

学生のための 仏教入門

～仏教に学ぶ生きるためのヒント～

藤井大地著



近畿大学工学部

まえがき

私の所属している近畿大学の建学の精神は「実学教育」と「人格陶冶」であり、教育の目的は「人に愛される人、信頼される人、尊敬される人を育成する」ことにあります。しかしながら、私たち教員は、一体どのような方法で学生の人格を陶冶し、「人に愛される人、信頼される人、尊敬される人」を育成すればよいのか、実際にはよくわかっていないというのが実情です。

私は、近畿大学に長年勤めていますが、ずっとこの問いに答えることができませんでした。それが2017年の工学部入学式で、塩崎均学長が「人に愛される人」とは「和顔愛語（わけんあいご）の人」ではないかという話しをされました。私は、それをきっかけに、もしかしたら「人に愛される人」というのは、仏教によって育成できるのではないかと考えるようになりました。

ところで、近畿大学工学部がある広島は、安芸門徒と呼ばれる浄土真宗の門徒さんの多いところで、今でも方々に沢山のお寺があります。私も、広島大学の学生だった頃は、仏教青年会というサークルに所属し、亀井勝一郎やエーリッヒ・フロムの本などを読む読書会に参加していました。しかし、近畿大学工学部には、私の知る限り、そのような宗教に触れる機会はほとんどありません。

また、私は、建築学科の教員ですが、「建築」というものは、人間の生き方や価値観と深く関わる分野で、「人間」というものを知らずしてよ

い建築物を設計することはできません。そして、人間の生き方は、宗教とも深く関わっており、宗教への理解も、将来、人が住む家を設計する者として必要な素養です。しかしながら、最近では、建築学科の学生でも、お寺と神社の違いさえわからない学生が多く、宗教に関する知識は非常に乏しいのが実情です。

日本文化の底流には、今でも仏教思想が脈々と流れており、仏教を知らずして日本文化は語れないように思います。将来、「建築」というものに携わっていく学生にとっても、広島の地に根付いている浄土真宗の教えに触れ、その教えを通して、仏教について学ぶことは、決して悪いことではないと思います。

そこで、本書では、縁あってこの近畿大学広島キャンパスで学ぶ学生に対して、仏教というのはどんな教えで、それが私たちの生き方にどのように関わっているのかということ、できるだけ仏教の専門用語を使わずにわかりやすく解説しています。

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、全14章の構成とし、第1章～第6章は、仏教および浄土真宗とはどのような教えなのかを解説し、第7章～第14章は、仏教（浄土真宗）が私たちの生活や生き方とどのように関わっているのかを具体的なテーマをもとに解説しています。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いうことがわかる内容にしています。

本書を読むことで、学生諸君が、考えること、悩むことの大切さを知り、人間は、何のために生まれ、何のために生き、何のために死んでいくのか、そのような答えのない問いに向き合ってほしいと思っています。私は、そういう若き日の苦悩が、人格の陶冶につながり、「人に愛される人、信頼される人、尊敬される人」になっていく道だと考えています。また、人生に行き詰まり、生きる希望を失っている学生や、目標を失い、迷い・悩んでいる学生に、仏教は大きなヒントを与えてくれるものと思います。本書が、そういう仏教を学ぶきっかけになればと考えています。

本書は、台湾淡江大学教授の落合由治氏と共同執筆した『学生のための宗教・哲学入門』（電子書籍）の私の担当分を再編集したものです。また、本書は、近畿大学工学部建築学科の課題図書として、近畿大学工学部建築学科の教育・研究費で印刷製本をしたもので、非売品です。

2018年3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？	7
第3章	「釈迦の覚り」－苦の正体とは？	13
第4章	「自我の正体」－「私」って何？	19
第5章	「仏道」－どうしたら目が覚める？	27
第6章	「念仏」－「南無阿弥陀仏」って呪文？	35
第7章	「Only one」－本当に満足できる？	43
第8章	「心の病」－仏教で克服できる？	51
第9章	「いじめ問題」－その本質とは？	59
第10章	「人間関係」－どこで通じ合える？	67
第11章	「幸福」－人間の幸せとは？	75
第12章	「利他の精神」－生きがいとは？	83
第13章	「共生」－私たちに未来はあるのか？	91
第14章	おわりに	99
	参考文献	105

第1章 はじめに

次章から仏教について解説していくわけですが、近畿大学工学部建築学科のしかも構造が専門である私に仏教について語れるのかという疑問を持たれる方も多いと思います。実はそのとおりで、仏教というのは伝承の教えであって、私が勝手に解釈を加えられるものではありません。ですから、仏教のお経（経典）も「如是我聞（にょぜがもん）」（かくのごとくわれきく：このように私は聞きました）という文から始まっています。ですから、次章からの解説は、私の「如是我聞」なのです。

そこで本章では、私がこれまでの人生でどのようにして仏教にであい、どのような先生の教えを聞き、それをどのように受け止めていったかを話しておきたいと思います。

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、仏教の講師を家に招いて法座（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うと、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、大学の講義に一向に興味を持てませんでした。それで、受験勉強の反動もあってか、勉学意欲が失せ、毎日夜遅くまでテレビを見ては、昼間授業も行かず、眠りこける、そんなていたらく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から、大学の3年生の時にととう天罰が下り、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（しょうろう）のこともあれば、死なんずるやらんとこころぼそくおぼゆることも、煩惱の所為（しょうい）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、何かがすん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ものは、どうしようもないものだということがわかったのです。「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。これまで聞いてきた仏教は、単なる知識に過ぎなかったということがわかったのです。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

を解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のですが、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）。

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』ですね。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(参考文献参照)。しかし、人生というものはそう簡単にはいかないもので、48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。その時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48歳のときの癌ではほとんど死への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57歳の今日まで生き延びています。ただし、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、仏教に関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。

次章からは、これまでにであってきた先生方の教えを背景として、私の「如是我聞」を語って行きたいと思います。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行ければと思います。

第2章 「仏教」—仏の教えって何？

まず本章では、「仏教」とは何か？という真正面な問いに、私なりに答えてみたいと思います。

仏教とは「仏」の「教え」を意味し、その「仏（仏陀）」とは「覚者（かくしゃ）」、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でしょう？

「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が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示しています。

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、起きてい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ガウタマ・シッダールタと呼ばれる人物で、一般に釈迦（しゃか）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のです。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のです。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（しょぶつ）」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よ。仏教においても、最初に目が覚めた人が釈迦だと言うわけです。そして、モーフィアスたちは、仮想の現実に疑問を抱いた人々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発見します。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

るものを見つけるのです。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関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（ユダヤ教）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年半くらいまでは、自分という認識はないそうです。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」という認識を持つていくのです。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源（みなもと）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のです。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、人間の苦しみの仕組みも、脳科学が解き明かすかも知れません。そうなると、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問いかけ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、人間は罪を背負うのです。自然そのもの、生命そのものを生きることやめ、「自分（自我）」を中心に生きようになる。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のです。

釈迦は、そういう「自分（自我）」に支配された人間の在り方を覚り、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いくわけです。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きます。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のです。

私は、キリスト教も仏教も、非常に近い教え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、自我の正体との出遇いでも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。

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ということがわかってもらえればと思います。

第3章 「釈迦の覚り」—苦の正体とは？

次に本章では、釈迦の覚りの内容についてもう少し詳しく見てみたいと思います。

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（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（たい）というのは、「諦（あきら）める」という言葉でよく使いますが、諦めるというのは「諦かを見る」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、私が小学生の頃は、よく「四門出遊」の話聞かされました。釈迦がまだ王子だった頃、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かけ、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します。「苦行」と言われますが、人間の欲望を断つ修行なのでしょう。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ません。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し、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の下に座って、ついに覚りを開かれるわけです。

こ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されていました。人間は、動物や植物など、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 億個だったと言われています。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のだそうです。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のです。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、もちろん自分が造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仕組みです。神はいないという人がいますが、こんな仕組みを造った創造主を神と呼ばずして何と呼ぶのでしょうか？

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（生まれる）ことは苦なのか、楽もあるではないか、普通はそう考えます。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はないのでしょうか。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のでしょうか？ 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、2500年も前に、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」を生きているのが私たちだと覺られたわけです。

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、〇〇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、京都大学」、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。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」と言うと、「へー、すごい」となります。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」のようなものだとされていました。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。私は広島大学に入学しましたが、私が育った田舎の方では、「広島大学」と言うと賞賛されるわけです。しかし、私の通っていた高校では、同じクラスで東大合格者が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わけです。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」と言うのです。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」となるのです。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源なのです。

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、執着を断ち切る」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」と言っているわけです。

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っていますが、

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。このようなことは、一般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」という教えにであいましたが、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。また私は、キリスト教も同様の目覚めを促す道だと思っています。ですから、宗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。ただし、新興の宗教には、十分気をつける必要があります。健全な宗教は、来る人を拒まず、去る人を追わず、です。宗教の勧誘には乗らないことが原則です。

以上、本章では、釈迦の覚りの内容についてそ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」についてももう少し考えてみたいと思います。

第4章 「自我の正体」-「私」って何？

第3章に述べたように、私たちは「私」を支えるための「杖」を集めて生きているわけですが、本章では、その「私」とは一体何かということについて考えてみたいと思います。

私は、この「私」の正体について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憶えているのですが、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と。「死」が恐ろしいのなら自殺はしないでしょう？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、ある法座で黒澤明監督の『生きる』という映画を鑑賞し、その後で、平野先生がこの映画の解説をされたのですが、そ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たよう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、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みたら」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。

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着目され、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。平野先生によれば、胸が痛むというのは「私」が崩れていくことへの痛みなのだそうです。「身体」の方は胃にできた異物と必死に戦っているのですが、「私」の方は「私」の支えと思っていた「杖」が死によって崩れることに居ても立ってもおれないのです。

それで、渡辺も死んでも壊れない「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のです。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、渡辺は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。

また、平野先生は、私たちは、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」が知りたくて、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」という言葉で押さえられました。「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のです。私たちは、意識で自分をコントロールしているように思っていますが、意識で眠りを作り出すことも、意識で心臓を止めることもできません。そして、実際には、次の瞬間にどんな感情が起こってくるのか予想もつかないのです。

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、その記憶の中身は主に「言葉」です。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」が異なるのです。プライドを傷つけられたと言いますが、そのプライドというのは「私」が集めてきた「杖(ラベル=「言葉」)」ですから、その「杖(ラベル)」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されています。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。要するに捉えようがないのです。(この辺のメカニズムは、ディズニー/ピクサー映画『インサイド・ヘッド』(2015年)でわかりやすく表現されていますので、まだ見ていない人はぜひ見てください。)

このように人間の記憶が主に「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

と言えます。したがって、これまでどういう「言葉」を聞いてきたかがその人の人格に大きく影響を与えているわけです。

平野先生は、人は「がんばって」という言葉が好きだと言われていました。別れ際の挨拶でも「じゃあ、がんばってね」とよく言う。それは、赤ん坊の時から「がんばれ、がんばれ」と教えられて育つからです。「勉強しなさい」という言葉もそうですね。また、「人から後ろ指を指されるような人にはなるな」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聞いて育つわけです。そして、そういう色々な教え（言葉）によって「私」というものが形成されます。ですから、自然と、そういう過去の記憶（教え）にしたがって「私」を支える「杖（ラベル）」を集めるようになるわけです。仏教（浄土真宗）では、このような教えを「賢善精進（けんぜんしょうじん）」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。

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。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、その教えにしたがって、賢なるもの、善なるもの、精進なるものを集めて「私」を支えようとしています。そして、比較の中で No.1（頂点）を目指して邁進するわけです。

それが、順調に行っている時は問題ないのですが、受験に失敗したとか、恋に破れたとか、そういう挫折をきっかけに、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のです。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、場合によっては、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。

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、残す記憶と忘れ去る記憶を振り分けています。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）」そのものにもと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、工場で作っているうさぎのおもちゃを見せて、「こんなものを作っても楽しいよ。日本中の赤ちゃんと仲良しになったみたい。課長さんも何か作ってみたら」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づくわけです。この世に生きているものは、皆、それぞれ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きます。映画の最後のシーンで、「いのち短し、恋せよ乙女～」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。

少し余談になりますが、ここで歌われているのは1915年に発表された『 Gondola の唄』という歌謡曲で、以下のような歌詞です。

いのち短し 恋せよ乙女／あかき唇 あせぬ間に
熱き血潮の 冷えぬ間に／明日の月日は ないものを

いのち短し 恋せよ乙女／いざ手をとりて かの舟に
いざ燃ゆる頬を 君が頬に／ここには誰れも 来ぬものを

いのち短し 恋せよ乙女／波にただよう 舟のよに
君が柔わ手を 我が肩に／ここには人目も 無いものを

いのち短し 恋せよ乙女／黒髪の色 褪せぬ間に
心のほのお 消えぬ間に／今日はふたたび 来ぬものを

(出典：日本語版 Wikipedia 「ゴンドラの唄」 2018.06 閲覧)

渡辺勘治は、小田切とよに生命（いのち）の輝きを見ていたのだと思います。この唄はそれを象徴していますね。「私」から解放されていのちそのものを生きる喜び、渡辺勘治がブランコで歌う姿には、そういう喜びが表現されているように思います。黒澤明監督の人間観察力、表現力には、今さらながらに驚嘆させられます。

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。

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。

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のを見ています。したがって、人それぞれもの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」は異なるのです。そして、互いに自分の常識が一般常識だと言い争って喧嘩になります。しかし、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から、その記憶にもとづいてものを見てみるとすれば、それぞれもの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。

それで釈迦が亡くなってから、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、戒律を守り、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うことで苦しみますから、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、タイなどに行けば、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ます。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、浄土真宗など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いように思います。

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間を目覚めさせる教えだと思っています。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」という答えを見いだして、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、何となく格好がつかます。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、仏教を学ぶ出発点だと思います。

話を元に戻すと、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、その多くはすでに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。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るわけです。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）しかありません。仏教では、最初に釈迦が目覚め、仏となり、その仏の教えを聞いた人がまた新たな仏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もあります。

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の？」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のです。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のです。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いません。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があります。

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、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ません。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のです。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すれば仏に成れるのかという問題が持ち上がったわけです。そこに、仏は亡くなられても、仏の説かれた教え(法)があるではないかということで、その教えの編纂が行われます。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、依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、やっぱり無理だ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ったわけです。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とも解説できません。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、そのお経の名前を唱えることで、『法華經』の教えにしたがって生きることを勧めたのだと思います。そして、浄土宗は「南無阿弥陀仏」です。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。そして、このような行（ぎょう）なら誰でもできるということで、仏教が民衆の間に広がったのです。

以上のような形で、仏教が現在に伝わっているのですが、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。しかし、「宗教」というのは、自分の生き方の「宗（むね＝かなめ）」になる教えを示していますから、自分は「無宗教」だと言う人も、自分の生き方の「宗」になる教えは持っているわけです。欧米社会においても信仰を持たない人が増えているようですが、やはり欧米人のベースにはキリスト教の精神が流れているように思います。だから互いに信頼しあえるのだと思います。また、日本人が海外で信頼されるとすれば

それは仏教の精神がベースにあるからではないかと思います。映画の黒澤明、漫画の手塚治虫、アニメの宮崎駿、文学の村上春樹と、世界で認められた人物には、やはり背景に仏教観があるように思います。

宗教があるということは、自分が世界の中心ではないわけです。自由というのも、自分の欲望のままに生きるということではありません。自由はあくまで神から与えられた権利なのです。平等も神の下の平等です。ですから、宗教を持たない人間が自由を主張すれば、それは単なるエゴイズムになりかねません。例えば、欧米の移民や難民の問題にしても、キリスト教の精神があるから、それを排除することに痛みを感じるのだと思います。もし、宗教が無ければ、自分第一主義、自国第一主義に陥るのは必然だと思います。

ですから、自分は「無宗教」だと言う人は、「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。海外に行って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るということですから、宗教を持っている人から見れば、これほど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るとしていますが、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」というものの正体です。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のです。その辺のところをよく表しているのがディズニー映画の『アナと雪の女

王』（2013年）ですね。あるがままに生きれば、周囲を凍らせ、人を傷つけ、氷の世界にしてしまう、これが「私」の現実なのだと思います。

以上に見てきたように、仏になるための教えは、様々な形で今日に伝えられてきています。そういう教えに触れることは、私たちの人生を豊かなものにしてくれます。「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、宗教が戦争やテロを生むのではなく、宗教を利用した「自我教」が戦争やテロを生んでいることを知っておいてほしいと思います。

次章では、私のであった浄土真宗の覚り（救い）とは何かについて考えてみたいと思います。

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。

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（ねんぶつじょうぶつこれしんしゅう）」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」と言っているのだから、目が覚めると言うことです。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要らないではないかと。しかし、一旦、目が覚めてみれば、確かにそのとおりだったとなるわけです。そのからくりはどこにあるかというと、「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、単なる人間の言葉、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いう宣言なのです。児玉暁洋先生は、これを最も短い「信仰告白」だと言われていました。

では「南無阿弥陀仏」とは何なのかというと、それは「目覚めよ」という「声」なのです。すなわち、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、それは自分の声です。その自分の発した声が、自分を呼び覚ますということを行っているのです。

ではその「南無阿弥陀仏」というのはどういう意味なのかと言うと、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（昔のインドの言語）の発音に漢字を当てはめただけです。この意味は、「帰命（きみょう）」という意味で、「帰」は、「かえる」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、「あなたの依りどころとしているものは、依りどころとすべきものではありませんよ」と言っているのです。私たちが依りどころとしているのは「私」という自我ですから、「私」を依りどころにするのではなく、「仏の法」を依りどころとして生きなさいと呼びかけているのです。

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。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

うことを言っているわけです。ここまで言えば、多少はなるほど思っ
てもらえたかも知れません。

しかし、それではなぜ「南無阿彌陀仏」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「阿彌陀仏」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
れると言っているわけです。そうすると今度は、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」の事実に戻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。そのよう
な自分の身の事実に戻るものが、ある意味「浄土」と呼ばれるものでは
ないかと思えます。

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のです。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、「私」の方は勝手に壁をつくっ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が破れて、いのちの営みの中で生かされている自分に出遇ったというのが「浄土」に生まれるということだと思います。

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。これが浄土真宗なのです。

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巖先生から徹底的に教わりました。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』という経典にあります。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かせようとしたということが書かれています。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、すでに目が覚めた人は、「南無阿弥陀仏」と念仏を称えることで、皆同じように目が覚めるということを伝えてほしいと書いてあります。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ということを表しているように思います。

浄土真宗では、「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を「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、仏に直接教を請えばよいわけです。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ないということです。たとえば、「私は仏です」というような人が身近にいたとして、私たちがその人を信じられるかという問題です。最近の報道にあったように「生き仏」と言われる人でも、セクハラをすることがあるわけです。幼い頃から積み上げられた脳の記憶から差別発言が飛び出すことだってあります。そうすると、はたして私たちは、そういう人を仏だと信じられるのかという問題です。

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いくわけです。そうすると、お寺も神社と変わりません。そして、自分の思う通りにならないければ、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のです。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（ことば）になり、今日に伝えられてきているように思います。

以上のように、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」の正体と出遇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。

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。仏教のお話は時々

しか聞けません、念仏の声は毎日でも聞こえます。ですから、浄土真宗は、私たちの生活に密着しています。

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、ただ、この一点を明らかにするために、いにしへ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「南無阿彌陀仏」は仏の声だと確認するわけです。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、阿彌陀仏の声が聞こえなくなります。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ます。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。

現代では、念仏の声は、葬式や法事の時くらいしか聞くことがありません。しかしそれでも日本にはまだ念仏の声が脈々と受け継がれているように思います。それは、いかに科学文明が発達しても解決できない問題があるからです。2018年5月に放送された「NHK スペシャル人類誕生第2集」では、ホモ・サピエンスが最後に生き残れたのは、宗教による結束の強い社会を作ったからであり、また、宗教が生まれたのは、死後の世界を想像するようになったからだと言っています。すなわち、人類の知能が発達し、「自我」を形成することによって、死というものに恐れるようになった、それが宗教の原点ではないかと思えます。いかに科学文明が発達しても、生命である限り死を免れることはできません。私たちは、宗教など必要ないと言って逃げ回っていますが、いざ「死」を前にすると、宗教以外に頼るものがないのです。ですから、日頃信仰のない人でも、葬式の際は念仏して、どうか成仏してくださいと

祈ります。すなわち、科学文明がいかに発達しても、結局、死後の問題については、何の解決もされていないということです。

浄土真宗では、死の問題を「生死（しょうじ）」の問題と言います。死の問題が解決できていないということは、生の問題を解決できていないということです。人間は何のために生きているのか？ その問いに目を背けているから宗教など必要ないと言っておれるのだと思います。そういう意味では、「自我」を持たない動物は宗教を必要としません。生と死を分けて考えることをしないからです。浄土真宗では「生死」を超えた世界を「浄土」と言います。「自我」の支配から解放されることによって「生死」を超えた世界に生まれる。それを「浄土往生」と言います。しかし、それは死んだ後のことではありません。「南無阿弥陀仏」の声が私に届いた時、「生死」を超えた「浄土」に生まれるということが成り立つのです。

ある意味人類誕生は、「自我」の誕生であり「宗教」の誕生だと言えるかも知れません。私たちは、その人類誕生以来の課題を解決する道として、仏教が、念仏の声が、この日本に息づいていることにもっと誇りを持つべきではないでしょうか。

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、君たち一人ひとりが見つけて行ってほしいと思います。次章からは、このような仏教が私たちの現実の問題にどのように関わるのかという点について考えていきたいと思います。

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。

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／いろいろな花を見ていた／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／頑張ってる咲いた花はどれも／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／誰も気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」ということにならされて、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いがる？」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」が詰まっていると言ってもよいと思います。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ります。

都会では、もう幼稚園からその競争が始まります。子供を有名幼稚園に入れるためにしのぎを削るわけです。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。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目指します。要するに No.1 を目指すわけです。

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 を目指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 を目指すことに何の疑いも持っていません。勉強でダメならスポーツで、スポーツがダメ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」と言われたと伝えられています。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、実は生きている人間の現実を表しています。すなわち、「地獄」というのは、居ても立っても居れない、耐えがたい苦しみの中にいる状態を表しています。孤独というのも地獄だと思います。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態です。あれが足りない、これが足りないと、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が、そういう子供を餓鬼と言います。また、人をだまして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態です。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、人間も他人に支配されて家畜のように扱われる場合があります。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のです。しかし、私たちは「人間」の状況におかれても、仏教は聞かずに「天上」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のです。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、天から真逆さまに地獄に落ちるというわけです。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、一步出られて「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。「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のです。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）」を集めています。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」とか「ハーバード」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のです。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！」と感嘆しました。しかし、その東京電力も東芝も、今は先がどうなるかわかりません。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、天上界に昇ったけれども、待っていたのは地獄だったということです。「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ことです。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。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」には関係ありません。

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ます。実は、人間もその生命の営みの中にいるのです。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のです。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。

これは細川巖先生から聞いた話でもあるのですが、私はよく新入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、皆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。

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のです。どんなによい「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。野球の清原選手や歌手の 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同じです。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のです。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のです。

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。

私は、うつ病に関してそんなに知識があるわけではありませんが、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、泉谷氏の記事または著書『クスリに頼らなくても「うつ」は治る—新しい自分になる30の視点』（ダイヤモンド社）を読んでいただければと思います。）

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なのだそうです。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」は連動していると表現されていますが、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。この中の「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。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、うつ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、情報処理を行いません。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」を生きることができません。（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 ON LINE』(<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、親鸞が描いた法然の肖像画に、法然直々に書いてもらった書があって、その中に「彼仏今現在成仏（ひぶつこんげんざいじょうぶつ）」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たのですが、泉谷氏が言われている

ように、「私」に支配されている生き方には「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、「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。

また、泉谷氏は「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。

泉谷氏が言われているように、うつ病は、正義感が強く、自他ともに、こうあるべきだという理想の高い人が罹りやすい病気だと言えます。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。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、今でも後悔しています。

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助言します。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、すでに君の身体は生きるために精一杯がんばっているのだと、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、できることを少しずつやって行こうと。

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、登れるだけ登ってみようと進んで行けば、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。うつ状態にあるときは、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ていると、親の要求も往々にして高いように思えます。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ます。しかし、現実には思うようにはならなくて、「頭」

の要求と「身」の事実が乖離するわけです。そして、徐々にストレスがたまり、うつ病を発症するように思います。

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のです。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ことを表します。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」は人が目覚める前は「法蔵」ですから、法の蔵です。「法の蔵」が「南無阿弥陀仏」という声になって人間の目を覚ましたと言うわけです。要するに、私が目覚めることを願っていた存在があったということです。そういう存在を「法蔵(菩薩)」と言うわけです。法然も、念仏によって目が覚めたのです。「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、「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」という言葉だと思います。そして、目が覚めることによって、我が身の現実、「今・ここ」に帰ることができるわけです。それは「自信」の回復と言ってもよいかも知れません。

平野修先生は、浄土真宗の「信心」を現代の言葉にすると「自信」という言葉が最も近いと言われていました。ですから、「信心」は「真の自信」と言ってもよいのかも知れません。前章までに述べたように、私たちの「自信」は、「私」を支える「杖」にもとづいています。しかし、その「杖」は比較にさらされると常にぐらつくわけです。ですから、私たちの自信は、有ったり無かったりします。そして、自信が有るときは元気が出ますが、自信が無くなると落ち込みます。私も以前はうつ病に

はならないという自信がありました。歳を取るにしたがってそんなことは無いということがわかってきました。自分の意見が通らなかつたり、批判されたり、無視されたりすると、だんだんうつ病的になり、誰とも話したくなくなります。仏教を聞いていてもうつ病にはなるのです。ただ、仏教は、そのようなうつ的な状況から立ち上がる力を与えてくれます。

「自信」は自分（自（みず）から）を信じるということですから、自信が無くなるということは、自分が信じられなくなるということです。しかし、私たちは、本当に自分を信じているのでしょうか？ 私たちが信じているのは、自分の中の賢なるもの、善なるもの、精進なるものだけで、愚かなるもの、悪なるもの、怠惰なるものは信じていないのではないのでしょうか？ ですから、人から褒められると自信を持ちますが、批判されるとすぐに自信を失います。しかし、自分の愚かな部分も信じていけば、批判も当然だと受け取れるはず。したがって、私たちの自信は、「真の自信」ではないのです。「真の自信」は、比較によって揺らぎ、批判によって揺らぎ、いつでも吹き飛ばような自信しか持ち合わせていない、それが本当の自分だと信じられた、それが真の意味での自信なのです。すなわち「正体不明」「行先不明」の「私」を生きているということに目が覚めることが、本当の自信になるわけです。ですから、「信心」のことを「金剛心」とも呼びます。揺らぎのない自信ですね。

要するに、私が集めてきた「杖」はあてにならないということです。ただし、「私」は「杖」に支えられていますから、「真の自信」は「杖」以外の支えがないと成り立ちません。そういう「杖」ではない、真に私を支えるものを「浄土」と呼ぶわけです。たとえすべての「杖」が無くなっても立っておれる場所が見つかったというわけです。それが「浄土」

と呼ばれるものだと思います。したがって、「真の自信」は、「浄土」が与えられて成り立つのです。

「信心」という言葉は、「信仰心」と誤解されているように思いますが、これは「真の自信」「揺らぎのない自信」と言った方がわかりやすいと思います。ちなみに、親鸞の自信は「機の深信」と言われますが、「自身は現に是（こ）れ罪惡生死（ざいあくしょうじ）の凡夫、曠劫（こうごう）よりこのかた、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」（『観経疏』より引用）と信じられたわけです。要するに、どこまで行っても救われようが無い自分だということです。これほど確かな自信は無いのではないのでしょうか。親鸞の自覚はそういう「私」を生きているという自覚です。救われないというところに真に救いを見出したのです。救われない自分を見出した時、それでもそこに立っておれる場があったのです。それを「法の深信」と言い「かの阿弥陀仏の四十八願は衆生を摂受（しょうじゅ）して、疑（うたがひ）なく慮（おもんぱか）りなくかの願力に乗じて、さだめて往生を得と信ず」（『観経疏』より引用）という言葉で表されています。すでに、そういう自分を見抜いて、目覚めを促していた存在があったということです。仏の法が、私を目覚めさせ、救われがたい「私」の在り方に光をあて、私に生きる場を与えて下さったという感動ですね。

泉谷氏も、最後の章には、「他力」ということを書かれていますので、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言っています。「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にです。「他力」は、「私」の迷妄は「私」を超えたところの力でしか破れないことを言っているのです。

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。「アラヤ識」は人間存在の根本にある識です。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。曾我量深という先生が、「法蔵菩薩は阿頼耶（あらや）識である」と言われたそうですが、「アラヤ識」からの声が「南無阿弥陀仏」なのだと思います。うつ病は「目覚めよ」という「アラヤ識」からの声なのだと思います。「杖」が全部無くなったとしても、あなたは間違いなく **Only one** の花を咲かせることのできる存在だと「アラヤ識」の方は訴えているわけです。しかし、自分に自信があるときは、その声は届きません。その自信が失われてはじめてその声を聞くチャンスが生まれるのです。

私たちは、うつ病になってはじめて「あれ？」と思うのです。「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のです。そして、「アラヤ識」からの声「南無阿弥陀仏」が届いたところ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ます。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のです。そこに、うつ病を克服する道が開かれるわけです。

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。

前章までに見てきたように、「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、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ただけるのですが、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のです。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のです。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のですが、「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ります。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るわけです。

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。しかし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っても、「学部長」や「学長」を前にすると杖が揺らぎます。そうすると、自分の杖が揺らぐようなところには近づきたくないわけです。それがもし周囲を囲われて、そういう人いつも顔を合わせないといけない環境に置かれ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』（ベスト新書）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いたら、それがたまらないのです。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。

たとえば、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ぎます。頭がよ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よい人が現れると、とたんに自分の頭がよいという杖が揺らぐのです。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のです。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、ボス猿というのがありますが、ボス猿の地位を脅かすようなものは戦って排除します。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が杖として大事にしているものを揺さぶるのです。しかし、被害者の方はそれに気づきません。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ぎます。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、無意識の内に権力を使って准教授を抑え込もうとします。研究分野が違うと、簡単に比較できないのでそういうことは起きにくいのですが、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必要だと思います。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は、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、傲慢に見えたりするわけです。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遭うと、傍観者を決め込みます。

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」ですから、そういう実体の無いものを支える杖など存在しないのです。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のです。「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ません。「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無いだけで、状況次第でどんな自分が出てくるかわからないのです。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うるのです。それだけ、「私」というものは危ういものだと思います。

また、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ります。「善」なる人、「賢」なる人、「精進（努力）」する人と言われていた間はよいのですが、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ります。そうやって、海馬の記憶を塗り替えてでも、自分は「善い人」でおりたいのです。

前章に述べたように、親鸞は、このような自我のありさまを、「曠劫より已来、常に没し常に流転して、出離の縁あることなし」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、実際は、常に没しているのです。そして、縁しだいでどんな思い（意識）が起こってくるかわからない。それを「流転（るてん）」と言います。安定も安心も無いのです。そういう「私」というものを頼りに生きているということです。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。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」を離れることはできません。そして、そういう自我の迷妄に目覚めることで、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のです。また、いじめの被害者の方も、加害者の痛みがわかるのです。そこに、「人間関係の修復」が起こります。

このような加害者の罪の自覚を扱った小説として、ドフトエフスキーの『罪と罰』があります。読んでいない人のために、簡単な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、そう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。それで、法を犯したの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のです。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。

この小説が示すように、「私」というものは、罪を認めることができません。罪を認めれば「私」が崩れ去るように思うからです。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に耐えられないのです。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」を支えようとするのです。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、ソーニャの愛情は、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、人間が考えるような死後の世界を言っているわけではないのです。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」と言っているのです。

ですから、いじめ問題を真に解決しようとするれば、そこには、私を支配している「私」からの解放しかないのです。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のです。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。方策があるとするれば、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されています。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、結婚して家庭を持つと、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ます。「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」を安定させようとはしますが、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」が傷つきません。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です。結婚もめんどくさい。子供はほしいけど結婚は嫌。シングルマザーやシングルファーザーで子育てする方が気が楽です。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でしょうか。

次章では、そういう人間関係を修復する道について考えてみたいと思います。

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関わるのか、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。

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

「火の河」というのは怒りです。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、自分も傷つきます。「水の河」というのは、無視だと思います。

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のです。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、「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います。しかし、その「火の河」と「水の河」の間に仏道（白道）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す。

「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「三途の河を渡る」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刀です。そして「血」を流す。そうやって地獄に落ちるのです。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。諸刃の剣ですね。そうして、頭が興奮して夜眠れないという事態に陥ります。

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。

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。それは、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。

仏教では、「私」という自我は「分別心」を持っていると言います。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することを「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。さぼつてると思われると、居り場が無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、朝6時からぶっ続けで仕事をして、夕方の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。」と言いつけて帰宅します。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。よい先生と思われてると気分がいいのですが、嫌な先生という声を聞くととたんに気分が悪くなります。また、研究なんかでも、つまらない研究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。そして、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。そして、自分を見下すものは「火の河」と「水の河」で消していきます。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のです。「白道」があるから「火の河」と「水の河」の間を生きて行けるのです。「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、顔を合わせることはないわけです。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

かってきますが、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らうなと思います。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。そうやって、「私」が傷つかないように傷つかないようにしていると、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から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。一通り職員を「火の河」で消し去っていますから、相手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かったと思います。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るのです。

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そうです。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、すぐに通じ合うと言うのです。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、その通りだと思います。

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、周囲に比較して言うだけで、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のです。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、美人もブスも無いのです。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。

頭がよいというのも、頭が悪い人のお陰なのです。頭がよいから偉いなんてことはないのです。しかし、私たちは、「私」に支配されていますからそんなことは思わないわけです。私は絶対だと思って疑いません。ですから、馬鹿にされると腹を立てます。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」と言えばいいのです。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、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「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しません。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です。しかし、実際には、人間の怒りや欲望は、多くの場合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なことだと思います。しかし、うつ病のところで見たように、「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。道徳意識の高い人が、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。孫をお寺に連れて行って、仏様がおられることを教えていたのです。もちろん、道徳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徳や倫理で、より深いところにある根本的な自我の迷妄を破ることはできません。すなわち、道徳や倫理だけでは、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思いません。

道徳は善悪を教えるものですが、何が善か何が悪か、それは人間が決めたルールに過ぎません。私たちは、他の生き物を殺して食べなければ生きて行けません、鶏を狭い鶏舎に閉じ込めて、ただ卵を産ませるために生かすというのが善と言えるのか？ 圧倒的な武力で罪のない家族を殺されて、生きる意味を失い、自爆テロを起こしてしまった若者は単に悪として片付けられるのか？ 戦争を終わらせるために、空爆をして罪のない人たちも傷つけていく、それは善なのか？ 世の中には、善悪で片付けられない問題が沢山あるわけです。善悪しか教えられて来なかった若者が、世の中の不条理に突き当たった時、果たしてそれを乗り越えて行けるでしょうか？

宗教を失った世界は、寛容を失うように思います。そして、一旦、道を外れると孤立化して行きます。社会からも排除され、白い目でみられ、無視される。それが秋葉原事件のような無差別な殺人というような悲劇を生み出しているような気がしてなりません。道徳は、理想的な生き方を教えてくれるだけで、生きる意味を教えてくれるわけではありません。どんな人間も生きることが許されているというようなことは、宗教以外には言い得ないことだと思います。ホモ・サピエンスが最後に生き残れたのは、宗教を通して共生する社会を生み出したからだということを人類はもう一度思い出す必要があるのではないのでしょうか？

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。

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って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。子どもができたなら、子どもと過ごす時間が必要なだし、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えます。同じような題材を小説にしたのがミヒャエル・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えます。

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。人生に必要なものは、「勇氣」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「勇氣」を「自分自身であることへの勇氣」と解釈されました。すなわち、「私」に支配された生き方では、「今、ここ」にある自分自身に満足することができないのです。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、さらに何かはほしくなります。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35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のです。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のです。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になります。

ムヒカ大統領 ミヒヤエル・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」にあるのに、それに気がつかないのです。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。「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。そうすると、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

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、成り立っているのです。「私」というものは、そういうことは忘れて去って生きています。

念仏というものは、「私」の迷妄を破るものですから、一瞬でも、「今、ここ」に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と思えます。多くの命の恩恵を受けて、今、ここに生きています。それこそが感動なのだ。

「自分はだめだ」とか「自分つまらない人間だ」とか言う人がいますが、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のです。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、生きていく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」に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て、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、「今、ここ」に生きていること自体が奇跡であり、多くの他のいのちに命を与えられ、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のです。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、自分は多くのいのちから支えられ愛されていた。「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行くこととなります。「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、私自身成り立ちません。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ます。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、自分の思うようにならないと、いつも怒りが巻き起こり、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のです。

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。ミヒャエル・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います。

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。例えば「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か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。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」にある幸せを感じるためにあるのです。

「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いのかと思うと、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。人間は、時々、死を見つめてみる必要があるのかも知れません。明日、命が尽きたとしても、自分の人生は幸せだったと言えるのかと、ときどき自分に問いかけてみる必要があるように思います。私たちは、平和を当たり前のように思っていますが、世界には、いつ爆弾が落ちてくるかわからない国や、貧困で飢えに苦しみ、明日の命もわからない人々が沢山いるわけです。そういう人たちから見れば、今の日本は天国に思えるかも知れません。しかし、私たちは、そういう天国のような社会の中で、不満ばかりを言って暮らしているわけです。ムヒカ大統領が言われているように、私たちは何もかも恵まれた国にあって「貧乏」なのです。すなわち、「無限の欲があり、いくらあっても満足しない人」になっているのです。幸せな国土を持ちながら幸せを感じるができない、それが私たちの現実なのではないでしょうか。

イスラム教では、ラマダーンの月に、日の出前から日没にかけて、一切の飲食を断つことにより、空腹や自己犠牲を経験し、飢えた人や平等へ

の共感を育むのだそうです。そして、そういう共に苦しい体験を分かち合うことで、イスラム教徒同士の連帯感は強まり、多くの寄付や施しが行われるのだそうです。私たち、日本人は、平和で裕福な社会に暮らしながら孤独なのです。ムヒカ大統領の言葉にあるように、「物は幸せにしてくれない」のです。私たちは、人間をはじめとする生き物との連帯感があって、はじめて幸せを感じられるようになっているのです。今の日本には物にあふれていますが、独身や独居老人に代表されるように、孤立化が浸透していっているように思えます。

仏教で言う幸せはどこにあるのか、それは、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。白道に立てば、人と人が通じ合える。同じ「いのち」を生きるものとして、互いに理解しあえる。そこに、幸せはあります。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、終わると空しいのです。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ありません。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。

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。

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に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悩むのです。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のです。そして、その女性行員は、うさぎのおもちゃを出して、「こ

んなものを作っているとしても楽しいよ。日本中の赤ちゃんと仲良しになったみたい」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、雨になると泥水で溢れる場所を公園にすることをやり遂げて死んでいくのです。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のだと思いました。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りますから、他を利するような生き方はできないのです。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ません。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、利他のためではなく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。

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。それが現実だと思います。「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出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。では、私たちに利他を行うことは不可能なののでしょうか？

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ります。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のです。ですから、仏教で言う菩薩というのは 私たちで言えば 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るようになっていると思います。

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いません。『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造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」から力を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」で飲み込んでいるのです。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、自分勝手ですよね。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います。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のです。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のです。どんな人間も無駄ではないという平等があります。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のです。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のです。言い換えれば、目が覚めるところに「自利利他」が成り立つのです。

仏教の比喻の中に、「伊蘭林（いらんりん）」というのができます。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使い、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ります。しかし、実は、それは自分の姿でもあるのです。私たちの自我は、自分の都合のよ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のです。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、よい香りを放つと言うのです。そして、伊蘭の林を非常によい香りの林に変えていくと。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。実は「利他」というのはそういうことなのです。

私は、大学院生の頃、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、細川巖先生は、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のです。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、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。そこに「自利」と同時に「利他」が成立する生き方が生まれます。

したがって、私たちの自利利他は、私の力で成したものではありません。このような仕組みを仏教では「法蔵菩薩」という言葉で説明しています。「法蔵」というのは、仏の覚られた法（法則）が収まった蔵です。

「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行っています。

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。どうやって起こすかと言えば、「南無阿弥陀仏」と呼びかけることによって起こすのです。そして、私たちが目を覚ますことで、人を消し去ることが止み、他の人を救い出すことができます。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。「お前たちのためにしてやった」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、すばらしい教だだと思います。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。

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。

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入れてしまいました。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、番組のもとに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のです。例えば、地球上の酸素の割合(20.95%)は、ほんの少しでも狂えば、生物の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、地球上の生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言うのです。同様に、海の塩分濃度も、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言うのです。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言うわけです。

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が、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、人の住めない地球になって行きます。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が上がるの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ありませんが、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ように思います。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ではないでしょうか？

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ではないでしょうか？

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考えています。

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。細胞は日夜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ます。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、地球の生命を成り立たせているのです。

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ものかと、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のでしょうか。

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のです。

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ちません。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となります。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けていく、それが人生のように思います。

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のです。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自分の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のです。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」と言うのです。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描いた絵を見せるのです。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のです。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、黄色黄光、赤色赤光、白色白光」と言うように、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のです。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果たしていく。これが、私たちに与えられた仏道だと思います。

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。

第14章 おわりに

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のです。

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、流罪に処せられます。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」が宗派の名前になったのです。

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（縁起）」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（縁起）」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、すでに念仏の教えを勧めていたということ、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。

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かまずし、お遍路の旅なんか、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します。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ような後ろめたさがありました。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われたいわけです。

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

人もいると思います。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。「阿彌陀仏に依りなさい」と言われて、はっと目が覚める人もいますし、「正体不明」「行先不明」が「私」の正体と言われて、なるほどとうなづく人もいると思います。親鸞の教も、「南無阿彌陀仏、南無阿彌陀仏」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ません。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のです。ですから、壁にぶつかったとき、うつに悩んでいる時こそ仏の教が届くチャンスなのです。

以前、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、(1)葛藤や自分の感情と向き合うことができない。(2)悩む段階を乗り越してすぐに「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ころの状態を表現する。(3)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。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。

私は、この歳（57歳）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大きな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。ですから、学生諸君にも、悩むことを恐れないで、大いに悩んでほしいと思います。悩むことがなければ、目が覚めることもありませんし、目が覚めなければ生きることの本当の意味も見いだせません。苦悩こそ仏教にであう最大のチャンスなのです。また、苦悩は、法蔵菩薩の願心の表れでもあり、仏の法が届こうとしている証拠なのです。どうか、若き日の苦悩を乗り越えて、人間として真の成長を遂げていってほしいと思います。

本書は、仏教の専門家からすれば、間違った解釈をし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。「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「ことば」になったと言うわけです。同様に、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づくっているわけです。まさに奇跡ですね。私たちは、そういう奇跡をあたりまえにして、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言うように思います。それが「真実」と呼ば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、現代の若者たちへの方便の書となればと願っています。

最後に、私の墓に刻んだ平野修先生の手紙を記して終わりにしたいと思います。

「真実（まこと）に会えば、人はめざめる。人はやさしくなる。この道理を南無阿弥陀仏という。」（平野修師）

参考文献

- [1] 真宗聖典編纂委員会：『真宗聖典』，東本願寺出版部
- [2] 細川 巖：『龍樹の仏教』，筑摩書房
- [3] 平野 修：『親鸞からのメッセージ <1>～<5>』，法蔵館
- [4] 児玉暁洋：『清沢満之に学ぶ—現代を真宗に生きる』，樹心社
- [5] 一楽 真：『親鸞聖人に学ぶ—真宗入門』，東本願寺出版部
- [6] 高 史明：『生きることの意味—ある少年のおいたち（ちくま文庫）』，筑摩書房

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）。著書として『はじめて学ぶ建築構造力学』（共著），『建築構造設計・解析入門』（共著），『Excel で解く構造力学』，『Excel で解く 3 次元建築構造解析』，『建築デザインと最適構造』などがある。

学生のための仏教入門 ～仏教に学ぶ生きるためのヒント～

2018 年 4 月 6 日 第一版第一刷発行（非売品）

2019 年 4 月 6 日 第二版第一刷発行（非売品）

2020 年 4 月 6 日 第二版第二刷発行（非売品）

著作者

藤井大地

© Daiji Fujii, 2018

藤井大地 dfujii@hiro.kindai.ac.jp

印刷・製本 三原プリント株式会社
