えを聞いて、私たちも目覚めるということが起きると思います。しかし、周囲を見渡しても、仏らしき人はいないわけです。大きなお寺で、高級車を乗り回す住職はいても、その人がとても仏とは思えないわけです。そうすると、もう現在では仏になる道は無いのかということ

とになります。そういう問題は、釈迦が亡くなられた時も起きたようです。釈迦は誰もが認める仏陀でしたから、釈迦が生きておられる時は、仏は確かにおられるという確信があったわけです。しかし、釈迦が亡くなった後は、明らかに仏と言えるような人がいなかったのだと思います。そうすると、まだ目が覚めていない人は、どうやって仏になっていったらよいかはわからなくなりました。そこに、仏は亡くなられても、仏の説かれた教えがあるのではないかということで、その教えの編纂が行われるわけです。それが、今日、お経として伝わってきているものです。キリスト教の聖書についても、同様だと思います。

したがって、現在の仏教の宗派には、皆、よりどころとしているお経があります。浄土真宗では、『大無量寿経』、『観無量寿経』、『阿弥陀経』です。浄土三部経とも呼ばれます。そういうお経をもとに、仏になる道を探っていくわけです。しかし、僧侶でもない私たちが、そんなお経を解説していくことは難しいですから、やっぱり無理という話になります。日本の鎌倉時代もそういうことが問題になったのだと思います。仏教はあるけれども、庶民からはほど遠い教えだということになっていたわけです。そもそも、その頃の庶民は、字も読めない人が大半でしたから、漢字だけで書かれたお経などとて解読はできなかったわけです。そこに出て来たのが、日蓮宗や浄土宗です。

日蓮は、「南無妙法蓮華經」と唱えれば、救われると説いたわけです。日蓮宗のよりどころとしているお経は、『法華經』というお経ですから、そのお経をよりどころに生きなさいということをお勧めするわけです。そして、浄土宗は、「南無阿弥陀仏」です。浄土宗の祖である法然は、「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」と念仏することによって、浄土に生まれる（救われる）と説いたわけです。これなら誰にでもできるということで、仏教が民衆の間に広がったわけです。後に、法然の教えは、親鸞に引き継がれ、念仏を称えることで仏になる。すなわち、念仏を称えることで目が覚めるという教えに深化していきます。

以上のような形で、仏教が、現在に伝わっているわけですが、それでは、私たちは、どの宗派の仏教を学ばよいかということになります。また、一方では、そもそも宗教など必要ないのではないかという考え方もあります。現在の日本では、その考え方の方が一般的ではないかと思います。しかし、「宗教」というのは、自分の生き方の「宗（むね＝かなめ）」になる教えを指しています。自分は無宗教だと言う人がいますが、それは「自我教」だと名のっているにすぎません。すなわち、「私」という自我を「宗（かなめ）」に生きていますと宣言しているわけですが、海外に行くと無宗教だと言うと信用されないと聞きますが、それは、「私」の命ずることを宗として生きています



ということですから、宗教を持っている人から見れば、こんなに危ういことはないわけです。縁によっては、どんな自分が出てくるのか予想もつかないのが「私」というものです。「魔が差した」と言いますが、そもそも「魔が差さない」保証などどこにも無いわけです。自分のことは自分でコントロールできていると思っていますが、本当は、縁次第で、どんな自分が出てくるかわからないというのが「私」というものの実体です。平野先生の言われるような「正体不明」「行先不明」なものをより所として生きているということは、とても威張れた話ではないわけです。

台湾に住んでおられる落合さんに言われて気づいたことですが、まだ日本には、あちこちに仏教の教えが生きているように思います。私は、たまたま浄土真宗でしたが、皆さんは、それぞれに縁のある仏教にであればよいのではないかと思います。また、私は、仏教だけでなく、キリスト教も、自我からの解放を促す教えではないかと思っています。神の教えにしたがって生きるということは、「私」によって支配された生き方を捨てることなしにはできないように思います。したがって、キリスト教においても、神への懺悔ということが、仏教の目覚めと同じようなことを言っているのではないかと私は考えています。

また、どうしても宗教というのはうさんくさいと思う人は、亀井勝一郎の『愛の無情について』という本をお勧めします。これは、若者に向けて書かれている本なので、文系の学生であれば十分に読めると思いますが、理系の学生には少しハードルが高いかも知れません。これについては、落合さんの方が専門なので、詳しい説明は落合さんに譲りたいと思いますが、私流に言えば、まずは、自分の生き方に問いを持つことが必要だと思います。『マトリックス』という映画では、主人公のトーマスが「今生きているこの世界は、もしかしたら夢なのではないか」という漠然とした違和感をおぼえるわけですが、同様に「私」を支えるためにラベルを集めてまわるような生き方、賢なるもの、善なるものを手にいれるためにひたすらがんばるような生き方が本当に正しい道なのだろうかというような問いですね。亀井勝一郎は、それを「考える」「迷う」という言葉で表しているように思います。そして、もしかしたら、もっと別の生き方があるのではないか、もしも別の生き方があるのなら、そういう生き方を見つけてみたいという一念が発生すると、そこに、であいというものがあると書いています。そこが目覚めのプロセスだと思います。ここで言えるのは、自分の生き方に疑問を持たない人は、目覚めるということからは遠いということです。そういう意味では、青春時代というのは、もっとも目覚めるチ

チャンスがある時期だと思います。壁にぶつかったとしたら、そこは亀井勝一郎氏の言葉によれば「生まれ変わる」チャンスが到来しているのです。

以上見てきたように、仏になるための教えは、今日の日本に沢山残されているということです。そういう教えに触れることは、必ず、私たちの人生を豊かなものにしてくれると思います。「私」というものは、世間の価値観に支配されていますが、世間を超えた価値観が、この世には存在し、宗教は、それを教えているように思います。宗教は、多くの誤解を生んでいるように思いますが、宗教が戦争を生むのではなく、宗教を利用した自我教が戦争を生んでいることを知っておいてほしいと思います。

## <落合>

この章では、仏教では最も大切なポイント、どうすれば「夢を見ている」、「洞窟のなかにいる」、「四苦八苦」に生きている私が目覚めて、大きな繋がりの世界に出ることができるかを考えていきましょう。藤井さんは、八正道から始めて、日本での仏教の歴史から先人の歩みを説明してくれました。私は自分が仏教を聞くようになった経験から考えて見ようと思います。

第1章で自分が仏教に触れるようになったきっかけをお話ししましたが、私が生まれた静岡県は、藤井さんの山口県のように仏教のお話を聞く習慣はなく、宗教と言えばお葬式などの冠婚葬祭と、初詣や季節の祭りなどの年中行事に限られていました。東日本の多くの地域は似たりよったりでしょうし、次第に宗教が生活から遠くなっている西日本でも、そうした生活習慣でしか宗教に触れることはないかもしれません。逆に、宗教ということばで皆さんが思うのは、仏教や神道などの伝統的宗教ではなく、キリスト教や仏教から派生して盛んに信者を集め、布教活動（加入への勧誘）をしている「新興宗教」のほうかもしれません。日本で生まれた団体もありますし、アメリカ、韓国などから来ている団体もあります。今の日本では、実は非常に多くの宗教団体が活動していますが、その大半は「新興宗教」です。第4章で紹介した村上春樹は、お父さんが浄土真宗の僧侶の家に生まれた関係で、お父さんが仏壇で勤行している姿を見て育ったということです。紹介したエルサレム賞のスピーチの中で、以下のような主旨のエピソードを語っています。

私の父は昨年90歳で亡くなりました。彼は引退した教師で、パートのお坊さんでした。大学院生の頃、父は陸軍に徴兵され中国の戦場に赴任しました。私は戦後に生まれた子供でしたが、父が毎朝朝食の前に、家の仏壇に向かって長い真摯な祈りを捧

げる姿を見てきました。一度、父にその理由を尋ねたことがありました。父は 戦争で亡くなった人のために祈っているのだと答えました。

亡くなった全ての人のために祈るのだ、と父は言いました。敵も味方も、全て。仏壇に向かって膝まづく父の背中を見ながら、父の周囲に死の影が漂っているような気がしたものです。

父は亡くなり、父と共に父の記憶も逝ってしまいました。父が記憶していたことを知るすべはありません。しかし、父の周囲に潜んでいた死の存在感は私の記憶の中に残っています。これは、父から受け継いだ数少ないものの一つで、最も重要なものの一つです。

(出典：村上春樹 (2009) 「村上春樹エルサレム受賞スピーチ」『書き起こし.com』 <https://www.kakiokosi.com/share/culture/89> 2017.08 閲覧)

若い頃の村上春樹は父の宗教と自分とは関係はないと思っていたのかもしれませんが、1995年に新興宗教のオウム真理教が起こした大規模なテロ事件・地下鉄サリン事件に関心を抱き、村上自身が被害者やその関係者にインタビューを行った作品『アンダーグラウンド』と、オウム真理教の信者、元信者に対して取材を行った『約束された場所で—underground 2』を発

表しています。やはり宗教とは何かについて尋ねずにはいられなかったのでしょうか。

日本には歴史的環境の中で日本社会を作ってきた仏教を始めとする伝統宗教と近代の歴史の中から生まれて来たさまざまな新興宗教が共存していますが、それはやはり日本だから、もっと正確に言えば日本にはまだ仏教が活着ているから共存できるのです。世界の多くの地域では、異なる宗教を広めることは命がけです。異なる宗教を認めない宗教が、世界には非常に多いのです。そのため人間の歴史は文字どおり宗教の違いに基づく戦争の歴史と言っても過言ではありません。では、今までお話してきた仏教は、それらの宗教と同じなのでしょうか。答えは、同じとも言えるし、違うとも言えます。何が同じか、それは自分を越えた働きや存在を認めるという点、これはどの宗教でも大切にしています。では、すべての宗教は皆同じなのかと言え、実は全く違います。その違いは、宗教の内容（例えば、聖典、教祖、大事にする対象など）にあるというよりも、そうした宗教と関係している自己自身とその環境にあります。

一つの例として、今までも紹介してきた欧米の思想、ギリシアのプラトン主義とキリスト教の影響から、さまざまに発展してきた宗教や哲学、価値観、世界観ですが、それは仏教とどう違

うのでしょうか。大学の哲学科に入って、うつ病で苦しみ、であいにめぐまれて仏教に触れるようになった私は、西洋の哲学と仏教は同じだと思っていました。どちらも自分を越えた働きや存在について説いており、説明の仕方や言葉が違っているだけだと思っていました。寮に入って半年ぐらい経った頃でしたが、仏教のお話を聞く集まりがあり、寮の友達に誘われて参加していた時のことです。同じ寮の友達から、「落合さんは哲学を学んでいますが、哲学と仏教はどこが違いますか」と聞かれました。私は、上述のように答えたのですが、その友達は笑ってこう言いました。「大きな違いがあると思います。哲学は問題を外に見るけど、仏教は内に見る」と。私には何のことか全くわかりませんでした。この場面を今でも憶えているのは、それだけ大きなショックを受けたからです。実は、私が仏教にであうことができたのは、こうした問いにぶつかったからです。

以前の章でお話ししてきた理性や感性にしたがう自我の日常の意識では、プラトンがそうであったように、「洞窟にいる自分」に問題があるとは思わず、外の世界の像が正しくないことに問題があると思っています。ニュースを見ると、政治、外交、経済、福祉、労働、健康から日常の家庭、人間関係まで、沢山の問題が溢れています。テレビキャスターやコメンテーター、討論番組の参加者は、これらは自分の外にある世界の問題で、

「〇〇が悪い」「××がだめだ」「△△のせいだ」と対象の側に問題の原因があると批評、批判、非難を繰り返しています。しかし、本当は何が原因なのか見極めるのは非常に困難です。もしテレビで言っているようなことが本当の原因なら、原因はわかっているのですから、とっくに問題は解決しているはずです。

「夢を見ている」「洞窟にいる」人間の存在は、常に問題は自分の外にあると考えます。大人気だったドラマの『半沢直樹』のように「理は自分にあり、非は〇〇重役にある」、ドラマならばこれでいいのですが、実は本当にそうなのかは誰にもわかりません。ドラマだから、〇〇重役がしていることがわかるのであって、現実の世界では半沢直樹はそれを直接知ることにはできないのです。自分の見えない部分、自分が経験していない対象を人間は認識することはできないのです。もちろん、ある範囲でという条件があれば、対象を知ることは可能です。それが、自然科学や人文社会科学の方法です。ただ、それは常に「ある範囲、条件で」という限定の中でのことです。その方法が適用できなければ、それ以上は実は何もわかりません。

問題を外に外に解決していこうとすると、見えない部分が常に作用して、また次の問題を起こしてしまいます。仏教では、「因縁業果報」という関係で私たちが存在している様子を定義しています。細川先生が、よく法座の席で「みなさん、ロウソクの



炎はなぜ消えるのかな？」という問いを出されていました。私は「風や水が来るから」と答えました。周りの友達も同じ様な答えでした。細川先生は、「みな、そう思うのは当然だ。しかし、仏教ではそうは考えない。ロウソクに原因があるから炎が消えるのである」と。私も友達も「えー？」と思いました。先生は「大きな家が燃えていると炎は風や水で消えるかね。ロウソクの炎自身が小さいから、簡単に消えてしまうのだ。化学反応の力が弱いのだ。大きな家が燃えていれば、風が吹けばますます火事は大きくなるし、水を掛けても消すのは容易なことではない」と説明されました。「因縁業果報」の因を外に見ると、大事なことは何もわからない。因はその存在自身（自分自身）にある。皆さんが、仏教がわからないというのは、まだ炎が小さいからである。小さいロウソクは何かあればすぐに消えてしまう。皆さんの仏教もまだ炎が小さいから、生活で何かあると、すぐに自分はだめだとなったり、逆に、成功すれば自分は偉いんだとなってしまう。しかし、お話を聞き続けて炎が大きくなれば、今度は、自己の煩惱の闇を照らすことができるようになる。自分とは何かに目が覚めるとき、仏様の智慧と慈悲があなたに届くのである。そして、その光は周りの人々を照らすことができるようになる。」と。

仏教と他の宗教が違うところは何か、それは問題を見る方向、原因を探る方向、受け止める方向がまったく異なるということだと、今の私にはわかります。問題をどこに見るのか、その問いかけの方向が仏教にであう第一歩になります。「夢を見ている」「洞窟にいる」人間は、常に自分も世界も、社会も友人、家族、恋人も、すべてを対象化し、客体としてとらえようとします。そこには自分がどこにいるかという自己の存在の場が抜けています。日本で生まれ、日本社会のサポートで機能しているもかかわらず、テレビニュースは、日本は自分とは何の関係もないものとして報道し、批評し、批判します。私も同じです。私が社会、組織、周囲の人を説明したり解説したり、批評したり批判したりしているとき、自分自身はその中にはいません。常に上から、あるいは外から、それを見ているだけです。いや、自分は日本のためを思っている、私は〇〇社のために言っている、僕は△△さんのために言っていると思うかもしれませんが、細川先生の問いに「ロウソクの炎は風で消える」と私が答えたように、外にある関係からその対象を見ている限りは、実は見えていない部分の方が大きいのでしょう。

また、これは対象が自分に向けられると地獄の苦しみを自身に与えることとなります。私がうつ病になったのは、このためです。「東京大学に入りなさい」と言われて、プレッシャーを感

じない人はいないでしょう。なぜ、プレッシャーを感じるのか、それは「夢を見ている」「洞窟にいる」人間は、自分をも対象化するからです。すなわち、メディア、社会、学校、先生、家族、友人などが言っている「東京大学」という基準で自分を見ようとします。つまり、自分を対象化して見ている（自分自身と分裂した）自分は、フロイトでいえば超自我（社会的評価）に自我（意識）が一体化して、エス（本能的自己）を抑圧しているために不安を感じるのです。エス（本能的自己）は、「スポーツ選手になりたい」「勉強などもうしたくない」「シェフになりたい」などと思っているのかも知れませんが、問題を外に見ている自分は、そうした自分の本当の気持ちを抑えこんでいくのです。自己呵責（かしゃく）、後悔、落胆、意気消沈したり、有頂天になったり、自分が偉くなったように思うのも同じ構造です。

では、問題を内に見るにはどうすればよいでしょうか。それはまず「これで自分はよいのか」「本当に自分はこれをしたいのか」と、問いを持ち、考え、迷いながら色々な人や本を尋ねて、答えを求めていくことから始まります。藤井さんが、勧めてくれた亀井勝一郎『愛の無常について』は、すでに絶版になってしまったようですが、私は、大学時代、松田正典先生が仏教青年会の活動としてなさっていた読書会で何回も読みました。そ

の当時は、どこが一番大切なのかよくわからなかったのですが、今なら仏教と他の宗教が最も異なる点、仏教者として問題を内に見るにはどうすればよいか、その方法が書かれている部分をすぐに抜き出せます。それは、第1章「人間生成 a 考えることから死ぬことまで」です。そこには、「人間はいかにして生まれ変わることができるか、換言すれば、「人間が人間になるための条件」が書かれています。今までお話ししてきた言い方からすれば「夢を見ている」自分がいかにすれば目覚め、「洞窟の中にいる」自分がどうすれば外の世界に歩み出せるかということです。亀井勝一郎は五段階で、それを説いています。「第一に、考えるということ」。しかし、考えるというのは哲学、科学のように自我、理性で外に問題を見ることではありません。「考える」ことは、「愛する」ことと同義語で、「自己とは何か、恋愛とは何か、神とは、死とは、社会とは」などの「疑問を自己に課す」ことだと亀井勝一郎は述べています。そして、そこには答えが簡単には見つからない、どうにもならない「絶望」が生まれます。それは第二の段階「迷う」ことの始まりです。簡単に答えを与えてくれる人、先生、宗教、メディア、本などを避け、「私の迷いを突き放して、一層深い迷いの中に追放する」ようなものが「最高の師、最良の書」です。仏教とその他の宗教との違いはここにあります。仏教では答えは簡単に

はわかりません。「迷う」こと自体がひとつの答えなのです。この段階は苦しいでしょう。私は仏教のお話を聞くようになってからもずっとうつ病を繰り返し、仏教とは何かがわからないままでした。亀井勝一郎もまたそうして道を尋ねた人だったので、「考える」「迷う」は混沌であると述べています。何もはっきりしない、何も定かには決められない、しかし、「混沌の自覚は、人間生成の第一条件」だとし、「この渦巻く星雲はそれ自身のエネルギー（懐疑と絶望）によって、その中心核を形成し、「かくあれかしと願う一念」が生まれてくる」と、呼びかけています。これが、第三の段階です。「このようにありたい」「このように生きたい」、それぞれの人がその人に与えられた場で、そのようなものになろうとする、それが仏教の教える目覚めの曙光（しょうこう）です。闇に閉ざされていた自分に一筋の光が見えてくると同時に今までの自分の闇も見えてくるのです。そうした、一念が起こるとき、第四の段階「邂逅」が生まれます。自分の身のまわりの友人、先生、恋人、出来事、事件、本や物語、仕事、チャンス、内容は様々ですが、光が届けられたとき、実はさまざまな深い繋がりの中に自分が居たこと、それらの中で自分が初めて自分らしく立ち上がることができることがわかってきます。その深い関係を亀井勝一郎は老若男女を問わない「友情」と呼んでいます。そして、「考え、迷

い、一念を生じ、邂逅する」ところに、第五の「自分の言葉を持つ」ことによって本当の「自分が生まれる」、そして「第六の段階」として「死」の自覚（限界の認識）が生まれることで、生きる現実が明らかになると解いています。

仏教と他の宗教との違い、それは目覚めの段階を共に歩み、常に呼びかけている存在があるところだと思います。迷いがなければ目覚めることはありません。迷っているという自覚は、すでに目が覚めかけているわけです。そして、かくあれかしの一念が生まれるところに、共に迷い、共に歩んでいた存在に気がつくのだと思います。このあたりを、次章でさらに考えていきましょう。

## 第6章 「念仏」-「南無阿弥陀仏」って呪文？

前半の最後に、浄土真宗における目覚めとは何かを考えてみたいと思います。

### <藤井>

私は、浄土真宗の教えは、単純明快だと思っています。要するに、「念仏成仏是真宗」が浄土真宗です。念仏を称えることによって仏に成ることができる。是（これ）を真宗という言う。これは中国の善導という人の言葉ですが、「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」と念仏を称えれば、目が覚めると言っているわけです。仏に成ると言っているので、目が覚めるということです。これを聞くと、大半の人は、そんな馬鹿なことになると思います。正直、私も、長い間、そんなはずはあるものかと思っていました。そんな単純なことで仏になれるのなら、あんな長々とした経典などいらんではないかと。しかし、一旦、目が覚めてみれば、確かにそうだったとなるわけです。そのからくりはどこにあるかと言うと、「称える」と「唱える」の違いにあります。「唱える」という場合は、「南無阿弥陀仏」というのは、単なる人間のことば、呪文です。しかし、「称える」

というのは、「南無阿弥陀仏」によって目が覚めましたと言っているわけです。要するに、「南無阿弥陀仏」の意味がわかりましたということです。

では「南無阿弥陀仏」とは何なのかと言うと、それは、「目覚めよ」という声なのです。仏からの呼びかけが「南無阿弥陀仏」なのです。『マトリックス』の映画で言えば、「起きろ、ネオ」「マトリックスが見ている」「白ウサギについて行け」というモーフィアスからのメッセージです。私も、それがわかるのに、随分長い時間がかかりました。しかし、「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」と言っているのは自分ですから、仏の声と言いながら、それは私の声です。その私の発した声が、私を呼び覚ますということを行っているわけです。

では、その「南無阿弥陀仏」というのは、どういう意味なのか、これは、「阿弥陀仏」に依りなさいという命令です。「南無」というのは、漢字には意味がありません。サンスクリット語の発音に漢字を当てはめただけです。この意味は、「帰命」という意味で、「帰」は、帰るの意味ではなく、「依る」という意味です。また、「命」は「いのち」の意味ではなく「命令」の意味です。また、「阿弥陀仏」というのは、仏の覚られた「法」あるいは「法則」を意味します。そうすると、「南無阿弥陀仏」



というのは、「仏の覚られた法に依りなさい」という「命令（呼びかけ）」なのです。それは、何を言わんとしているかと言えば、「あなたのよりどころとしているものは、よりどころとすべきものではありませんよ」と言っているわけです。私たちがよりどころとしているのは、「私」という自我ですから、「私」をよりどころにするのではなく、「仏の法」をよりどころとして生きなさいと呼びかけているわけです。

そして、「称える」というのは、そういう呼びかけの意味がわかったということです。それは、どういうことかと言うと、私がよりどころとしていた自我の正体がわかったということです。すなわち、『マトリックス』の映画で言えば、目が覚めて、自分がコンピュータに飼われていたことがわかったということです。「南無阿弥陀仏」という声によって、目が覚めたということを行っているわけです。ここまで言えば、多少はなるほどと思ってもらえたかも知れません。

しかし、それでは、なぜ、「南無阿弥陀仏」が仏からの呼びかけだと言えるのかということです。また、その阿弥陀仏と言われる、仏の法って何？ということになると思います。浄土真宗というのは、ここからが長いわけです。しかし、浄土真宗の教えは、念仏を称えることによって仏になる、言い方を変えれば

念仏を称えることによって「浄土」に生まれるというわけです。そうすると、その「浄土」って何？ということも出てくるのですが、「浄土」というのは、目が覚めて見えた世界です。『マトリックス』の映画では、目が覚めた世界は、結構悲惨な世界でしたが、それでも、ちゃんと足を置く大地があるわけです。コンピュータに飼われている間は、脳だけが反応しているわけですから、身は大地から切り離されているわけです。それと同様に、浄土というのは、「身」が現実には接している世界に帰ることを言っているように思います。人間は、自我に支配されている間は、この身が活かされているという感覚がありません。しかし、気がついてみれば、心臓を動かしているのも「私」ではありませんし、37兆2000億個の細胞が生まれたり、死んだりしているのも、「私」とは関係ないところで行われているわけです。すなわち、それらは「いのち」の営みであって、多くの他のいのちが、私の身体の血となり肉となって、私を生かしているわけです。その自分の身の事実に帰ることが、ある意味「浄土」と呼ばれるものではないかと思います。高史明という作家が、自殺を考えている若者に、「自分の手は死にたいと言っているか聞いてみなさい」ということを言われていますが、私たちは、「私」という自我を守るために、自分まで殺そうとするわけです。私たちの身は、生命の営みの中で、生き続けよ

うとしているのにも関わらず、「私」の方は、勝手に壁をつくらせて行き詰まったと言っているわけです。そういう自我の迷妄性が破れて、いのちの営みの中で生かされている自分にであったというのが「浄土」に生まれるということだと思えます。

私の父や祖父が「念仏ひとつで救われる」と言っていたのはそのことだったのです。確かに、念仏の声に目が覚めて、「私」によって支配され、がんじがらめになっていた自分から解放された。そこに、行き詰まりのない、いのちの営みの中で生きるという道があったということを見いだしたのだと思えます。キリスト教の神の救いもたぶん同じようなことを言っているのではないかと思います。ですから、浄土真宗は、念仏を称えることによって浄土に生まれる。これが浄土真宗だと思えます。

話を少し戻すと、なぜ、「南無阿弥陀仏」が仏からの呼びかけだと言えるのかというと、それが仏からの呼びかけだと伝えてきた人がいるからです。私も、幼い頃から、父からそう言われて育ちました。父も同じように、祖父からそのように言われて育ったわけです。そして、私の場合は、大学時代に、その根拠となるものを細川先生から徹底的に教わりました。私は、理系の人間なので、科学的根拠のないものは受け付けられないわけです。少し、その一端を話すと、南無阿弥陀仏の根拠は、『大無量寿

経』という教典にあります。そこには物語が書かれていて、「法蔵菩薩」という人が本願を起こして、「南無阿弥陀仏」という声を私たちに届けさせようとしたということが書かれているわけです。その18番目の願いに、私たちが浄土に生まれたいと願って「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」と念仏を称えれば、必ず浄土に生まれさせると書いてあるわけです。また、17番目の願いには、目が覚めた人は、「南無阿弥陀仏」と念仏を称えることで、私たちは目覚めることができるということを伝えてほしいということを願っているわけです。結局、どういうことかと言うと、「南無阿弥陀仏」というのは、伝承だということです。「確かにこの言葉によって目が覚めた」という人が伝えてきたということです。そして、その根拠は、仏の覚った法にあるわけです。物語では、法蔵とされていますが、法の蔵ですね。沢山の仏が覚った法則が、私たちも目覚めさせる力を持っていることを表しているように思います。キリスト教で言えば、神を信じなさいということと同義だと思います。

浄土真宗では、目が覚めたことを「信心」という言葉で表します。「信心」をえたというような言い方をします。「南無阿弥陀仏」という法の呼びかけによって目が覚めたということも「信心」と言います。要するに、自分が何に支配されているのかがわかったということです。そして、その信心を伴った念仏

を「称える」という言葉で表しているわけです。したがって、私たちの念仏は、「唱える」であって「称える」ではないわけです。

私は、なぜこんな宗教が生まれたのか不思議に思います。別に、法なんて言わなくても、現実に仏がいるのなら、仏に直接教えを請えばよいということになります。しかし、そこには、二つの問題があるように思います。一つは、私たちは、仏を見分ける力を持っていないということです。もう一つは、ずっと目覚めておられる仏が存在しないということです。仏は、目覚めた人ですが、私たちは、たとえ信心をえたとしても、いつも眠っているというわけです。「私」という自我は、私の一部でもあります。ですから、「私」を無視して生きることはできないわけです。出家して、修行を積んだ人なら可能かも知れませんが、社会生活を営んでいる私たちの生活の中で、「私」というコンピュータは、生きるために必要な機能も果たしているわけです。たとえば、認知症という病気になれば、記憶が失われ、自分が誰かもわからなくなります。そうすると、自我の支配による苦しみは無くなるかも知れませんが、同時に周囲との関係性も失ってしまうわけです。したがって、私たちは、自我の支配を受け続けざるを得ない存在でもあるわけです。それなら、仏教なんて必要ないではないかと思われるかも知れませんが、自我の

支配を受けていると知っている人と知らない人との違いがあります。知らない人は、「私」が行き詰まれば、道を失います。しかし、知っている人は、それを乗り越えて生きることが出来るわけです。要するに、「南無阿弥陀仏」の声によって生きるヒントを与えられるわけです。

また、目が覚めた人が側にいても、私たちは、その人の声を聞くとは限らないということです。また、そういう人が、いつも側にいたら、うっとりしいと思います。釈迦だって、家庭を捨てるわけですから、妻や子供からしたらいい迷惑ですよ。ですから、たとえ釈迦が近所に住んでいたとしても、私たちが釈迦の教えを聞きに行くかどうかはわからないわけです。また、「私は仏です」と言うような人がいたら、普通近寄りませんし、実際、近寄ったら危ないと思います。そうすると、私たち庶民に仏になる道は閉ざされるわけです。

また、私たちは、「私」を支えるための杖を集めてまわる存在ですから、仏が形としてあれば、それが「私」を支える杖になっていきます。仏様に、どうか「私」を守ってくださいと、家内安全、無病息災を祈る対象となって行くわけです。そうすると、お寺も神社も変わらなくなります。そして、自分の思う通りにならなければ、神も仏もあるものかと投げ捨てる。そんな

ものにしかならないわけです。まあ、私も人のことは言えず、子供の受験の時は、神社でも、お寺でも、どうか内の子供を受験で合格させて下さいと祈りました。平野先生が、その願いは、どうか他の方の子供を落としてくださいとお願いしているのと同じだと言われていました。

そういう様々な人間の問題を踏まえて、仏の法が「南無阿弥陀仏」という声になり、今日に伝えられてきているように思います。上述したように、浄土真宗というのは、念仏を称えることで浄土に生まれるという非常に単純な教えですが、難しいのは単純なるが故に信じがたいということです。したがって、そこにどうしてそうなるのかという問いが生まれ、そのいわれを聞いていくということが起こります。それを法を聞くと言って「聞法」と言います。そして、いつか「南無阿弥陀仏」の意味がわかる時が来ます。それは、「阿弥陀仏に依れ」と呼びかけられていた意味がわかりましたという瞬間です。それは同時に、「私」の正体とであった瞬間でもあります。そうだった、「私」というものは、「正体不明」、「行先不明」のものだった。そこに、私の本来生かされている身の事実にも目が開きます。「私」の行き詰まりは、本当の行き詰まりではなかった。ちゃんと心臓は動き、血液はまわり、細胞は生きて活動を続けている。そ

のいのちの営みに沿って、生きれるだけ生きようという力がわいてきます。それが、浄土真宗の言う目覚めであるわけです。

念仏の声というのは、いつも、「私」の身近にあります。「なむあみだぶつ」と声を発すれば、いつでも聞こえるわけです。

一楽真先生には、年に4回しかあえませんが、念仏の声は毎日でも聞こえるわけです。ですから、浄土真宗は、私たちの生活に密着しています。したがって、念仏の教えは、西日本を中心に広く普及しました。私も、その恩恵を受けて、この教えにであったわけですが、まあ、悪くない教えだと思います。ただ、教団とか宗派というようなセクトの話になると、これも人間の集まりですから、様々な問題が起こります。ですから、今は、ただ仏教を聞きたいという人が集まって、一楽真先生を広島に招いて仏教の講義を聞いています。来る人を拒まず、去る人を追わずで、自由な会です。親鸞の教えは、念仏を称えることによって浄土に生まれることができる。ただ、このことを明らかにするために、いにしえの経典や諸仏の教えをたどっていくわけです。そして、私たちは、教えを聞いては、確かに念仏は、仏陀の声だと確認するわけです。そうだった、そうだったと。まあ、それくらい、日常の私たちは、眠りこけているということです。すぐに、阿弥陀仏の声が聞こえなくなるわけです。そして、あいも変わらず、「私」に振り回されて、他人を傷つけ、



人間関係に苦しみあえぎながら生きているわけです。ただ、時々、ほんの一瞬目が覚めて、そうだった、そうだったと「私」から解放されるわけです。

以上が、私がであった仏教の解釈ですが、仏教の奥は深いですから、まだまだ私の知らない世界があるのだと思います。それは、次なる世の中を背負う君たちが見つけて行ってほしいと思います。

## <落合>

この章では、呼びかけられて目覚めたときに生まれることば「南無阿弥陀仏」について考えてみましょう。藤井さんは、「称える」というのは、「南無阿弥陀仏」によって目が覚めました、と言っているのだと説明してくれました。ここは、目覚めの宗教としての仏教でもっとも大事な段階です。第5章で紹介した亀井勝一郎『愛の無常について』では、「考え」「迷う」混沌の中から、「この渦巻く星雲はそれ自身のエネルギー（懐疑と絶望）によって、その中心核を形成し、「かくあれかしと願う一念」が生まれてくる」と呼びかけています。この一念が実は「南無阿弥陀仏」です。ここが仏教と一般の宗教と決定的に異なる分岐点かもしれません。

私がまだ哲学も仏教も同じものと考えていた学生時代、まだ本当に仏教にであっていなかったときには、この「かくあれかしと願う一念」という思いは自分が「考え」「迷い」、いろいろな本を読み、いろいろな先生のお話を聞く中で、自分自身の信念、信条、確信として、自分自身が決めていく思いだと考えていました。理性で生きている「夢を見る」「洞窟の中にいる」存在としての自意識には、そういう自分中心の思い以外は理解できないのです。

私たちが学校で、メディアで、社会で、またさまざまな会社、組織で教えられているのは、「自分の努力で自分を高める」「自分で自分のことをする」ことだけで、それ以外の考え方は世間にはありません。皆さんも、そのどこがおかしいのだと言いたくなるでしょう。実は、これも亀井勝一郎の「考える」「迷う」です。「こんな自分ではだめだ、もっといい成績をとらなくては」「この記録では勝てない、もっと速くならなくては」「今の売り上げでは足りない、もう 10%売り上げを伸ばすのだ」「今の私はまだスタイルが良くない、もう 5 キロダイエットしないと」、私たちの思いはいつもここで堂々巡りをしています。しかし、努力の世界、自分を高めようとする世界には終わりがありません。常に次の問題が出てきますし、今の結果を

脅かすライバルも現れていきます。前にお話ししたパスカルの「中間者」、それが「考える」「迷う」です。

幸い、私たちは日本に生まれたおかげで仏教の歴史と文化がまだ生きている社会にいます。「考える」「迷う」探究心があれば、西洋から入ってきた思想、哲学、中国などから入ってきた東洋思想と並んで、仏教のお話を聞いたり、本を読んだりする機会が自然にあります。今、あなたがこの本を読んでいるのは、読んでみようと思ったからか、あるいは、教科書で読む必要があるからか、きっかけはそれぞれかもしれませんが、こうしたところからでも、仏教の本をもっと読んでみよう、浄土真宗のお話を聞いてみよう、という思いが起こるのは、「考える」「迷う」探究のはじまりで、素晴らしいことなのです。

探究が続くにしがって、色々あった思想や哲学の中からしだいにこれを求めてみよう、そうした方向が決まってくるときが、「考え」「迷う」混沌の中から、「この渦巻く星雲」ができていく姿です。どれでもよいではなく、これが私の道を示しているのではないか、これが私の現実を教えてくれているのではないか、そうした思いが、仏教の方向に向き、仏教のお話を聞いたり、本を読んだりし始めたとき、第三の「かくあれかしと願う一念」への道が形作られていくことになります。「考え」「迷

う」混沌の中から大きく成長するには、この選ぶということが大事だと思います。私の場合は、「哲学と仏教は、何が違うのか」という疑問からですが、そうした問、疑問は、それぞれの人が、自分の問、疑問として抱くものだと思います。

次に大切なことは、亀井勝一郎が「自身のエネルギー（懷疑と絶望）」と言っている深い挫折を自分自身で知ることです。他の宗教と仏教との違いを、第5章では外に問う宗教と内に問う宗教と言いましたが、入り口のキリスト教や新興宗教は、信じる対象（神、教主）は常に外にあり、それを自分が崇めたり、信じたり、確信したりすると説いています。人間はだめなものだから、もっとすばらしい外なる存在を求めることで、あなたはすばらしい人になれる、そんな宗教が溢れています。あるいは、このすばらしい先生を頼れば、あなたの問題や悩みは全部解決される、この道に入ればあなたの願いはすべてかなえられる、そんな宗教もたくさんあります。入信すれば、仲間になれば、この人を信じれば、ただちに問題はなくなる、そんな考え方も、苦しんだり、問題を解決できないときの理性は容易に選んでしまう選択肢です。しかし、実はそれは「夢を見ている」「洞窟の中にいる」状態に戻ってしまうことです。せっかく目覚めかけたのに、眠たくて起きられないときのように、また眠り込んでしまうことになります。藤井さんの比喩『マトリック

ス』で言えば、また仮想世界に取り込まれていくことです。それらは、「自分が何かをする」「自分には何かができる」という理性の作用にうながされた結果です。

こうした姿は、人間にとっては当たり前のことで、その善悪を言っているわけではありませんが、これに対して、亀井勝一郎は以下のように問を出しています。

私自身にとって、最高の師、最良の書とは、私の迷いをただちに解いてくれるものでなく、逆に私の迷いを突き放して、一層ふかい迷いの中に追放するような性質のものでもありました。しかし感動すべきことは、そのときその師もその著者も、私もろとも、やはり迷いの底へ身を落としてくれるということでした。つまり私の身に即して、彼らもまた迷い悩む。こうして、人生の深さ、人間の不安なる状態を教えてくれるのです。最大の宗教家の著書から、私はしばしばこういう叫びを聞きました。「私にはあなたを慰める力はない」と。しかしこの率直な声が、どれほど私の慰めになったか。

(出典：亀井勝一郎 (1979) 『愛の無情について』角川書店)

一般の宗教は、迷わないもの、真理を知っているもの、すでに不安を超えたものが外にあって、迷っている自分、不安な自分を助けてくれる、そんな教えです。しかし、仏教は、亀井勝一

郎が問いかけているように、もっと深い迷いの中に人を導いていくものです。その意味で「懷疑と絶望」を自分自身に与えるものです。ただし、迷いと言っても、なにもできないで、ただじっと悩んでいるという気持ちや思いではなく、さらに教えを尋ねていこう、先生を探してみよう、本を読んでみよう、何かを探してみよう、そうした「自身のエネルギー」を与えてくれる「懷疑と絶望」です。同時に、自分とは違う偉い先生がいる、自分が知らない真理を明らかにした本がある、自分にはわからない正解が出されている、そう思っていたものが、実はそうした先生や本も、自分と同じように考え、迷う存在であった、自分と同じ存在であったという繋がりの世界に気づいていくことです。迷いを共にしてくれる、疑問をともにしてくれる存在がわかるようになってきたということになります。正解を提示し、解決を与えてくれるのではなく、探究し、考え続け、歩み続けるパートナーであったことがわかってくるのです。

そうした探究の中から、「かくあれかしと願う一念」が生まれてくるのです。亀井勝一郎は以下のように語りかけています。

祈りという言葉をここに提出しましょう。私はいま厳密に宗教的な意味で言うものではありません。一念とは祈りなのです。人間的に、自己自身への祈りといってもよい。星雲として現存す

る自己の中の、星たるべき未来像、いわば可能性に対する祈りなのであります。

考え、迷い、しかもどうかして生きたい、どうかしてかくありたしと思いつめたときの、「どうかして」という気持を私は一念と呼び、祈りといいたいのです。だから、祈りとは自己の運命を切り開く原動力です。

(出典：『愛の無情について』)

「祈り」というと、大学時代の私のように、自分自身の信念、信条、確信として自分自身が決めていく思いを、外なる崇拝の対象（神、仏、教祖）に向けることなのかと思うかもしれません。しかし、それでは、話はこの本の最初に戻ってしまいます。

「一体夢の中にいる人はどうすれば目覚められるのか」「洞窟の中にいる人間はどうすれば洞窟にいることがわかるのか」、「かくあれかしと願う一念」の祈りは、その答えです。つまり、「私は目覚めることができました」「私は洞窟にいることがわかりました」ということです。祈りとは、浄土真宗では「南無阿弥陀仏」です。しかし、その祈りは、自分自身の信念、信条、確信として自分自身が決めていく思いを、外なる崇拝の対象（神、仏、教祖）に向ける祈りではありません。「祈り」とは、「私は、長い長い自我の夢の中で迷っていました」「私は、深

い深い自我の夢から目覚めることができました」という目覚めの懺悔と喜びの念であり、それを実際に「南無阿弥陀仏（阿弥陀仏に依ります）」と告白することです。そして、「私はずっと理性の洞窟の狭い世界に閉じこもり、一人きりでしたが、広い世界に出ることができました」「私は理性の洞窟の中で限られた力しか出せませんでした、外の世界で力を出せるようになりました」という慚愧と力を与えらえる解放の歓声として、実際に「南無阿弥陀仏」と称えることです。同時にそれは、そうした目覚めをもたらしてくれた智恵と、洞窟にいる存在を受け止めて外へと解放してくれた慈悲の存在（阿弥陀仏）への覚醒と感謝として、実際に「南無阿弥陀仏」と称えることです。

まとめてみると、祈りとしての「一念」とは、「南無阿弥陀仏」と念仏することです。それは、自分にとっては自分自身が夢を見ていたこと、洞窟にいたことへの深い懺悔と、そこから立ち上がった誕生の歓喜の声ですが、同時にそれは、自分にそうした仮想世界からの目覚めと理性・自我の拘束からの解放を与えてくれた智恵と慈悲の存在（阿弥陀仏）が、いままで「考え」「迷う」自分に、「目を覚ましてくれ」と常に呼びかけてくださっていたことへの懺悔と感謝でもあります。



自分自身の信念、信条、確信として自分自身が決めていく思いは「夢を見ている」「洞窟にいる」ことですから、自我の闇から出て光を与える星々の中の「星たるべき未来像」、狭い自分の殻を破って「自己の運命を切り開く原動力」にはなりません。

「かくあれかしと願う一念」は、自分に光をあててくださる存在、自己に働きかけていた存在に気づくことで初めて生まれるような光であり、原動力です。

細川巖先生は、この「かくあれかしと願う一念」を、さまざまな比喻でお話されました。「自分の現実という金床の上に、曲がった釘としてある自分に、南無阿弥陀仏のハンマーが打ち付けられ、何の役にもたたない曲がった釘である自分が、南無阿弥陀仏と真っ直ぐな釘に伸ばされて、初めて自分自身で人の役に立てるようになる」「理性的人間は、そのままでは重油のようなもので、悪臭を放ち、近づく人にへばりついて、何の役にもたたないへドロのような存在である。しかし、仏教の場で育てられ、一度、南無阿弥陀仏と目が覚めて、火がつけば、自分の煩惱、欲望という重油は燃料となって、大きな熱と光を生み出す資源に生まれ変わる」。これらは、亀井勝一郎が「祈り」と呼んだ「かくあれかしと願う一念」が生まれる構造と働きを説明して下さっています。

また、私が学生時代、仏教と哲学は同じだと思っていた頃、細川先生が、マルチン・ブーバーの『我と汝』の中に以下のような説明があるという話をしてくださいました。

世界は人間にとっては、人間の二重の態度に応じて二重である。人間の態度は、人間が語り得る根源語（Grundwort）が二つであることに依りて二重である。その根源語とは、単一語ではなく対偶語（Wortpaar）である。

根源語のうちのひとつは対偶語・我—汝（Ich-Du）である。もう一つの根源語は対偶語・我—それ（Ich-Es）であり、その場合には、それを彼（Er）あるいは彼女（Sie）のいずれかで置きかえても、その意味するところには変わりがない。

このように根源語が二つあるからには、人間の我もまた二重である。なぜなら、根源語・我—汝における我は、根源語・我—それにおける我とはことなっているからである。

（出典：マルチン・ブーバー／田口義弘訳（1967）『対話的原理1 ブーバー著作集1』みすず書房）

ここまで読んでくださった皆さんは、「夢を見ている」「洞窟の中にいる」我（私）が生きている姿と、「かくあれかしと願う一念」で「南無阿弥陀仏」と称えて、自分の目覚めと目覚め

を呼びかけてくださった存在との関係に生きるようになった姿は、それぞれどれに当たるか、もう考えることができるのではないかと思います。あえて答えは言いません。よくわからないときは、もう一度、最初からこの本に尋ねてみてください。

「考える」「迷う」ということが、「夢を見ている」「洞窟の中にいる」自分に、ともに迷っていく先生や本とののであいをもたらし、その探究の過程で仏教を選ぶということが決まって、「かくあれかしと願う一念」が形成される道を歩み始める、そんな方向が生まれてくれば、答えはおのずと明らかになると思います。

仏教では、新興宗教のように簡単に答えは与えられず、哲学や思想のように、外に解決を見出すことはできません。しかし、常に不安にかられ、中間者としてどこまでも居場所を見つけれない自分という存在に目覚め、そこから力強く歩み出していき、それが同時に深い繋がりの世界に気づいていく、そんな穏やかな光と温かい関係の中にある自分に帰る道がそこにあります。それは、釈迦以来の長い長い「考える」「迷う」先輩方の伝承の歴史の中で、あなた一人に語りかけられている教えなのです。

---

以下の章では、現代を生きる自分自身に起こっている、あるいはいつ起こるかもしれない人間という存在の抱える課題 疑問について、一人の「考える」「迷う」人間として、共に考えていきましょう。その中から、きっとあなたに仏教とのあいがおこり、共に「考える」「迷う」先生や友達が見つかり、「かくあれかしと願う一念」への成長が始まっていくのではないかと思います。

## 第7章 「ONLY ONE」—本当に満足できる？

本章では、No.1 ではなく、Only one で本当に満足できるのかという問題について考えてみたいと思います。

### <藤井>

私は、大学1年生の授業で、SMAPの「世界に一つだけの花」の話題を出して、No.1ではなく、Only oneを目指そうという話をします。自分の個性を大事にして個性を磨きましょうということです。この「世界に一つだけの花」を作詞されたのは槇原敬之という人ですが、「No.1ではなくOnly one」という主題は、仏教の「天上天下唯我独尊」という教えを念頭に考えられたそうです。また、『阿弥陀経』の「青色青光（しょうしきしょうこう）、黄色黄光（おうしきおうこう）、赤色赤光（しゃくしきしゃっこう）、白色白光（びやくしきびゃっこう）」の一節がもとになったとも言われています。すなわち、この歌は仏教を背景に作詞されたものだということです。せっかくなので、歌詞を引用してみます。

花屋の店先に並んだ／いろんな花を見ていた／ひとそれぞれ  
好みはあるけど／どれもみなきれいだね／この中で誰が一番

だなんて／争うこともしないで／バケツの中誇らしげに／し  
ゃんと胸を張っている

それなのに僕ら人間は／どうしてこうも比べたがる？／一人  
一人違うのにその中で

一番になりたがる？

そうさ僕らは／世界に一つだけの花／一人一人違う種を持つ  
／その花を咲かせることだけに／一生懸命になればいい

困ったように笑いながら／ずっと迷っている人がいる／頑張  
って咲いた花はどれも／きれいだから仕方がないね／やっと店  
から出てきた／その人が抱えていた／色とりどりの花束と／  
うれしそうな横顔

名前も知らなかったけど／あの日僕に笑顔をくれた／誰もき  
づかないような場所で／咲いていた花のように

そうさ僕らも／／世界に一つだけの花／一人一人違う種を持  
つ／その花を咲かせることだけに／一生懸命になればいい

小さい花や大きな花／一つとして同じものはないから／NO.1  
にならなくてもいい

もともと特別な Only one

(歌：SMAP 作詞：槇原敬之 作曲：槇原敬之「世界に一つだけの花」<http://j-lyric.net/artist/a002907/10018af.html> 2017.08 閲覧)

あらためて読んでみても、よい歌詞ですね。この歌に触れると何か力がわいてきませんか。それは、私たちが、いかに「比較」ということにしばられて、息苦しい生き方をしているかの裏返しだと思います。「どうしてこうも比べたがる?」「一人一人違うのにその中で一番になりたがる?」本当にどうしてなのでしょう。

前章までに述べたように、私たちは、「私」という自我に支配されて生きています。そして、その「私」は、幼い頃から記憶された映像や言葉によって成り立っています。その多くの部分は、幼いころから教えられてきた「教え」が詰まっていると云ってもよいかも知れません。それは、どんな教えかと言うと、「がんばれ」という教えです。何をがんばるかと言うと、「賢」なるもの「善」なるものを手に入れるためにがんばれというわけです。これは、お見合いの時に交わされる「釣書」を見るとよくわかります。「学歴」「勤務先」「資格」「趣味」「特技」というようなものです。人間以外の動物の場合は、雄は雌にアピールするために、声を上げたり、羽を赤く染めたりします。

雄の孔雀が羽を広げる姿を想像するとよくわかりますね。あれが、人間の場合は、釣書になるわけです。「私」はこんなに素晴らしい人間ですよということをアピールするわけです。そのために幼いころからしのぎを削るわけです。

都会では、もう幼稚園からその競争がはじまるわけです。子供を有名幼稚園に入れるためにしのぎを削ります。幼稚園の次は小学校、小学校の次は中学、高校、大学と、子供を受験戦争に巻き込んでいきます。そして、より誇れる「ラベル」を手に入れようと親子ともども必死になるわけです。これは、世界的な現象ですよ。そして、給料の高い、誰もが知っているような有名企業に就職することをめざします。要するに No.1 をめざすわけです。

このように、私たちは、幼いころから、他者との比較の中で、No.1 をめざすことが、幸福になる道だと教え込まれて育ってきているわけです。ですから、No.1 をめざすことに何の疑いも持っていないわけです。勉強でだめならスポーツで、スポーツがだめならピアノやバイオリンでと、何でもよいので、周囲と比較して誇れる「ラベル」がほしいわけです。私たちは、そういう教えにがんじがらめになっています。ですから、Only one でいいんだと言われても、そう簡単に納得できるものでは



ありません。また、**Only one** でいいと言われても、じゃあ何もしなくてもいいのかということになりますし、世間が認めてくれない **Only one** には意味がないわけです。

では、なぜ、この **SMAP** の歌の歌詞に感動するのでしょうか。そもそも「天上天下唯我独尊」という言葉は、釈迦が誕生されて7歩歩まれて右手で上を指し左手で下を指して「天上天下唯我独尊」と言われた伝えられています。しかし、赤ちゃんが生まれてすぐに7歩も歩めるはずはないので、これは比喻です。7歩というのは、六道を超えられたという意味です。この「六道」というのは、地獄→餓鬼（がき）→畜生→修羅（しゅら）→人間→天上の六道を意味しています。人間は、この六道をぐるぐる回るといので六道輪廻とも言われます。すなわち、天上の次は地獄になるわけです。これは死んだ後のことのように誤解されていますが、これは人間の現実を表しています。すなわち、「地獄」というのは、いてもたってもおれない、耐えがたい苦しみの中にいる状態をあらわしています。孤独というのも地獄だと思えます。互いに傷つけあい、憎しみあう状況も地獄です。地獄の苦しみと言いますが、そういう苦しみが襲ってくることは、人生の中で何度もあります。また、「餓鬼」というのは、欲望に振り回されている状況です。あれが足りない、これが足りない、不満ばかり言っている状況です。欲しいも

のが手に入らないとだだをこねる子供がいますよね。そういう子供を餓鬼と言います。また、人をだましてでもお金を儲けようとする大人も餓鬼ですね。「畜生」というのは、権力に支配されて自由がない状況です。人間に飼われている家畜は、自由がありません。工場のような鶏舎で飼われている鶏は、まさに畜生ですね。同様に、人間も会社や企業に家畜のように扱われる場合があります。また、独裁国家でも国民はそういう状況下に置かれることがあります。そういう状況を畜生と言います。この地獄、餓鬼、畜生は、「三悪道」とも言われ、三悪道に落ちると仏教どころではなくなるわけです。そして、三悪道の次が修羅です。「修羅」は、修羅場という言葉がありますが、激しい争いの場です。相手を蹴落とそうとやっきになっている姿ですね。受験戦争なんかも修羅の世界だと思います。出世競争というのも修羅です。仕事一筋で家庭を顧みない人も修羅の状況を生きているのだと思います。

そして、「人間」ですが、ここが唯一、仏教が聞ける在り方です。三悪道は、苦によって仏教を聞ける状況ではないし、修羅も、忙しくてそんな暇はないわけです。しかし、普通の人間は、仏教は聞かずに天を目指すわけです。世間の教え（価値観）に支配されていますから、比較の中で No.1 になろうとします。折角、仏教に触れるチャンスなのに、天上界が恋しくてたまら

ないわけです。そして、「天上」は頂点ですね。やっと No.1 になったというわけです。しかし、それで安心かと言えば、次に待っているのは地獄です。すなわち、天から真っ逆さまに地獄に落ちるといいうわけです。要するに、天上界というのは不安なのです。よく頂点にのぼりつめた人が、麻薬に手を染めたりするのは、落ちる苦しみに耐えられないからです。釈迦は、そういう六道をぐるぐる回る道から、一歩出られて「天上天下唯我独尊」と宣言されたと伝わっているわけですが、これは釈迦の人生を讃えた逸話ですね。

「天上天下唯我独尊」というのは、天上天下で、ただ、我（われ）、独り（ひとり）、尊し（とおとし）、というわけですから、まさに、**Only one** の自覚です。これは釈迦の覚りを言っているわけです。目覚めてみたら、**Only one** だったというわけです。私たちは、必死になって平野先生の言われる「ラベル(杖)」を集めているわけです。学歴で言えば、「東京大学」というラベルが No.1 かも知れません。しかし、それも日本の中での話しなので、「MIT」というようなラベルと比べるとかすむわけです。ですから、どんなラベルを手に入れたところで、これで満足ということがないわけです。また、かつては「東京電力」とか「東芝」というと、就職先としては、No.1 のラベルだったわけです。東大に行って、東京電力に就職したと言えば、皆が

「ほう」と感嘆するわけです。しかし、その東京電力も、東芝も、先がどうなるかわからないわけです。そして、リストラとなれば、地獄が待っています。No.1を目指して、天上界に行ったけれども、待っていたのは地獄だったという話です。「天上天下唯我独尊」というのは、「私」を支えるラベルを集めることに必死になっていたけれども、そのラベルはあてにはならないものだった。そのラベルが全部はがれた時、そこにあったのは、Only one の自分だったという話です。この身は、多くのいのちに支えられ、地球という環境にも受け入れられ、奇跡的にここに存在していたということです。考えてみれば、心臓を動かしているのも、血液を回しているのも、細胞が生まれ変わっているのも、私の力では無いわけです。もちろん「ラベル」には関係ないわけです。

あの、「世界に一つだけの花」を作詞した槇原氏は、この曲を作る3年前に、覚せい剤取締法違反（所持）容疑で逮捕されたそうです。そして、その中で仏教にであったとされています。逮捕によって、それまで集めてきた「ラベル」がすべてはがれ落ちたのでしょうか。そして、そこに釈迦の「天上天下唯我独尊」という教えが彼を目覚めさせたのだと思います。ラベルはすべてはがれ落ちたけれども、こんな自分でも、何かできることがあるのではないかと。「名前も知らなかったけど／あの日僕

に笑顔をくれた／誰も気づかないような場所で／咲いていた花のように」という心境ではなかったかと想像します。私も、よく庭で草取りをしますが、植物は、あらゆるところに根を生やし、花を咲かせます。そして、種を作り、子孫を増やしていくわけです。その生命の営みはすごい力ですね。雑草は、抜いても抜いても、そこに土がある限り生えてきます。そして、光合成を行って、この地球に酸素を供給しているわけです。実は人間も、その生命の営みの中にいるわけです。本当は、ラベルなど貼らなくても、生命そのものは輝いているわけです。皆、それぞれ与えられた個性を持ち、共生のための使命を与えられて生きているわけです。

**Only one** というのは、目覚めた人の言葉だと思います。そういう言葉が、また私たちの目を覚まさせるわけです。「ラベル」集めに必死になっている自分の愚かさを照らす光になるわけです。私の勤めている大学では、受験で第一志望ではなかったという学生が沢山います。目標の「ラベル」を手にする事ができなかったわけです。そういう学生に、岩礁の松の話をしてします。植物の種は、環境を選べない。岩礁の松は、岩礁のほんの少ない土に種が落ちて、そこから岩の中に根を張って、非常に厳しい環境の中で枝を伸ばしていく。そして、人の心を打つような立派な松に成長していくと。君たちも、縁あって、この大

学に種が落ちたわけだから、ここに根を張り、立派な松に成長してほしいと。ついでに、最近の会社は、学歴ではなく、個々の人間性を見ると。もう、大学の名前で就職という時代は終わったと言うわけです。現実には、まだまだ学歴が幅をきかせているのが実情ですが、学歴というのは、脳に記憶された知識の量を計っているに過ぎません。すなわち、人間性のほんの一面を見ているに過ぎないわけです。どんなに良い「ラベル」を手に入れたとしても、いずれ、そのラベルははがれ落ちる時がきます。清原選手や歌手の ASKA さんなんかも、天上界から地獄に落ちたわけです。しかし、そこからが人生の本番なのではないでしょうか。仏教で言えば、目覚めるチャンスが到来しているわけです。地獄に落ちた人でなければできない仕事があるのだと思います。

私たちには、それぞれ与えられた使命があるのだと思います。それは、「ラベル」を手に入れることではなくて、自分にしかできない仕事を見つけることではないでしょうか。この世は、大企業だけで成り立っているわけではありません。多くの中小企業があってこそその大企業なのです。建築物にしても、実際に汗を流して造っているのは、多くの下請け企業の作業員なのです。大企業も、その作業員が確保できなければ、仕事を受注することさえできないのです。女王蜂も働き蜂がいないと生きて

行けないのと一緒にです。女王蜂ばかりが増えたら蜂は絶滅します。女王蜂には女王蜂の役割があり、働き蜂には働き蜂の役割があるわけです。その与えられた役割を果たしていくということが、ある意味神から与えられた使命なのだと思います。それに、優劣をつけるのは、人間の愚かさではないでしょうか。天上界の人間は、いつも不安を抱えて生きなければなりません。No.1 に幸せはあるかと言えば、それは幻想にすぎないわけです。

## <落合>

この章から現代の社会で生きる人間の様相について仏教の視点で考えてみたいと思います。藤井さんは、No.1 と Only one という形で、現代社会で生きる人間の競争心と目覚めを説明してくれました。私は「近代」という時代の特徴として、前半でお話しした「中間者」としての人間の特徴が非常に極端化していったことをお話したいと思います。

皆さんは歴史の教科書で、古代、中世、近代、現代という時代区分を習ったと思います。なぜ、こんな分け方になっているのでしょうか？ 実は、こうした考え方をするようになったことが現代社会と現代人の大きな特徴の一つです。近代の基礎になった古代ギリシアの人々は、まったく違った時代観を持ってい

ました。最初は幸福で安定した神々の金の時代があり、それが次第に人の世に移るにつれて、戦争や疫病などが広がる銀の時代、青銅の時代、英雄の時代と変遷し、殺戮と闘争に明け暮れ、神々に憎まれる鉄の時代という現代に世界は衰退してきたと考えていました。中学生の頃、この話をギリシア神話の本で読んだとき、今の時代は進歩していると思っている自分たちとはまったく違う価値観に驚きました。「終末論」と今ではまとめられています、ユダヤ教・キリスト教、北欧神話、マヤ神話など、世界が終わりに向かっているという思想を人類はさまざまな形で表現してきました。

東洋でも孔子はかつては人倫が守られた聖人の時代があり、現在の社会はそれが衰えた世界ととらえていましたし、仏教にも、釈尊の教えが実行される正法、形だけになっていく像法、仏法が廃れていく末法という考え方があり、平安時代の皇族、貴族、僧侶階級は自分たちの時代は末法だと考えて、真言宗や天台宗の教えに救いを求めました。現在でもこうした考え方は物語に生きています。皆さんの読む漫画、ライトノベルはもちろん、アニメなどの物語には、「終末論」がよく出ています。世界に日本のアニメ文化を広めた宮崎駿監督の作品『風の谷のナウシカ』は火の七日間という最終戦争で人類の高度文明が滅亡した後の世界を描いていますし、『天空の城ラピュタ』も設定はや



はり高度に発達したラピュタ帝国が滅亡し、その破滅を生き延びた人々の話です。こうした設定の物語は、『北斗の拳』『エヴァンゲリオン』など、有名な作品にはよく見られます。また、カタストロフ（破滅）が人々の世界を破壊する話も、大ヒットになった『君の名は。』の彗星衝突のように、よく登場します。こうした物語は、今の世界がずっと続いていくと思っている私たちの日常の意識を、実はそれが仮にたまたまそうになっているだけであることを異化してくれる作用があるでしょう。

なぜ、私たちは、かつての人々と正反対に、今の時代が一番進歩していると考えようになったのでしょうか？ その理由は、ヨーロッパで近代化が始まった頃から、かつてさまざまな聖人の歴史から最後のイエスが生まれたように、今の自分たちの世界が歴史の頂点にあるという「進化論」の考え方が明確になり、ヨーロッパが世界中を支配するようになった19世紀の帝国主義の時代に、ラマルクやダーウィンなどの「生物進化論」やそれを人類社会に当てはめて白人社会が最も進歩しているというスペンサーなどの「社会進化論」として広く承認されるようになったことが大きな理由とされます。

進化論的な思考では、努力すれば文明や社会は進歩し、自分の幸福を手に入れられるという、今の私たちが当たり前だと思って

いる考え方が科学の意匠をまとって正当性を帯びてきます。日本では明治時代に、最も進んだ西洋思想として「社会進化論」が翻訳され、新聞などで社会に流布し、定着していきました。江戸時代までの日本とはまったく異なる価値観が明治以降の社会と人間を動かしていくことになります。その結果、日本では何が起こったのでしょうか？ 今の私たちは学校に入って、競争し、試験で人を選別していくシステムを当たり前だと思い、その競争で勝ち残り、より有名な大学に入り、より有名な会社や権力を握る役所に入ることが幸福であり、成功であるという価値観を誰もが持つようになりました。

前半でも述べたように、こうした考え方をすると、藤井さんが説明してくれたように、No.1 以外には意味がない縦のランキングだけで人々が動かされるようになります。今の社会を見ると、こうしたランキングが溢れて、私たちの生活を支配しています。入試の偏差値ランキングはもちろん、「美味しいお店ランキング」「アニメ売り上げベストテン」「世界大学評価ランキング」「年収の高い会社ランキング」「最も人気のある俳優・女優ランキング」などなど、現代の私たちはこうした情報に動かされて、何の疑いも持ちません。その根底にあるのは「競争に勝利することに意味がある」「すべてのものはランキング化できる」「ランキングのよいものを集めれば幸せになれる」

というような、実はまったく何の根拠もない強い思い込みです。藤井さんが説明してくれたように、こうしたラベルをいくら集めても終わりはなく、しかもそのラベルはいつ破綻するかわかりませんし、ラベルを集めようとする事自体が破滅をもたらす場合もしばしばあります。

日本の近代社会は、その点で実は非常に大きな挫折にできています。社会進化論を信じてヨーロッパを模倣することが進歩であり、遅れた他の東洋社会とは違うヨーロッパ風の「一等国」になる、それが明治から大正期の日本人支配階級、知識人階級の目標でした。疑いを持っていた人もありましたが、その方針を続けた結果、最後は東アジア、東南アジア、太平洋の全域を戦争に巻き込んで 1945 年 8 月 15 日に無条件降伏に追い込まれる、そうした流れに至ったと見ることもできます。前半でお話しした私の受験や恋愛の挫折と同じく、皆さんが経験したさまざまな行き詰まり、失敗、挫折は、個人レベルでの「進化論」の破綻と言えます。私たちの日本社会と、そこで生きる私たちは非常に強く自分自身に「進化論」を植え付けていると言えるでしょう。

社会から個人までを支配する進化論的思想を、社会学で捉えたのはイギリスの政治家マイケル・ヤングのメリトクラシーという概念です。

メリトクラシー (meritocracy) とは、メリット (merit、「業績、功績」とクラシー (cracy、ギリシャ語で「支配、統治」を意味するクラトスより) を組み合わせた造語。イギリスの社会学者マイケル・ヤングによる 1958 年の著書『Rise of the Meritocracy』にて初出した。個人の持っている能力によってその地位が決まり、能力の高い者が統治する社会を指す。

(出典：日本語版 Wikipedia 「メリトクラシー」 2017.07 閲覧)

メリトクラシーについては、否定肯定のさまざまな議論がありますが、大事なことは、これは近代になって人間が持つようになった考え方であり、その結果、人類社会は 20 世紀に世界大戦を二回、その他の戦争を合わせれば無数の戦争を引き起こし、手に入れた幸福な状態を自ら破壊してきたということです。

確かに、かつての身分制社会では出自によって階級、職業が決まりましたから、一部の支配階級に多数が圧迫され、隷属する状態でした。近代から現代への発展の中で、出自によって権力者、支配階級を選ぶ制度から、個人の能力と努力の成果をもとに支配階級を決めていく制度に変化し、私たちのような多くの

支配される側の階級も隷属ではなく、さまざまな自由と挑戦の機会を与えられるようになりました。人間は中間者だというのは、まさにこの点にあります。文明の進歩、幸福な現代と言える発展を手に入れると同時に、いつ戦争でそれが破壊されるかもわからない慢性的闘争の中にいる、それが私たちの現代社会であり、スポーツ界や芸能界を見ればよくわかるように、一握りのスターの下では無数の二軍、三軍の人達が競争に敗れ、挫折を経験しています。私たちが No.1 を目指すという形で生きる限り、この中間者状態は永久に変わることはありません。もちろん No.1 を目指すことはかまいませんが、そうした縦のランキングだけで人やものをみる、言い換えれば、上下関係だけで社会や周りの人をとらえると、すべての人は結局、競争相手になり、また、いつも勝ったか負けたかだけで生きていかなくはならなくなります。

前半までに紹介した仏教が教えてくれる目覚めとは、縦のランキングだけで生きている私たちの自己意識が「夢を見ている」状態であり、「洞窟にいる」生き方であることを気づかせ、それを受けとめさせ、広く深い繋がりから一人ひとりに働きかけられている関係に目が覚めることです。ここではそれを横の絆の回復と呼びたいと思います。前半でお話したように、私は高校、大学時代、うつ病で苦しんでいました。その根本には、

今回、お話しした縦のランキング意識であるメリトクラシーの価値観しか知らなかったことがあります。選択肢がそれしかなかったのです。縦のランキングにうまく適応、調整できた人は、その中でも友人を見つけ、人の繋がりを回復していける場合もあると思いますが、私の場合は、うつ病でだめな奴と思われていたことと、学校のクラスメートはライバルとしか思えず、繋がりを持つ相手を見つけられなかったことがうつ病からの回復を困難にしていました。それが、大学で仏教の先生とであい、初めて競争や成績で人を見ない先輩や友人がいることがわかり、この社会に関わるのが怖くなくなりました。

当時は競争ではない関係があることを自分の回復のために使わせてもらうことしかできませんでした。今は、それはより広く深い繋がりを持てる機会を与えられたことだとはっきりわかります。縦のランキング意識しかないと思っていた自分に、そうではない横の広く深い絆の存在が与えられていた、それを気づかせてくれる働きかけがあった、それが「南無阿弥陀仏」の念仏です。そのときに、No.1 しか見えなかった世界で、自分も友人も他のさまざまな人々も、実は **Only one** であると気づかせていただく目覚めがあります。それは、縦の上下関係が、すべてが平等対等な横のネットワーク関係に変わることです。それによって、今まで苦しんでいた挫折にも、より広く深い繋

がりの世界に気づかされるきっかけになったという大きな意味が生まれました。だから、私はそのときから「本当はうつ病でもよかったんだ、うつ病になったからこそ仏教にであえたのだ」と思えるようになりました。Only oneの世界では、成功の経験や努力はもちろん、No.1の世界では意味のないどんな失敗、挫折、トラウマもすべて大切な意味のある経験に変わります。

第6章で紹介したマルチン・ブーバーの根源語とは、この章で藤井さんと私が述べている人間の存在様式のことです。Ich-ES（私ーそれ）の関係の私は、縦のランキングだけしかないメリトクラシーの世界で生きている私です。社会進化論の価値観だけが正しいと信じて、周りの人を競争相手あるいは有用か無用かとしてしか見られず、人間やさまざまな存在との関係を上下関係だけでとらえている関係です。私たちは、Ich-ESの関係を人間以外の対象にも広げていくので、命ある野山の植物や動物、海の生き物もすべて役に立つか立たないかという「資源」としか見ないようになり、逆に農業や漁業に被害を与える生き物は「害虫」「害獣」として殺戮していくことになります。無生物と生物という分け方も実は同じで、鉱物資源はいくら使ってもよいという発想も生まれます。藤井さんの紹介してくれた、すべては繋がって地球として一つの生命的関係にあるというガ

イア仮説とは正反対のこうした「資源」的見方は、実はメリトクラシーが近代以降に広がるにつれて極端化されたものです。その結果、私たちは、地球温暖化で、今まで起こらなかった気象的カタストロフを体験するようになりました。Ich-ES の関係の私は、全部を金銭の対象や欲望を満足させる対象に変えていき、それは限界を知りません。それが人に向けられると、学校時代はライバルくらいで済みますが、大人の社会では上位者への服従と下位者への圧迫、暴力、ハラスメントの形で、計り知れない悪影響を拡げていきます。

最近、パワー・ハラスメントやセクシャル・ハラスメントなどの形で、メリトクラシーが人対人の関係を規定していく問題が取り上げられていますが、これは善悪を論じても実は無意味です。なぜなら、そうした関係しか作れない人間の存在に問題があるからです。Ich-ES の関係の私は、すべての人を自分と対立する競争相手と見ていますから、競争に勝っている人にはそれから利益を得るために従属をいとわず、逆に、競争相手として邪魔な存在にはさまざまな妨害や裏工作をしかけ、気に入らない部下は暴言、暴行、無視などあらゆる手段で排除しようとする、そうした関係しか持てません。異性の同僚は、性的欲望を満たす相手としてしか見られず、自分が上位者ならあらゆる形で欲望を遂げようとし、下位者なら言葉や行為での嫌がらせで



相手を排除しようとし、縦のランキングしか知らない、言い換えれば自分が「夢を見ている」こと「洞窟にいる」ことに気づかないことがハラスメントの原因ですから、メリトクラシー以外の価値観が持てない人で構成されている社会はハラスメント社会以外の社会を作ることにはできません。犯罪、暴力、戦争などのより大きな問題も根源はこの点にあると言えるでしょう。

それが、ブーバーの場合は神に呼びかけられていたことに気づくことで、私たちの場合は「南無阿弥陀仏」と呼びかけられていたことに応えることで、Ich-Du（私—〇〇さん）の関係に人間は初めて気づくことができます。それは、平等で対等な広く深い繋がりへの回復です。Ich-ES（私—それ）の関係の私が、ランキング化したり、上下関係化したりしていたことでわからなかった元々の広く深い繋がりが次第にわかってくるようになります。No.1 になること以外の価値観を知らないメリトクラシーを包む、より広く根源的な **Only One** の関係があることに目覚める、それが現代人である私たちが、この世界と文明をさらに発展させ、環境悪化の悪循環を回復し、ハラスメント化した社会を超えて対等平等な関係を持ち得る社会を形成していく、解決のキーなのです。

Only One の関係をすでに知っている人が釈尊であり、その教えが仏教です。そして、その教えは、日本に伝わり、今日まで継承されてきました。藤井さんの紹介してくれた作詞家の槇原氏もそうした日本の仏教の継承の中で、仏教の呼びかけに気づいたからこそ「世界に一つだけの花」が作れたのだと思います。Only one は、自分でそう思うということではありません。Only one と呼びかけてくれる存在があって、その呼びかけに目が覚めて、初めて Only one の関係が与えられるわけです。

次章以降では、より広く深い繋がり関係を回復できるように、さらに仏教にしたがって現代の問題を考えていきましょう。

## 第8章 「心の病」—仏教で克服できる？

本章では、うつ病と仏教の関係について考えてみたいと思います。

### <藤井>

私は、うつ病に関しては専門家ではありませんが、学生をはじめ、うつ病と思われる症状に悩む人は、沢山見てきました。そして、ネットでうつ病について色々勉強をしていたら、たまたま、泉谷閑示氏の『8人に1人が苦しんでいる！「うつ」にまつわる24の誤解』という記事にであいました。そして、仏教によって、うつ病に打ち勝つことが可能なのだということを確認しました。詳しくは、泉谷氏の記事を読んでいただければわかると思うのですが、私が記事を読んで考えたことを以下にまとめてみたいと思います。

泉谷氏によれば、うつ病というのは、「頭」が「心」や「身」に対して行う要求に、「心」や「身」がストライキを起こしている状態だそうです。泉谷氏の表現で「頭」というのは、本書の表現では「私」という自我に相当すると思います。また、泉谷氏の説明では、「心」と「身」は連動していて、これは、仏

教の表現では、眼、耳、鼻、舌、身、意の「六識」と呼ばれるものに相当しているように思います。この内の「意識」が「心」に相当します。仏教では、この六識を支配している第7識を「マナ識」と呼びますが、私は、これが自我意識であり「私」だと解釈しています。泉谷氏の場合、これを「頭」と表現されています。脳科学で言えば、「心」に相当する意識は、情緒的なもので記憶をコントロールする扁桃体に相当するのではないかと思います。要は、前章までの「私」を「頭」に置き換えて、泉谷氏の記事を読めば、前章までに述べたことと、泉谷氏の言われていることに多くの共通点が見いだせると思います。

まず、泉谷氏の記事で衝撃的なのが、現在では、8人に1人が「うつ病」か「うつ状態」にあるという報告です。ですから、現代人の多くが、鬱の症状に苦しんでいるということです。そして、泉谷氏の「頭」の説明を引用すると、

「頭」は理性の場であり、コンピュータのような働きをする場所で、情報処理を行ないます。すなわち、記憶・計算・比較・分析・推測・計画・論理思考などの作業をします。シミュレーション機能を持っていて、「過去」の分析や「未来」の予測を行うのは得意ですが、「現在」については苦手で、「今・ここ」を生きることにはできません。（ですから、「過去」の後悔や「未

来」の不安などの感情は、「心」由来ではなく「頭」由来なのだということになります。)

(出典：泉谷閑示 (2009) 「8人に1人が苦しんでいる！「うつ」にまつわる24の誤解 泉谷閑示」『DIAMOND ONLINE』  
<http://diamond.jp/category/s-izumiya> 2017.08 閲覧)

非常に明解ですね。ここで印象的なのが、「今・ここ」を生きることができないというところです。

ところで、親鸞が、法然の肖像画に、法然に書いてもらったという文の中に「彼仏今現在成仏」という言葉があります。彼仏(かのぶつ)、今(いま)、現(げん)に、仏に成って、在(まします)という文なのですが、ここに、「今、現に」という言葉が出てきます。生前、平野修先生が、この「今、現に」という言葉に着目されて講義をされています。泉谷氏が言われているように、「私」に支配されている私たちには、「今・ここ」というものが無いわけです。「身」と「心」は、常に「今・ここ」を生きているのにもかかわらず、「頭」の方は、過去のことを後悔したり、未来への不安を引き寄せて悩んだりしているわけです。

そして、「頭」について、以下のようなことも言われています。

また、「頭」は、must や should の系列の物言いをするのが特徴です。「～すべきだ」「～してはならない」「～にちがいない」といった感じです。

(出典：泉谷閑示 (2009) 「8人に1人が苦しんでいる！「うつ」にまつわる24の誤解 泉谷閑示『DIAMOND ON LINE』  
<http://diamond.jp/category/s-izumiya> 2017.08 閲覧)

これも、なるほどと思われました。そして、泉谷氏は、うつ病は、「頭」の方が、かくあらねばならないという要求を「心」や「身」に投げつけるけれども、「心」や「身」はそうならない現実の中を生きているために、終いには、「頭」の要求に「ノー」を突きつけてストライキを起こす。そのために、身体がだるくなったり、会社に行けなくなったりすると言われていました。これらの泉谷氏の記事は、どれも必見だと思いますので、ぜひ読んでほしいと思います。

私が、前章までに述べた言い方で言うと、うつ病は、まさに「私」に支配された生き方をしているが故に起こる病気だと言えます。そういう意味でも、今は、仏教が必要とされている時代だと言えます。うつ病になりやすい人は、自分はこうあるべきという思いが強い人のように思います。こうあるべきという自我の要求に、現実が追いついていかないわけです。そして、自分

が自我の要求に追いつけないのは周囲の環境に原因があるのではないかと、まず外に原因を求めます。まだ、その間はいいいと思うのですが、外に原因が見つからないと、今度は、自分の身を責めるようになります。そうすると、責められた身の方はたまらないので、ストライキを起こし、朝起きられなくなったり、大学や職場に行けなくなったりするわけです。ですから、日頃まじめな学生が、ぱたっと大学に来なくなったら要注意です。私も、最初のころは、そういう学生の扱いがわからなくて、優秀な学生が卒業できずに退学していったケースもありました。その頃、もう少し知識があればなんとかなったかも知れないと後悔しています。

うつ病の場合、本人が一番何とかしなければと思っているわけです。ですから、最近では、そういう学生に対しては、まずは身体が言うことを聞くまで思い切り休めと言っています。少々休んでも卒業は何とかなるので心配するなど言います。そして、自分を責めるなど。心臓は、夜も寝ずに働いている。多くの命が、君の細胞になって君を生かしている。君ががんばらなくても、すでに君の身は生きるために精一杯がんばっているんだと。身の事実に目を向けさせます。だから、身体が苦しいと言っているのなら休ませてやれと。それで、身体が動くようになったら、できることを一つずつ、少しずつやっっていこうと。

山登りのことを考えるとわかると思うのですが、頂上を見てしまうと、こんな山登れるわけないと思ってしまいます。しかし、目の前の一步だけのことを考えて、途中であきらめてもいいから登れるだけ登ってみようと思えば、いつのまにか頂上が目の前にあったということがあります。鬱状態にあるときは、こんな歩み方が大事だと思っています。目標が高ければ高いほど、目の前の一步が出ないものです。しかし、現実には、「今、ここ」を生きるしかないわけです。うつ病になる学生を見ると、親の要求も往々にして高いわけです。学生の方も、親の期待に応えようとして、「頭」の方が自分に過度な要求を突きつけるわけです。そういう学生こそ **Only one** の自分を見いだすことが必要なのだと思います。東大出身の大企業の社員が自殺したニュースがありましたが、第三者から見れば、頂点まで登り詰めた人がなぜ自殺しなければならなかったのかと思うわけです。しかし、天上界まで登り詰めれば、次は地獄が待っているわけです。折角、皆がうらやむような杖を手に入れたのに、その杖を失うことは死より恐ろしいのだと思います。第三者から見れば、他にいくらでも働ける場所はあっただろうにと思うわけです。しかし、本人からすれば、それは地獄に思えるわけです。



それに対して、うつ病になりにくい学生は、あまり「頭」で生きていないという感じですね。クラブ活動やバイトなど、「頭」より身体そのものを使って生きているという感じです。そういう学生は、会社に入ってもたくましく働いています。結局は、幼い頃から、賢善精進の道を徹底的に教え込まれたエリートほど、うつ病に対しては弱いように思います。ただ、泉谷氏が言われているように、うつ病は、目覚めるチャンスでもあるわけです。浄土真宗で言えば、「南無阿弥陀仏」の声が聞こえるチャンスなのです。上記の「彼仏今現在成仏」というのは、目が覚めてみたら、確かに仏はおられたというわけです。なぜかと言えば、目が覚めたということは、起こした者がいるということです。阿弥陀仏という仏は、人ではありません。阿弥陀仏は目覚める前は法蔵ですから、法の蔵です。法の蔵が阿弥陀仏になって人間の目を覚ましたというわけです。法蔵というのは、釈迦以来の沢山の仏が、見つけられた法則の蔵です。その法則が、阿弥陀仏となって私の目を覚ましたというややこしい言い方をするわけです。

法然も、念仏によって目が覚めるわけです。「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」と念仏を称えることで、目が覚めて、確かに「私」から解放されるということが起こった。確かに「阿弥陀仏」はおられたというのが、「彼仏今現在成仏」という言葉だと思

ます。そして、念仏によって目が覚めるという教えは、法然から親鸞へ伝承されていきます。そして、その親鸞の教えを今日まで沢山の方々が伝承してきたわけです。私の場合も、祖父から父へ、父から私へとその教えが伝えられてきたわけです。私は、念仏なんかで救われるはずはないと反発していましたが、確かにその教えは本当だったとなったわけです。

泉谷氏も、最後の章には、「他力」ということを書かれているので、浄土真宗にご縁がある方かも知れません。他力というのは、「私」からの支配を「自力」では破れないということを行っています。「私」というのは、私に指令を送っているコンピュータですから、「私」を覗こうとしても、その覗いているのが「私」でもあるわけです。自分の目を鏡なしに見ることができないのと一緒です。仏教では、マナ識よりさらに深いところに「アラヤ識」というものがあるとされています。人間存在の根本にある識とされています。私は、神の意思、生命の意思とも呼べるものではないかと思います。南無阿弥陀仏の声は、そこに届き、マナ識の自我を自覚させるという話を聞いたことがあります。いずれにしても、「私」が「正体不明」「行先不明」のものだと見破ることは自力はできないわけです。たとえ、知識としてわかったとしても、身がうなづかないわけです。私たちが最も頼りにしているものが「正体不明」だと言われてもピ

ンときませんし、「行先不明」だとは思えないわけです。自分のことは自分でコントロールできると信じ込んでいるわけです。そして、うつ病になってはじめて、「あれ？」と思うわけです。「何で自分の思うとおりにならないのか？」と。「心」と「身」にストライキを起こされて、はじめて「私」に向き合うチャンスが訪れるわけです。そこに、仏教の教えが入り込む余地ができるわけです。

私が「南無阿弥陀仏」と念仏しても、その声は、阿弥陀仏の声なのです。阿弥陀仏の声として聞こえてくると言ってもよいかも知れません。「目覚めよ」という呼びかけなのです。「阿弥陀仏に依りなさい」と呼びかけているわけです。それは、私の身体をつかさどる「いのち」そのものからの声と言ってもよいかも知れません。そして、その声によって目が覚めたというのが「信心」です。それは、「正体不明」「行先不明」の「私」に得心がいったということです。自分は、こんなものに支配されていたのかということです。そこに何が起きるかと言うと、自分を責めることから解放されるわけです。こうあるべきという思いから自由になれるわけです。何か足さなくても、自分は今、こうして生きているし、生きることが許されているということに立ち返れるわけです。

学生諸君は、この辺のところは、なかなか理解に苦しむと思います。浄土真宗は、教えは単純明快で、「念仏を称えることで救われる」ということなのですが、その念仏というのは何なのかがわかるのに時間がかかるわけです。また、知識では理解できても、実際に目が覚めてみないと、親鸞の言われていることもなかなかわからないと思います。しかし、もし、何かの縁で、うつ病という病気になったら、その病気から抜け出す道として、仏教という教えがあるということを憶えておいてほしいと思います。仏教は2000年以上の歴史をとおして、人間の苦悩を見てきていますので、心の病に関しては、大きなヒントを与えてくれると思います。

## <落合>

この章では、うつ病について仏教の視点からとらえていきたいと思います。今までお話ししてきたように、私は、高校から大学にかけてうつ病に苦しんできました。原因は、藤井さんが書いているように、私は、子供の頃から、よい成績をとり、競争で勝つという価値観以外知らなかったためです。自分の「頭」の思いと「心」と「身」はいつも分裂していました。「遊びたいけど勉強しなくては」、「もう眠いけど宿題をしなくては」、自分の「頭」の思いと「心」と「身」は常に葛藤していました。

皆さんは当然ではないかと思うでしょうが、日本の歴史の中でこうした生活を大半の人が強いられるようになったのは第二次世界大戦後からではないかと推測できます。

藤井さんや私の生まれたのは1960年ですから、日本は第二次世界大戦後の荒廃からやっと回復し、高度経済成長時代のただ中でした。努力して勉強し、よい学校に入り、よい会社に入って、恋愛・結婚でマイホームをつくるという「近代家族（核家族）」がテレビなどで宣伝され、「サラリーマン」生活が手本になったのはこの時期です。藤井さんの家族は、自営業を中心にした比較的一族の繋がりが強い大家族だったと思われませんが、私の家族は大学出のサラリーマンの父とやはり大学を出て教師をし、結婚後、専業主婦になった母、そこから生まれた兄弟二人の典型的な近代家族で、祖父が教員をしていた関係で一族も高学歴の人が多く、今から見ると明治以降の立身出世主義（メリトクラシー）を基本的な価値観として暮らしてきた一族でした。皆さんは、そんなものどこにでもある家族、一族ではないかと思うかも知れませんが、実は、こうした高学歴で近代的な立身出世主義を基本的な価値観として持つ家族が生まれたのは、やはり明治以降のことです。前回、お話ししたメリトクラシーの価値観が19世紀後半の日本社会に普及するにつれて、日本では近代的学校制度が整備され、学歴による選抜に基

づく人材登用が拡大して行きました。また、さまざまな西洋の価値観も日本に入り込み、試験で人を選ぶ、勉強のできる人が高い地位につく、成績が優秀な人が優れた人材だという考え方も広がって行きました。同時に、今の私たちが当然だと思っている男女間の自由恋愛による結婚、夫婦と子供という近代家族という新しい考え方も、明治、大正期の雑誌で、学歴社会に適応した知識人が最新の思想として受け入れたものです。日本人は西洋の最新思想として社会進化論を受け入れ、それを元に社会をつくり替えてしまった、実はそれが日本の近代です。メディアでは近代化の明るい部分だけが強調されていますが、光があれば、影がある、中間者である人間は存在の特性として光だけを浴びることはできません。かならず影や闇が足元に広がっています。

日本の歴史の中で、文献に「鬱」的症状が見られるのは、律令制度による貴族社会で立身出世が決まっていた奈良・平安時代と、藩という上下関係による官僚組織で社会が支配されていた江戸時代、そして、ヨーロッパの社会進化論を受け入れ、日本的メリトクラシーである学歴による立身出世主義が広がり始めた近代以降です。社会が細かく分裂していた中世から戦国時代には、慢性的な争乱状態でそれどころではなかったということもあるかもしれませんが、地位を持て余していた高い身分

の人を除けば鬱的症状は見られないようです。これに対して、奈良・平安時代の「憑き物がついた」「生き霊のたたり」などは、うつ病などの精神疾患を意味していたと考えられていますし、江戸時代の「気鬱」などの言い方は、鬱的症状と考えられます。

ヨーロッパでは、医学の父となる古代ギリシアのヒポクラテスがメランコリアという現代のうつ病（メランコリー）の語原となる用語を使っていて、うつ病がすでに古代からあったことが知られています。ローマ帝国時代の貴族階級にも似た症状が出ています。その後中世になると、これは「悪魔」の仕業とされ、「魔女」なども実は精神疾患のことではないかと考えられています。しかし、うつ病がよく顕れるようになったのは近代以降で、王侯貴族の間には似た症状があり、それを癒すための方法として音楽が発展したと見ることもできます。日本ではベートーベンの音楽として知られているロマン主義運動の重要なテーマは、人間の精神の変動でした。それ以降も19世紀になると文学の中に精神の異常がさまざまな物語の形で表現されるようになっていきます。推理小説家として知られているアメリカの作家エドガー・アラン・ポーの作品は、うつ病になってからの私の愛読書のひとつでしたが、憂鬱、怪異、伝奇の形で近代的精神の限界をさまざまな形で示し、その憂鬱さが私の精神

の波長と共鳴していました。近代以前は王族貴族など支配階級の人たちによく見られる現象ですが、理由は藤井さんが説明してくれたように、社会階層の高い人々は常にその地位が脅かされる競争状態にあって、いつも未来を心配しなくてはならず、また戦争や競争に敗れたときは、その結果に苦しみ、耐えざる緊張にさらされていたためと思われます。現代の私たちが受験や仕事での競争にさらされているように、近代以前も同様の競争的環境があったと言えます。

近代以降、メリトクラシーの価値観が広がるにつれて、うつ病は一般市民にも拡大していきました。日本の明治以降の近代文学を見ると、志賀直哉の『大津順吉』、芥川龍之介『歯車』、佐藤春夫『田園の憂鬱』など、ノイローゼや鬱状態を扱った作品が数多くあります。夏目漱石の『それから』以降の作品にも、未来への不安や緊張で精神のバランスを崩した知識人の主人公や人物がよく出ています。漱石の『こころ』の主人公は、三角関係で親友を自殺に追い込んでしまったという自責の念と、その精神的葛藤を誰にも相談できない孤立に耐えきれなくなって自殺します。昭和期の太宰治など、精神の葛藤をもてあまし、自分自身も生活破綻状態に陥っていた作家も少なくありません。私が 高校時代に、文庫をすべて集めて読んでいた坂口安吾も、憂鬱と不安に揺れ動く青年期の精神を恋愛と絡めて描



き出しています。このような近代の作家の多くは、いずれも最高学歴の文科系で、金銭の不安はなくても、作品の評価を常に気にし、文壇での地位を得たいという欲求にかられ、また、会社などに勤める選択をしなかったことで、家族、一族との間で起こる社会的価値観との葛藤に悩んだ人たちであると言えます。知識人階級として、メリトクラシーを実践すればするほど、より厳しい状態に追い込まれ、作家の多くが自殺したり、自滅的な生活に陥ったのは、社会進化論を正しい思想として受け入れた近代日本の病を象徴する出来事と言えるかもしれません。

現代の日本社会は、近代までは厳しい社会的緊張を経験していた支配階級や知識人層に限られていた鬱状態が、メリトクラシーを体現する核家族化により、ほぼすべての人に起こるようになってきたと言えます。

高学歴の両親を持つ核家族というメリトクラシーの環境で生まれた私は、高校時代にうつ病になり、大学時代、卒業後勤めた教員時代、その後の大学院時代の30代初めまで、精神的なアンバランスに常に悩まされてきました。1970年代の後半、自分で異常に気がついたのは高校1年生の2学期からです。その頃は、父母が出勤し、弟が中学に行った後、私が最後に家の鍵を閉めて高校に歩いて通学していました。自分でも理由はよ

くわからないのですが、鍵を閉めていない気がして急に不安になり、家に戻らずにはいられなくなりました。今では似た症状の人がたくさんいるので心理学や精神医学では「強迫性障害」と呼んでいます。一過性で起こる場合もありますが、続く場合は鬱状態の初期症状のひとつと言えるでしょう。こうした行動が続くと、コンロを消していない、クーラーのスイッチを消していないなど、次々に心配の材料が出てきて日常生活が送れなくなります。確認することが逆に不安を強化することになるので、大事なのは心配ない、必要ないと思って、こうした脅迫的行動を反復しないことです。今では認知行動療法のエクスポージャー法など、不安の材料に身をさらすことで回復できるようになっています。同時に、私は夜、寝られなくなり、朝まで起きていて仕方なく学校へ行くという状態になりました。睡眠障害ですが、今ではかなり原因や症状の研究が進んできたので、もし眠りの状態が不安定（寝付きが悪く、30分以上、起きている、途中で目が覚めて、なかなか寝付けない、朝早く目が覚めてしまう、ぐっすり眠った気がしないなど）だと思ったら、早目に専門医に相談するとよいでしょう。

そして、私の場合は、風邪を引いたように発熱感を始終感じるようになりました。体温計で測っても平熱なのですが、身体が風邪を引いたようにだるく、ますます学校の授業を受けるのが

つらくなりました。これは自律神経失調で、睡眠障害などとも関係があります。こんな状態では、スピードが速く、量の多い進学校の授業にはまともについていけず、非常に不安で憂鬱な気分が強まってきましたが、相談できる友人や先生もなく「自分に甘えるな、努力しろ」「成績を上げるために無心で勉強しろ」など、そんな言葉や暗黙の前提に囲まれて生きていました。ですから、そうできない自分を責め、結果が出せない焦りや苛立ちにいつも苦しむことになりました。1ヶ月ぐらいして、どうにもならないと思い、内科の先生を訪ねて「風邪ではないか」と診察を受けました。異常はないので、先生は問診で今の私の状況を確認し、ご家族に話があると母に連絡して「自律神経失調」の症状なのでと精神科の医師を紹介してくれました。今から思うと、最悪の結果にはならなかったのは当時はまだ一般的ではなかった心療内科的知識も持っていた内科医の先生のお陰だと思います。精神科の先生も過度の薬物療法はせず、最低限の睡眠導入剤と抗鬱剤を処方してくれて、2週間に1回、しばらく通って、さまざまな症状は治まりましたが、今度は気分が非常に重く、何もしたくなくなり、1年生の後半の授業は放棄状態になりました。薬で解決できるのは急性の症状を緩和することまでです。

うつ病になるのは運動していない、頭だけを使っているからなどとよく言われることもありますが、当時の私は1年生の最初から毎日10キロ近くランニングをする山岳部に入って練習を続けていました。秋以降は、10キロを自分を叱咤して走り続ける気力がなくなったので、時々休むようになりましたが、完全に生活が崩れなかったのは、こうした最低限できることはして、クラブの同級生と話したりしていたためかも知れません。とはいえ、もう進学校のレールからは完全に外れたので、学校も時々休むようになり、同級生からは「駄目なやつ」「弱い奴」と言われ、担任からも「優等生の息切れ、どうしようもないやつ」と突き放されて、私は高校が心の底から嫌になりました。その後の経過は第1章に書いたとおりです。高校で唯一よかったのは、教科書以外の漱石などの文学、世界史、哲学、教養などの読みたいと思った本をとにかく読んだことです。

鬱状態と思ったら「頭」の「せねばならない」を離れ、「こころ」と「身」の「したい」を大切にすることがひとつの対処法だと言えます。同時に、周囲の社会との関係を最低限でも続けていくことです。すべてを断ってしまうと引きこもりなどで回復後の社会復帰が難しくなります。また、鬱状態は強いストレスなどの条件があれば反復します。私の場合、大学で仏教にであって、仏教のお話を聞くようになってからも、1980年代後半、

卒業後勤めた高等学校は、今では当たり前になっている教育困難校で、さまざまな非行や、生徒間、生徒対教師間での暴力事件が日常茶飯で、私は大きな壁にぶつかり、再び鬱状態になりました。自分の育った環境とあまりにも違いすぎて、自分では精一杯努力はしましたが、何も理解できなかったのです。5年ほど勤めて体調を崩し、休職したあと、理解できないという事態を何とかしたいと思って、修士課程に入り直し、そこで現在の妻である台湾の留学生と同じ研究室になって、その後日本を離れて台湾で仕事をするきっかけが生まれました。しかし、研究でも大きな壁にぶつかって、何をすれば良いかわからず、やはり鬱状態に陥りました。高校生の時から始まった脅迫性障害、睡眠障害、自立神経失調は、50代後半になった今でも強いストレスがかかると再現することがあり、抑鬱症状も起こります。さまざまな節目で挫折に会うことがありますが、そうしたときにバランスを回復させてくれるのは、仏教が教えてくれた人や世界との根源的繋がりへの信頼です。No.1 でなければならぬメリトクラシー社会の視点で見れば、私の状態は競争に負けた弱い奴なのかもしれませんが、大学時代のよきであいで同じ寮の同級生やお話を聞く先輩たちが示してくれた、世間の競争や闘争を超える道があるという **Only one** の逆転の視点は、答えがひとつしかない縦に延びるランキングの序列ではなく、横に無限

に広がる多様な選択肢と、いずれもが正解になりえるという安心を提示してくれました。仏教は、人の社会的評価にかかわらず、どんな状態であっても、すでに広く深い繋がりとして、その人に届けられているのです。

今、多くの人が私と同じ状況に自分を追い込んで、そのままでは永遠に解決できない泥沼であがいている状態だと思います。厚生労働省の精神疾患統計を見ると 1996 年にはうつ病などの気分・感情障害（双極性障害を含む）と不安障害などの神経症性障害、ストレス関連障害及び身体表現性障害で治療を受けた人は約 50 万人でしたが、2011 年には約 160 万人になり、15 年で3倍以上に増えています。バブル経済崩壊後の非常に厳しい社会経済状態の中で、戦後に強化されたメリトクラシーの価値観と生活スタイルを実現しようとして競争に身をさらし、その結果、解決しがたい「中間者」の状態に陥ってしまった人たちがこれだけ増えたということになります。私のうつ病は、まだ回復のチャンスがあるだけ恵まれていたかもしれません。その次にやってくるのはアルコール依存症や薬物依存症、そして過労死、労働災害死、自殺などだからです。奥さんや家族に暴力を振るう DV の激増も社会的に発散できないストレスを家族にぶつけている結果です。職場、学校などでのいじめ、ハラスメントの激化も同じ原因です。予備軍として睡眠障害で悩んで

いる人も多いでしょう。前章で述べたように、仏教にであわなければ、今の日本には「No.1」以外の価値観を教えてくれる人やメディアはほとんどありません。メディアの多くは、こうした慢性的ストレス状態に陥っているにもかかわらず、ドラマ、ニュース、ヴァリエティーなどで「頑張れ、頑張れ」「努力しろ、努力しろ」と叫び続けています。

うつ病はメリトクラシーに適応した人ほど罹りやすく、また学歴社会の価値観で動いてきた人ほどそれが行き詰まったときに陥りやすい状態ですが、その基礎にはメリトクラシー以外の考え方を知らず、広く深い人や世界との関係を持ってない状況があります。しかし、うつ病になることは自分が「夢を見ている」

「洞窟に居る」状態に対する気づきの大切なきっかけになります。実は、うつ病に伴う、気分がどうしようもなく落ち込んでしまう、日常の生活や人間関係が維持できなくなる、時間や勉強、仕事のスケジュール管理ができなくなる、睡眠のリズムが崩れてしまう、社会的ストレスを避けて引きこもってしまうのは、実は「考える」「迷う」のはじめの一步です。それは、「頭」と、「心」と「身」の自分という全体的存在のバランスが崩れてしまったこと、つまり No.1 しかない世界にこれ以上とどまってはいけないという、自分の生命全体からの呼びかけです。それは、「私」と自分自身との関係を回復することでもあり、

同時に、広く深いもともとある関係の世界からの呼びかけに気づいていくことです。

私の場合は、仏教の寮で、No.1 をめざすしかない人間の発想とは異なる価値観を友人から教えられたことが立ち上がるきっかけになり、仏教とであうきっかけになりました。同じ状況で苦しむ多くの人も、やはり最初は話しやすい人、読みやすい本や物語に接し、自分を受け止めてくれる友との関係を回復することが立ち上がるチャンスになるでしょう。うつ病という挫折は、必ず次の一步に繋がっています。薬で症状が落ち着いたら、次は関係の回復を試みてみてください。うつ病は、近代のメリトクラシーを超えて本当の宗教にであって欲しいという日本の文化的宗教的風土が私たちに告げている呼び声とも言えます。

次章では、さらに、現代の問題について仏教の視点から一緒に考えていきましょう。



## 第9章 「いじめ問題」—その本質とは？

いじめやハラスメント問題には、人間の自我構造が深く関係しているように思います。そこで、本章では、仏教の観点から、いじめやハラスメント問題の本質について考えてみたいと思います。

### <藤井>

前章までで見てきたように、「私」というものは、「私」を支える杖を集めようとする性質を持っています。また、同時に、「私」を支える杖を脅かすものがあると、それを排除しようとする性質も持っているわけです。また、「私」が集めた杖は、前章で述べたように、常に比較にさらされるわけです。例えば、東京大学というラベルは、日本では通用しますが、MITなどに留学すれば、その価値は下がります。それと同じように、ある集団の中では、自分の持っている杖が誇れても、違う集団では劣るものになってしまうことがあります。私なども、自分の大学の中では、研究業績などもそこそこあって大きい顔をしておられますが、学会の委員会なんかに出るともっとすごい人が沢山いて、身が縮こまるわけです。要するに、「私」が集めた杖は、

常に相対的なものであって、それが周囲に比較して力を持つものであれば安心していられるのですが、周囲にもっと力を持つものが現れると、とたんに不安になるわけです。ですから、私たちは、「私」を支える杖が揺らぐような場所には、あまり近づきたくないわけです。

私も、最近では、国際会議にはほとんど出ていません。一番は、英会話に対して劣等感があるからです。私は田舎に育ったため、小さい頃からほとんど生の英語を聞いたことがありませんでした。それで、いかに努力しても、英語の発音で聞き取れない音があるわけです。アメリカに在外研究員として1年間滞在しましたが、英会話は、ほとんど上達しませんでした。そうすると、「大学教授」という杖があるにもかかわらず、英語で話しかけられると、とたんにその杖が揺らぐわけです。普通の海外旅行では「大学教授」という肩書きがないので、英会話ができなくても問題ないわけです。それが、「大学教授」という肩書きがあると、とたんに周囲の目が気になるわけです。そうすると、そういう杖が傷つきそうな場は避けるようになります。

ですから、できるだけどんな場所に出ても揺らがない杖がほしいわけです。「教授」の肩書というのは、大学教員にとってはかなり太い杖ですが、それも比較の中の話なので、「准教授」

や「講師」に対しては頑丈な杖になるのですが、「学部長」とか「学長」を前にすると、杖がぐらつくのであまり近づきたくありません。そうすると、自分の杖が揺らぐようなところに近づかなければ良いわけですが、周囲を囲われて、そういう人といつも顔を合わせないといけないとなるとたまりませんよね。私は、いじめ問題の本質は、そこにあるように思います。

いじめ問題については、内藤朝雄著『いじめ加害者を厳罰にせよ』という本が非常に参考になったのですが、小、中、高の学校では、クラスというものがあります。そのクラスは、ある意味囲われているわけです。その中に、「私」の杖を常に脅かす存在があるとすれば、それがたまらないわけです。ですから、いじめられる人というのは、周囲に媚びない正義感の強い人である場合が多いように思います。そういう存在が、別のリーダー的存在の杖を脅かすわけです。そうすると、そういう存在を排除したり、貶めたりするような行為が本能的に生じます。例えば、自分が美人であるというのも、周囲にそういう人がいないから言えるのです。そこに自分よりも美人で聡明な人が現れると、とたんに自分が美人だという杖が揺らぐわけです。頭が良いというのも同じです。今まで、「頭がいいね、すごいね」と言われていた人が、周囲に自分よりももっと頭のいい人が現れると、とたんに自分の頭がいいという杖が揺らぐわけです。

ですから、自分の周囲には、自分の杖が揺らがないものを置いて、自分の杖を揺るがすような存在は排除したいわけです。これはある意味本能的なものかも知れません。猿の世界にも、ボス猿というのがいますが、ボス猿の地位を脅かすようなものは戦って排除するわけです。そうやっていじめというものは起きるように思います。

大人のパワハラなども、いたって構造は似ているように思います。パワハラのは被害者は、その存在自体が加害者の杖を揺るがすわけです。加害者が杖として大事にしているものを揺さぶるわけです。被害者の方は、それに気づかないわけです。大学などでも、非常に優秀な人間が入ってくると、自分が杖としている研究業績が揺らぐわけです。たとえば、准教授が教授より研究業績が上で、しかも、准教授が教授を批判すると、教授の方は、権力を使って准教授を抑え込もうとします。研究分野が違えば簡単に比較できないので大丈夫なのですが、研究分野が近いと、とたんにそういうパワハラ問題が生じます。要するに、互いに避けられない閉鎖空間に、自分の杖を脅かす人間がいると、本能的にそれを排除するような行動を起こしてしまうわけです。

ですから、いじめやパワハラが起きたら、早急に被害者と加害者を分離することが重要だと思います。その対応が遅れると、被害者が精神的に追い込まれて自殺したり、うつ病を発症したりします。また、加害者の方も、本能的にそういう行動を起こしているのです。加害者の意識が無いわけです。むしろ、自分の方が被害者だと思っている場合が多いように思います。要するに、いじめられる側が、生意気に見えたり、傲慢に見えるわけです。被害者の方も、自分の存在自体が、加害者の杖を脅かしていることに気づかないわけです。そして、周囲は、加害者の杖を脅かせば、今度は自分が被害にあうこと恐れて傍観者を決め込むわけです。

このようないじめやパワハラ問題も、結局は、私たちが、「私」という自我意識に支配されているところに、その根本的な問題があるように思います。そもそも、どんな強力な杖で「私」を支えようとしても、「私」は本質的に揺らぐようになっているわけです。「私」の本質は、「正体不明」「行先不明」なので、すから、そういう実体の無いものを支える杖など本当は存在しないのです。プライドが傷ついたと言いますが、そのプライドとは何かと問われたらわからないわけです。「俺はそういう人間ではない」と言いますが、ではどういう人間なのかと問われたら、結局、海馬に記憶された言葉を掘り起こすことくらいし

かできないわけです。「俺は絶対そういうことはしない」と言いますが、それは、脳の海馬の中に、そういうことをしたという記憶がないだけであって、状況次第でどんな自分が出てくるかわからないわけです。たとえば、海馬の中に、感情的に非常に傷ついた言葉が記憶されていると、その言葉に反応して、とっさに人を殺してしまうことだって起こりえるわけです。それだけ、「私」というものは危ういものだと思います。人間は言葉で傷つく動物ですから、人の評価がいつも気になるわけです。「善」なる人、「賢」なる人と言われていた内はいいのですが、それを揺るがすようなものが出てくると、とたんに自分への言い訳がはじまるわけです。そうやって、海馬の方の記憶を塗り替えてでも、自分は善い人でありたいわけです。

親鸞は、このような自我のありさまを、「曠劫（こうごう）より已来（このかた）、常に没（もつ）し常に流転（るてん）して、出離（しゅつり）の縁あることなし」と言っています。私たちは、落ち込んだり、浮かんだりしているように思いますが、実態は、常に没しているわけです。そして、縁しだいでどんな思い（意識）が起こってくるか想像もつかないわけです。それを「流転」と言います。安定も安心も無いわけです。そういう「私」というものを頼りに生きていくということです。しかし、それがわかったということは、目が覚めているわけです。浄土

真宗では、「機の深信（じんしん）」と言います。目が覚めてみたら、こんな頼りのないものを頼りにしていたということがわかるわけです。そして、それは同時に、本当に頼れるものが見つかったということでもあります。これを「法の深信」と言います。それが「浄土」と呼ばれるものです。ですから、浄土がなければ 私たちが目覚めるということはありません。私たちは、「私」がすべてだと思っていますから、「私」以外に場が与えられなければ、「私」を離れることなどできないわけです。そして、そういう自我の迷妄性に目覚めることで、一瞬「私」を支えようとする執着から離れることができます。そこに、はじめて自分が加害者であることがわかるわけです。また、いじめの被害者の方も、加害者の痛みがわかるわけです。そこに、「人間関係の修復」が起こります。それが、「浄土」ということで表されているように思います。

ドフトエフスキーの『罪と罰』という小説があります。読んでいない人のために、あらすじを引用しておきます。

主人公の頭脳明晰ではあるが貧しい元大学生ラスコーリニコフが、「一つの微細な罪悪は百の善行に償われる」「選ばれた非凡人は、新たな世の中の成長のためなら、社会道徳を踏み外す権利を持つ」という独自の犯罪理論をもとに、金貸しの強欲

狡猾な老婆を殺害し、奪った金で世の中のために善行をしようと企てるわけです。

(出典：日本語版 Wikipedia 「罪と罰」 2017.08 閲覧)

主人公のラスコーリニコフは、ナポレオンは、正義の名のもとに多くの人間を殺したのに罪に問われない、だから皆を困らせていた老婆一人を殺したところで、自分に罪があるはずがないと自分に言い聞かせるわけです。しかし、一人の刑事に追い詰められ、結局は、自首することになります。法を犯したわけだから罰は受けると、しかし、どうしても自分に罪があるとは思えないわけです。ナポレオンは、あれだけの人を殺していながら英雄なのです。自分も、許されるはずだと。

この小説の示すように、「私」というものは、罪を認めることができないわけです。罪を認めれば、「私」が崩れ去るように思うわけです。ですから、それを恐れて自殺する人もいます。これまで、必死になって集めた杖が崩れ去ることが耐えられないわけです。ラスコーリニコフも、自分が老婆から奪った金で善行を行えば、罪はないのだと、そういう言葉で「私」を支えようとするわけです。しかし、最後は、自分の罪を認めます。それをさせたのは、恋人のソーニャの献身的な愛情です。「私」が崩れ去っても、立っておれる場所を見つけたのです。私は、



それは浄土と共通しているものがあるように思います。また、ソニーの愛情は、神の愛に通じているように思います。

したがって、浄土というのは、死後の世界を言っているわけではないわけです。念仏によって目が覚めた時に、自分を支配している自我に目覚め、その自我から解放されることで、自分の現実を受けとめることができる。そういう場を浄土と言っているのだと思います。ですから、いじめ問題を真に解決しようとするならば、そこには、私を支配している「私」からの解放しかないわけです。そして、「私」の支配から解放されるには、「私」を支えている本当の大地が必要なわけです。それは、人間そのものを生かし続けている生命（いのち）と呼べるようなものではないかと思います。キリスト教では、それを神（創造主）と呼ぶのだと思います。仏教では、それを浄土と呼んでいるように思います。

私は、いじめ問題を無くすことは難しいと思っています。方策があるとすれば、内藤朝雄氏の著書にあるように、できるだけ閉鎖的な空間を作らないということでしょうか。大学では、クラスというような閉鎖空間が無いのでいじめは起きにくいと言われていました。小中高も、単位制にしてクラスを作らなければいじめは防げるのかも知れません。しかし、社会に出れば、

同じ職場、同じ部署という閉鎖空間が待ち構えていますから、結局は、同じ問題が起きます。また、夫婦や家庭を持つと、その中でも家庭内暴力というような問題が起きます。これも本質的には、いじめ問題と同質ではないかと思います。家庭というのは、究極的な閉鎖空間ですから、そこで人間関係がこじれると、互いに距離を置くしかなくなります。そうやって、「私」の杖が傷つかないように社会を変えていくと、大家族は核家族になり、シングルマザーやシングルファーザーが増え、一生独身という人が増えるわけです。また、会社組織というような閉鎖空間を嫌って、ニートやフリーターが溢れるわけです。「私」を守ろうとすれば、結局、そういう生き方になります。

したがって、いじめ問題やパワハラ問題を本質的に解決しようとするれば、やはり宗教が大事だと思います。日本では、無宗教という人が増えていますが、無宗教というのは、「私」の支配にもとづいて生きるということですから、非常に危ういわけです。「私」を支える杖を集め、「私」を安定させようとするわけですが、その杖が危うくなると、人を避けるようになります。ゲームの世界に入り込んでいる時は、「私」が傷つかないわけです。アルバイトやフリーターなら、「私」が傷つく前にやめられるので安心なわけです。結婚もめんどくさいわけです。子供はほしいけど、結婚は嫌なわけです。シングルマザーやシン

ゴルフアザーで子育ての方が気が楽なわけです。そうやって、どんどん人間関係が希薄になっていく。これが現代社会の本質的な病いなのではないのでしょうか。

次章では、そういう人間関係を回復する道について考えてみたいと思います。

## <落合>

この章では、いじめやハラスメントの問題について、仏教的観点から考えてみましょう。いじめやハラスメントは、実は、人間の歴史が始まって以来ずっと続いてきた問題で、しかも世界の各国各民族共通の問題です。日本の歴史上で見れば、文献上、熾烈な権力闘争が始まった飛鳥時代から敵対勢力へのさまざまな嫌がらせが見られ、蘇我氏と物部氏のように最終的には内戦状態に陥っています。個人的側面からいじめがよくわかるのは平安時代の文学で、たとえば『源氏物語』『枕草紙』などを読むと、天皇とその後宮や貴族の間のさまざまな嫌がらせやいじめのエピソードが溢れています。武士の勢力争いが続いて慢性的内戦状態だった鎌倉、室町時代はもちろん、江戸時代においても、文字通りいじめ、嫌がらせは存在し、森鷗外の『阿部一族』など、時代小説、歴史小説は、実はいじめ、いやがらせをめぐる人間的葛藤の物語とも言えます。明治以降の近代化の

中でも、『女工哀史』やプロレタリア文学の『蟹工船』などには、下位者を、社会的・組織的に、暴力や脅迫で拘束しているハラスメント状況が非常にリアルに描かれています。最も典型的だったのは軍隊で、現代もその名残りが学校、クラブ、職場に見られますが、指導・教育・訓練と称して暴言、暴力、身体的苦痛を与える行為や暴行が公然と行なわれていました。

今でも事件として表面化することがある、スポーツ系クラブで監督やコーチが「根性をたたき直す」などという名目で、ビンタをはったり、殴ったり、ひどい場合には性的暴行を加えるケースも、明治以後の日本の組織的伝統が残ってしまっていると言えます。私も小学校2年生のとき、授業中、集中していないと言って激怒した担任にいきなり平手打ちされたことを今でも思い出します。もっとひどいことをしていたクラスメートが他にもたくさんいる中でなぜ私だけを殴ったのか、今でもまったく理解できません。皆さんの中にも学校での教師やクラスメートからのいじめやハラスメント、あるいは暴力で、トラウマを抱えている人は非常に多いでしょう。しかし、日本では、長い間、こうしたいじめやハラスメントは基本的に個人対個人、家族内や小グループでのプライベートな問題に過ぎず、社会的に大きな影響はないと矮小化してとらえてきました。いじめ、いびり、嫌がらせと言えば、皆さんの頭に浮かぶのは、学校や

クラスでのいじめなどでしょう。しかし、いじめやハラスメントは、最終的には内戦、戦争に繋がるような人間の存在が抱える非常に深刻な問題であり、小・中・高等学校に限るものではなく、生まれてから死ぬまで人間が社会的存在として生きている限り、一生続く問題です。

日本でいじめやハラスメントの問題がプライベートな問題ではなく、社会的問題と認識されるようになったのは1985年に男女雇用機会均等法ができてからでしょう。その後、バブル経済崩壊で、組織や企業の生産性を上げる必要に迫られるにつれて、社会的に広く存在する男女間のジェンダー的偏見が、組織企業の活動を阻害する大きな要因として認識されるようになり、1997年の改正男女雇用機会均等法で初めてセクシャル・ハラスメント(当時は主に男性社員が女性社員に加える性に関する言語的侮辱、身体的接触、性的関係強要などの行為や性別による職務上の差別など)という用語が使われるようになりました。こうした動きを、今でも特殊な人が主張していると否定する政治家、企業人、メディア関係者も多数いますが、新しい用語が生まれたおかげで人間社会が元々抱えてきた対人関係でのさまざまな摩擦、衝突の存在が明るみに出てきたのは、非常に重要なことだと思います。

仏教では、「四苦八苦」のうちの憎んでいる相手に会わなくてはならない苦痛「怨憎会苦」として取り上げられます。なぜ苦痛を感じるのかについては藤井さんが心理的・生理的メカニズムを説明してくれましたが、大事な点は、いじめやハラスメントは、自分で気づくか、周囲から止められるか、あるいは破滅的狀態に至ることなしに、加害者の本人、グループ、家族、企業、民族などにはまったく罪悪感がなく、むしろ自分の行為を極端に正当化していくということです。その根源には人間存在の持つ「我執」があります。仏教のひとつの学派に瑜伽行唯識学派がありますが、そこでは人間の意識を八識と捉えていました。五感にあたる「眼識、耳識、鼻識、舌識、身識」（西洋哲学では知覚、感覚）とそれを統括する「意識」（西洋哲学では悟性）、そしてそれら全体を総合している自己意識としての「末那識」（西洋哲学では理性）、さらに、その底にすべての存在に共有される「阿頼耶識」（近い概念としてフロイトやユングの心理学での無意識）ですが、人間存在の固有性として「我執」が迷いの根源だととらえていました。

我執には、人に生れつきそなわっている「俱生」（くしょう）と、後天的に教えこまれたり、考え出したりする「分別」によるものとの2種がある。唯識では、8種の認識作用（8識）を

想定しており、俱生は第 7 の末那識（まなしき、manas）に、分別は第 6 の意識(mano-vijñāna)に属するとしている。

（出典：日本語版 Wikipedia 「我執」 2017.08 閲覧）

各民族にはそれぞれ異なる歴史的・文化的背景とその中で受けてきた教育と方法があり、その中で後天的に意識に植え込まれ、またそれによって各民族に属する個人が持つようになった自己意識があり、それが「分別による我執」と呼ばれています。しばしば民族対立で歴史教育が相互の攻撃的になるのはこのためですし、各民族で男女の役割や男女関係の持ち方が大きく異なっているのもこのためです。しかし、その根底には「末那識」という自我意識があり、今までも述べてきた「夢を見ている」「洞窟の中にいる」状態を生み出しているのは、この「末那識」が第 1 識から第 6 識までを支配して、自分と周囲の人や物との関係を分断したり歪曲したりしてしまうのです。周囲の人や世界が変わっているのではなく、自分の自我意識がそのように自分の状況に応じて色を付けて見させているのです。唯識学にはさまざまな議論があり、単純化しすぎているかもしれませんが、西洋哲学の概念と関係させると自我とは何か非常によくわかると思います。「俱生」は生まれつきそうなっているので、人類共通の存在の在り方です。キリスト教は「原罪」と呼

んでいます。いじめや嫌がらせが人類にとって大きな社会的問題を引き起こす、非常に深刻な課題であるのはそのためです。

ハラスメントは個人対個人、個人対集団だけでなく集団対集団、民族対民族、人種対人種の関係として歴史的・文化的・社会的な差別、偏見を生み出し、具体的な嫌がらせとしてずっと人類の歴史を脅かしてきました。現在、認識されているハラスメントを、レベル的に整理すると以下ようになります。

#### (1) レイシャル・ハラスメント

民族集団対民族集団の葛藤と衝突で、人種差別と言われてきましたが、生活レベル、仕事のレベルで見ても、日常のあらゆる所でいじめ、いらがらせのような行為が生じています。移民で成り立っているアメリカは深刻な社会的対立や暴動の引き金になっています。日本でもグローバル化の進展で外国人居住者が増えるにつれて、外国人やハーフに対しての差別が拡大しています。日本と中国、韓国との摩擦も相互に持っている歴史的記憶による民族感情の葛藤が背景にあると言えますし、アフリカ、アジア、中近東、中南米では、深刻な部族対立となり、内戦状態や支配部族による少数部族の虐殺、女性への集団的レイプ等が頻発しています。

#### (2) レリジャース・ハラスメント



宗教関係者から受ける、精神的、肉体的、または経済的な苦痛を伴ういやがらせです。強制的に宗教団体に入信させられたり、宗教団体から退会しようとするときひどい目にあうと脅迫されたり、宗教団体内部で発生する性的虐待や幼児虐待などがこれにあたります。国際的テロ事件の発生を象徴として、キリスト教徒対イスラム教徒の闘争、その他異なる宗教信者間のテロや襲撃、また同じ宗教内でも宗派の違いによる対立は、過去も現在も大きな内戦や戦争の引き金になっています。

### (3) 社会的組織に一般的に広く見られるハラスメント

日本で話題になり、男女雇用機会均等法やいじめ防止法などで対策が講じられるようになったいじめやハラスメントです。代表的なものから挙げると、何ととっても深刻なのは、「セクシャルハラスメント（セクハラ）」ですね。性的いやがらせと言われ、現在では男女にかかわらないとされていますが、学校や組織内では主に男性から女性に対してのいやがらせがまだ多いでしょう。「対価型セクハラ」は、職場や学校における立場や上下関係を利用して下位者に性的関係を強要するもので、ドラマなどでよく描かれる上司から部下の女性への「おれの要求を受け入れれば昇進させる」とか「関係を持たないなら退職させる、異動させる」など、「環境型セクハラ」は、性に関わる

言動を繰り返して、相手に圧迫を加え、組織の人的環境を悪化させる場合で、抱きつきや胸を触る、女性へのお酌の強要、女性に恋人、結婚、出産などをしつこく尋ねる、など日常場面での嫌がらせに該当する行為です。現在、日本でも加害者の個人や企業は法的制裁を受けるようになっていきますし、アメリカやヨーロッパに進出した日本企業が組織内のハラスメントを放置した結果、巨額の賠償金を裁判所で命じられる事件も起こっています。決して、日本のドラマのような個人の問題では済まない時代になっています。関連するものとして、「ジェンダーハラスメント（ジェンハラ）」は、性差（ジェンダー）による役割を強要するもので、お茶汲みや雑用を女性社員だけにさせる、体力を使う仕事を男性社員だけにさせる、「女だから～」 「男だから～」のような指示、命令、要請はみな問題になりえますし、一般的な「男らしさ」「女らしさ」の通念から外れた行動を非難して、「男なのにふにゃふにゃしてる」「女なのによく飲む」などの言動も性別偏見が起こすハラスメントです。同性愛者や性別不調和に対する差別、蔑視、いやがらせも同じです。

上位者・下位者が社会的に動かせない場合に多く起こり、職場や学校での自殺などの事件の背景にあるのは「パワーハラスメント（パワハラ）」や「リストラハラスメント」が代表です。

会社、組織、学校、クラブでは、同僚、下位者に職務上の地位、役職などの優位性によって業務範囲を超えて精神的、身体的苦痛を与える行為です。上司対部下、先輩対後輩に対して行われることが多いのですが、〇〇の御曹司など社会的優位性を持った部下や学生から上司、教師に行われるケースもあります。叩く、殴る、蹴るなどの身体的攻撃から、一人だけ別室に席を移される、通常業務ではない草むしりばかりやらされる、同僚の目の前で執拗に叱責されるなど、しばしば相手をリストラの必要があつて、自主退職に追い込んだり、先輩が優秀な後輩を退職、退部等に追い込むためになされる行為でもあります。同じく「モラルハラスメント（モラハラ）」も、言葉や態度等により精神的に継続的な苦痛を相手に与える行為で、多くの場合、外部からは見えないように「いやがらせの隠蔽」が行われます。広く社会的関係全体に見られ、親子、恋人、配偶者、家族、教師、学生、同僚、上司などからの無視、不当な評価、常に暴言等で怒られたり、脅迫されプレッシャーをかけ続けられる状態を指します。被害者は恐怖心に脅え、自信を喪失し、引きこもりやうつ病になったり、「精神的暴力」「精神的虐待」と認定されるような場合も多く、被害者は自殺に追い込まれる場合も目立ちます。

学校の現場でもハラスメントは日常茶飯事です。大学では、まず教授対准教授、教員対指導学生の間で頻発している「アカデミックハラスメント」があります。大学では正当な理由なく実験装置や設備等の使用を禁止したり、学生の研究を掲載した論文に学生の名前を載せないなどの行為があり、また女性教員に男性教授が性的関係を持たないと昇格させないなど脅迫するケースもよくあります。会社と同じく、上位者が優秀な下位者の教員を「オレに逆らうと」などと脅迫したり、「そんな研究はまったく価値がない」などと暴言を吐いたり、またさまざまな研究案の審査で書式が違っているなどの不当な理由を付けて申請を却下したり、まさにドラマ『半澤直樹』のような状態もよく発生します。会社も同じですが、大学は常に研究の新しさをめぐる競争関係が非常に激しい「修羅」のちまたなので、こうした妨害は日常的な出来事です。小・中・高等学校あるいは大学でもパワハラ、モラハラは生徒間、教師間、教師対生徒の間でよく起こっているのを皆さんも体験してきたでしょう。「スクールセクシャルハラスメント」も最近によく事件として取り上げられます。学校で教師が児童生徒に対して行う性的いやがらせで、執拗に恋人の有無を尋ねたり、立場を利用して異性との交際を禁止したり、教育、訓練、練習などと称して児童・生徒を下着姿や裸にさせたり、身体を触るなどの性的虐待も

含みます。大学の場合はまとめて「キャンパスハラスメント(キャンハラ)」と言われ、きちんとした大学は対応システムを作っています。教授が性的関係を持たないと成績を落とす、卒業させないなどと脅迫するケースも多く、学生同士の同期や先輩後輩の関係で起こるハラスメントもいろいろあることは、皆さんもご存じでしょう。

#### (4) 日常生活でおこるハラスメント

妊婦さんを蔑視したり、精神的に圧迫する「マタニティーハラスメント」、パソコンやスマホがうまく使えない人を貶める「テクノロジーハラスメント」、SNS を使って人を誹謗中傷する「ソーシャルハラスメント(ソーハラ)」などのほか、カラオケを強要する、血液型で不当に人を誹謗する、年齢によって人を差別する、結婚や出産でプレッシャーをかける、相手の嫌いなペット、臭い、たばこ、食べ物などを強要する、就職活動で他社を受けないように脅迫する、家事や育児分担を強要する、執拗に恋愛、結婚の話題を強要したり人の容姿をあげつらう、など、それぞれの人が持つ個性を相互に許容できない「自己意識」が生み出している対立、摩擦、葛藤、衝突はいたるところにありますね。

私も、今回、改めて確認してみると、いじめられたり、いじめたりを、当たり前のようにしていたと思います。一般的にハラスメントを解決するには、まず担当の部門、担当者、信頼できる人と相談することですが、うまく行かない場合は狭い集団を離れて協力できる相手を探すことです。私や伴侶は、台湾の大学に勤めてから職場の派閥が原因のハラスメントを日常的に受けてきましたが、常に他の学科、他の大学で価値観が共有できる協力者を見つけ、ハラスメントをはね除けました。しかし、根本的にはこれまで学んだように、人間はある環境に生まれ成長してきただけでは自分と異なる存在、自分に都合の悪い存在を基本的に排除する本質を持っている、孤立した「自己意識」の状態です。より広く深い絆があったことに気づかせられる機会を宗教、仏教を通じて与えられる、それがいじめ的关系 (Ich-ES) を友愛、友情、愛情に基づく温かい関係 (Ich-Du) に変える根本です。

## 第10章 「人間関係」—どこで通じ合える？

本章では、仏教と人間関係の問題がどうかかわるのか、また、仏教による人間関係修復の道について考えてみたいと思います。

### <藤井>

前章で見てきたように、人間の苦しみの大半は、人間関係の問題にあるように思います。夫婦、親子、兄弟、友人、職場の人間関係など、そこで様々な苦しみが生まれます。殺人などの犯罪も、多くの場合、この人間関係のもつれから生じています。私も、例外ではなく、人間関係では、いつも苦しんでいます。

人間関係について、いつも頭に浮かぶのは、平野修先生から聞いた「二河白道」の教えです。これは、善導という人が書かれたものですが、「火の河」と「水の河」の間に、細い「白道」があるという比喻です。この「白道」というのが仏道なのですが、「火の河」と「水の河」が、いつもこれを覆って、見えたり、見えなかつたりするという話です。平野先生は、この「火の河」と「水の河」を非常に明解に説明されました。これは、人間関係の話で、「火の河」は、相手を焼き尽くして消してい

くのだそうです。そして、「水の河」は、相手を飲み込んで消していくのだそうです。いずれも、相手を消すことを言っているのだそうです。

火は、怒りです。私も、頻繁に怒っています。相手が自分の思い通りにならないとすぐに怒りがわいてきます。怒ることによって、相手の言い分を焼き尽くして灰にするわけです。そうして相手を傷つけ、自分も傷つくわけです。「水の河」というのは、無視だと思えます。相手にしないわけです。相手を飲み込んで、目の前から消し去るわけです。夫婦の間では、これをよくやりますね。これは、飲み込んだ方は楽なのですが、飲み込まれた方はたまりませんから、飲み込んだ相手を振り向かせようとして、「火の河」の導火線に火をつけるわけです。そして、激しい口論をやって互いに傷つけ合うというわけです。しかし、その「火の河」と「水の河」の間に仏道があるというのですから、結局、仏道というのは、そういう人間関係の痛ましさを解決する道だということでしょうね。

「火の河」については、一楽真先生からお聞きした「三途」のお話が非常に印象に残っています。地獄に行くのに「三途の川を渡る」と言いますが、あの三途というのは、「火途」、「刀途」、「血途」の三つだと教えていただきました。「途」とい



うのは、道の意味です。火というのは、怒りです。刀というのは、相手を傷つけるわけです。そして、血を流すと。そうやって地獄に落ちるわけです。これは、死んだ後の話ではなく、いつもやっていることです。私なども、いつもこの三途を渡って地獄に落ちています。今の若者は切れやすいと言いますが、私の場合、年をとるごとに切れやすくなっています。まあ、怒りというのは、相手も傷つけるのですが、自分も傷つくわけです。そうして、頭が興奮して夜眠れないという事態になります。

仏教が言っているのは、そういうことを繰り返すのが人間だということです。他の動物の場合は、身体でやり合うので、心が傷つくというのはあまりないと思います。しかし、人間の場合は、言葉でやりあって傷つき、心の中で血を流すということが起きます。考えたら不思議ですよ。言葉を知らなかったら、そういうことは起きないと思います。バカとか、のろまとか、無能とか、そういう言葉を浴びせられてうつ病になったり、会社を辞めたりという話はよく聞きますよね。また、いじめなんかでよくやられるのが、無視です。大人の世界でも、窓際に追いやられるとか、干されるということがあります。要するに、重要な仕事から外すわけです。これも相当に傷つきます。まあ、よく考えれば何で？と思うわけです。何で人間は、言葉で傷つき、無視されて傷つくのかということです。キリスト教で言え

ば、禁断の果実を食べたからなのですが、それが神から与えられた罰なのでしょう。これは、前章までに説明したように、「私」という自我の特質なのです。「私」は、言葉の杖によって支えられていますから、その杖が危うくなると傷つくわけです。「私」というのは、こういう人間だという思い込みがありますから、外から違うでしょ、あなたはこういう人間ですよと言われても受け入れることができません。

「私」という自我は、「分別心」を持っていると言われます。分別心というのは、ものを二つに分けて考えるということです。コンピュータと同じです。コンピュータは、スイッチのONとOFFの組み合わせでものを認識します。すなわち、0と1の二進法で記憶というものを成り立たせているわけです。人間の分別心も同じで、物事を二つに分けて考えるわけです。たとえば自分のことを明るい性格とか、暗い性格とか言いますよね。よく考えたら、明るい性格とか暗い性格とか、それ何？となります。美人・ブス、賢い・バカ、善・悪、白・黒など、物事を二つにわけて認識を行うことを分別心と言います。要するに、何でも比較して考えるということです。そして、その比較の中で、「善」なるもの、「賢」なるもの、「精進」なるものを集めるのが「私」の性質です。私なんかも、仕事人間なので、いつもがんばっておかないといけないわけです。さぼってると思われ

ると、おりばがなくなるように思うわけです。最近、朝早く目が覚めるので、6時ごろに大学に出勤します。一日二食で昼は食べませんから、6時からぶっ続けて仕事をして、5時半か6時には帰るわけです。しかし、その時間に帰ると、藤井先生はもう帰ってるというような目が気になるわけです。ですから、ゼミの学生には、「今日は6時に来たから、12時間労働、働きすぎ」と言って帰宅します。まあ、そんなふうに、人からサボってると思われることが気になるわけです。学生からの評価も、随分気になるものです。あの先生、よい先生と思われてると気分が良いわけですが、嫌いだという声を聞くと気になるわけです。また、研究なんかでも、つまらない研究だと言われると傷つき、すごいねと言われると気分がいいわけです。そうやって、「賢」なるもの、「善」なるもの、「精進」なるものを集めて、「私」というものを強く強固にしていくわけです。こういう自分の杖が太い間は、周囲の人間にも大きな顔をするわけです。そうやって、自分を見下すものは、「火の河」と「水の河」で消していくわけです。考えてみれば本当に愚かですよ。

仏教を聞いたら立派な人間になれると思いがちですが、実はそんなところに仏教はないわけです。「火の河」と「水の河」のまっただ中に仏道はあるわけです。「白道」があるから、「火の河」と「水の河」の間を生きていけるわけです。「白道」が

無ければ、「火の河」「水の河」で消し去った人間とは断絶です。夫婦なら、離婚か別居でしょうね。今は、そういう意味では、どんどん人間関係が希薄になっているように思います。商売なんかも、ネット販売が増えて、顔を合わせることがないわけです。私なんかも、ときどき投資話しを持ちかけてくる電話がかかってくるのですが、話の途中でガチャッと電話を切ります。家の補修なんかでセールスの人が来ても、相手にもしません。逆の立場だったら傷つくだろうなと思います。ですから、営業の仕事というのは、大変な仕事だと思います。また、近所づきあいなんかも、最近は、ほとんどありませんね。そうやって、「私」が傷つかないようにするために、気がついたら独りぼっちになっているわけです。

特に、私のように「頭」で仕事をしている人間はダメですね。最近では、隣の人ともメールでやりとりする有様です。メールの方が傷つかなくてすみますから。二回目の癌の手術で上顎の一部を失ってから、ますますそんな面が強くなりました。学生との間では、私の自我が傷つくようなことはあまりありませんので、普通に話しをしますが、大学の事務室の方には、あまり近づきません。一通り、火の河で消し去っていますから、向こうも警戒していますし、こちらも近づきたくないわけです。まあ、仏教がなかったら、まっとうに人生を送れていないと思い

ます。仏教があるおかげで、時々、目が覚めて、申し訳なかったと思えるわけです。そうやって、火の河で焼き尽くした人とも、また一緒にやりましようとなれます。

また、これも平野先生から教えてもらったのですが、人と人が通じ合うには、握手をしたり、ハグをしたりすればよいというわけです。要するに、「頭」の方は、分別心で分離しているわけですが、身の方は、ひとつの「いのち」でつながっていますから、身と身が触れあえば、すぐに通じ合うというわけです。これは、本当です。恋人同士が手をつなぐというのがありますが、あれは感動的ですよ。手をつなぐことで、「いのち」のつながりを感じることができるわけです。しかし、「私」という自我は、私と他人というように、自分と外の世界を分離して考えますから、通じるということがなかなか無いわけです。

そういう意味では、私を支配している「私」という自我は、本当にやっかいです。禁断の果実を食べて神の世界を追い出されたと言いますが、そのとおりだと思います。仏教では、「空」とか「縁起」という教えがありますが、いずれも「分別心」の迷妄を破ろうとするものだと思います。要するに実体が無いということです。たとえば、賢いというのも、周囲に比較して言っているだけで、0点がいるから100点が賢いのであって、全

員 100 点なら賢いもバカも無いわけです。美人というのもそうです。皆が整形手術で美人になったら、美人もブスも無いわけです。結局は、比較の上に成り立っているのであって、絶対的なものはないというのが「縁起の法」です。ですから、児玉暁洋先生は、60 点の人間は、100 点の人間を喜ばせているのだから、100 点の人間は、60 点の人間に感謝しなければならないと言われていました。徒競走の 1 位も、2 位以下がいるから 1 位があるわけです。足が速いことが誇れるのは、足の遅い人がいるからなのです。ですから、「私」というものも、他との比較の上に成り立っているだけで、実体は無いということです。頭が良いというのも、頭が悪い人のお陰なのです。頭が良いから偉いなんてことはないわけです。しかし、私たちは、「私」に支配されていますので、そんなことは思わないわけです。私は絶対だと思って疑わないわけです。ですから、馬鹿にされると腹を立てるわけです。本当は、「そうです、あなた様よりは馬鹿なので、そのお陰であなた様はよい思いをされているのです」と、言えばいいわけです。しかし、そうはならないで、馬鹿にされたら、今度は、自分より下の人間を見つけて、あいつよりはましとなるわけです。そうやって、比較の中で自分を守ることに必死になるわけです。

そういう意味では、権力を持つと気持ちがいいですよ。皆が自分を褒めてくれる。素晴らしいと言ってくれる。それが天上界ですね。しかし、その先には地獄が待っていますから、いてもたってもおれないわけです。独裁国家の元首なんかもそうだと思います。周囲は、賞賛の嵐です。しかし、本人は不安でたまらないわけです。人間というのは、本当に愚かな存在です。国と国でも、そんなことをやるわけです。自分たちは優れた民族なんだと。他と比較しては、自分を誇るわけです。しかし、結局は、比較の上に成り立っていますから、いつも不安定なわけです。ですから、相手に有無を言わせない力を持つとうとします。自分を批判するものを押さえつけるわけです。ですから、美しい日本にしたいと言われると、少し恐いですね。汚いものを排除したいと聞こえるからです。美しいというものも、結局は人それぞれですから、結局は権力者が見て美しいものは取り入れ、そうでないものは排除するという話になります。

そういう「分別心」を破ってくるものが、仏教の教えです。ですから、人間関係の修復には仏教は不可欠のように思います。しかし、現代社会は、宗教の大事さを忘れ、道徳とか倫理でそういう問題を解決しようとうとします。道徳とか倫理は、自分を自分でコントロールできることを前提とした教えだと思います。しかし、人間の怒りや欲望は、コントロール不能です。確かに、

幼い頃から、賢善精進の教えをしっかりと教えることは大事だと思います。しかし、うつ病の原因のところで見たとおり、「こうあるべき」という思いが強い人ほどうつ病になりやすいわけです。道德意識の高い人が必ずしも、人間関係がうまくいっているとは限りません。したがって、現代社会に必要なものは、宗教教育だと思います。自我の迷妄性を破る教えに小さい時から触れさせることが必要だと思います。大家族の時代は、それをおじいさんやおばあさんがやっていたわけです。孫を寺に連れて行って、仏様がおられることを教えていたのです。もちろん、道德や倫理を教えることも必要だと思います。脳のメモリの中に社会規範を教えておくことは社会生活をおくる上で基本になると思います。しかし、理性に働きかける道德や倫理で、より深いところにある根本的な自我の迷妄性を破ることはできません。すなわち、道德や倫理だけでは、人間関係の問題は解決できないということです。ですから、日本は、もっと健全な宗教を教育に取り入れるべきではないかと個人的には思っています。

## ＜落合＞

この章では、人間関係をめぐる問題について仏教の視点からとらえていきましょう。人間関係が一番の問題であることは、集



団生活を生存の形態にしている人間にとって当然のことと言えます。これまでも歴史的な変化を取り上げてきましたが、現代人の人間関係は、交通と情報通信の発達で、昔に比べて非常に複雑で、広がりも大きくなりました。人間の関係は、まず、生まれたときは母親との関係、そして成長するにしたがって父親、兄弟・姉妹などの血縁者を中心にした私的關係が広がって行きます。そして、幼児教育を受けるようになると公的關係が始まり、小、中、高、大と成長するにしたがって、先生、年長者、先輩、同年代者、後輩などとの複雑な関係を持つようになり、同時に、住んでいる地域の人々との関係、また、塾、買い物、診療などで接触するサービスや産業、経済との関係、クラブ活動や学校外の集団との関係へと広がって行きます。また、思春期以降になると、男女関係がこれに加わります。次に、学校時代が終わると、社会人として帰属する公的集団は広がり、仕事、地域、社会経済活動、趣味や娯楽、ボランティアなど様々な社会集団との関係、そして、恋人、友人、結婚して家庭をもてば、自分と配偶者、双方の血族・親族との関係、自分の子供との関係となど様々な私的關係を結ぶようになります。そして、定年以後は、公的關係が次第に縮小して、最後は幼児期のように私的な家族や介護者との関係の中で一生を終えることになります。

特に以前の時代と大きく異なるのは、実際に直接会っている人や集団との関係の他に、様々なメディア、インターネットなどの情報媒体、スマホなどの通信手段によって、バーチャルな世界で世界中に繋がるようになったという点でしょう。テレビのドラマでその年の流行が決まったり、全然、行ったことのない国について「〇〇は素晴らしい国だ」逆に「ひどい国だ」と思ったり、新聞の内容で政府や他国を評価したり批判したりしている点からみれば、むしろバーチャルな関係のほうが私たちに大きく動かしているとも言えます。

こうして見ると、人間の存在とは、個人と同時にその展開する私的・公的な、また現実と仮想現実が入り交じった、多様で複雑な対人関係、社会的関係そのものと言っても過言ではありません。また、それは現実と仮想現実での人や集団との関係であると同時に、その中で自分が今までどんな人や集団を選んで（あるいは選ばれて）関係を持ち、その中で何を大切にしているか、自分はどんなものを重視しているかという価値観、社会観、人間観を意味していることになります。集団、社会レベルでは、道徳や倫理の基礎がそこにあり、正義の根拠も集団や社会を守るという形でそこにあります。また、近代の価値観であるメリトクラシーによって No.1 を至上の価値とみなし、そう

したランキングで選ばれた関係で帰属意識を構成していくという点も現代人の特徴でしょう。

特に日本社会は制服を自然に受け入れたり、ファッションが一斉に入れ替わったりすることからわかるように、集団の均質性を重視する傾向を歴史的・文化的に持っています。したがって、個人は特定の集団に帰属するように(たとえば、出身地、学校、会社など)社会的に要求され、その集団で No.1 であること、その集団で評価されることが生存条件になります。こうした帰属意識はアイデンティティと言われ、「私は落合です。私は～な人間です」という個人レベルから「私は父です」のような家族レベル、「私は〇〇ブランドを着ています」「〇〇チームのファンです」のような生活レベル、「私は〇〇社の～です」「私は日本人で、日本は～な国です」というような社会レベルまで存在しています。

私は、台湾で暮らして 20 年になりますが、日本との違いで驚いたのは、自己紹介でした。日本では初対面の挨拶では、社会人なら「〇〇社の落合です」「～から来た落合です」のように自然に所属集団を名乗りますが、台湾では「陳〇〇です」のように、最初に個人名だけを言うのが普通です。話しているうちに、会社や学校、出身などを互いに質問しながら相手を知って

いくのが紹介になります。また、日本では、就職面接の自己紹介を公的關係からするように言われますが、台湾の学生は、必ず家族の紹介から始め、出身地の紹介、最後に大学での勉強などの紹介というように私的な關係から始めます。以前の発達心理学では、家族などの私的集團から公的集團に帰属意識が移り、最後は自己同一性に到ると考えられていましたが、帰属意識は段階的発達關係ではなく、各文化や社会によって構造に大きな差異があることがわかってきました。同時に個人の帰属意識も一般化できるような一定のモデルや手本があるわけではなく、実は非常に多様、多彩ということになります。

第9章では、いじめの問題、ハラスメントの課題について考えましたが、こうした個人の帰属意識の多様さ、複雑さが、いじめやハラスメントを引き出すきっかけになっています。民族間の場合、日本の公的場面では台湾式の自己紹介はマナー違反、試験ならば不合格となり、逆に台湾なら帰属集團を優先している日本式の方法は理解できないということになります。こうした帰属意識の差異は公的であればあるほど道徳・倫理や正義の問題として捉えられてしまいます。

生活面でも非常に多くの帰属意識が対立します。大学の友人と一緒に料理を作ってみるとよくわかります。カレーに何を入れ

るか、どんな順番で何を調理するか、水や塩加減はどうかなど、家庭で食べてきた料理を作ると、一般的なレシピとは異なるさまざまなバリエーションがあり、それが家庭の味、おふくろの味という形でそれぞれの個人の家族への帰属意識を作っています。仲のよい対等な友人なら話し合っただけで内容を調整することは可能でしょうが、先輩・後輩、上司・部下など上下関係や強弱関係が強くなればなるほど、上位者が下位者に命じる形で対立が起こります。これが会社での仕事の内容、仕方、方法であればさらに帰属意識が生み出す差異は大きくなるでしょうし、また恋人や夫婦のように非常に親密で近い関係であれば相互の家族、好み、習慣という私的帰属意識が激しくぶつかりあうようになります。藤井さんが、人間関係の問題を「火の河、水の河」で教えてくれましたが、仏教では後天的に形成されてきた人間のこうした非常に多様な帰属意識で動いている状態を「我執」「分別」と捉え、その根本に貪欲（とんよく；水の河に喩えられ、むさぼり、欲深く物をほしがると、際限なくほしがると本能）、瞋恚（しんに；火の河に喩えられ、自己中心的な心で怒ること、腹を立てること）、愚痴（ぐち；自分のことも他者のこともわからず、物事の道理に暗く実体のないものを真実のように思いこむこと）があると認識してきました。

人間は社会的動物として、必ずさまざまな人や集団と関係し、その中で複雑に構成された帰属意識という形でそれぞれ異なる自己自身を形成しています。したがって、個人対個人ならばまだ個性として相互に差異を認め合うチャンスはあるでしょうが、学校や会社の上下関係、社会内の各種階層、文化対文化、集団対集団レベルになれば、自分と異なるものを認めることは自分を否定されることになり、自分が保てないということになります。学校でのいじめが個人対集団になり、会社でのハラスメントが一社員対組織になるのは、集団レベルでの帰属意識に私たちがより強く規定されている（集団を自己自身としている）ためでしょう。愚痴を、こうした人間の存在様式が本質的に理解できないという意味で捉えてみると、現代社会に生きる私たちがさまざまなレベルのハラスメントに囲まれている理由も理解できると思います。

私たちの帰属意識は、自分自身がわからない形で構成され、私たちはそれに依って生きていますから、そのままではそこから抜け出すことはできません。今までも述べてきた「夢を見ている」「洞窟の中にいる」とは、無数の関係からできている帰属意識に突き動かされ、その都度、自分の好みの関係に触れればそれを手に入れようとし、異なるものにぶつかったときはそれを排除して怒り狂っている状態と言えるでしょう。私たちのこ

うした「我執」を照らして、帰属意識によって生きている自分を明るみに出す働きこそが仏教であり、南無阿弥陀仏です。自分が何ものかわからない、人間がどういう存在であるのかわからないという愚痴を照らし破って、帰属意識という自己存在の食欲と瞋恚に「これは際限がない」と気づかせ、「自分は怒り狂っていた」と冷静さを回復させてくれるものが仏教の智慧です。それは、帰属意識である自分が、帰属意識である自分の自己意識をコントロールできないという矛盾を抱えた人間の存在であることがわかることです。仏教が届けられることによって初めて自分が何であり、どこに進むことが必要なのか、その方向性を与えられるようになるのです。

私たちは、生まれたときからずっと様々な関係の中で帰属意識をすり合わせることで自分を作っていきますが、その方向性は多くの場合、外から強制されたり、強いられたりすることで決まります。生まれた家族、地域、集団、民族を誰も選ぶことはできないからです。多く人は、それに何の疑いももたないで、その社会集団で前提とされる生き方を選びます。今の日本では、テストで良い点を取り、偏差値の高い大学に入って、よい会社、よいステータスの職業につき、高いステータスの配偶者と結婚し、セレブな身分で物質的に何の不自由もない生活を送る、そういう人物像になると思います。しかし、その過程で、自分が

必然的に帰属意識の近いものを選び、異なるものを排除していくことには気づきませんし、そうした行為がさまざまなトラブルやハラスメントを同時に引き起こしていることもわかりません。そうした排除と選択は、自分自身のアイデンティティーに外ならないからです。

この点で見れば、人間であることは最初から対立を生み出すという悲劇の主人公になっていると言えます。あるいは、吹いてくる様々な風を様々な人間関係・社会関係と考えれば、その都度の風に動かされる、自分では動力のない、また風のコントロール方法を知らない帆船のような存在とも言えます。風がなければ帆船は動くことはできず、かといって風は自分の意思とは無関係にいつも吹いてきます。他者という同伴者の帆船とぶつかってしまったり、暗礁に乗り上げてしまったり、また進みたい方向に流されていくことになります。しかし、仏教に触れ、宗教的な目覚めの機会を与えられると、人は舵を与えられ、自分が周囲の人や社会との関係の中で本来は何を願っていたのかに気づき、その方向に進もうとするようになります。同時に、ただ風に吹かれるままだった帆を自分で調整して、風の受け方をコントロールしながら進みたい方向に向けていくこともできるようになります。宗教的目覚めは、今まで風のままに人生の大海を流されているだけだった存在に自身の方向を制御す



る力を与えるのです。もちろん風がなくては航海はできず、順風のときばかりではなく、逆風や大嵐に遭うこともあります。しかし、たとえ乗り越えきれない大波に力尽きてしまうことがあったとしても、宗教的目覚めを与えられた帆船の方向は本来の願いに確かに向いており、またその帆船が灯すあかりは嵐の中で他の舟に確かな進路を示す生きた証、道標となります。

人間が今まで残してきた神話、歴史、伝記、哲学、そしてそこから生まれた伝説や物語、文学は、こうした無数の航海者の足跡を示しています。これらの足跡は、周囲の海の状況を教え、航路を示す「羅針盤」と「海図」のようなものでしょう。藤井さんが教えてくれた「火の河、水の河」は、別の言い方をすれば「難渡海（なんどかい；渡りきれない大洋）」です。人間の神話、歴史、伝記、哲学、そしてそこから生まれた伝説や物語、文学は、渡りがたい海を渡りきった航海記であり、風の間隙に委ねて流されていった漂流記、大きな社会の嵐にであってついに力尽きた遭難記です。あるいは、よき僚船を得て海を越えていった開拓記であり、すばらしい島々や大陸にたどり着いた探検記でもあります。

現代社会ではメリトクラシーという大きな風が吹いているため、多くの船がその中で互いに衝突しながら、自分の船をきれ

いに飾ったり、食べきれないほどの魚を積み込んだり、どれだけ速く帆走できるかを競ったりしている状態ですが、結局は、どこへ行くのか、果ても知れない航海をただ続けている状態です。そうした中で神話、歴史、伝記、哲学、そしてそこから生まれた伝説や物語、文学などの人文社会系の教養は、先に進んでくれた先人の航路を示す「羅針盤」と「海図」になります。同時に、自分が風に吹かれて大海を彷徨っている帆船だと目覚めさせてくれる宗教的自覚をうながす糧となります。それは、船の飾りにも、食糧にも、装備にもなりません、風に吹かれるままに漂っている人間という存在、「夢を見ている」「洞窟の中にいる」存在としての人間に「このままでよいのか」という問いかけを与え、自分にとって大切なものは何かを探そうとするときの灯台になります。

現在のアニメ、漫画、ライトノベルにも応用されている基本の物語は、明治、大正、昭和時代には「教養小説」と呼ばれた青年が成長していく過程を捉えた物語です。夏目漱石の一連の作品や、志賀直哉や武者小路実篤など白樺派の文学には、こうした構造が見られます。今ではクリストファー・ボーグラーの『神話の法則』として知られていますが、人間の成長には、日常生活と今までの人間関係から離れる「出立・離別」、敵にであったり、味方になる仲間を見つけていく中で試練を乗り越え

る「試練・通過儀礼」、最後に成果を持ってもとの日常に帰る「帰還」の過程があります。その中でであう人物は、英雄（指導的役割を果たす）、賢者（適切なアドバイスや技術、知識を与える）、門番（違う世界に入るのを拒む）、使者（知らせをもたらす）、変化するもの（つねに役割が変わって敵にも味方にもなる）、影（深刻な対立者）、いたずらもの（うぬぼれを戒め、笑いなどで危険をしらせる）という一定の役割を持っていることで、主人公の旅路を進めることになります。物語だから現実には関係ないと思うかもしれませんが、皆さんが大事に思う、あるいは厭だと思ふ人間関係は、これらの役割のいずれかを持っている、あるいは、それを複数持っているはずです。人間が成長していくとき、三つのステップと、そこでであう重要な人間関係は、実は、世界のどの物語にも共通する構造を持っているのです。それは、人間が生きていくときに最も基本的な「海図」であり「羅針盤」であることを意味しています。

現代では文明が発達し、人間は自由意識で自由に行動できると思われるかもしれませんが、人間の自我が様々な関係の中での帰属意識で構成されている限り、帆船として航海する人間が、自分で方向を決めようとするれば、こうした条件がなければ人生という「難渡海」を渡ることはできないということになります。読み物、娯楽としてばかりでなく、自分の今の生活、今の人間

関係、今の環境でのさまざまな関係の中で、これらは進路を決めていく一つの手本になる「海図」であり「羅針盤」です。そして、一番大事なことは、ただ自然に与えられた様々な関係という風に吹かれて漂流している帆船から、自分の願いに気づいて、舵を与えられ、帆を動かせるようになる、そういう脱皮を遂げることです。仏教は、日本という風の中で、確かな風と陽光として常に私たちにその目覚めを促してくれています。その促しに目覚めることで、私たちは自分で選んだ旅を始めることができるようになり、その中で老若男女、自民族異民族を問わず深い関係を結べる人と出会っていくこととなります。そうすることで、何があっても、たとえどんな結末であろうとも、自分で旅路を刻んだ足跡を伝えていくことができるようになります。そこには結果を恐れず、安心して人生を歩んでいける広く深い世界が開かれるようになるのです。

## 第11章 「幸福」—人間の幸せとは？

本章では、人間の幸せとは何かについて考えてみたいと思います。

### <藤井>

私は、「世界一貧しい大統領（ウルグアイ・ムヒカ大統領）」の生き方を見て、改めて人間の幸せってなんだろうと考えさせられました。以下は、ムヒカ大統領の言葉です。

「幸せとは物を買うことと勘違いしているからだよ。幸せは人間のように命あるものからしかもらえないんだ。物は幸せにしてくれない。幸せにしてくれるのは生き物なんだ。」

「無駄遣いしたりいろんな物を買収込むのが好きじゃないんだ。その方が時間が残ると思うから。もっと自由だからだよ。なぜ、自由か？ あまり消費しないことで大量に購入した物の支払いに追われ、必死に仕事をする必要がないからさ。根本的な問題は君が何かを買うとき、お金で買っているわけではないということさ。そのお金を得るために使った『時間』で買っているんだよ。請求書やクレジットカードローンなどを支払うために働く必要があるのなら、それは自由ではないんだ。」

「君のように若い人は、恋するための時間が必要なんだ。子どもができれば、子どもと過ごす時間が必要だし、友達がいたら友達と過ごす時間が必要なんだ。働いて、働いて、働いて、職場との往復を続けていたら、いつの間にか老人になって、唯一できたことは請求書を支払うこと。若さを奪われてはいけないよ。ちょっとずつ使いなさい。そう、まるで素晴らしいものを味わうように、生きることにまっしぐらに。」

「貧乏なひととは、少ししかものを持っていない人ではなく、無限の欲があり、いくらあっても満足しない人のことだ。」

(出典：産経新聞ニュース (2016) 「ムヒカ大統領インタビュー」<http://www.sankei.com/premium/news/160423/prm1604230021-n1.html> 2017.08 閲覧)

これらの言葉の中には、現代人が忘れ去っているものがあるように思います。同じような題材を小説にしたのがミヒヤエル・エンデの『モモ』という小説です。これは、時間泥棒が人間の時間を奪っていくという物語で、ムヒカ大統領が言わんとすることと同じことが書かれているように思います。

「私」に支配された生き方は、「私」を支えるものを集めてまわります。一番の支えは、お金でしょうね。大学でも、スーパーゼネコンの社員の平均年収は 900 万円以上だと言うと、多く

の学生が自分はスーパーゼネコンを目指すと言います。やはり、お金は「私」を支えるものとして大きな価値があると思います。しかし、一方で、チャールズ・チャップリンは、「ライムライト」という映画の中で、次のような言葉を残していると言われています。

“Yes, life can be wonderful, if you're not afraid of it. All it needs is courage, Imagination, ... And a little dough”

（そう、人生はすばらしい。人生を恐れてはいけない。人生で必要なものは、「勇気」と、「想像力」、...そして少しばかりのお金。）

（出典：映画「ライムライト」）

「少しばかりのお金」、これも、世間の価値観とは異なっていますね。そして、児玉暁洋先生は、この「勇気」を「自分自身であることへの勇気」と解釈されています。すなわち、「私」に支配された生き方では、「今、現に」という生き方ができないわけです。こうなったら幸せになれると、幸せは常に未来にあります。お金持ちになったら皆が自分を認めてくれる。この大学に合格したら皆から賞賛される。そうやって、「私」というものに価値を与え、周りに素晴らしいと言わしめなければ、幸せは無いと思っています。しかし、前章までに述べたように

「私」という頭脳は、比較の世界を生きていますから、どこまで行っても切りがないわけです。お金持ちになれば、さらに何かがほしくなります。私も、自動車が好きで、若い頃、スポーツカーが欲しくてなりませんでした。それで、学生時代から40年近く経って、やっと憧れのスポーツカーを買いました。買って、それに乗った時は、感動しました。しかし、1年も経てば、その感動は無くなり、また違う車が欲しくなるわけです。手に入れるまでは、それが手に入れば幸せになれると思ってがんばりますが、いざ手に入れてみると、さっとその幸せはまた未来の方に過ぎ去っていくわけです。ですから、幸せを手に入れるためには、一生努力し続けることが必要になってきます。一生「私」を支えるものを集めつづけるわけです。

ムヒカ大統領、ミハヤエル・エンデ、チャップリンらの言葉に触れると、ふと、そんな生き方で本当に幸せは手にできるのだろうかという疑問がわきます。実は、幸せというものは、「今、ここ」あるのに、それに気がつかないわけです。第6章で述べたように、私たちの身体は、他の生き物の犠牲の上に成り立っています。牛や豚や鳥や魚などの様々な動物、野菜などの植物など、多くの命を摂取し、消化、吸収し、細胞が様々な活動を行い、この身体が生きるということが成り立っているわけです。細胞から見たら、一人の人間全体が地球のようなものだと思います。



ます。「ガイア仮説」というものがありますが、地球そのものが生命だという見方です。そうになると、人間というものも、結局は、地球の一つの細胞に過ぎないのだと思います。人間は、いつのまにか自分の命は自分のものだと思い込んでいます。しかし、この身は、他の命なくしては生きられないのです。光合成をする植物が無くなれば、酸素が無くなり、とたんに人間も死滅します。この身は、牛や豚や鳥や魚の命が、血となり肉となり、成り立っているわけです。「私」というものは、そういうことは忘れ去って生きています。

念仏というものは、「私」の迷妄性を破るものですから、一瞬でも、「今、ここ」ある自分に立ち返ることができます。今、生きていること、実は、そのこと自体が奇跡なのだ気がつくわけです。多くの命の恩恵を受けて、今、ここに生きている。それこそが感動なのだ。「自分はだめだ」とか「自分はずつまらん人間だ」とか言う人がありますが、この世にだめな人間とかつまらない人間はいないのだと思います。誰しも、この地球に受け入れられているから存在しているわけです。どんな人間も、多くの命の犠牲の上に成り立っています。多くの命に生かされているわけです。

現代社会は、そういうことが本当に見えにくくなっているように思います。昔は、鶏を飼って、鶏が卵を産まなくなったら、それを締めて食べていました。私の家も、牛とヤギと鶏を飼っていました。牛は大きくなると、屠殺場に出されていきました。子供の頃、それが悲しかったことを憶えています。そういう命の営みが身近に見えていました。家は、貧乏でしたが、何かそこには安心感があり、生きている実感があったように思います。しかし、今は、「私」を不安にさせるものは、すべて排除され、人間の「死」さえ遠くに追いやられているような気がします。

『青い鳥』の童話が示すように、幸せというものは、過去や未来にあるのではなく、「今、ここ」あるということです。しかし、「私」というものは、常にこうなったら幸せという条件をこの身につけ、今を喜ぶことを忘れさせます。お金を得たら幸せになれる、結婚したら幸せになれる、子供ができたなら幸せになれる、そうやって青い鳥を求めて行きますが、実は、いま、ここに生きていること自体が奇跡であり、多くの他の命に命を与えられ、この地球に受け入れられ、愛されているから、ここに存在しているわけです。目が覚めてみたら、生命の奇跡が広がっているわけです。仏教では、それを「慈悲」という言葉で表しているように思います。キリスト教で言えば、「神の愛」でしょうか。目が覚めてみたら、自分は多くの命から支え

られ、愛されていたわけです。「私」に支配されていた時には、見えなかったものが見えるようになるわけです。

しかし、それは一瞬のできごとです。仏教を聞いても、大半は闇の中を生きています。ただ、「私」の支配から解放された世界があることを知っている。これが、決定的な違いだと思います。前にも述べたように、親鸞の教えでは、「私」の支配から解放された世界を「浄土」と呼びます。浄土があるということが生きる力になって行くわけです。私たちは、生きている限り「私」に支配された生き方をしていくことになります。「私」というものは、この身をコントロールするコンピュータですから、これを無くしたら、私自身成り立たなくなります。しかし、浄土があるということは、安心して「私」の支配に甘んじることができるといことです。苦しいことがあっても、その苦しみを受け取って、背負う力が与えられるといことです。また、相手の苦しみも理解することができます。自分がなぜ苦しんでいるかがわかるからです。「私」を支えるものを集めることが止められない。「私」を貶めるものを排除することが止められない。そこに苦しみが生まれます。私自身も、いつも自分の思うようにならないと、怒りが巻き起こり、相手を言葉によって貶め、深く傷つけていきます。そして、その先にあるのが地獄です。そういうことを繰り返す、本当に愚かな生き方しかでき

ません。「南無阿弥陀仏」の声は、そういう生き方をしている自分に、目を覚ませと呼びかけます。その声は、私の思いを超えたところからやってきます。「私」というコンピュータでいくら思いを巡らせても、目覚めることはできません。「私」を超えた世界からの声のみが、私を眠りから目覚めさせることができるわけです。その声は、念仏だけでなく、ムヒカ大統領の言葉の中にもあるかも知れません。ミヒヤエル・エンデの小説や、チャップリンの言葉の中にも、その声が潜んでいるように思います。目を覚ますヒントは、様々あるように思います。仏教が伝えてきたのは、その声を「南無阿弥陀仏」というところに集約した、そういうことではないかと思えます。

私は、仏教というのは、本当に身近なものだと思います。特に、日本人にとっては、あちこちに仏教の教えが満ちあふれています。「往生」というのは、浄土に生まれることを言いますが、これは目が覚めるということです。それが、今では行き詰まるというような意味で使われていますが、これは往生がいかに難しいかを表しています。それは、「私」の闇の深さを表しているように思います。「馬の耳に念仏」という言葉も、「目覚めよ」という仏の言葉も、全く届かないという意味です。呼びかけられているのに、振り向きもしないということです。幸せを求めて必死になっているときは、仏教なんて何の役にも立たな

いと思っています。仏教を聞くのは暇人だと思っています。定年を迎えた年寄りが趣味で聞くものだと思っているわけです。しかし、本当の仏教は、自分の人生を取り戻すためにあるわけです。「今、ここ」に幸せを感じるためにあるわけです。幸せは、未来にあるのではなく、「今、ここ」にあるのです。

私は、最近、夜早く寝るので、朝早く目が覚めます。そうすると、朝の4時半くらいに鳥の鳴き声が聞こえるのです。「朝よ、朝よ」と言っているように聞こえます。そして、朝5時半に家を出て大学まで歩きます。そうすると、小さい花や、鳥や、野いちごなど、さまざまなかれがあります。ただ、寂しいのは、道で人にすれ違っても、挨拶も返ってこないことです。本当に寂しい世の中になったなと思います。「一期一会」という言葉がありますが、今、この瞬間は、一生に一度しか無いわけです。私も、死を宣告された時、山や空がなつかしく感じました。もう、この世界を見ることができなくなると、何もかもが本当に愛おしく思えました。しかし、日頃は、ミヒヤエル・エンデの言う時間泥棒に時間を奪われて、「忙しい、忙しい」と言って暮らしています。そうやって、時間を浪費しているわけです。幸せを未来に求めても、いつその未来が無くなるのかわかりません。皆、平均寿命くらいは生きられると思っていますが、寿命がいつ尽きるかは神のみぞ知るです。また、長

生きしたから幸せという幻想も無くなりつつありますね。年金はどんどん減らされ、日本もいつまでこんなに裕福でいられるのかわかりません。

仏教で言う幸せはどこにあるのか、それは、浄土真宗では、念仏するところにあるわけです。念仏によって、時々、目が覚める、そこに浄土を感じ、そこに幸せを感じるわけです。二河白道の比喻では、白道の長さは人生の長さなのです。火の河と水の河でいつも覆われていますが、時々、その白道に立てる。そこに幸せを感じるができるわけです。人と人が通じ合える。同じ「いのち」を生きているものとして、互いに理解しあえる。そこに、幸せはあるわけです。自我の要求にしたがって、孤立していったところに本当の幸せはありません。ゲームの世界はやっている時は幸せかも知れませんが、終わると空しいわけです。欲を追い求めても、行き着く先は孤独です。自我の要求の先に幸せは無いわけです。もし、あったとしてもそれは仮想現実の世界にすぎないのです。目を覚まさないければ、本当の幸せは味わえない。それを仏教は教えているように思います。

## <落合>

これまで現代の「四苦八苦」と言える「うつ病」「ハラスメント」「人間関係」について考えてきました。ここからは、どう

生きればいいのか、何をすればいいのか、について仏教の視点で考えてみましょう。藤井さんは、幸福についてムヒカ大統領ミヒャエル・エンデ、チャップリンの提言を説明してくれました。私は、生活様式を取り上げてみたいと思います。

私は、1994年の秋から伴侶のいる台湾で仕事をしています。そして、これまで、子ども二人を授かり、異文化社会での困難や職場でのいろいろなハラスメントもありましたが、大学での教師の仕事を楽しんでやっています。物質的環境でみると、2016年の日本の1人当たりGDPは38,917.29ドルで世界22位、アジアでは香港に次いで第2位です。台湾は22,453.43ドルで日本の3分の2以下です。日本の大学生の初任給は約20万円ですが、台湾の学生はその半分程度です。一方、国連の世界幸福度ランキングで見ると、台湾は世界33位、タイに次いでアジア圏第2位です。日本は51位で、上位に欧米諸国があるのは理解できますが、中南米、アフリカなどいわゆる先進国ではない多数の国が日本より上位に入っています。30,000ドルが物的豊かさの目安と言われているので、日本は1人あたりGDPでは十分にな収入がありますが、幸福ランキングでは、決して幸福とは言えない国になっています。この理由について考えてみたいと思います。

私は、日本に帰ってくる度に思うのですが、台湾に比べて、整った環境、きれいな家々や市街地、落ち着いた交通、スーパーやコンビニに溢れる商品など、物質的環境は本当によく整備されて住みやすい国だと思います。食品の安全もよく保持され、品質も高く、レストランや食堂に行けば、手軽に高品質の食事が楽しめます。また、テレビ番組、ドラマ、アニメ、漫画、ゲームなど、コンテンツは非常によくできており、スポーツなども多くの種目が楽しめ、アウトドアの環境もとてもよく整備されています。そして、多くの都市や地域は安全で、治安もよく、大半の場所は夜でも自由に出歩くことができます。日本にいると当たり前と思うのですが、実は、これらは、世界から日本に來ている 2500 万以上の観光客が評価している日本のすばらしさなのです。台湾でも日本が一番人気のある海外旅行先です。また、台湾では日本語は英語に次いで人気のある外国語で、100 以上の大学に日本語を教える学科やコースがあります。台湾の学生たちは、小学校時代からテレビ番組、ドラマ、アニメ、漫画、ゲームなどのコンテンツに触れて、日本語に興味を持ち、日本語学科に入ってきます。また、日本のインテリア、食事、デザイン、ファッション、コンテンツなど、生活文化に関わる部分は台湾のビジネスの手本となり、以前の台湾にはなかった刺し身や生野菜を食べる習慣、日本のシャブシャブを改良した



鍋料理、温泉を楽しむ文化、コーヒー文化もこの20年ぐらいで普及してきました。

日本のメディアは「台湾は日本の植民地だったから日本に好意的」などという見当違いの情報を流していますが、台湾の人々が日本を評価しているのは、昔の日本人がすばらしかったということではなく、現在の日本人が努力して高いレベルの独自の現代文化を創り上げているからなのです。手本となるすばらしい文化を持っている、しかも日本の人間関係は穏やかで丁寧、だから台湾の人々は3.11大震災の時、幼稚園児から企業家までこぞって250億円の義援金を日本に送り、即日、レスキュー隊と医療チームに志願して被災地に向かったのです。台湾の人々、また世界の観光客がすばらしいと評価する現代文化を有し、十分な収入がある以上、日本社会が経済発展だけを追求する必要はもうないわけです。GDPの順位を上げろという指示や命令を常に流しているメディア、教育、財界人の視点を離れて、若い皆さんには自分の身体で日本の環境がどれほど恵まれているかを感じるために、まず、さまざまな国を訪問して、生活してみることをお勧めします。

藤井さんは、幸せは身近にあると説明してくれましたが、まさにその通りです。私は、1990年代のはじめ（大学院生時代）

に、初めて海外旅行でタイ、バングラデシュ経由でネパール・インドに行きましたが、それ以前は日本がどれほど恵まれた環境にあるかを知りませんでした。タイはまだ経済成長前でしたから、バンコクの交通はオート三輪やオートバイが中心で、2サイクルエンジンからの排気ガスで町の空気は白く濁っていました。バングラデシュは飛行機の上から見ると、雨季の洪水のため、飛行場からすぐ近くの村まで水没していました。ダッカの町には洪水を逃れて道路に小屋がけで生活している農民の人たちが溢れていました。ネパールのカトマンズは、2015年の震災で大きな被害を受けましたが、世界文化遺産になっている14世紀頃の木造と煉瓦造りの市街地がそのまま残っていました。しかし、仲良くなった学生に聞いてみると、仕事がなく、インドなどに出稼ぎに行くしかないと言っていました。町には観光客と見ると、寄ってきてお金をねだる子供達が溢れていました。国土の大半は、ほとんど木がなく、郊外には赤茶けた荒れ地が広がっていました。仏教の始まりの国インドも古い文明を持つ大国でしたが、国土の大半は半砂漠で、町にも郊外にもほとんど森はなく、乾燥した大地で農業は非常に難しい状態でした。長い歴史の中で、森林資源を使い尽くしてしまったのです。泊まった田舎町のホテルは雨水を貯めたタンクの水を使っていたのですが、ボウフラが湧いていました。当時はまだ人力車

が主な市内の交通手段で、1日1杯のミルクティーだけで働いている引き手がたくさんいました。そうした中で、現地の人々ができる工夫をし、家族で助けあって生活を営んでいる姿を見て、そのたくましさに驚いたと同時に、日本の私たちの生活はまさに物語に出てくる未来のユートピアのような恵まれた環境だと感じました。その点から言えば、幸福の大事な特徴は、今はまだないものを追い求めることや手に入っていないものを手に入れようとするのではなく、すでにあるものに気がつくこと、今の生活において発見するものと言えます。日本の現代文明が日本列島に構築している文化的、生活的、物質的環境は、比喩的な言い方ですが、すでに仏典にある「浄土」の条件を満たしているわけです。

では、そうした環境にいるにも関わらず、私たちはなぜそれを幸福と思えないのでしょうか。それは、今ままでも説明してきたように、私たちの「頭」が「心」「身」と分裂し、絶えず未来に目標を立てるからです。現代文明はメリトクラシーを価値観として動いていますから、No.1になること以外に幸福はないため、「頭」のよい人ほど、今の結果に満足せず、もっと高い目標に自分を向けていこうとします。すなわち、哲学における人間の定義「中間者」の状態にいつも置かれることになるわけです。入学試験に合格した時のことを思い出してみるといい

でしょう。大きなストレスを感じながら睡眠時間を削って「がんばれ、〇〇大学に入れば、人生は思いのままだ」と受験勉強を続けていた時、「頭」は受験だけを見ているが、「心」は「今日はゆっくり寝たい」「彼女とデートに行きたい」「運動場でバスケットボールをしたい」と、まったく別の欲求を抱えていたと思います。しかし、「頭」はそれを許しませんから、「身」の方が「疲れて腰と首がいたい」「目が限界だ」「肩が凝ってきた」などと感覚的な信号を出しますが、「頭」は「我慢しろ」と無視します。こうした「頭」と「心」「身」の分裂が続くと、精神的エネルギーの水準が下がって、一定レベル以下になると、私の体験したような「うつ病」の「脅迫性障害」「睡眠障害」「自立神経失調」そして「抑鬱障害」などが生じてくることとなります。そうでない人は、適当にスポーツをしたり、友人と話したり、美味しいものを食べたりして葛藤を緩和し、一定以上に精神的エネルギーを消耗しないようにしていたのでしょうか。しかし、問題はその後です。「やった、〇〇大学に合格できた」となった時、皆さんはどうでしたか。第一志望に入れなかった人は、深い失望と挫折感がずっと続いたのではないのでしょうか。しかし、第一志望に入れた人も、喜んだのは最初の2~3日ぐらいで、その後は「次は、英語の能力試験を受けないといけない」「微積分の勉強、高校より大変そうだ

な」などと、次の目標や不安が出てきて、また受験勉強の時と同じ状況に戻ってしまったのではないのでしょうか。このように目標が達成されると、また、次の目標に向かわなくてはならない、これがメリトクラシー社会での人間です。これで満足という終わりが無いわけです。

現代で最もメリトクラシーの思想が強いアメリカでは、ストレスや欲求不満で非常に多くの犯罪や問題が起こっており、1950年代にアブラハム・マズローが『人間性の心理学』で提唱している「ポジティブ心理学」の概念を1990年代にマーティン・セリグマン教授が、心理学の重要な一部門とするように提案しています。これは、精神疾患を研究するのではなく、通常的人生をより充実したものにするための研究で、これまでさまざまな成果が報告されてきました。その中で、幸福感に影響を及ぼす要因も分かってきており、それによると幸福感のかなりの部分は人間の意思でコントロールできるのだそうです。幸福感に影響を及ぼす要因には、年齢（高齢者は若年者よりも人生に満足しているが、40～50歳は「中年の危機」になりやすい）、性（女性のほうが男性より幸福感が強い。女性のほうが自分の目標を早い時期に達成している）、お金（貧しい人はお金により幸福感が増すが、中流以上に達すると、お金が増えても幸福感は変わらない。ある研究によれば年収が7万5千ドルを超え

ると幸福感はほとんど増えない)、教育や知性(高度な教育や高い知能指数は、幸福感を増さない。セリグマン教授は、「好奇心や勉強習慣などの知的な徳は、親切心や感謝の念や愛する能力などの対人的な徳ほどには幸福感と関係を持っていない」と述べている)、育児(子供が生まれると両親の満足度は低下し、親としての責任のストレスが増加する。長期的には子供を持つと人生に生きる意味が与えられる)、気候(気候は幸福感には影響を及ぼさない)、遺伝(幸福感の50%は遺伝によって決定される。幸福の遺伝子5-HTTがある。幸福感の10%は収入などの客観的要因で決定され、自分の意思で決定できるのは40%ほどの部分である)、ストレス(失業や配偶者の死により幸福度は低下し、元のレベルに回復するまでに時間がかかる)、結婚(結婚している人は独身の人よりも幸福のレベルが高い)、社会的ネットワーク(幸福は社会的ネットワークで人から人へ、特に友人、同胞、配偶者、隣人などの親しい人間関係を通じて伝播する。同様に不幸も伝播する)、文化(文化により幸福感は大きく異なる。その国の豊かさと、個人主義か集団主義かが幸福感に影響を及ぼす)などの条件が知られるようになっていきます。性、年齢、遺伝、文化は生得的なので自分では変えられません。社会的ネットワーク、結婚、育児は自分の意志で様々な関係を生み出すことが可能です。また、日本で幸福の条件

と信じられているお金、教育や知性は、幸福の必要十分条件にはならないことは、十分に考え直してみる必要があるでしょう。藤井さんの、ムヒカ大統領、ミヒャエル・エンデ、チャップリンらの言葉は、まさにそのことを指摘しています。幸福な人が多いことは、個人の人生の実現を通じて社会の安定と発展の基本条件になります。

また、幸福を生み出す基本条件も明らかになっています。幸福感を増す方法は、(1) 週に1回、自分の幸福を数える時間を持ち、自分の幸福に目を向ける。1日に1回行くと効果が少なくなるので、週に1回行くと良い。これにより、「幸福順応（当たり前になってしまう）」を避けて他者への感謝の念を増やすことができる。(2) 他の人に親切にする、同僚や通りすがりの人に支援の手を差し伸べる、こうした利他的行動を行うと幸福感が増す。(3) 感謝の手紙を書く、自分の強みが何であるかを知ってそれを生かすようにする、自分の長所に注目して日常生活に生かす努力をする。(4) 他の人に多くを与え親切にする、ボランティア活動など自分の時間を与えることでも良い。情報やアドバイスなどでもよい。(5) 他の人と一緒にいることで、家族や友人と一緒にいる時間の長い人は幸福感が強い。家族や友人との人間関係を大切に、長い時間を一緒に過ごして、それを心から楽しむと幸福感が強くなる。(6) 一日の終わりに、

その日の良かったことを3つ書き出すこと。1日の終了時に、その日の良い事に注目し、なぜ起きたかを考える。この方法により、持続する幸福感を得ることができる。(7) 他人と自分を比較しないことで、自分の給料に満足していても、知人が自分よりもっと多い給料をもらっていることを知ると不幸になってしまう。人は自分が幸福であるほど、まわりの人との比較に関心を払わなくなる。自分が満足できる仕事を持ち、家族や友人と良好な関係にあれば、比較による不幸から逃れることができる。(8) 生涯にわたる目標や夢に全力を傾けることで、多くの満足感や喜びが得られる。「フロー(何かに没頭した状態)」状態の時間が長いと、幸福感が増すので、そうした活動を選んで取り組む。以上が、研究で明らかになってきています。これは前の章でお話しした自分の人生のための「海図」「羅針盤」です。仏教では求道者の行として「四摂事(ししょうじ)」をあげて、人と分かち合う「布施」、優しい言葉、気に入る言葉、心に訴える言葉を人に語る「愛語」、相手を利する行為をする「利行」、平等に接して行為を共にする「同事」を挙げていますが、現代の心理学と対人関係の部分では同じことを指摘しています。つまり、人間が幸福を感じる基本条件は他との関係の中で初めて実現されるということです。逆に、ハラスメントでいつも緊張した状況に置かれ、苦痛を感じている人が多いこと



が、その個人ばかりでなく、関係する集団全体に不幸な感情をもたらし、集団の関係を弱め、パワーを低下させてしまうことになります。

人間は社会的生物ですから、必ずさまざまな関係の中で帰属意識を得ることで自己意識を形成しています。しかし、幸福な関係を作ろうとしても挫折してしまうことが多いのは、前章で述べたように、私たちは「我執」の存在であるため、メリトクラシーによる価値観という風にただ身をまかせる漂流船だからです。風に吹かれているだけでは、どこに行くか、どの方向へ進むか、自分で決めることはできません。仏教は、こうした風に流される帆船としての人間存在に、目覚めを促し、働きかけています。漂流しているだけの帆船が、その働きかけを受けて、自分が「夢を見ていた」「洞窟の中に居た」と自己の存在の迷妄に目覚めると、光と確かな方向の風がとどけられ、自分の方向を決める舵と帆の操作ができるようになります。幸福な関係に舵をとり、それに向かう風を帆に受ける存在になることができます。

そして、幸福の条件を見ればわかるように、人間の幸福の条件は、とても日常的で、シンプルで、当たり前な行動です。なにか特別な業績をあげるとか、億万長者になるとか、大きな権力

を握るとか、メディアが流しているような「成功者」になることではありません。しかし、その当たり前のことは、「我執」としての自分の存在に目覚めない限り、たとえ一時は実現できても、違う風が吹けば跡形もなく消えてしまいます。日常の大切な広く深い関係を変わずに続けられる身となる、それは自身の迷妄への目覚めから始まります。その中で、穏やかで温かい家族、友人、恋人、隣人などと共に歩める関係が生まれていくのです。そして、その歩みは社会全体の灯火として広がって行くでしょう。

## 第12章 「利他の精神」—生きがいとは？

本章では、人間は何のために生きているのか、生きがいとは何なのかを考えてみたいと思います。

### <藤井>

仏教には、「菩薩」という言葉があるのですが、私は、この「菩薩」という言葉が長い間しっくりきませんでした。自分には関係無いように思われたからです。しかし、最近、やっと無関係ではないということがわかってきました。それは、人間というのは、人の喜ぶことをすることが自分の喜びになると思えたからです。もしかしたら、神様がそういうふうプログラムしているのかも知れません。例えば、お笑い芸人なんかも、皆が笑ってくれるのが嬉しいのだと思います。歌手にしても、人々に感動を与えるからそれがやりがいになるのだと思います。それがわかったのは、第4章でも取り上げた黒澤明監督の「生きる」という映画を見返してからです。

この映画は、20代から何回か見たのですが、最近、学生とこの映画を見返してみたのです。映画のあらすじは第4章に示していますが、長年市役所に勤めてきた主人公が胃癌になって、こ

れまで一生懸命息子のために働いてきたのに、その息子夫婦からは要らないものにされて、自分は何のためにこれまで生きてきたのだろうかと思い悩むわけです。それで、死ぬ前に何か心を満たすものを追い求めるのですが、何をやっても満たされないわけです。そして、最後に、若い女性の行員に、あなたは何でそんなに生き生きしているのかと尋ねるわけです。そして、その女性行員は、おもちゃを出して、「今はこれを作っていて、こんなものでも、子供が喜ぶ姿を想像すると楽しいじゃない」と言うのです。それを聞いて、主人公は目を覚まします。そうだ、何か一つでもいいから、人の喜ぶことをやろうと。それで、雨になると泥水が溢れる場所を公園にすることをやり遂げて死んでいくわけです。

黒澤明監督は、「生きる」ことの意味をそういうふうに捉えていたのだということが、その時はじめてわかったような気がしました。仏教では、それを「利他」と言います。他人を利するという意味です。人のために役に立ちたい。『生きる』の映画を見て、それは人間の願いなんだと思いました。その「利他」ができる人を仏教では「菩薩」と言います。それで、その「菩薩」という言葉が、最近、身近に感じるようになったわけです。

しかし、前章までに述べたように「私」に支配された生き方では、人間は、本質的に「私」を支えるものを集めて回るわけですから、他を利するような生き方はできないわけです。仏教の言葉で言えば「自利」、すなわち自分を利することしか考えられないわけです。そういう意味では、子育てというのは、私たちに「利他」の生き方を与えてくれるので、多くの喜びを感じることができます。しかし、それさえも、いつの間にか、子供が「私」を支える杖の一つになって行きます。子供のできがよいと誇らしく思い、できが悪いと自己嫌悪に陥るわけです。そして、子供のためと言いつつ、子供の尻を叩いて、少しでもレベルの高い学校に行けるように追い立てて行きます。結局は、利他のように自利のために邁進しているわけです。したがって、「利他」というものは、そう簡単なものではないということです。

私は、池井戸潤の小説が好きですが、銀行員のエゴイズムが大変面白く描かれています。結局、最後は自己保身に終始する生き方、それが現実を表しているように思います。人を利することが、自分を利することになる、それを仏教では「自利利他円満」と言いますが、現実には、なかなかそうなりません。他が利すれば、自分が損をするし、自分が利すれば、他が損をする。それが現実だと思えます。菩薩というのは、「自利利他」ので

きる人と言われますが、どうすればそういう生き方ができるのでしょうか。

そこにも、「私」に支配された生き方から、時々解放されるということが必要になってくるのだと思います。「私」に支配された生き方では、「私」を傷つけるたり貶めたりするものは排除して行きますから、孤独や孤立に陥っていきます。利他の方向から外れていくわけです。それが、「私」というものから解放され、目が覚めて見ると、実は、皆が同じ苦しみを味わっている仲間だと見えてきます。皆、「私」が傷つくことを恐れ、「私」を支えるものを集めることに終始している、そういう仲間だとわかるわけです。親鸞は、それを「われら」という言葉で表しています。目が覚めてみたら、皆、同じ苦しみを抱える仲間だったというわけです。そこに、通じ合うということが生まれます。「浄土」というのは、そういう世界を表しているのだと思います。

『マトリックス』という映画では、目が覚めたネオは、人間を支配しているコンピュータから人間を解放するために、仮想現実の中に戻って行きます。目が覚めた仲間とともに、コンピュータに支配されている人間を救いだそうとするわけです。仏教で説かれる菩薩も、そういう存在として描かれているように思

います。しかし、現実の私たちには、とても他人を救い出すような力はありません。実際に、「私があなただけを救いますよ」と言い出したら危ない人間と見なされます。実際、危ない人間だと思います。では、私たちに利他を行うことは不可能なのでしょうか。

上記の『生きる』の映画では、主人公の渡辺は、最後に、自分の職場に戻るわけです。自分の職場に戻って、自分にできることを命をかけてやるわけです。この映画を見て、私は、人それぞれ与えられてる使命があることを感じました。神様が、すべての生命にそれぞれに果たすべき使命を与えているのだと思います。たとえ障害を持って生まれたとしても、その人には、神様から与えられた使命があるわけです。私も、22歳で寿命が尽きなかったのは、まだこの世で成すべき仕事があったからだだと思います。ですから、仏教で言う菩薩というのは、私たちが言えば、私たちに与えられた使命を見つけ、それを成し遂げることに力を尽くすことではないかと思います。そこにこそ生きる喜びが与えられているように思います。

しかし、「私」に支配された生き方では、なかなかそういう生きがいというものが見いだせません。また、人に尽くすというような発想自体も失われて行きます。物事を損得のみでとらえ

自分の利益を守るために人を犠牲にしていく、そういう生き方しかできませんし、それを間違っているとも思わないわけです。『生きる』の映画でも、葬式で、主人公が癌と闘いながら命がけで住民のために公園を作ったということがわかって、自分たちもやろうと意気投合するのです。しかし、一夜明けたら、結局、やる気のない日常に戻っていくわけです。黒澤監督は、本当に人間というものをよく見ていると思います。

では、どうすれば、生きがいのある生き方ができるのでしょうか。結論から言えば、時々、目を覚まして、「浄土」から力ももらって生きるということです。そんなの必要ないという人はそれでいいと思います。しかし、人間誰しも、力が出ない時があります。いくら努力をしても結果が出ないとき、もう何もかも嫌になった、死んでしまいたいと思うこともあります。私も、仕事でうまくいかないことがあると、もう人生終わってもよいのではないかとグチをこぼします。妻からは、無責任と言われます。まだ、子供が一人前になっていないのと言うわけです。そういう時は、子供も妻も「水の河」で飲み込んでいるわけです。自分を必要としている人はいるのに、それが見えないのです。そして、もう、自分は十分使命を果たした、惜しまれる内に死ぬ方が幸せだと思うわけです。まあ、自分勝手ですよ。だいたい、人間関係がうまく行かない時はそうなります。そこ



に失われているのは、仏教用語で言えば「欲生心」と呼ばれるものです。「欲生心」は、浄土に生まれたいという心ですが、平野先生は、これを「生きたいとおもう心」だと言われていました。要するに、「生きる意欲」です。生きるための意欲を失った時、その意欲がどこから起こってくるのかということです。その意欲を与えるものが、「浄土」です。

「浄土」というものは、私自身が生かされている場だと思えます。私自身は、多くの命に支えられ、ここに存在しているわけです。その命は、他の命とつながり、それぞれが、それぞれの役割を果たしてこの世界を成り立たせているわけです。行き詰まった、もう自分は生きていても仕方がない、そう思わせるのは「私」です。「私」から離れれば、そこには、エネルギーに満ちた命の働きがあるわけです。そこには、共に、「私」という自我に振り回され、思い悩み、苦しんでいる仲間がいるわけです。どんな人間も無駄ではないという平等があるわけです。そういう浄土を与えられることで、人を火の河で焼き尽くし、水の河で飲み込むという「私」からの解放が起こります。実は、それが「利他」にもなっているわけです。自分が、「私」から解放されることで他も救うことになるわけです。なぜならば、「私」が火の河と水の河で消していた人が救われるからです。浄土を与えられることが自利、それによって人を救い出せる、

これが利他です。したがって、私たちの自利利他は、浄土を与えられるところに成立するわけです。言い換えれば、目が覚めるところに「自利利他」が成り立つわけです。

仏教の比喻の中に、「伊蘭林（いらんりん）」というのが出て来ます。その伊蘭の木は非常に臭くて、その花や実を嗅いだら、発狂して死んでしまうくらいの臭さなのだそうです。その「伊蘭」は何を表しているかと言うと、私の姿です。自分のことはよくわからないと思うので、周りを見回してみてください。あんな人には近づきたくないという人がいるでしょう。傲慢で、すぐに腹を立てて、目上の人にはおべっかいをつかい、目下の人は見下す。ああいう人間にだけはなりたくない。人のことはよくわかるわけです。しかし、実は、それは自分の姿でもあるわけです。私たちの自我は、自分の都合の良いように周囲が見えるようになっていますから、自分の都合の悪い人間は臭いのです。自分自身も悪臭をまき散らしていることには気づかず、人の悪臭はよくわかるわけです。そういう人間の集まりを伊蘭の林と言うわけです。自分の職場がそういう伊蘭の林だったらどうでしょう。息がつまりますよね。その比喻では、そこに「梅檀（せんだん）」の種が落ちて、それが根を生やし、芽を出すわけです。そして、それが成長して枝を伸ばして樹になって、よい香りを放つというわけです。そして、伊蘭の林を非常に良

い香りの林に変えていくというわけです。これは、一人の人間が、目を覚まし、浄土を与えられ、悪臭を放っていたのは私だったと自覚し、共に生きられる道を模索していく。職場であれば、そういう職場に変えていく。そういうことを語っているように思います。利他というのはこういうものだと言っているように思います。

私は、大学院の時、一時、仏教を説く人になろうかと考えたことがあります。菩薩というのは、そういう人だと思ったからです。しかし、細川先生は、そういう道は勧められませんでした。それは遠回りだと言われました。私は、曲がりなりにも建築について学び、研究者としての道を歩みはじめていたからです。それから30年経ち、やっと最近になって、自分に与えられた道をしっかり歩むことこそ仏道だと思えるようになりました。仏教を説くことだけが菩薩ではないわけです。自分が与えられた持ち場で、この世に生まれてきた使命を仲間とともに果たしていく、それこそ仏道であり、菩薩の道なのだと思います。ただ、私たちの日常は「凡夫」と呼ばれる存在です。凡夫というのは、煩惱を断じていない人を言います。すなわち、「私」に支配されて生きている人間のことです。私たちの日常は、火の河、水の河で、人を消し去る毎日を送っています。そういう中で、時々、目が覚める。そして、また人を消し去って申し訳な

かったと思える。その一瞬のみ浄土を与えられるわけです。ですから、俺は菩薩だという人は、相当怪しい人ですね。

最後に、「法蔵菩薩」に触れておきたいと思います。法蔵というのは、仏の覚られた法（法則）が収まった蔵ですね。菩薩というのは、自利と利他ができる人のことです。ですから、法蔵菩薩というのは、仏の覚られた法が、自利と利他の働きをするということを言っています。先ほど述べたように、私たちにとっての自利は、目が覚めること、すなわち浄土を与えられることです。利他は、それによって周囲の人が救われるということです。私たちからすれば、目が覚めるわけですが、目が覚めたということは、起こした人がいるわけです。その起こした人を「法蔵菩薩」と言うわけです。仏の法が、私たちを目覚めさせるわけです。どうやって起こしたかと言えば「南無阿弥陀仏」と呼びかけることによって起こすわけです。私たちの側から言えば、南無阿弥陀仏という声を聞いて目覚めるわけです。そして、目が覚めることで、人を消し去ることが止み、人を救うことができる。これも仏の法の働きだということで、「法蔵」を「菩薩」と言うわけです。ですから、私たちの自利利他は、私の力でなしたのではなく、法蔵菩薩の働きなのです。だいたい、私の力でなしたものは、伊蘭の臭いがプンプンします。お

前たちのためにやってやったという思いが悪臭になって立ちこめるわけです。

私は、本当に浄土真宗というのは、すばらしい教だなと思います。人間というものをとことん見抜いているように思います。こういう教が、日本に残っているのは、本当に誇るべきことだと思いますね。

## <落合>

この章のテーマ「利他の精神」も、前の章と同じく、人間としてどう生きるかという問題として考えてみたいと思います。

「利他」は仏教の用語ですが、現代の言葉にすれば「いかに他者（自己ではない存在）を愛するか」という問題です。そんなことは考える必要がない、人は自然に人を好きになり、愛するのは当然の感情だと思うかもしれません。しかし、私たちの感情は非常に気まぐれです。私の場合、小学校から高校まで、たまたま席が隣だったということで友達になり、席替えで席が離れてしまうと疎遠になり、クラスが変わると別の友達ができる、もちろん、転校してもずっと連絡できた友人もいましたが、離れると自然に関係も遠くなる、帰属する集団が変わると友人関係も変わる、私たちの友情はそんな日常的なもろさを持ってい

ます。愛情も同じです。私は、高校の時に付き合った相手に、1年生のときに一目惚れしました。その後、校内ですれ違うときにずっと意識していましたが、知り合うチャンスはありませんし、自分から声をかけるようなことは、性格上無理でした。その後、3年生の校内活動で、先生が彼女に私への連絡を頼んだのがきっかけで初めて話すことができ、互いに興味を持って、「やっと思いがかなった」と心の底から喜んで付き合い始めました。しかし、その後の経過は、第3章の「四苦八苦」の例に書いたとおりです。

前半の章で紹介した亀井勝一郎『愛の無常について』の第二章「愛の無常について」では、恋愛について以下のように述べています。

人間社会、それはある意味で愛の犠牲の犠牲者の集団だと言ってよいかもしれませぬ。いたるところ愛とともに犠牲者が続出します。これをきわめて簡単な図式に示せば、次のようになるでしょう。

「或る男があった。彼は或る女と恋した。女は子供を生んだ。  
男は別れた」

「或る男があった。彼は或る女と恋した。二人は結婚した、愛しあわなくなった」

至極簡単な筋ですが、古今東西の小説で、多少ともこれをテーマとしないものは一つもない。(中略)あらわれ方は千差万別ですが、愛における出会いの悦びと別離の悲哀は、いくら語っても語りきれぬ、人類永遠の課題である何よりの証拠です。

(出典：亀井勝一郎(1979)『愛の無情について』角川書店)

亀井勝一郎は恋愛ばかりでなく、隣人愛、同胞愛、家族愛、友情など、人間関係に関わる愛は、すべて同じ「無常(遷り変わる)」という問題を抱えていると指摘し、それらが敵対、憎悪、裏切り、偽善に変わっていく姿を描いています。

現代のアニメ、ライトノベルに恋愛要素は欠かせないものですが、その多くは2人が出会い、恋するところで終わっています。2016年の大ヒット作『君の名は。』はまさにその典型です。多くの人は、そこまで留めて、それから先の二人の運命を考えようとはしません。しかし、シリアスな物語になればなるほど、二人が出会った後の不和や対立、そして騙し合い、敵対、憎悪、裏切り、その中での悲哀や苦悩、別れを取り上げています。純文学の作品もテーマは同じです。夏目漱石の初期三部作と言われる『三四郎』は男女の出会いと恋愛感情、『それから』は友人の妻を奪う不倫、『門』は不倫で結ばれた夫婦の苦悩を描いています。後期三部作の『彼岸過迄』は男女の出会い、『行人』

は心の離れていく夫婦の対立と不倫感情、『こころ』は三角関係になった友情の悲劇を描いています。漱石の遺作になった『明暗』は情動的に憎悪に変わった破綻した夫婦関係の悲惨を見つめています。夏目漱石に影響を受けた村上春樹も崩壊した家族（『海辺のカフカ』など）と破綻した夫婦関係（『ねじまき鳥クロニクル』や最新作『騎士団長殺し』など）をずっと描き続けています。メディアでは、恋愛のすばらしさや、夫婦、家族の愛情ばかりが取り上げられる傾向にあります。それだけでは文字通り「夢を見ている」「洞窟にいる」と同じです。なぜ、人間の友情や愛情は破綻を避けられないのか、長続きしないのか、その原因を、藤井さんは人間存在が「伊蘭林（いらんりん）」の本質を持っているためと説明してくれました。

「伊蘭林（いらんりん）」とは何か、それを19世紀後半から20世紀前半の科学文明の中心地でありながら、ナチズムという形で第二次世界大戦の悲劇を生んだドイツ市民の心理構造を描き出したエーリッヒ・フロムが的確に説明しています。今でも世界中で読まれているフロムの『愛するということ（The Art of Loving）』は、人間の本質を以下のように説明しています。



人間の最も強い欲求とは、孤立を克服し、孤独の牢獄から抜け出したいという欲求である。(中略)どの時代のどの社会においても、人間は同じ一つの問題の解決に迫られている。いかに孤独を克服するか、いかに合一を達成するか、いかに個人的な生活を超越して他者との一体化を得るか、という問題である。

(出典：エーリッヒ・フロム著・鈴木 晶訳 (1991) 『愛すること』 紀伊國屋書店)

フロムは、人間が孤独を克服する方法を詳しく述べています。まず、他者との一体化を得る第一の方法は、お祭り、飲酒、乱痴気騒ぎ、セックスのような「祝祭的興奮状態」を生み出すことで、これは、どの民族、どの社会、どの集団、どの個人でも同じです。しかし、これらは断続的で一時的なものです。クラブの打ち上げでの高揚感、恋愛の熱が長続きしないのは「興奮状態」は必ず覚めてしまうからです。

第二の方法は、集団、慣習、慣例、信仰への同調にもとづいた合一で、第10章では「帰属意識によるアイデンティティー」と説明しましたが、各民族が各集団ごとに作っている歴史的・文化的な個性です。「〇〇家の生まれである」「〇〇地方の出身である」「〇〇校の卒業生である」「〇〇社の社員である」「日本人である」というような特定の社会的属性への帰属感

一体感です。これは、十字軍のような異なる宗教への憎悪、戦国時代の家同士、地域同士の血で血を洗う闘争や、世界大戦のような近代国家の総力戦の動機であり、日常生活や仕事でもグループや派閥争いのようにしばしば深刻な対立に繋がります。さらに、フロムは現代人の特徴として、「仕事も娯楽も型どおりになっている」点をあげています。同じ年齢で学校生活を送り、同じ時期に就職してサラリーマン生活を過ごし、同じ頃に結婚して家庭を持ち、人と同じ映画を見たり、レジャーで楽しんだり、SNS をすることなど、発達した社会であればあるほど日常生活が一定の型にはまっていることが社会との一体感をもたらしています。逆にこうした型からの逸脱は、高校時代にうつ病になって日本社会のリズムから脱落した私が味わったように、大きな緊張と不安をもたらします。日本社会の多くの人が、社会的、経済的停滞のために社会の型のルールに乗れないことで傷つき、大きなストレスを感じているのはこのためです。

そして、第三の方法として、創造的活動があります。何かに集中して取り組むことによる対象との一体感です。絵を描いたり、音楽を演奏したり、聞いたりすることから、職人が時間をかけて手作りの品を完成させることまで、自発的な精神の集中は高度の一体感と満足感をもたらします。今、若い人が好きなスマ

ホ・ゲームに何万円も注ぎ込んだり、競馬などの賭け事に大金を払ったり、コスプレをしたり、手作りの品や園芸、さまざまな趣味が流行しているのは、組織で命じられている自発性を持たない勉強や仕事では味わえない、自分で成し遂げたという自由意志を感じる機会を得ようとしていることになります。

しかし、フロムはこれらの一体感は、一時的であったり、一種の欺瞞にすぎず、「完全な答えは、人間同士の一体化、他者との融合、すなわち愛である」と述べています。

自分以外の人間と融合したいというこの欲望は、人間のもっとも強い欲望である。(中略)この欲望こそが、人類を、部族、家族、社会を結束させる力である。融合を達成できないと、発狂するか、破滅する。自分が破滅する場合もあるし、ほかの人々を破滅させる場合もある。この世に愛がなければ、人類は一日たりとも生き延びることはできない。

(出典：エーリッヒ・フロム著・鈴木 晶訳 (1991) 『愛すること』紀伊國屋書店)

恋愛、友情はもちろん、家族愛、郷土愛、学校愛、会社愛など、愛の葛藤の悲劇は、亀井勝一郎が述べているように、物語や日常のニュースで常に目にする人間の生き様の悲劇です。ではなぜ、フロムは悲劇の根源である「愛」を人間の存在条件だとし

ているのでしょうか。それは、私たちの「愛」がフロムの言う成熟した愛ではなく、「共棲的結合」だからです。いわゆる母親や父親、あるいは恋愛での溺愛で、それは服従と支配の相互依存関係です。子供を進学校に通わせるために全力をつくしている親子関係はまさにそうで、親は子どもが進学するという夢に依存し、それを愛情と錯覚します。同時に、子供は進学することが親の愛情に応えることだと思って、幼稚園の時から遊びたい気持ちを我慢して塾に通い始めることになります。進学の際は就職、就職の次は恋愛や結婚、次は子育て、この関係には際限がありません。そして、目標が達成できなかつたときは、「愛」は、深刻な憎悪に変わります。メディアは、家庭内暴力、親殺し、子殺しの問題を倫理、道徳の問題として報道していますが、本質はまったく違います。「愛」は人間存在そのものの問題ですから、従う側は、耐えがたい孤立感・孤独感から逃れるために、命令し、保護してくれる人や集団になりきろうとし、支配する側は、耐えがたい孤立感・孤独感から逃れるために、他人や集団を自分の一部に取り込んでしまいます。

これに対して、成熟した愛は、「自分の全体性と個性を保ったままでの結合」であり、「人間の中にある能動的な力」で「二人が一人になり、しかも二人でありつづけるという、パラドックスが起きる」ことになります。フロムは「愛」を能動的な行

為・活動と定義しています。能動的、活動的とは、まず自分の持っている物質的なもの、精神的なもの、知識や技術などを相手に「与えること」、そしてその愛は「配慮、責任、尊重、知」によって構成されていると述べています。「与えること」は恋愛関係でいえば、自分のできるプレゼントをする、手作りの料理を持っていくなどでしょうし、相手が困ったときに援助したり、アドバイスや励ましを与えたりすること、勉強や仕事を手伝ったりすることでしょう。「愛」は好きになる、相手を求める、一目惚れするというような恋に落ちることと誤解されていますが、そうではなく、なによりもまず相手のためにする行為、活動です。同時にそれは、母親が子供の身のまわりの世話をしたり、父親が忙しい仕事の合間を割いて、子供と時間を過ごしたりするような、愛するものの生命と成長を気にかける「配慮」「気づかい」です。「私は子供を愛しています」と言っても母親が食事を与えなかったり、父親が子供と口もきかなかったりすれば、それは行動になっていないため「愛」ではありません。もう一つ重要な条件は「責任」で、自発的な行為として、いつでも他者の要求に応じられる、応じる用意があることです。しかし、「責任」は「尊重」を欠くと、「愛」と似て非なる支配や所有になってしまいます。「尊重」とは他人がその人らしく成長発展していくように、相手の個性を大切にすることです。

そして、相手を尊重するには相手を理解しようとする「知」が不可欠です。特に恋愛関係では、性の支配と被支配ではなく、共に男性性と女性性という人間を形成している二極対立を統一していくことだとフロムは述べています。異なる存在として相手を「知」ろうとすることが成熟した「愛」を生み出すのです。

そして愛の最も大切なのは、「特定の人間に対する関係」ではなく「世界全体に対して人がどう関わるかを決定する態度、性格の方向性」である点です。ある人を好きになるというとき、同時にそれは、家族、友人、自分の属する集団、住んでいる環境などあらゆる関係の中でのことです。「与えること」、そして「配慮、責任、尊重、知」を行うことは、好きになった相手ばかりでなく、すべての関係においてのことになります。そして、その態度は、他者に対してばかりでなく自己自身についても同じです。愛の根本条件は「知」つまり、そのままではナルシズム（利己愛）でしかない人間が自他の存在に目覚めることです。

フロムはユダヤ人としてヨーロッパに生まれ 1930 年第二ナチズムの迫害を逃れてアメリカに渡りましたが、後年、自分の民族宗教であったユダヤ教から仏教に触れるようになった人で

す。人間と世界との広く深い関係の回復を「愛」と捉え、愛は「与える」活動、つまり自己と他者への「配慮、責任、尊重、知」によって初めて相互の本来的な関係が成り立つとしたところに、藤井さんが説明してくれた「目が覚めるところに自利利他が成り立つ」ということが示されています。それによって、そのままでは悪臭そのものでしかない「伊蘭林」である人間に「梅檀」の種が撒かれて、人間の存在を「自利利他」の存在に変えてゆくことになります。

こうした内容を読むと、「〇〇をすることは間違いだ」「〇〇しなくてはいけない」となるか、「面倒だ、どうでもいい」「今のままでいい」となるかかも知れません。しかし、フロムの「愛情論」を紹介したのは、人生は、思い、感情、観念あるいは価値観や道徳ではないことを知ってもらいたいためです。現代の教育システムに適応して、順調に進んできた人ほど、自分の思いや考え、思想、正義、善、正当性を認めているでしょう。逆に、現代社会の進み方に適応できなかった人は、自分を無価値だと思い、劣等感、不安におののいていることでしょう。しかし、それでは、自分も他者も「愛」することはできません。家族、友人、恋人、生まれた郷土、育った学校、勤めている会社や組織、民族全体の国家と本当に成熟した関係を持つことはできないのです。つまり、人間は、そのままでは支配されるか支

配するかしかできず、対等な存在として何かに働きかける、影響を与える、何かのために働くことはできないのです。「我執」という「夢を見ている」「洞窟にいる」状態では、人間は帰属意識、所属意識に動かされる存在として周囲の關係に依存するか、それを支配するかしかないので。そうした人間を知っている存在が、仏教では南無阿弥陀仏であり、その「知」の働きかけがあって、初めて人間は自分が「頭」と「心」「身」に分裂していたこと、さまざまな關係に依存したりそれを支配したりして流転していたこと、愛の無常に流されていたことに目覚めて、「配慮、責任、尊重、知」による「愛」として、自己と他者に適切な行動をとることができるようになります。藤井さんの『生きる』の主人公は、癌という限界にぶつかって初めて目覚め、自分のなすべきことを「知」ろうとし、市民や子どもたちへの「配慮、責任、尊重」を仕事の中で実行し、初めて自発的に独立した自己として生きる喜びを与えられたのです。それは、日本という仏教の環境「仏土」があったから気づくことができた世界だったと言えるでしょう。こうした日本という「仏」国土にうまれたことは、皆さんが、これから「愛」の対象を見出し、相手を「愛」していく、大きなチャンスを与えてくれているのです。



## 第13章 「共生」— 私たちに未来はあるのか？

最後に、「共生」、共に生きる道について考えてみたいと思います。

### <藤井>

私の所属する近畿大学工学部では、持続可能社会を目指すという目標を掲げています。要するに、このまま行けば、資源は枯渇し、食料は無くなり、地球は滅亡へと突き進むということです。また、人類は、いつまでたっても戦争を止められず、核の傘でこの世界を覆い、人間自らの手で、地球を滅亡させる力を手にいれてしまいました。したがって、私たちは、いつ人類が滅亡してもおかしくない時代の中に生きているわけです。

第11章にも少し触れましたが、1979年、生物物理学者ジェームズ・ラブロックは、著書『地球生命圏—ガイアの科学』において、地球は、ひとつの有機生命体（ガイア）の可能性があると述べています。「ガイア」とは、ギリシャ語で「大地の女神」を意味し、現在では、この理論を「ガイア仮説」と呼びます。私は、以前、これをNHKの番組で見て興味を持ち、番組のもととなった本も買いました。番組では、地球自体を生命と考え

なければ説明のつかないことが沢山あると言うわけです。例えば、地球上の酸素は、ほんの少しでも狂えば、生命を維持することはできないのだそうです。酸素濃度は、低すぎると新陳代謝が行えず、高すぎると酸素中毒を起こす。また、少しでも高いと世界中に火事が起きるのだそうです。その微妙な酸素のバランスを、地球上の植物が光合成によって作りだしているわけですが、こんな奇跡的なバランスは、地球を一つの生命体と考えなければ、説明がつかないというわけです。同様に、海の塩分の濃度も、なぜか6%を超えることはないそうです。6%を超えるとほとんどの海の生物が生存できなくなるそうです。そして、そのNHKの番組で衝撃的だったのが、南米アマゾンの森林破壊の衛星画像です。その森林が減って砂漠化していく様子が、人間の癌細胞の進行によく似ているというわけです。森林破壊を行っているのは、もちろん人間です。そうすると、人間は、地球にとって癌細胞同然というわけです。

私は、このガイア仮説は、非常に説得力があると思います。私たちの身体も、細胞の他に、無数の微生物や細菌が暮らし、その微生物、細菌と共生することで生命を保っているのだそうです。細胞や微生物・細菌からみれば、一人の人間が地球のようなものだと思います。人間の場合も、癌細胞ができると、免疫細胞がそれを攻撃して、それを死滅させようとします。人間が

地球にとって癌細胞だとすれば、免疫細胞がそれが大きくなならないように攻撃します。それが、人間にとっての様々な病気や感染症だとは言えないでしょうか。しかし、癌細胞は、あらゆる免疫にも抵抗する力をつけて増殖して行きます。それと同じように、人間も、あらゆる病気を克服し、寿命を延ばし、人口を増大させて行きます。そして、癌が正常細胞を食い荒らすのと同様に、人間も、森林を破壊し、土地を砂漠化させ、空気を汚染させて行きます。そして、最後には、癌によって人間は死に至り、同時に癌も死滅します。さて、人間は、地球を死に至らしめることはないのでしょうか？

科学はあらゆる病気を克服してきました。しかし、次から次に新しい病気が出てきます。また、先進国と呼ばれる国では、結婚する人が少なくなり、人口減少が続いています。これは、地球生命体が癌細胞を抑制している作用とは言えないでしょうか。私たちは、豊かになることが幸せになる道だと信じて、ここまで突き進んできました。しかし、このまま進めば、いずれ地球の資源は枯渇し、食料も無くなり、空気は汚染され、人間の住めない地球になって行きます。私たちは、自分の生きている間だけなんとかなれば後は知らないという形で、未来に負の遺産を残し続けているのではないのでしょうか。日本も、GDPが上がった下がったと一喜一憂していますが、GDPが上がるこ

とが人間に幸せをもたらすのでしょうか。ブータンという国は、経済的には決して豊かではないけれども、国勢調査で国民の97%が「私は幸せ」と答えているそうです。GDPは、国民の幸せと比例しているのでしょうか。経済的に豊かになることが本当に幸せをもたらすのでしょうか。一度、踏みとどまって考える時が来ているように思います。

近代は、人間の自我の欲望を膨張させてきた時代と言えるのではないかと思います。その結果、今の日本は天上界に至っていると思います。平野修先生が「他化自在天(たけじざいてん)」ということを言われていました。平野先生に言わせれば、他化自在天は、他人の労働を搾取して成り立っている社会なのだそうです。他が化したものを自在に受け取ることができる天という意味ですから、給料が1/10とか1/20の国に物を作らせて、それで豊かな社会を手に入れている日本は、まさに他化自在天そのものです。しかし、それで幸せが得られたのでしょうか。六道輪廻の教えによれば、天上の次は地獄ですから、地獄に落ちることを恐れて、不安で一杯というのが日本の現状なのではないのでしょうか。途上国の台頭で、ものづくり大国日本のお株はどんどん奪われています。世界一の長寿国になっていますが、子供の数はどんどん減り続け、超高齢化社会を迎え、若者の税負担は膨大になり、お年寄りの年金はいつ破綻するかわからな

い。そういう社会不安が、ますます少子高齢化を加速させる。それが今の日本の現状なのではないでしょうか。

地球の癌細胞である人間は、このまま地球を破滅に向かわせるのでしょうか。私は、価値観の転換が必要な時代が来ていると思います。経済に振り回されない価値観が必要なのではないのでしょうか。人間にとって何が本当の幸せをもたらすのか、今、しっかり考え直す必要があると思います。産業革命以降の人類は、癌化してきたように思います。すさまじい勢いで膨張し、地球の正常細胞を食いつぶしてきました。日本は、その先頭を走ってきたように思います。しかし、ここに来て、人口は縮小しはじめ、公害は少なくなり、皆、少子化は悪いことのように言いますが、私は、人間が正常細胞に戻りつつあるのではないかと思っています。

そして、人間が正常細胞に戻るために残された課題は「死の問題」です。「私」の支配下で生きている限り、死は受け入れがたいものです。「私」を支えるものとしても、健康というものが大きな杖となっています。この杖が揺らぐと、私たちは非常に不安になります。しかし、死によって本当に命は尽きるのでしょうか。前章までに述べたように、私たちの細胞は、数年間ですべて入れ替わるわけです。細胞は生滅を繰り返しています。

それをもう少し大きな視野で見ると、地球上でも、様々な生物が生滅を繰り返しています。新しい命が誕生し、使命を終えた命が死んでいくわけです。その生滅そのものをつかさどっているエネルギーを「いのち」とすれば、私たちの死は、その「いのち」の一つの営みでもあるわけです。私たちの自我は、いつまでも生きることを望みますが、老化ということからわかるように、使命を終えた命は、徐々に枯れていって、土に帰るようになっていくのです。私たちはそういう命を生きているのです。私たちの細胞の生滅と同様に、私たち人間も生滅を繰り返すことで、地球あるいは宇宙の生命を成り立たせているわけです。

私も、若い時に癌を患い、死の宣告を受けた時は、死が恐ろしくてたまりませんでした。しかし、第一子である娘が生まれた時、もういつ死んでもよいと思えるようになりました。子孫を残すことがこれほどまでの安心感を与えるのかと、その時はじめて知りました。やはり、子供が生まれるというのは、「いのち」を生きる上での一大事なのだと思います。ただ、動物や植物の中にも、子孫を残さずに死ぬものもいます。蜂のように、多くの働き蜂に守られて、女王蜂のみが子孫を残すものもいます。それぞれに、神様の与えた使命は異なるのだと思います。ですから、それぞれが、与えられた使命をなしとげて、この世を終わって行けば、それでよいのではないかと思います。

私は、家族に延命治療だけはしないでくれと言っています。機械に生かされるのは本意ではないと。人には、それぞれ寿命があるのだと思います。病気を縁に死ぬ人もいれば、事故が縁で死ぬ人もいます。私たちが、蚊をパチンと叩いて殺すこともあるように、自動車に跳ねられて死ぬこともあるのだと思います。しかし、死んだらそれで終わりかと言えば、人の一つの細胞が死んでも人は死なないように、「いのち」はそこで終わっているわけではありません。私たちは、「いのち」があるから生まれ、「いのち」があるから死んでいくわけです。確かに、人が死んでいくのは悲しいことです。特に、子を亡くした親の悲しみは想像を絶するものがあります。しかし、生まれたということは、死ぬということです。いつ死ぬかは、誰にもわかりません。そして、私たち自身も、他の生命の死によって生きているわけです。私たちが生きているのは、他の生き物を殺して食べているからです。他の生き物の死がなければ、私たちが生きるということも成り立たないわけです。ですから、生滅は必然なのです。問題は、私たちが、人間としての生を賜って、その生をどう生きるかということです。

前章で述べたように、私たちは、利他によって喜びが得られるようにプログラムされています。理系の人間であれば、他の生命との共生こそ、私たちに与えられた使命だと思います。地球

環境を守り、自然を慈しみ、他の生命と共に生きる、そこに人間の幸せもあるのだと思います。そういう意味では、大量生産大量消費社会は間違っているのではないかと思います。質のよいものを、大事に長く使う。私の専門の建築で言えば、100年、1000年と長く使えるものを時間をかけて造っていく。そこに技術の粋を集めるべきではないでしょうか。そして、地産地消と言いますが、自分達の食べるものは、地域で作って地域で消費する。そうすれば流通に必要なエネルギーは最小限にできますし、お金が紙切れになっても生きて行けます。いくらお金を持っていても、お金はいつ紙切れになるかわかりません。お金では本当の安心は得られないということです。

以上のように、仏教の価値観から見れば、世間の価値観とは別の見方が生まれます。それを正義だと握れば、またそこに争いが生じるかも知れませんが、やはり多様な価値観を認め合う社会が必要だと思います。一つの価値観に向かって走り出すと、かつての過ちを繰り返すことになります。それを防ぐためにも、特に、若い時に、多様な価値観を学び、考え、迷い、悩むことが必要なのではないかと思います。そして、その中から、自分に与えられた使命を見だし、その使命を成し遂げるために、自分のできることを精一杯やっっていく、それが人生のように思っています。



私の好きな小説に池井戸潤の『空飛ぶタイヤ』があります。これは、ドラマや映画にもなっています。その中で、主人公の運送会社社長が、大企業のリコール隠しを暴いていくわけです。しかし、その過程で、大企業や銀行の圧力で、自分の会社が潰されそうになるわけです。それでも最後まで屈しなかった社長に対して、内部告発を迷っている大企業の従業員が、大企業と妥協すれば、十分な資金をもらえて会社を存亡の危機に追い込むことはなかったのではないかと聞くわけです。その時に、主人公の社長は、「世の中にお金より大切なものはいくらでもあるだろう」と言うわけです。そして、その大企業の社員に、タイヤ脱輪で母親を亡くした子供の書いた絵を見せるわけです。その絵には、裏に「かみさまへ ママにもういちど あいたいです」というクレヨンの文字が書かれ、表にお母さんが笑った絵が描いてあるわけです。子供の純粋な願いですね。それが、その社長を妥協させなかったわけです。あくまでフィクションなのですが、何回見ても、そのシーンに感動します。

仏教にも、「願心」という言葉がありますが、願いというものが人間を突き動かして行くわけです。「南無阿弥陀仏」という声も、「法蔵菩薩の願心」が起こしているものです。浄土に生まれてほしいという願いです。そして、私たちも、浄土に生まれることで、「願心」が与えられます。火の河、水の河を超え

て生きたいという願いです。そして、それは、私たちを生かしている「いのち」そのものの願いと言ってもよいと思います。浄土というのは、それぞれの個性を輝かせます。「青色青光（しょうしきしょうこう）、黄色黄光（おうしきおうこう）、赤色赤光（しゃくしきしゃっこう）、白色白光（びやくしきびゃっこう）」というように、それぞれの個性を輝かせるわけです。すでに、私たちは、「天上天下唯我独尊」の命を与えられているわけです。その個性の輝きを消しているのは、「私」という自我意識です。浄土に生まれ、力を得て、そして、この「娑婆世界（自我に支配された世界）」に帰って、与えられた使命を精一杯はたして行く。これが、私たちに与えられた仏道だと思っています。

釈迦は、釈迦族の王子として生まれ、地位も名誉も富もある暮らし（天上界）から出家して覚りを開いた方です。私たちは、豊かさを手に入れ、やっと釈迦と同じ天上界まで来たわけです。私は、今こそ仏教が必要とされている時代だと思っています。持続可能社会を手に入れるためにも、私たちは、仏教の教えを聞くべき時が来ているのだと思います。

## <落合>

今回のお話の最後に私たちの未来について考えてみましょう。藤井さんは、仏教による「共生」という視点で地球環境と人間との関係を説明してくれましたが、私は人間が持つ三つの関係から考えてみようと思います。マルチン・ブーバーは、人間の存在を関係として捉え、「自然との交わりにおける生」、「人間との交わりにおける生」、「精神的実在との交わりにおける生」の三つの関係が人間の存在を構成していると考えました。また、それぞれに対して、人間は Ich-ES という関係と Ich-Du という関係があるとしています。これらをキーワードに考えてみると、現在の人間の抱える問題とそれを乗り越える道が見出せるでしょう。

「自然との交わりにおける生」について、藤井さんは、ガイヤ仮説による生命体としての地球環境と、それを破壊する現代人の課題を取り上げてくれました。人間と環境の関係は、ヒト亜族がチンパンジー亜族と分化し始めた 600～700 万年前、環境変化で二足歩行を始め、次第に大きな脳を持つようになったときから始まっていると言えます。260 万年前には石器などの道具を使い始め、12 万年前には継続して火を使うようになり、進化とともに狩猟採集文化を発達させる過程で、食糧資源であ

る植物や動物を取り尽くし、別の土地へ移住せざるをえないという最初の環境破壊を引き起こしました。5万から4万年前、私たちの直接の先祖であるホモ・サピエンスが生まれてからは、環境との関係はさらに緊張が高まります。農業・牧畜は森林の伐採などで人間に都合のよい植物相（食糧になる作物）だけを作り出す行為で、環境変動の影響を非常に受けやすくなります。また、森林は建築、船舶の資源になり、また燃料としても使われています。

今、Google アースなどで地球の写真を見ると分かるように、古代文明の発達した地中海、中近東から中国大陸にかけての地域にはほとんど森林がありません。現在の研究では世界史の歴史の教科書の最初に大きく取り上げられる巨大な帝国と高度の都市文明を発達させていた地中海からインドにかけての文明の衰退、滅亡は、森林破壊による環境変動の受けやすさと密接な関係があったと考えられています。アメリカ大陸の古代文明、マヤ文明等も森林破壊により環境変動の大きな影響を受け、食糧を奪い合う争乱状態の中で滅亡したと考えられています。モアイ像で有名な古代イースター島文明も島の森林資源が枯渇したため移住のための船を作れなくなり、食糧生産も減少して、最後は部族間の戦争で壊滅したと言われています。これは近代化以前の温帯地域での第一次環境破壊と考えられています。

す。そして、現在の第二次環境破壊で寒帯林（紙の原料、建築資材として使われています）と亜熱帯林（人口増による食糧を賄う焼き畑で焼かれたり、建築資材として使われています）が破壊されつつあり、こうした森林の喪失はかつての古代文明の末路と同じになると警告されています。

日本でも実は同じ問題を抱えていました。私の故郷の遠州地方は、天竜川という暴れ川の洪水に悩まされてきた地域で、今はダムで水量が減っていますが、かつては大雨ごとに氾濫を繰り返していた河川です。「治山治水」と言われるように、多雨の地域で洪水をコントロールする基本は、山の森林を管理することです。私たちは、日本の緑の山々を見ると、それが当たり前だと思っていますが、実はこうした環境は、自然と人間との関係でたまたまそういうバランスを保っているだけです。日本は国土の三分の二が森林で、世界有数の森林を保っていますが、「天然林」が50%、残りは「人工林」や「竹林」などの植林地です。遠州地方では、「天竜美林」として知られる杉林が広がっていますが、「人工林」の典型です。記録では、その始まりは室町時代の文明年間（1469～1487）に、秋葉神社境内に心願成就を願って植えた心願造林であると言われていています。秋葉神社は古くから「火防の神（ひぶせのかみ）」として名高く、山岳信仰とも相まって、盛んに献植が行われたと伝えられていま

す。その後、江戸時代からは建築用材としての商業化が始まり、森林は商業資源と見なされて伐採される量が増えたため、森に被われていた山々は禿げ山に近い状態になりました。森林を失った山は保水力を失い、大雨が降る度に天竜川の大氾濫をもたらすようになって、明治時代以後、改めて「治山治水」のために私財をなげうって植林した郷土の地主などの努力と、それを引き継いだ林業家のお蔭で今の状態を保っているのです。

皆さんのそれぞれの地域にも、こうした「治山治水」に関わる歴史や森林との関係を伝える伝承が残っているはずです。もし日本社会が森林をただの建築や商業の「資源」とだけ見ていたら、都市や町の周囲に広がる「人工林」に覆われた日本の50%の山々は、すでに土壌を失った地中海や中近東の山々のように岩石が露出する荒れ山になっていたことでしょう。そうならなかったのは、日本社会が神道や仏教の影響で、森林、山々、環境を人間と呼応する「精神的実在」の中で考え、ものとしての「資源」ではなく、すべてを人間と繋がった関係として捉えてきたためです。皆さんの故郷にも「ご神木」と呼ばれる大木がまだ残っているでしょうし、神社や寺院の境内には樹齢数百年の木々がまだあるでしょう。それは、それぞれの時代の人が、環境と人間との循環的關係を示す象徴として大事に残してきたからです。

自然環境を「資源」と見なす人間対世界の関係は、ブーバーの用語で言えば Ich-ES（私-それ）で、世界は文字通り経済的・産業的価値で分別される「物質」になります。そこでは支配する人間と支配される自然という一方的関係しかありません。私はそういう見方をしていないという人もいるでしょうが、見るものと見られるもの、楽しむものと楽しまれるもの、使うものと使われるものなど、人間が自己の必要、欲求、欲望、願望の対象として世界を見る場合、それらはすべて一方的関係になります。老人ホームに入った母に代わって、私はときどき浜松の実家に帰って庭の手入れをしています。いわゆる「自然」のままの状態にしておくと、一年間で家の敷地中が植物で埋め尽くされてしまいます。庭木は、太陽光を争ってお互いの上に被さり、母が草取りをしていた空間や畑は、蔓草、ススキ、背の高いキク科の野草がびっしり重なり合い、ジャングルになっていました。人間がいなければ植物は植物の世界で自由に伸びて、競争することになります。それを、私という人間は、きれいな庭にしたいという要求で、「庭木」「植木」「作物」と「雑木」「雑草」に分けて「庭」という自分に都合のよい空間を生み出しているわけです。

これに対して、Ich-Du の関係は、まず環境を「知」ることから始まります。実家の庭で言えば、まず、どんな植物がどのよう

に、どんなところに生えているのか「知」ろうとします。茂りすぎた木は、通風も悪くなり、様々な病気や虫の無制限の繁殖などで、やがて枯れてしまうことになります。それを、伸びすぎたり、茂りすぎた部分は手入れして、庭の植物と一定のバランスを保つような関係を持てれば、植物には自然に花が咲き、新緑の季節には新しい芽がのびて、癒しを与えられる、そんな一種の共存的関係ができるでしょう。また、農業や林業で蓄積されてきた経験を学ぶなど、身近な自然環境と人間との関係を捉え直すことも、共存的関係の第一歩になり、神道や仏教と地域の伝統との関係もその中で見えてくるに違いありません。

都市という人工環境にいと環境は常に利用する対象としか見えなくなりがちですが、自分が生きている環境がどのように形成され、どう保たれ、人間と環境がどう関係していきしてきたのかをたどることで、前の章で述べたフロムの「愛」を環境との関係でも実行できます。その点、日本社会は高度に開発された自然環境でありながら森林を残し、環境と人間活動とのバランスを維持してきた社会であり、その土壌に神道や仏教の歴史的文化的伝統があったと言えます。環境は自然ばかりでなく人間と常に関係してきた点で歴史的文化的環境であり、環境との共生を回復できる方法が日本社会には実は与えられているのです。



次は、「人間との交わりにおける生」ですが、これは第7章から第12章までいろいろな角度から仏教による捉え方を述べてきました。私たちは、環境との場合もそうであるように、自分自身や他者と常に Ich-ES の関係で関わっています。Ich-ES の関係は、役に立つか立たないか、損か得か、有利か不利かなど、功利的・経済的關係として、また、善か悪か、正義が不義か、美しいか醜いか、綺麗か汚いかなど、歴史的・文化的關係として、そして、強いか弱いか、敵か味方か、勝者か敗者か、支配者か被支配者かなどの権力支配の關係として、私たちの理想、思想、価値観そのものを構成しています。哲学的には二項対立と呼ばれますが、すべての關係を A と B という対立する要素で理解する態度を人間は本質としています。また、二項対立は古代ギリシアのプラトン、アリストテレスに見られるように、一方を選べば必ず他方を排除することで成り立ちます。したがって、人間は、一部を取って一部を消すことで、本来は一である存在と關係していることとなります。

第2章のイデア論の説明で述べたように、ヨーロッパ思想は、人間の理性で二項対立的な「洞窟にいる」状態から抜け出し、一なる存在としての真理に到達できると考えてきました。また、近代科学は、人間の日常性と切り離し、世界や対象を一種のモデルに置き換えて理解しようとしませんが、生活や仕事などの日

常的關係ではこの方法は使えません。常に自分がそこにいることでその關係ができています。私たちの日常生活は、人との關係、社会的關係まで、まさに二項対立で対象を選び、關係することで成り立っています。しかし、それによって排除されている部分に私たちは気づきません。商社に勤め「小麦を100万トン、買い付けてこい」という命令を受けたとすれば、その小麦がどのような環境で育てられたかなどの「非商品」的要素は切り捨て、「商品」としての「価格」「品質」「コスト」などから小麦を捉えるのが仕事になります。「生産地のアメリカでは、小麦栽培で表土が流出し、砂漠化が進行しています」「農家は貧困化しています」など、「非商品」的要素を上司に報告すれば、解雇されるか左遷されるしかないでしょう。周囲の人との關係も同じで、私たちは友人や異性を選ぶ場合、自分にとって「魅力がある」「綺麗に見える」「感じがいい」「話が合う」など、好ましい要素だけを残して、そうでないものを当然のように排除します。相手も同じで、相互に好ましくない要素が増えていくと、次第に關係が悪くなり、離れてしまうことになります。こうした意識の本質を仏教は「我執」と呼び、「我執」が、対立、鬭争、ハラスメント、暴力などであふれた人間の歴史と社会「穢土」を形成してきたと認識しています。

メディアの論調のように、社会や政府に問題があるから対立、闘争、ハラスメント、暴力などが起こるのではなく、それを構成している人間が、もともとは一である存在を二項対立で分けて、都合のよいものを残し、そうでないものを排除していることに気づかないことが世界を「穢土」にしてしまうのです。自分自身や他者と常に Ich-ES の関係で関わっていることに気づかない、それが仏教で「無明」と言われる人間の在り方です。

これまで、藤井さんと私は、そういう人間の在り方にどうすれば目覚めることができるかをずっと述べてきました。第12章でフロムのアドバイスを紹介しましたが、支配と被支配しかない二項対立の「穢土」の関係を、すべての人と世界との関係を対等に回復する道は「配慮、責任、尊重、知」による「愛」で行動することです。それを可能にするのは、仏教では、自分の存在が、智恵と慈悲の光と無限に続く働きかけである「南無阿弥陀仏」によって照らし破られることです。自分の存在を教えてくれる存在との関係を回復することで、初めて人は、二項対立の意識として自分自身や他者と常に Ich-ES の関係で関わっていること、「夢を見ている」「洞窟にいる」ことに目覚め、「配慮、責任、尊重、知」による「愛」で行動する Ich-Du の関係を世界や周囲の人、社会や国家と持てるようになります。そこに「穢土」を種に「浄土」が生まれる機縁があります。人間

が人間である以上、「穢土」を消すことはできません。それは人間としての生存を止めることになっていってしまうからです。しかし、仏教は、そうした「穢土」を生み出す人間が、純粋な本来的関係である「南無阿弥陀仏」との関係を回復し、目覚めることで、その純粋な関係を受けて「穢土」に「配慮、責任、尊重、知」による「愛」の作用、すなわち「浄土」を生み出すことを示してきました。それは日常的な関係の中での、具体的な小さな行動の積み重ねによる絆の回復です。

宗教によってスーパーマンが生まれるわけではありません。日常の当たり前の生活、人間関係、仕事が、純粋に対等にできるだけですが、それは周囲の人の灯火となり、バランスを崩した社会や世界を回復していく動きになります。学校や会社のような近代的組織でも同じです。経営学の創始者ピーター・ドラッカーは、金儲けを会社の目的とはしませんでした。ユダヤ系オーストリア人だったドラッカーは1930年代、近代のメリトクラシーを体現したナチズムの台頭を見て、それを乗り越える方法としてマネジメントを提案しました。組織は、製品・サービスなどを通じて社会に貢献することで自由とその存続や発展が認められ、個人は、働くことを通じて自己実現を達成し、それに対して組織は、社会貢献と自己実現の機会、生活のもととなるお金や社会的地位を個人に与え、マネジメントは、組織

に十分な成果をあげさせるための機関としました。ドラッカーは、近代資本主義が生み出す人間の「穢土」を、人間と組織が相互の関係を回復することで、対等な相互関係で動く組織に変えられると考えていたのです。ハラスメントに満ちた組織も、構成する人が自分に目覚めれば、人と社会との関係を回復できる組織に変わります。藤井さんの紹介した『空飛ぶタイヤ』の物語は、まさに「穢土」に「浄土」を生み出そうとした試みでしょう。その時点では、成功か不成功か、成果があるかないかは大きな問題ではありません。光を灯す、それが「穢土」に苦しむ人々に道を示し、次の目覚めを生み出す糧になるのです。

ブーバーの「精神的実在との交わりにおける生」とは、現在の人間に、自分への問いかけを始めさせる先人の努力が刻まれた歴史的文化的風土と、神話、思想、宗教、文学、歴史など、言語の形で生み出され継承されてきた文化的遺産との関係です。人間が依存関係にあると、これらは地域や集団への狂信、熱狂を生み出し、大きな対立の原因になりますが、「このままでいいのか」という問を持ち始めた人間には道標であり、海図や羅針盤となり、先生や友として語りかける精神的文化的遺産です。

仏教が伝承した地域は、中央アジア、中国、韓国の北伝仏教と、スリランカ、東南アジアの南伝仏教がありますが、発祥地のイ

インドはもちろん、日本と台湾、タイ、ミャンマーなどを除けば、すでに伝承の糸が切れそうになっているか、断たれてしまっています。現代社会の問題を解決する糸口は、日本という豊かな宗教的風土に幸いにも生を受けた私たちの日常の中にあります。そして、どう進めば良いかの手掛かりもすでに与えられています。仏教を過去の記憶としてではなく、現代の嵐の中を進むための灯台の光として、共にこの大海を進んでいきましょう。

## 第14章 おわりに

最後に、それぞれのまとめを述べます。

### <藤井>

おわりにあたり、親鸞（1173～1263年）という人について少し触れておきたいと思います。親鸞は、9歳から29歳まで比叡山で修行し、29歳の時に山を下りて法然にであい、法然の教で目が覚めた人です。一方、法然は『選択本願念仏集』という書物を書き、浄土宗を開いた人です。法然の教は、ただ念仏しなさい、念仏することによって浄土に生まれるというものでした。親鸞は、その教で目が覚めたわけです。そして、法然の教は、特別な修行をしなくても、誰もが念仏することによって浄土に生まれるというものでしたから、僧でも庶民でもへだてがないわけです。それで、親鸞は、僧の身でありながら結婚し、4男3女の子供をもうけます。釈迦は出家しましたが、釈迦の捨てた家庭を親鸞は堂々と拾ったわけです。すなわち、悩みにまみれた生活をしながらでも、念仏によって目を覚ますことができ、仏道を歩むことができることを身をもって証明したわけです。

しかし、このような教が広まると、既成教団の権威が脅かされますので、既成教団の訴えにより、念仏の教は、時の朝廷から弾圧を受けます（承元の法難）。そして、法然も親鸞も僧籍を剥奪され、流罪に処せられるわけです。そして、法然は、土佐国（現在の高知県）、親鸞は、越後（現在の新潟県）に流されます（実際には、法然は讃岐国（現在の香川県）に配流地が変更になります）。5年後に赦免はされますが、法然は帰京するとまもなく亡くなり、親鸞も法然との再会は果たせませんでした。その後、親鸞は、越後から東国（現在の関東）にわたって布教活動を行います。そして、62、3歳頃に、再び帰京して著作活動に励みます。そして、帰京して完成させたのが『顕浄土真実教行証文類』（略称『教行信証』）という書物です。これが現在の浄土真宗の教の骨格になっている書物です。ただし、親鸞は、浄土真宗という宗派を起こしたわけではなく、親鸞没後に、浄土真宗が宗派の名称になったということです。

そうすると、浄土宗と浄土真宗は同じなのかということになりますが、法然と親鸞の教は同じと言ってよいと思います。しかし、現在の浄土宗と浄土真宗の教は少し異なっているように思います。私から見ると、浄土宗は、念仏するということに重点を置き、浄土真宗は目が覚める（信心）ということに重点を置いているように思います。また、親鸞の書いた『教行信証』



という書物は、念仏の教が、仏教の傍流ではなく、これこそ仏教の本流なのだということを言っているように思えます。すなわち、この書物は、既成教団の念仏に対する誤解を解こうとした書物です。親鸞は、念仏の教が仏教の本流だということを証明するために、法然（1133～1212年、日本）→源信（942～1017年、日本）→善導（613～681年、中国）→道綽（562～645年、中国）→曇鸞（476～572年、中国）→天親（300～400年頃、印度）→龍樹（150～250年頃、印度）と仏教の歴史を遡っていきます。龍樹は、「空」の思想を説いた人物として有名で、天親は、「唯識」の思想を説いた人物として有名です。この「空」とか「唯識」というのは、まさに仏教の本流の教です。そういう釈迦以来の仏教の祖と言われる人物が、すでに念仏の教を勧めていたということを、それぞれの人物の著書（「論」「釈」）の文章を引用しながら明らかにしていくわけです。私と落合さんが学生時代にであった細川巖先生は、龍樹の『十住毘婆沙論』から始めて、天親の『浄土論』、曇鸞の『浄土論註』、道綽の『安楽集』、善導の『観経疏』、源信の『往生要集』、法然の『選択集』と、原典を丁寧に解説しながら、親鸞がどういう文を引用し、どういう解釈を加えられたかを詳しく講義されました。私は、大学時代から、細川先生が亡くなるまで、ずっと毎

月の講義でそれを聞いていたわけです。そのお陰で、親鸞の『教行信証』も、読んでほしい意味が拾えるようになりました。

まあ、この辺が、浄土真宗の教がややこしいと言われるゆえんなのですが、私からすれば、親鸞がおられたからこそ、念仏の教に胸がはれるようになったと思います。そうでなければ、あきらかに、禅宗の方が格好いいわけです。ちょっと座禅を組んできたと言え、なんとなく格好がつくわけです。お遍路の旅なんかも、般若心経を唱えて人々と触れあいながら自分を見つめる旅をしたと言うと、何か偉くなったような感じがするわけです。しかし、念仏の教を聞いていると言うと、何か年寄り臭いというか、弱いものが聞くような教えというか、何かそういう後ろめたさがあるわけです。しかし、親鸞の教えにであうと、念仏の教えこそ仏教の本流であり、これこそ、私が目が覚めるための唯一の道なのだと思はれるわけです。

浄土真宗の教えは、何年も何年も聞かないとわからないと言う人がいますが、私はそんなことはないと思います。一度聞いただけで目が覚める人もいます。特に、苦しみ悩んでいる人は、自我の迷妄から逃れようとしているわけですから、仏の法が届きやすように思います。「阿弥陀仏に依りなさい」と言われて、はっと目が覚める人もいます。「正体不明」

「行先不明」が「私」の正体と言われて、なるほどどうなづく人もいると思います。

親鸞の教も、「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」と、念仏を称えることによって目が覚め、浄土に生まれることができる。この一点に尽きるわけです。『教行信証』も、ただ、その教えが正しいことを様々な角度から証明しているにすぎないわけです。ただ、問題は、私たちがそんな教えに見向きもしないということです。夢の世界を現実だと思い込んでいる人間をいくら起こそうとしても、そのメッセージが届かないということです。ですから、壁にぶつかったとき、鬱に悩んでいるとき、そういう時こそ、仏の教が届くチャンスなのです。

愛媛大学の野本ひさ教授から、齊藤孝著『若者の取扱説明書』という本を紹介され、その中で、最近の大学生は、「悩めない大学生」が多いとの話を聞きました。悩めない大学生とは、葛藤や自分の感情と向き合うことができない。悩む段階を乗り越えてすぐに「落ち込む」あるいは「身体化する」。また、閉じこもりや無気力、心気症や摂食障害などの行動化としてころの状態を表現する。訴えが不明瞭で何を悩んでいるのか本人自身もわからないのだそうです。この話を聞いて、私もいささか驚きました。そして、ここにも、日本が宗教教育を忘れてしま

った弱点が出ているように思いました。釈迦の四門出遊にもあるように、釈迦は、地位も名誉もお金も幸せな家庭も、人間の欲しいものはすべて与えられた王子の身でありながら悩むわけです。そして、3つの門から出て、老、病、死にであうわけです。人間の欲望を満たすものをすべて与えられても、老、病、死を避けることはできない。この問いから仏教が開かれていくわけです。しかし、現代社会は、老も、病も、死も遠ざけているように思います。人間が年老いて死んでいくという姿をほとんど目にしなくなりました。また、先に述べたように、人間関係が希薄になり、対話も、メールや SNS を頼るようになり、議論や口論を避けるようになってきているように思います。また、最近の学生は、テレビさえもあまり見ずに、スマホやテレビゲームばかりをやっているという傾向が強いように思います。

現代の若者を育てたのは、私たちです。私たちが、若者に自分への向き合い方を教えてこなかったのです。本当に責任を感じます。ですから、今からでも遅くないと思います。学生に、自分への向き合い方を教えないといけないのではないかと思うのです。自分への向き合い方を教えているものは沢山あるように思います。文学、哲学、宗教、そういうものの価値を本気になって若者に伝える必要があるのではないのでしょうか。

私自身も、文学に触れたのは、大学時代です。それまでは、ほとんど文学には触れていませんでした。癌という病気になり、死の問題を突きつけられ、それから、あらゆる本を読みあさりました。そして、芥川龍之介や太宰治、それにドフトエフスキーなど、同じような葛藤に悩んだ文学者にであいました。三木清の『人生論ノート』にも感銘を受けました。ただ、私も最初からそういう本が読めたわけではありません。最初は、そういう問題から真正面に向かい合うことが恐くて、赤川次郎、星新一、司馬遼太郎など、読みやすい本から入りました。それから、遠藤周作、三浦綾子、高史明、ミヒャエル・エンデなどの本にであい、そして、文学と呼ばれる本が読めるようになっていきました。ですから、入り口は何でもよいと思います。漫画や映画やテレビドラマの中にも、文学に匹敵するものは沢山あるように思います。

私は、この年まで生きられるとは思いませんでしたが、ここまで生きてきて、やはり、学生時代に思い悩んだことが財産になっていることを思います。そして、何と言っても、仏教にであえたことは、生きていく上で大きな柱になりました。人生の壁のほとんどは人間関係と言っても過言ではないと思います。

「人間」というのは、間柄的存在と言われます。間柄を生きているのが人間です。間柄を取ってしまえば、それは、「人」で

あって「人間」ではないわけです。人間であるかぎり関係性を絶って生きることはできないと思います。たとえ、周りをすべてロボットで固めても、そこに幸せと言えるものは無いと思います。自我の欲求の先に幸せが存在しないことは、すでに仏教が証明していることです。どうか、現代の若者に、もう一度、文学、哲学、宗教の良さを再確認してもらって、「人間」として成長して行ってほしいと思います。

最後に、私事で恐縮ですが、私の父は、57歳で亡くなりました。父は胃癌で亡くなりましたが、その胃癌は、私の学生時代の癌の宣告によるストレスによって発症したものです。そこまで、父にとって私が死ぬということは耐えがたいものだったのだと思います。私も、息子がいますが、息子が死の病にかかったことを想像すれば、当時の父の苦しみもわかるような気がします。今の私の方は、今年、父の亡くなった年齢に達します。余命半年と言われながら、父が亡くなった57歳まで寿命を与えられました。これは、父が私にくれた寿命なのかも知れません。私も、結婚する時に、父の亡くなった年齢までは生き抜くという思いで、ここまで生きてきましたので、57歳が人生の一区切りだと考えていました。それが、本書を執筆する動機の一つとなりました。

もう一つの動機は、私と落合さんの共通の友だった岡田貢さん（広島大学歯学部教授）が、昨年、突然亡くなったことです。岡田貢さんと落合さんは、学生時代、共に細川巖先生の教を聞き、青春時代の悩みを共有した仲でした。そういう人生の友を亡くし、昨年末は、私の心にぽっかり穴が空いたような感じでした。岡田貢さんが、余命半年と言われた私よりも先に逝ってしまうなんて思いもしないことでした。もし、岡田貢さんが定年まで生きていたら、同じく大学で教鞭をとった身として、現代の若者に伝えたいことがあったらと思います。ですから、本書は、今は亡き岡田貢さんが、私たちの背中を押して書かせてくれたものと思っています。

本書は、仏教の専門家からすれば、はなはだいいかげんな解釈をしている部分もあると思います。また、細川巖先生、平野修先生、児玉暁洋先生、一楽真先生の教をねじ曲げて受け取っている部分もあるかも知れません。特に、「浄土」と、生命を生命たらしめている「いのち」とは、異なるものを指しているのかも知れません。しかし、特に理系の学生は、科学的根拠の無いものには拒否反応を示しますので、あえてそういう表現を用いています。ただ、まったく根拠がないわけではなく、曾我量深先生の「法蔵菩薩とは阿頼耶識（あらやしき）である」と言われたことと、阿弥陀仏を「如来」とも言いますが、その「如

来」は、「如し」が「来る」、すなわちありのままの私があるということですから、私が私自身の本来の姿に目覚めるという解釈も成り立つかと考えています。

「嘘も方便」という言い方をしますが、「方便」というのも実は仏教用語で、阿弥陀仏というのも方便だと言われます。仏の法というのは、色も無く形も無いため、人間にはつかみようがない、それで、「阿弥陀仏」という言葉になったというわけです。これを「方便」というわけです。私は、私たちを支えている「いのち」と呼ばれるものも、色もなく形も無いもののように思います。実体としては、細胞であったり、さまざまな細菌だったりしますが、それが日夜活動することで私という人間を形作っているわけです。まさに奇跡ですね。私たちは、そういう奇跡をあたりまえとして、あれが足りない、これが足りないと言って生きています。仏教もキリスト教も、私たちが当たり前としているものが、実はあたりまえのものではないということを行っているように思います。それが「真実」と言われるものだと思います。私たちが「真実」に目覚めるために「方便」はあります。本書が、無仏の国の若者たちへの方便の書となればと願っています。



## <落合>

今回のお話はこれでひとまず終わりです。藤井さんが書いてくれたように、この本を出そうと思った一番のきっかけは、学生時代を共に過ごし、共に仏教に触れた心の友、岡田貢さんが昨年（2016年秋）、亡くなったことです。藤井さんに年賀状を出し、返事が来て、自分たちがいかに仏教に育てられてきたか、それを今度は自分たちが次の世代に伝えたい、そうした思いが二人の中に起こって、今回の本の企画が始まりました。

最初に書きましたが、うつ病に苦しんでいた高校・大学時代には、私は自分に40歳を超える人生があるとは思えませんでした。「こんな人生はもう止めてしまいたい」、ずっとそうした状態で過ごしていたからです。若く明るい青春時代、多くの方は自分のやりたいことを試しながら生きてきたと思いますが、私はそうしたルートからは外れていました。その後、仏教に触れる縁があり、仏教の寮で、藤井さん、岡田さんのような友や、細川巖先生、松田正典先生、そして多くの先輩方に出会って、私は、初めて「この世界で安心して過ごしていいのだ」「この世界を信頼して生きていけばいいのだ」という思いを持てるようになりました。当時は、自分が勉強していた哲学はもちろんお話を聞くようになった仏教も、言葉の意味はわかりますが、

それが現実とどう関係しているのか、自分の行動やその中で起こってくる思い、自分が関わっている様々な人との関係とどのように繋がるのか、まだよく分かりませんでした。当然、自分がうつ病になった原因も分かりませんでした。今回、今までの自分の生き方を振り返ってみて、いかに自分が No.1 でなくてはならない、常にランキングのトップに属していなければならないという、近代社会を動かしているメリトクラシーの思想に支配されているのか、改めて認識し直すことができました。これしか人の生きる道はないという自分の中の一種の脅迫が、自分自身を追い詰め、家族、友人、周囲の人々との関係を傷つけている姿を見つめることができました。同時に、今まで勉強してきた哲学や仏教に関する知識、大学院を卒業して台湾で経験してきたことなどを、仏教という構造の中で捉え直す作業ができました。今までバラバラに投げ出されていたいろいろな経験や学習という糸が、仏教という縦糸に織りこまれる横糸になって、はじめて織物として意味を持つようになったように思います。

この縦糸・横糸の比喻も、実は学生時代に細川巖先生に教えていただいたものです。当時は、表面的なことしか理解できませんでしたが、今回こうして書いてきて、藤井さんの書いているのは、最も大切な仏教の道理を、藤井さんの経験を通して語っ

ている縦糸で、その方向がきちんと仏教に向けられていることで、私は安心して、それに対して自分の経験や人文社会系の知識を横糸として織りこんで行くことができたのです。「我執」である人間の存在は、実はどんなに努力し、勉強し、訓練しても、自分の経験や知識をただ積み重ねるだけで、自分で方向を生み出すことはできないのです。それは、藤井さんが繰り返し説明してくれたように、人間は、それを自分を支える杖にしたり、きれいなラベルにして貼り付けていくことしか知らないからです。しかし、仏教は、自己の存在を照らし破る点で、常に揺るがない縦糸であり、北極星や羅針盤のように、どこにいてもいつも一定の光を与える原点です。教えが自分に届くことで、今までの自分の人生のすべてが、良いことも悪いことも、悦びも悲しみも、成果も失敗も、成功も挫折も、美も醜も、優秀さも劣等も、一位も最下位も、知も不知も、すべてがそこに織りこまれ、すべてに意味が与えられます。物語では、すべての人物、出来事、アイテム、場面に、すべて意味があるように、仏教においては、何一つ無意味な経験はないのです。藤井さんが仏教を通じて光をかざしてくれたことで、私はその励ましを受けながら、自分の全体をその中で組み立て直すことができました。

その中で、私が、今回、一番苦勞したのは第10章でした。私は、「社会にはこうあってほしい」という思いがあり、最初は日本社会のハラスメント体質を改革するポイントを書きました。藤井さんは、それは道徳であり仏教ではないと明快に指摘してくれました。そして、二人で考えていることをメールでやり取りしました。他の宗教の場合も同じですが、仏教で難しいのは、自分が仏教を、今はできないがいつかは実行すべき「理想」「倫理」「道徳」、あるいは「自分の目標」に置換してしまうことです。私の場合、いつもこの点が落とし穴になります。仏教や宗教が一人一人に働きかけている原点と、人間の「理想」「倫理」「道徳」「自分の目標」と、何が違うのか、それは自分の位置付けです。仏教や宗教が一人一人に働きかけている原点は、常に「あなたはどうか、あなたはなんであるのか」という点において、自分に目覚める、自分に気がつくというところにあります。「夢を見ている」「洞窟にいる」自分を照らし出されることです。しかし、仏教であれ、哲学、思想であれ、私たちは、自分はいつかそれができる、他の人もそれをするべきだという自己の位置を除外した捉え方をしています。しかし、仏教の目覚めは、文字通り、今まで見えなかったものが見えて「ハッと気がつく」ような、朝、夢から「パッと目が覚める」ような自覚です。それはすでに目覚めた存在から常に働きかけ

られていたことに気づく感謝でもあります。「南無阿弥陀仏」とはその働きであり、呼びかけです。それに対して、仏教を「理想」「倫理」「道徳」「自分の目標」にしている自分の言葉は、気がつかないうちに批判、批評、評論の言葉になるのです。自分はどこにいるのか、私においてはどうなのか、それが、仏教などの宗教的自覚と、哲学、思想などの理性的認識とを分けていくことになります。ハラスメントの問題で考えると、仏教の教えを受けて、私がハラスメントをしていた主体だったと「目が覚める」ことです。心理学、哲学などが言えるのは、ハラスメントの原因や発生のメカニズムまでです。それが、仏教の教えを受けて、私がハラスメントをしていた主体だったと「目が覚める」、そこから、心理学、哲学などのハラスメントの原因や発生のメカニズムの認識を受け止めてみると、「ハラスメントはしてはならない」という道徳から「私の存在の本質からハラスメントは生まれていた」という仏教の自覚を促すものに変わります。

私たちが現代文明の中で成し遂げていることは、実は歴史上の人々が「理想郷」「神の国」「浄土」として描いていた内容と多くが重なります。人間の歴史は文字通り、異なる集団間の闘争、戦争、侵略、征服と、それにとまなう虐殺、レイプ、略奪、破壊の歴史であり、同じ集団の中での強圧的支配と、支配され

る側での従属、圧迫、拘束の連続で、まさに「苦しみの世界」「穢土」でした。物語や歴史を、勝利者の側からでなく敗北者の側から読んでみれば、それはよく分かります。その中から、人間は「自由、平等、博愛」という「理想郷」「神の国」「浄土」を具現化した民主主義の理想を見出し、それを可能にする制度として基本的人権の保障と、それを可能にする統治と政治形態を、無数の血を流しながら形成してきました。また、それを可能にする、自由に誰もが参加できる経済制度と、必要な知識や技術を誰もが得られる教育制度を作り、世界を認識し、世界と人間の間を明らかにする科学を発展させてきました。しかし、私自身も、社会も、それに満足できず、それを否定したり破壊しようとする行為が続き、そうした価値観は過酷な競争社会の「現実」の前には意味がないという思いも起こります。

しかし、大事なことは、問題を生み出しているのは、こうした現在の理想や制度、体制ではなく、それを動かしている自分自身、人間自身にあることに目覚めることです。理想的な制度があっても、No.1になること以外の目標を持たないと、すべての人が、競争相手、自分の欲求をかなえる相手としか見えません。そして、互いの関係も、支配と被支配、利用できるかできないかという上下関係しか生み出しません。民主国家でありながら、今の日本には、様々な不公平、不公正が溢れていて、そ

の不満で、政府が悪い、制度が悪いという怨嗟の声が社会に満ちています。しかし、それは制度が生み出している問題ではなく、メリトクラシー以外の価値観を知らない「私」という存在が、支配と被支配という関係の中でのハラスメント、利用できるかできないかという上下関係で生きている結果なのです。理想や制度は入れものに過ぎません。中に入っている存在が汚れを生み出せば、どんなに美しい立派な入れ物でも、たちまちドス黒く、悪臭を放つようになります。高度に発達した科学技術も同じです。それ自体は中立的なものでも、何に使うか、何のために使うかで、どのような姿にも変身します。研究している人が No.1 になること以外の目標を持たなければ、科学は競争の手段になり、他の国や研究者に勝つための道具になります。それを動かしている技術者が、得か損か、儲かるか儲からないかだけを追究すれば、地球上の森林は「資源」として、ただ効率のために切り倒されて、やがて消滅していくでしょう。

しかし、宗教にふれ、仏教の風土にふれ、仏教に照らされれば、藤井さんが多くの物語の例で示してくれたように、『マトリックス』の主人公が現実に目覚め、他の人を目覚めさせようと戦ったり、ただ役所の業務をこなしていただけの『生きる』の主人公が、市民の生活を知り、さまざまな反対を乗り越えて公園を作ったり、『空飛ぶタイヤ』の主人公が、被害者の願いに応

えようと最後まで巨大企業と闘い続けたりと、平等で対等な人間関係の中で、他者や社会と関係し、その中で自分のできる仕事を続け、それが多くの人を助けることになります。宗教的に自己に目覚めることで、理想の入れ物に生きていながら、それを汚しつづけるばかりだった自分という存在が、初めてその入れ物に光を灯し、それに相応しい活動をすることができるようになります。それは本当に些細な微々たるもの、社会の巨悪には何の力にもならない行為かも知れません。しかし、自分の大事な家族、友人、仲間、故郷の人々に、灯台の光を灯すように、熱と光を与え、確かな方向を示します。

今の日本には、少子高齢化、学校や職場という近代的組織でのハラスメントの横行、社会的不公正と不公平の拡大、経済や産業の停滞による制度不全、それらが複合した将来への不安、希望の喪失など、簡単には解決できない問題が山積しています。しかし、その原因の根本には、今回、繰り返し説明したように、近代的メリトクラシーという明治以降の思想と、システムですべての人が動くようになった日本社会での人間の変化があると言えるでしょう。それに反比例する形で、1万年以上にわたる日本列島での人間の生活が生み出し、継承してきた日本の歴史的文化的伝統と、その中で発展した仏教の風土は、影に押しやられ、意識できない無意識の相になってしまったと言えるか



もしれません。しかし、こうした歴史的文化的伝統と風土を残している民族は、世界の他にはないのです。

台湾や東南アジアに残る仏教は、やはりその土地と民族の歴史的文化的伝統の中の社会的システムになっていて、私のように直接、仏教を知らなかった人にも、本当の宗教に出会うきっかけを作るような、意識に深い影響を与えていく環境とは違っています。大企業の高い地位を捨てて、故郷に帰って村興しをしたり、自身の危険を顧みず、発展途上国に赴いて、現地の人々と対等な関係を持ちながら、そこで必要な援助をしたり、そして何よりさまざまなトラブルは起こるにしても、多様な国から来ている 2500 万人の観光客をたった数年で受け入れることができる社会、異なる宗教の相違を上下関係で捉えず、相互に尊重すべき文化的伝統と認識できる社会、その他、日本的風土の持つ理想郷的な輝きは数えきれません。これらは、制度や組織というより、本当にどこにでもいる一人ひとりの子どもたち、町の人たち、お年寄りが生み出している、かぐわしく人を包む香気です。そして、今、世界の人々に共感と癒しを与えている日本しか作れない数多くの物語があります。宮崎駿を始めとしたアニメーターの作品、村上春樹や東野圭吾などの文学、『ドラえもん』『ちびまる子ちゃん』などの家族ものから『ワンピース』などの冒険ものの漫画、『涼宮ハルヒ』などのライトノ

ベルまで、日本の文化は世界に影響をもたらしています。その背景には仏教的な共生的世界観や日常的関係の回復があるでしょう。

科学技術との関係も同じで、2016年にアニメ化された『planetarian』では最終戦争で滅びた人間の世界で30年間、一人でプラネタリウムの職場を守りつづけたロボットの少女が描かれています。文明が滅亡した世界を生存競争だけで生きてきた生き残りの青年は、ロボットの少女から初めて人間が持っていたかつての高度の文明と文化を星空の神話を通じて教えられ、それを次の世代に残したいと一生を捧げるようになります（アニメを見て、心の底から泣けたのはこれが初めてでした）。西洋では、人間と敵対的か従属的に捉えられる科学技術の象徴的成果としてのロボットも、日本では、人間と同じ存在として、あるいは人間をさらに純化した存在として捉えることができる風土を持っている。だからこそ、こうしたストーリーを構想できると言えます。仏教に直接触れているか、いないかに関わらず、日本的な風土は、平等で対等な関係を自然に人々に気づかせる、希有な作用を及ぼしています。高度の文明を生み出しても、結局は、ハラスメントに終わるしかない近代的メリトクラシーを超えて、人間として最も基本的な関係を回復させてくれるのは、仏教が与える自己への目覚めなのです。

ぜひ皆さん一人ひとりが自分の場で「自分は人間として生を受けてよかった」と思える日を迎えられるように、日本の近代化の過程で、影になり、無意識の次元に入り込んでしまった日本の歴史的文化的伝統を知り、その根本的な方向性を与えていた仏教との関係を、自分のやり方で取り戻してほしいと願っています。藤井さんは、藤井さんの生まれ育った環境との縁で、こうした仏教との出会いを語り、私は藤井さんのお話を灯台にして、私が生きてきた関係の中で、仏教と出会ったことで初めて気がついた目覚めを語りました。歴史的文化的存在である哲学、思想、文学、歴史や、仏教を始めとする宗教は、人文社会科学の実質をなしていますが、近代的メリトクラシーの中では「何の経済効果もない」「何の社会的作用もない」と、今、大学の学科からはずされ、否定されようとしています。しかし、これは大海を風に任せて彷徨っている「私」という帆船に、自己への目覚めを通じて、船の方向を決める「舵」と風を受ける「操帆」を生み出し、「海図」と「羅針盤」を示してくれるものです。人類の歴史上まれに見る繁栄の中で、「私」に与えられる教育、生活、経験を、本当に意味のある織物に変えてくれる縦糸になります。

大切な、かけがえのない、自分自身とその世界との出会いのチャンスが今回の本の中で生まれることを願っています。



---

## 著者略歴

### 藤井大地（ふじい・だいじ）

1984 年，広島大学工学部第四類建築学課程卒業，同大博士前期課程修了・後期課程単位取得退学。同大助手，ミシガン大学研究員，東京大学工学系研究科助手（環境海洋工学専攻），近畿大学工学部建築学科准教授を経て，2008 年より同大教授。博士（工学）

### 落合由治（おちあい・ゆうじ）

1985 年，広島大学文学部哲学科西洋哲学専攻卒業，同大社会科学研究科国際社会論専攻修了・安田女子大学文学研究科博士課程修了。広島県立倉橋高校国語科教諭，(公財)仏教伝道協会職員，1994 年より台湾淡江大学日本語文学科講師，同大副教授を経て，2008 年より同大教授。博士（文学）

---

## 学生のための宗教・哲学入門

2017 年 8 月 15 日 電子版初版発行

### 著作者

藤井大地

落合由治

© Daiji Fujii, Yuji Ochiai, 2017

藤井大地 [dfujii@hiro.kindai.ac.jp](mailto:dfujii@hiro.kindai.ac.jp)

落合由治 [098194@mail.tku.edu.tw](mailto:098194@mail.tku.edu.tw)

---

無料配信版

内容についてのご質問、お問い合わせはメールでお願いいたします。