

令和2年8月1日座禅会の課題

【道心の中に衣食あり 衣食の中に道心なし】

これは天台宗伝教大師最澄の『伝述一心戒文（でんじゅついつしんかいもん）』の中のお言葉であります。

道心とは、仏教を学び実践する心をいい、衣食とは、衣食住の生活環境のことです。

道を求めて努力を重ねる向上心があれば、その目的を達成するのに必要な衣食住は、十分とはいえないまでも、おのずとついてくる、一方いくら生活に恵まれていても、その生活の中からは、むしろ安逸に流されて、道を求め、自分を高めようとする心は起きてこないということです。

現在の私たちの生活は、物質的に大変豊かになりました。不景気、不景気といわれながら、巷には物が溢れています。にもかかわらず不安感が漂っています。政治、経済、教育、医療、治安などに対する様々な不信が渦巻いています。

さらに、科学技術の進歩は多くの利便性を私たちにもたらした反面、人々から想像力を奪い、人を思いやる心を著しく低下させてしまいました。不安に駆られ、自己中心で感謝の心を失った人間が増え、思い通りにならないとその不満を、他人への怨みに転化させます。次々と起きる凶悪な事件の背景には、人格を養う教育が軽視されてきたことがあるからではないでしょうか。

自分の中に確固たる「信」をもたないことが、現代不安の大きな要因の一つに上げられます。物に囲まれて便利に生きることが、本当に人間らしく生きることなのか、考えなおすときにきています。

宗祖臨濟禅師が「病、不自信の処に在り」といわれたのも、正にこのことでしょう。

仏教は、いうまでもなく三宝に帰依し、三宝を実現する教えであります。三宝とは、仏（覚者）、法（真理とその教え）、僧（その教えを学び、行ずる人々とその和合の集団）のことで、この三つの宝といわれる理由は、世間に得がたく、この上なく清らかで、勝れており、不思議な力を持ち、時代や世界をこえてかけがえのない価値をもっているからであります。

この三宝に帰依することこそ、真実に生きる出発点であり、自分の本当の姿を知る第一歩なのです。又、この帰依を形に表わしたものが合掌であります。

合掌とは、仏と一体になることであり、自分の内にひそむ仏性（誰でも仏になれる性質）を拝むことであり、私たちが時間的にも空間的にも、いろいろなものの恩恵によって「生かされている」ことへの感謝の祈りでもあります。

所詮、人間は決して一人では生きられない弱い存在です。だからこそ「支えあい」が大切であり必要です。この「支えあい」の心のあり方を説いた教えに「四無量心」があります。四無量心とは「慈・悲・喜・捨」の四つの心を特定の人に限らず、だれにでも、際限なくはたらかせることです。即ち

慈無量心—友愛の心、慈しみの心をかぎりなくはたらかせること。

悲無量心—ひとに対する同情とおもいやりの心をかぎりなくはたらかせること。

喜無量心—ひとをしあわせにすることを喜び、また、人の喜びを自分の喜びとする、
この喜ぶ心を限りなくはたらかせること。

捨無量心—執われを捨て、分けへだてなく接する心、それを限りなくはたらかせること。

この四つの心を共にあゆむ人びとにふりむけることによって、和合の世界がもたらされるのです。仏の教えは、私たち人間の生きる杖であり、支えであります。

仏の教えを学び、仏の教えに生きる一人になり、同じ道を歩む人々と一緒になって、共に歩む仏国土の実現をめざしたいものです。

～月刊誌「花園」より

【道心を仏心、衣食を生活、若しくは結果と見たときの亮観の解釈】

◎衣食足りて礼節を知ると言う言葉があるが、衣食の足りない時代に合っても

「道心」の元に分かれ合う環境を築く事が出来れば礼節を養う事が出来る。

◎人を欺いてでも上位に立ちうわべだけの結果を得ようとする時は真の結果は得られず

「道心」人と人と共に信じ合える環境に於いては真の結果が得られる。

◎豊かさだけを追い求めても満ち足りた充足感は得られ無いが、足ことを知り

「道心」いわゆる仏心が抱ければ真の豊かさが抱ける。

◎虚勢を張って、己を飾り偽って見せても、道心は得られず

「道心」が無ければ、ただただ苦しき迷うだけ

◎「道心」いわゆる慈悲心の中に「衣食」満たされた心が養われる

【衣食足りて何を知る？】 兵庫県美方郡香美町村岡区 但馬村岡法雲寺

自分勝手な利益や欲望を満たす為に他者を欺き、犠牲を強いてまで果たして得る物が有ったのか大いに疑問です。物事の判断が出来ない人、精根(しょうね)が腐った人間が余りにも多くなりすぎたということでしょうか。

また、次々に起きる呆れ果てるような出来事の連続で、報道や情報の洪水に浸ってしまっている我々も「またか！・・・もううんざり！」と感覚が徐々に鈍感になってきていることにも、少し怖い面を感じます。

良く耳に馴染んでいる故事成語に「衣食(いしょく)足りて礼節を知る」と言うのが有ります。「人間、衣食が足り生活が安定すれば、自然と道徳や礼儀もわきまえるようになる」と言った意味合いでしょうか。

思い出してみれば我々はこの故事成語を良く聞かされたような気がします。

「豊かな時代となれば貧しさから起きる様々な問題も解決できる・・・だから皆豊かさを目指そう・・・」と直接は言われませんでした。昭和中期から平成初期はそんな雰囲気の中で、一途に豊かさを目指し突き進んで来た様に思います。

しかし、今や充分過ぎるほどに衣食は満ち足りているのに、礼節を知るどころか、世相は悪くなる一方です。

豊かさと言うものを考え違いし、目先の利益や欲求に拘る余りに、本来大切にしなければならなかった事を忘れてしまったのでしょうか。

比叡山を開かれた伝教大師・最澄様は御遺戒の中でこう申されています。

「道心(どうしん)の中に衣食あり、衣食の中に道心なし」

「道心」とは求道心とも解せますが、自分の信じる信念や理想の実現を目指す「志(こころざし)」とも理解することもできます。「衣食」は先ほどと同じく、衣食が足りて生活が安定することです。

大師の言葉を解すれば・・・「道を求める志(こころざし)を保てば自ずと生活は成り立ち、ただ生活の事のみ追い求めても心に何の得るところは無い」となるのでしょうか。先ほどの「衣食足りて礼節を知る」とは、全く逆の発想です。

大師の言葉の後半部分「衣食の中に道心なし」(ただ生活の事のみ追い求めても心に何の得るところは無い)は正に今の日本の状態そのもののようには思えます。

残念ながら「衣食足りて礼節を知る」の故事成語は、今の日本では馴染まず、「衣食足りて、更に欲しがる」といった状況です。

大切なのは、物が先ではなく、心・志なのです。

心なくしては物質的な豊かさも無駄に浪費をするのみで、きりが有りません。

今の日本は何の志も無いものだから、既に充分豊になっているのに関わらず、更に手当たり次第に欲張ってしまい、心の中は、「もっと、もっと」と言う気持ち以外の何も残らない。そんな人々が巷に溢れているのですから、世相が健全な方向に進む筈が有りません。

「道心の中に衣食あり」です。

道心とするところは人それぞれ異なるでしょうが、衣食(生活)は道心の中にあるのです。目的も無く、衣食(生活)のみを追い求めて居てもきりが無いのでは無いのでしょうか？皆さんにとっての「道心」とは「志し」とはなんでしょう？

【慈悲心の道心と自己主張の自我そして、自我没却】

フロイトの心的構造論

精神分析で有名なフロイトは、人の心の構造を「自我」、「超自我」、「エス」という概念を用いて説明しました。超自我は、社会の中で生きていくために必要な価値観のようなもので、子どもの頃からのしつけや教育を受ける中で身につける倫理観や道徳観などから構成されています。

これに対してエスとは本能のまま、欲求のままに動く、いのちの衝動です。エスは創造性の源でもあり、人が生きていく上では非常に重要です。しかしエスと超自我は対立します。その間に挟まって調整役になるのが自我だとフロイトは考えました。

フロイトの考え方をベースにして、エリック・バーンは、超自我を親、自我を大人、エスを子どもに例えています。例えば誰かと食事に行き相手が話しているときに、早くも目の前においしそうな料理が出てきたとしましょう。いいにおいがするから食べたいと考えるのが自分の中の子どもの部分、つまりエスです。相手がしゃべっているのだから食べるのは失礼だと考えるのが超自我、エスと超自我を調整するのが自我というわけです。

自我は単なる調整役ではなく人生を活性化する

フロイトは自我を調整役と考えましたが、**自我の積極的な役割を認める考え方もあります**。例えば超自我が強すぎると、親のしつけにまったく反抗できず、単に親の言いなりになってしまう恐れがあります。自分の本当の欲求を表に出せず、心の中の声に耳を傾けられないわけです。だからといって内なる衝動だけに従ってはいは社会性のない人間になってしまいます。

超自我が社会の中で自分に対する期待や求められている役割を内在化する（自分のものとして取り入れる）一方で、自我には自分の本当の欲求を意識し、時と場合を選んで実現していくという機能があります。しっかりとした自我がないと極端な話、自分で判断することのない人間ができてしまいます。自律した人生を送るためには、自我がとても重要なのです。

【自我がなくなると・・・】

管長様が僧堂攝心で提唱されたことをまとめてみました。

朝比奈宗源老師が次のようにお説きになっています。

「自我というものが迷いの根本であるというけれど
その自我を滅し尽くす・殺すことは、そう簡単にできるもの
ではない。私達は常に自分中心の生活をしているから
それを否定することは、まるで魚に水から出よというくらい
困難なことだ。

それでは、どうしたらいいのか？それは、菩提心を持つ
ことである。自分だけ悟って何かをしようというのではなく
自分よりも人に尽くそうという気持ち・利他心・慈悲心
を持つことだ。私達の心の本性は仏心であり、この慈悲心
に他ならないとこう信じることであります。

何か人の為に一生懸命尽くして、その人が喜んでくれるの
を見れば私達も無条件に喜びます。他の人が（震災などで）
人の為に尽くして働いている姿を見ると私達もうれしくなります。
これが私達の心の本性が慈悲心である何よりの証拠であります。
この慈悲の心を育てていく、これが自我を克服する大きな道筋
である。」と。

自我を滅していくことと、己を尽くしていく・無に成り切っていくこと、
利他・慈悲心を育ててそれを充ちあふれさせていくことは、実は
同じ事なんです。

自我がなくなると何やらどうやって生きていったらよいか不安に
なるかもしれませんが、無に成り切ることは同時に慈悲の心に
充たされることと同じなんです。

解脱

「解脱」

寺川 俊昭（てらかわ しゅんしょう）（教授・真宗学）

ちかごろ、解脱ということばを、おりおり眼にする。この解脱は、すっかりばの中に定着しているが、しかしなお仏教の用語としての本来の意味を、かなっていることばの一つであろうか。

解脱ということは、字を見ても分かるように、人間を縛っているさまざまな放される、ということである。もともとインドの宗教一般で、修行の目ざすもとばであった。仏教はそれをうけ継いで、“悟り”にかかわる大切なものを表して、積極的に磨いていったのである。だからそこには、仏教の独特の人間理

人間を縛っているものがある、といった。けれども、何が人間を縛っているのそこが仏教の面白いところであるが、人間の激しく動く感情と、底知れぬ欲望癡と、一言でいえば煩悩と、それが引き起こす尽きることのない苦悩と。それって、自由を失わせているのだと、鋭くも洞察したのである。

そうだとすれば「人間とは何か」という、真剣に人生を考えるときに避けてできない問いに対して、仏教は「煩悩にまみれて生きるもの」という、まこと人間理解を示していることになる。富と物とに対する飽くことのない欲望も、を指摘されても止むことはない。人を自分の思うようにしようとする我儘な要と名誉に対する固執も、いくら非難されても捨てはしない。怒りと憎しみ、果さらには他人と自分とを比較して起こす劣等感と優越感、これがどんなに人間かを知っても、止めることができない。

これが、「人を束縛するもの」と理解された煩悩が乱舞するすがたである。ような人生に、底知れない空虚さと無意味さを感じたものが、いまさらのようめるもの、それは、この煩悩から解放されて、自由の主体となることではなか脱とは、人間のこの深い要求を表したことばである。