ビハーラセミナー

# 煩悩の整理学　－人間の心って何だー

曹洞宗総合研究センター講師　　中野　東禅

平成13年11月9日　田代町　洞雲寺

今回は、田代町山田の洞雲寺さまで毎年行われている「禅を学ぶ講演会」をビハーラセミナーに代えてということとさせていただきました。
既に５回目となるこの講演会で、講師の中野先生はすっかり山田の方々にお馴染みとなって、和やかな雰囲気の中でありながら示唆に富んだお話を頂戴いたしました。

## はじめに

こんにちは。皆さんとは顔なじみになりました。

本日は「煩悩の整理学－人間の心って何だー」。“人間の心”って自分の心だと思いますけれどね。お手元のプリントに「煩悩の整理学」と書いてございますが、人間の煩悩の一覧表なんです。大体この様に煩悩を整理してくれたのがお釈迦様の段階で、それを更にきちんと分類されたのがおそらく西暦1、2世紀頃であろうと思いますね。ということは今から1,800～2,000年くらい昔にインドのお坊さん達が人間の心を観察して、こういう整理をしてくれまして、それを今日、お話申し上げようというわけです。

「煩悩」というのは自分の事ですから、難しい事はないんです。何しろ日常自分でやっている事ですからね。「お父さん、またタバコ吸ってるの？タバコの貪欲が抜けないわね」なんてね、こういう事になりますから。日常でやっている事です。

そこで煩悩の仕組みはどうなっているか。まず、仏教で考えて見ますと、「惑業苦」というんです。惑というのは煩悩なんですね。これの最初に自我があって、我が煩悩になるんですね。それは染まるのです。だからこれを「染汚」と。染まって汚れるから迷惑の惑で迷う。自分が可愛いという思いが、いろんなものに染まって煩悩となる。その結果私達はここに悪ということをやってしまうわけです。業というのは行いということです。悪もやるけれど善も行います。善でも悪でもないものを無記と言います。これが業、行いです。その結果苦しむ。苦しむというのは、お釈迦様は意志に逆らう事だというんです。お酒の好きな人がお酒飲むのは意志に合いますから歓迎して喜ぶでしょ。お酒の嫌いな人に無理にお酒を勧めると苦痛になるでしょ。

つまり苦しみというのは、私達何気なく病気したり歳とったり死んだりする事だと思ってるけれど、厳密にいうと中には「死ぬことが喜びだ」という人だっているわけですから。ある大目的のために、その結果自分が死んだらその人は喜ぶかもしれない。死ぬ事だって必ずすべてが苦しみとは限らない。ごはん食べる事だってみんな楽しみだと思うと、中には苦しみの人もいるわけですね。「今日のおかずは味付け良くないわね、私には合わない」なんて人もいるでしょ。そうすると物事というのは、形が苦しみじゃないんです。

それが証拠に、皆さん思春期の頃には、「私は何でこんな父ちゃんと母ちゃんの間に生まれて、何で私はこんなに胴長短足なのよ、私は何でこんな顔してる」って悩んだ事あると思うんですよね。12,3歳から15,6歳まで。そうするとあれは、自分の顔つきや肌の色や胴長短足だとか私は胸が小さいだとか、そんなんで悩む。自分の命さえも意志に逆らう事があるでしょう。だから苦しみというのは意志に逆らうということなんだ、とお釈迦様は言う。ところがね、ここに「染汚」という、染まって汚れるという人間の心のくせがある。染まって汚れるというのは、外界の刺激と自分の我というものとが絡み合って染まるんです。ところがその前は「不染汚」というんで

す。この「不」というのは以前という意味でして、辞典をひきますと「染まる以前」という意味なんです。染まって汚れる以前。そうすると、人間の心はみんなここなんです、元々は。損だ得だ、好きだ嫌いだという感情の起こる以前。命も心もみんな清らか、それが働き出した時、私達は気づく、自覚になる。夫婦喧嘩という染汚をやった時に、おかしい、こんな事しちゃいけないと気が付くわけです。それは、不染汚からの働きかけ。それを仏縁といいますね。その仏縁が働いてくると私達の行いは無心の行いになります。心は煩悩から現れると善悪無記になります。煩悩から善や悪や、善でも悪でもないものになります。仏心から働くとそれは、善と無記と無心になることですね。そうしてその結果私達はこのように行動すれば楽になる。苦の反対ですから楽ですね。こうなります。これが人間の基本的な心の仕組みだと覚えておいて下さい。えらい難しく聞こえるなと思うかもしれません。

### *煩悩の基本　　～貪～*

まず煩悩の整理学で左の方の縦の列、これが根本煩悩、煩悩の基本なんです。一番が貪という字ですね。欲望の事を貪と言います。間違えないでいただきたいのは、分の字に貝と書くと、これ貧しい、貧乏の貧です。ですから今の字は貪です。貪と貧は違うんです。「あら、トンと知らなかったわ」なんてね。そういうふうに覚えていただいて。

貪というのは欲求不満とか欲望という意味なんです。そのお経の説明がおもしろいんです。「好ましい対象への愛着」と書いてあるんです。好ましい対象があって、それに愛着する事を貪という。好ましい対象があっても愛着が起こらなければ欲望じゃないんですね。ですから、好ましい対象がある事と欲望が執着する事、二段階で出来ているという事がそこでわかりますね。

こういう話があるんです。九州の博多に七里恒順(1835－1900)という、南無阿弥陀仏、浄土真宗の人がいた。寝る前にお内仏で念仏を唱えるんですね。お内仏とは皆さんのご自宅のお仏壇と同じです。本堂とは別に、お坊さんが自分の部屋にお内仏を持っております。お内仏で念仏を唱えた。そしたら首筋が冷たい。何だろうなと振り返ったら泥棒が出刃包丁を持ってて「金出せ」というんです。「金が欲しいんかい」「そうだ金出せ」「あぁ、そこのタンスの上から二番目の引き出し、今日檀家の皆さんが奉納したお布施やら何やらが入ってる」、言われて開けてみたら、そのまま帳面につけないで、封も切らないで入ってた。わし掴みにして泥棒が逃げようとしたら、「待て、それは檀家の衆が阿弥陀様に供えたものだ。それを貰っていこうていうのに、礼も言わんのかい。」そしたら泥棒がクルッと向き変えて、お内仏の方を向いてペコっとお辞儀して逃げて行った。それから、何ヶ月かして巡査が来た。泥棒を捕まえたらたくさん白状したというんです。「あんたのところからも盗ったと言っております」「いや、うちは泥棒に入られた事がありません」「本人が言っております。盗られたら届けてもらわなきゃ困ります」「いや、うちは泥棒に入られた事はありません」「本人が言ってるんです」「うちは盗られてません。あれはあげたんですよ。お金に困っていた人がいたからあげたんですよ」「本人は盗ったと言っております」「いや、あげたんです。それが証拠にはちゃんと礼を言って行きました。お辞儀したんですから。」これは警察困ったんですよ。起訴できないんです。それでとうとうその一件だけ起訴できなかった。

それで何年か刑務所に入って、出たけど行くとこないんです、この人は。身内もいないし。それで、ふとあのお坊さんを思い出した。それで何となくお寺へやって来たんですね。そしたら「あんたあの時の人かい、ちょうど良かったわ。働くとこなかったら、うちの寺で働かないかい。ちょうど会計係がいなくて困ってるんだよ。」

そうしたらね、総代会議で「冗談じゃない。九州一の大泥棒を我々の寺の会計係にするなん

# 煩悩の整理学

（無印）小随煩悩　○中随煩悩　○ 大随煩悩　▽不定位

- 根本煩悩
  - 三毒
    - 貪（とん）（好もしい対象への愛着）（欲求不満）
      - 慳（けん）（けち）
      - 驕（きょう）（おごり）
      - ○ 掉挙（じょうご）（心騒がしい）
      - 誑（おう）（ごまかし）
      - 諂（てん）（罪のごまかし）
    - 瞋（じん）（不快な対象への愛着）（目を吊り上げて怒る・のぼせ）
      - 忿（ふん）（相手に対する心の怒り）
      - 恨（こん）（恨みの持続）
      - 悩（のう）（自分に対する心の怒り）
      - 嫉（しつ）（妬み）
      - 害（同情心がない）
    - 癡（ち）（清らかな真理に対する無知）（痴）
      - 覆（ぶく）（自己弁護）
      - ○ 昏沈（こんちん）（心の不適応）
      - ○ 不信（信じられない）
      - ▽睡眠（やる気なし）
      - ▽悪作（おさ）（後悔）
  - 貪・瞋・癡
    - ○無慚（むざん）（自らに恥じない）
    - ○無愧（むき）（他人に恥じない）
    - ○ 散乱（動揺）
  - 慢（思い上がり）〈七慢〉
    - 自分
      - ○
        - 慢過慢　自分の方が上だと思う／同等だと思う
        - 卑慢　少しだけ劣っていると思う
      - ○ 過慢　自分の方が上だと思う
      - ○ 慢　自分の方が上だと思う
    - 我慢　自分は変わらないと思う
    - 増上慢　悟ったと思い込む
    - 邪慢　徳があると錯覚
  - 疑（信じられない）
  - 見
    - 有身見（うしんけん）　感覚や経験を正しいと思い込む
    - 辺執見（へんしつけん）　死後や霊魂のあるなしなど断定できないことにこだわる
    - 邪見（じゃけん）　縁起の理を否定する
    - 見取見（けんしゅけん）　自分の記憶や認識を正しいとこだわる
    - 戒禁取見（かいごんしゅけん）　きまり観念にこだわる

てとんでもない」と反対した。すると「住職のわしが保証人だって言ってんのに、なんで檀家が反対するんだ」、とうとう檀家が負けまして雇う事になった。もちろん、いくら大きいお寺ったってそんな会計係の仕事あるわけないんです。表向き会計係と言っていますが、夜になってその日のお賽銭やら何やらを帳面につけて、月に一ぺんくらい檀家達が来てチェックするんでしょうからね。ですから一日に一時間もありゃ足りる事ですから。あとはお墓や参道の掃除したりするのが仕事です。ところが夜になって、会計係ですから皆任されるんです。住職が「頼むよ」と任せちゃう。そうすると今度癖が出てくるわけです。誰も見てないんですよ。自分の心は盗みたくなる。ところが住職はわしを信じてくれたと。この葛藤なんです。毎日毎日それをやらされるんです。それで苦しんで苦しんで、とうとう勝ったんです。生涯一文も間違いがなかったんだと。それでそのお寺で死ぬまで働いて、お寺で死んだんだそうです。本当に檀家の衆が感心するくらいキチッとつけたんだそうです。つまり和尚が泥棒を信じたんです、賭けたんです。

すると、貪欲・欲望・欲求不満というのは色んなご縁があって出てくるわけです。そういうものに対して「智慧」、こちらが勝つんです。なかなかこちらが働かないから我々はこれに負けて振り回されているわけです。

### *煩悩の基本　　～瞋～*

そこで、二番目の煩悩が「瞋」と書いてある。これは目を吊り上げて怒るという字です。つまり顔に現れた怒りという字です。そうするとその説明がおもしろいんですね。「不愉快な対象へのこだわり」とあります。つまり不愉快な対象があってもこだわらなきゃ、愛着しなきゃ怒りにならないわけでしょ。不愉快な事があって、それが第一段。第二段に怒りになるんです。

それが証拠に、大学へ行く時に満員電車に乗ります。電車の中でオナラする人がいるんですよ。冬なんか閉め切りでしょ。スシ詰めの中で臭いのを落とす人がいるわけですよ。でもケンカしないんですよね、皆他人だから。こだわりようがないんです、お互い様だしね。

ところが家でやってごらんなさい。「臭いなぁ」「いいじゃない、私おなか悪いんだから、家にいる時くらい自由にやらして」なんて夫婦喧嘩になったりするでしょ。つまり不愉快な事があっても、それがこだわりにならなければ喧嘩にはならない。ご家庭では甘えがあるから、ついこだわるんですね。

という事は、ここで人間の心の仕組みというのが分かりますね。仏教って面白いでしょ。こんな事やっているんですよ、お坊さんは。人間の心っていうのはこのように観察して、なんで人間は怒るんだという事を観察してた結論がこのことなんです。

江戸時代の初め頃から中ほどにかけて、盤珪永琢(1622－1693)という臨済宗のお坊さまがいた。この人のお説教は非常に良くわかる。それで人々が泊まりがけで弁当を持って駆けつけたというのです。それで生きているうちに国師という名を朝廷からもらった人です。肺結核で喀血しながら悟りを開いた。

この人がお話の後、必ず「どなたか質問ありませんか」というんです。そこで、ある時若いお坊さんが質問するんです。「私は生まれつき短気でございます。これがどうしても直りません。どうしたら直りますでしょうか」という質問なんです。そしたら盤珪さんが、「あなたは面白いものを生まれついたのう。それじゃぁその短気とやらを直して進ぜましょう。今ここへ出してごらんなさい」とこう言う。「いや、今はございませんが、何かの拍子にフイっと出ます。」すると盤珪さんが「今なくて何かの拍子にフイっと出るならば、それはお前様が相手のものに取りおうてーつまり外界の刺激ですー、自分でしでかしておいて、それを生まれつきだと親のせいにする大不孝者めっ！」とこう言った。その若い坊さん、もの凄く反省したという。

確かに、私達短気なんていうのはね、「染まって汚れる」と書いてあるでしょ。外界の刺激、人の言葉、姑が、嫁が、せがれが、近所のあの人がこう言った、人の事にとらわれて、自分の中のメンツや何かが働き出す。これが連動してヒステリーが起こるでしょ。それを生まれつきだと親のせいにする無責任な奴っていうんですね。あなたの責任です。生まれつきじゃありません。生まれつきだったらいつだってなきゃいけない。朝から晩までなら生まれつきなんです、とこういう説明なんです。するとこの瞋・怒り・あるいはヒステリー・短気、そういうものの仕組みというのがここでわかるでしょ。つまり、あなたの責任ですよ。自分でちゃんと目覚めてなきゃだめですよ。

### *煩悩の基本　～癡～*

三番目がね、「癡(痴)」。病だれに疑いとか知の字を書きまして知恵が病気をするという意味なんです。知恵が病気をすると、清らかな真理に対する愚痴。つまり、ものの道理が判らなくなる。ものの道理が判らないのを「愚痴をこぼす」と言うんです。判っているのに、どうにもならない事でぐたぐた言う。それを愚痴っていうでしょ。そういうのを愚かというんです。道理が判らない。これが三番目の煩悩なのです。

こういう話がある。これは中野善英という、浄土宗、南無阿弥陀仏の人で愛知県の津島市の人なんですがね。こういう事を言ってます。「ピーマンは臭くて辛い。しかしその臭くて辛いところで人に好かれる。人間も欠点で人に好かれる様になったら一人前だ」、いい言葉ですね。ピーマンは臭くて辛い、つまり、非常に個性が強いんです。最近いろんな香りのある外国の野菜がどんどん出回っておりまして、セロリは初めの頃日本人はなかなか馴染まなかった。ところがだんだん漬け物にしたり、煮物にしたり馴染んで来ましたよ。ピーマンとかセロリとか香り、辛みの強いものは個性が強いわけでしょ。

みんなそれぞれに、愚かな所を持ってるんですよ。あの人どうもお酒に弱いとか、タバコが止められなくてとかね。中にはご婦人の方がやめられなくてとか、いるかもしれません。競馬がやめられなくてとかね。人に好かれない欠点が危ないんですよね。

ところが欠点でも、それがもし人に好かれる様だったらこれは大したもんですね。ですから人それぞれ愚かさを持っていても、愚かさが苦を招いたら煩悩なんです。愚かだけれど苦を招かなければ、これは結構可愛気があるんです。だから可愛気のあるばあちゃん、じいちゃんならいいんですよ、愚かでも。そういうのを愚かと言わないんですものね。ほんのわずかな違いなんですが。みんな欠点を持っていてもこれがあったらその欠点は害を及ぼさない。

これでもって貪・瞋・癡、三つでしょ。これが三毒というんです。三つの毒。煩悩のトップバッターですね。本当にこの貪・瞋・癡、欲望と怒りと愚か。これは人生一生涯お互いにお世話になるわけです。

### *思い上がりと思いこみ　～慢～*

四番目の煩悩は「慢」です。自慢の慢。自分の方が上だと思う、あるいは自分はあの人と同じくらいのはずだがなぁと思うのを慢過慢というんですって。それから、あの人は大した人だけ

ど、俺はあの人よりチョッとだけ劣っているだけなんだよという人を卑慢というですって。ヒマンといっても太っているんじゃないんですよ。チョッとだけ卑下する。そういう慢心。

それから対等な立場、能力の人と自分を比べて俺の方が上だと思うよ、というのが過慢というんですって。それから、自分よりも目下、自分より能力が下、自分より後輩、子供。そういう人と自分を比べて俺の方が上だよという人がいる。これを慢というんですって。

それから「我慢」。みなさん「ガマンしなさい」って言うでしょう。あのガマンとはチョッと違うんです。この言葉くらい変化したのはないそうです。本来の我慢というのは、自分が変わらないと錯覚する事です。健康が変わらないとかね。みなさん錯覚しているでしょう。「お父さん、病院に行った方がいいわよ」「俺の事は俺が一番わかってるんだ。大丈夫」なんて健康は変わらないと錯覚。

それから結婚したら夫婦は変わらないと錯覚する。これも我慢なんでしょうね。だいたいヨーロッパでもアメリカでも日本でも男というのは結婚すると、これでもう夫婦の関係が変わらないと錯覚するそうです。だから今まで一生懸命プレゼントしたりした男が、結婚すると途端に奥さんの方を振り向かなくなる。これも変わらないという錯覚。もう大丈夫という錯覚です。女性の方がシビアですからね。この人ダメかしらって2，3カ月も経たないうちに、そのうち保険金掛けて殺したくなったりして。ですから夫婦は変わらないという錯覚もガマンなんですよね。

それから、財産や地位、課長や部長のイス。それが変わらないという錯覚。会社は変わらないという錯覚。みんな錯覚なんですよ。そうでしょう、長銀もつぶれ、そごうだってつぶれるんだから。ですから「変わらない」という錯覚を起こしたら大変なんです。自分の健康についても命についても変わらないという錯覚を我慢というんです。これが一番危ないかもしれませんね。

それから「増上慢」というのは悟ったと思い込む事。たとえば職人でもスポーツマンでもどんな職業でも、自分はこの道を達成した、自分はこの道の大家である。真髄を獲得したと錯覚する事があるわけです。芸術家もそうです。そういうふうに自分の仕事に思い上がるのを増上慢というんですって。いつでも謙虚でなきゃいけない。それは偉くなればなるほど謙虚でなければいかんわけですよ。「下がるほど、人の見上ぐる藤の花」でね。謙虚じゃなきゃいけないという事です。

その次が「邪慢」という事です。徳があると錯覚する事ですって。どういう事かというと、先生という人が一番危ないんです。なぜかっていうと、なんとなく自動的に上座に座る癖がある人。徳があると錯覚する。お互い気をつけなきゃいけない。ですから、ついつい日ごろ上の方にいると、そういう錯覚しますから邪慢にならない様にしないといけないんですね。

こういう事があった。Aデパート会社が経営失敗して、潰れましたね。私はそこで教室を持っていたんです。教室閉鎖の時、「その後どう変わりましたか？」と担当者に聞いたんです。割合成績が良くてその店はB社が引き受けたのです。「先生、気がつきませんか？」「何がですか」「お店の中が赤くなったでしょ」、お店のほとんどの売り場にこれくらいの幅のテープがズーッと貼ってて、何々セールと書いてある。「あー、あれはあったけど何ですか？」と言ったら、「あれはB社のやり方です」と言うんです。つまりA社が倒れてB社が引き受けたんです。ですからB社のやり方なんです、という意味です。A社はもともとは全部自主独立、お店もみな一つひとつ別な経営ですね。それから各部署が全部自主独立なんですって。ですから、課長や部長や係長がみんなで相談してどういう商品をどこの業者から仕入れて、どう売るか。みんなそれぞれ競争で自主独立でやるんですって。

ところがB社は中央で大量に安い商品を仕入れて、それを全部のお店にも配って売るんです。だから、各お店ごとに自立してない。各売り

場ごとに自立してないから、上の命令に従ってただ売るだけだと。だから全く相反する体質のデパートなんだと。そこで全国の店舗で数千人がリストラになってる。クビ切られたわけですね。

ところが「クビにならなかった人が辞めていきます」というんですよ。この不景気で数千人がクビになったんでしょ。自分は生き残ったんですから。これはもう、しがみついてでもいかなきゃいけないのに、どういうわけかクビにならなかった人が辞めるというんです。

どうしてですか？と言ったら、そのB社のやり方でやられると自分達の主体性が何にもない。係長も課長もね。この会社は俺で持ってるとみんな思って来たわけ。ところが、その俺が必要なくなっちゃう。そうしたら自尊心の持って行き場がないんです。それで辞めていくんです。B社の人に命令されて、ただ売るだけ。それでやりきれなくなって辞めていっちゃうんですって。奥さんは嘆いているでしょうね。生き残ったと思った亭主が辞めちゃう。それは自尊心だそうです。

そこで聞いたんです。「どういう人が辞めるんですか？」と。そしたら、「この会社は俺で持ってる」と思っている人が辞めるんですって。あぁ、人間の自尊心ていうのはそういうふうに大切なものなんだなぁ、だけどそういう悲劇にもなるのかなぁと思って、担当の50歳ぐらいの人ですけどね。「あなたの場合どうですか？」と言ったら、「私は、もともと会社とは距離を置いてる人間です。ですから会社に重要な事があっても、家族と約束していたら、ちゃんと会社休みます。だから会社一辺倒じゃなくて家族の方が大事という人間です。だから出世できなかったんです」と。

その人はこういうんです。「私は最初からこの会社は俺で持ってるなんて思ってませんから。今度このB社に任された時には考えたんです。これは僕がやって来た、A社という会社がB社に乗っ取られたんじゃない。B社系のA社という新しい会社に就職させてもらったんだと考えた。そうしたら大変気持ちが楽になりました。苦痛じゃないんです」と言った。いや、ビックリしましたね。これは「空」の心の実践です。他の人は自尊心があるばっかりに辞めちゃう。この人はなり振りかまわず、食ってければいいよってね。その方がずっと心が軟らかいって事ですね。

だから、慢というものが苦しみを導き出したらそれは煩悩です。良き事を導き出したらそれはいい自尊心です。自尊心がいい方向へ行けば善です。自尊心が人を苦しめたら悪、という事になるわけですね。

### *信じられないという愚かさ　～疑～*

次の五番目が「疑」。これは何も信じられないという説明ですけど、何が信じられないかというと、自らの清らかさや人の親切や人の心が信じられないこと。

相馬悟という医者が内視鏡メスっていう、胃の中のポリープなんかチョキンと切る。そのメスを思いついた人です。その医者がこういう事を教えてくれたんです。「お医者さんは自分の担当患者が死んだら、死亡診断書書いて、後は看護婦が全部やって、葬儀屋さんがやったりするんだから医者はもう手が離れるんですか？」と聞いたら「いや、そんな事ありません」て言うんです。「私の病院は東京の病院といっても、ま

だ田舎でございます。ですから、例えばばあちゃんが癌になった。そうすると結局看護するのは長男と嫁さんだ。ところがだいたい癌だという事は本人に言えない状況。まして親戚なんか言えない状況がほとんどだ」と言うんですね。そうすると長男と嫁さんを院長室に呼んで、おばあちゃんがこういう癌でというような事を言う。患者は知らないわけです、病気の事を。ですからこの薬は気持ち悪くてイヤだとかワガママいうわけですよ。そうすると、長男と嫁さんは医者と患者の板ばさみになって、何とかだまして薬飲ませたり、いろいろしなきゃいけない。だから嫁さんというのは一番苦しむというんですね。

ところがそこへ、嫁いだ娘が月に一ぺんぐらい、見舞いに来るんです。娘は本当の事知らない、おばあちゃんも本当の事知らないわけだから、いろいろおもしろくない事たまってくるんですよ。血のつながっている本当の娘だと安心だから、嫁の悪口なんか言うんです。嫁いだ娘は本当の事知らないから「何よ、お姉さん」となるわけです。それでますますおかしくなる。長男と嫁はますます言えなくなる。もともと嘘を言ってんだから。

そうやってだんだんねじれていって、おばあちゃんが亡くなった。そうすると、そのねじれがありますから嫁いだ娘なんか、肩で風切るようにしゃしゃり出て来て、お葬式の時にああだこうだと言う。それも兄貴と嫁さんがおもしろくない、という思いがあるから、余計お葬式の時に何だかんだと言い出す。それでお葬式がうまくいかなくなる。こういうのを「遠くの親戚」と言うんです。距離じゃないんです、気持ちが遠いんです。嫁さんは姑をそばで見て、やるべき事もちゃんとやってますから気持ちが一番そばにいる。ところが嫁いだ娘なんか、なまじ血がつながっているのに月に一ぺんくらいしか来れないでしょ。見てないんですよ、患者を。患者が一番何を望んでいるか、何で苦しんでるか、本当の所が見えないんです。気持ちが遠いんです。すると欲求不満になって来る。不満が出てくる。これが一番怖いんです。

そこで医者はおばあちゃんが亡くなったら親戚を集めて、「実は、おばあちゃんは癌だった。それを皆さんに本当は言いたかった。患者にも言いたかったけど言える状況じゃなかった。しょうがなくて長男と嫁さんにだけ知ってもらって、患者を苦しめないよう板ばさみになりながら努力してくれた。だから本当にご苦労だったと思います、と言って長男と嫁さんを慰労するのは、医者の最後の役割です」とこう言うんですよ。

するとどうなりますか、と聞くとその時初めて遠くの親戚が、「あぁそうだったの」と気付く。そうすると、「姉さん苦労してたのね」と誰かひとこと言ってくれたら後はお葬式がスーッとうまくいくって。これが「遠くの親戚」というのだそうです。

病人側も手術いやだと言っているのに突然何ヶ月も音信不通だった人が飛んできて、「何で手術させないの？なぜ放射線かけないの？」なんて、余計な事を言い出す。これは皆さん、近所にもそういう話あるでしょ。じっと患者を見てれば、患者が喜ぶようにしてあげようと言えるんです。

ところが見てない人は、いい薬を、いい医者をと欲求不満をぶつけて過剰なものを要求する。こういう事が起こるんですね。そこには愛とか人間の心とかというのは信じられない状態。ですから私達にとって大事なことは、心を信じる力ですよ、人の良心。大切な心ですね。そういう心、愛を信じる。そういう力が必要なのに自分をモノサシに物を見るからなかなか見えて来ない。これがお互い信じられないという事なんです。

### *正しく物事を見る　～見～*

それから「見」、ものの見方。ものの見方には五つありまして、「有身見」。これは感覚や経験を正しいと思い込む事。

私はいつものレストランへ行って、いつも通り白ワインをグラス一杯注文して飲んだら味が違

うんです。レストランのお母さんに、あのワイン変えましたか？と言うと「いいえ、いつもと同じですよ」と言うんです。どうも味が違う。それで家へ帰ってきてふと気がついた。風邪ひいてたんです。自分の味覚が変わったんです。ですから私達がとかく自分の体の方が変わっているのに気がつかないでいる。自分の感覚や経験を正しいと思い込む。まあ、人は人それぞれ経験を持っているんですから、自分だけが正しいんじゃないという事ですね。

それから、二番目が「偏執見」。あの世とか霊魂があるとか無いとか断定できない事に、霊魂はあるんですか？あの世はあるんですか？とこだわる人がいる。美しい心で見たらあの世は美しい。憎しみで見たらあの世は憎しみです。恐怖で見たらあの世は地獄です。だからあの世というのは、あった方がいいんです。人間の心からいったら、あった方が美しい。だけどトラブルのある人があるよって言ったら地獄になる。感謝してるという人が言ったら美しくなるでしょ。

今年の二月かな、北海道へお坊さん達の勉強会で呼ばれて行ったんです。そうしたら地元の世話役の坊さんが空港まで送ってくれて、「檀家の衆がね、『あの世ってあるんですか？』とよく言うんですけどね、ぐたぐた言ったって判っちゃくれないからね、僕はこうお説法するんです。『あの世を何ていうか知ってるか？あの世のことは冥土っていうんだ、暗い世界。冥土っていうのはどこにあるか知ってるか？。それは向こうにあるんじゃない、地面の下にあるんじゃない、自分の足元にあるんじゃ、この日本にあるんだ。“メイド・イン・ジャパン”ていうだろう。』すいません、くだらん事を」と北海道の坊さんが言ってましたがね。

お釈迦様はあの世を否定してはいけないと。けれど迷ってる人間があの世を勝手に設計したら迷いの絵でしかない。だからあの世を否定してはいけないけれど、自分のモノサシであの世を説明してもいけない。あの世というのは美しい対象なんだ、美しいあこがれなんですよ。あの世というのはあるとか無いとかが問題じゃなくて、どれだけそれを美しく見れるかどうかが問題だという事なんです。だからこだわるのは「偏執見」。

その次は「邪見」。邪見とは縁起の理を否定する、ご縁を否定する。お陰さまという事を否定する。縁起というのは仏教の言葉、お釈迦様の言葉なんですが、みなさん、縁起がいい、悪いというでしょう。あれは間違いでもないが正しくもない。正しくもないが間違いでもない。という使い方なんです。なぜ間違っているかというと、恐怖心で使っている、だから間違いなんです。縁起が悪いとか縁起がいいとかね。

もともとは縁起の縁という字はいろんな条件という意味です。起きるというのは物事。物事はいろんな条件によってできる。地球も宇宙も銀河系も皆さんの肉体も心も人間関係も事件もみんないろんな条件で起こっている、という意味なんです。だから私達に責任があるという事です。いろんな条件を今、私が働いてるんだから責任がある。これが縁起という事なんですけどね。平たく言えばお陰さま、いろんな条件のお陰さま。それを、「俺が稼いだ金だ、俺がおまえを養っているんだ」なんて言うと、縁起を否定することになる。お陰を否定する事になる。それは邪見という事なんですね。

こういう事があった。名前は忘れましたけど、随筆書く人なんですが、「明るい人生相談」って朝日新聞でやってました。ごく日常に転がっている人生相談。

そのコーナーに質問者がこう言うんです。「私の家ではごはんを食べる時には必ずみんな手を合わせて、いただきますと言うのが習慣です。食べ終わったら、必ず手を合わせてごちそうさまと言うのが習慣です。そうするとごちそうさまと言うと姑が、『お粗末さまでした』と言うんです。その時に私はいつも思うんです。え？作ったのは私なのに」という人生相談なんです。

そこでその回答者が言うんです。「僕の友達にヘビメタ野郎（という事はデーモン木暮？あ

あいう人だったらしい)、これが人前ですぐ格好つける奴なんです。ある時立食パーティーがありました。みんな立って食べながら話し合ったりする。ところがそいつは格好ばっかりつけてるから結局食べ損なっちゃって、終わってから僕の下宿に来て『腹が減った』と言ったんです。『台所にカップラーメンがあるよ』『ありがとう』と言って自分でお湯を沸かして三分待って、『いただきます』と言って食べた。食べ終わってから『ごちそうさまでした』と言ったから、そこで僕は言ったんです。君は今、ごちそうさまでしたと言ったけどそれは誰に向かって言ったんですか？って。ヘビメタ野郎もご馳走になったけど、友人からご馳走になったって言いたくないじゃないですか。そこで考えて、『はい、これはお天道さま、神様仏様、作ってくれた農家の皆さん、ご馳走様でした』ってね。あんたにご馳走になったって言いたくないってわけですね。」

そこで、質問者に言うのです。あなたの家でもこれからご飯が終わったら、「お天道さま、神様仏様、これを作ってくれた農家の皆さん、ご馳走様でした」と言ってごらんなさい。これは見事な答えですよ。姑さんは一家の主で財布握ってるから、思わず「はい、お粗末でした」ってね。だけど姑さん悪く言うわけにいかないじゃないですか。嫁さんだって私が作ったものだって、それはお天道さまや神様仏様、お水や農家の皆さん、流通業者みんなで作ったものなのに「えぇ、私が作ったのに」なんて思い上がるな。嫁さんも姑もどっちも悪く言えないでしょう。そこで、「神様仏様お天道様、ご馳走様でした。と言ってごらんなさい」、こう言ったら姑だってお粗末でしたと言えなくなるじゃないですか。嫁だって「えぇ？私が作ったのに」と言えなくなるじゃないですか、という答えなんです。これを読んで感心しましたね。頭のいい人だと思いましたよ。

ご縁とはそういう事です。いろんな条件を調和のお陰をいただいて私が今食事をする、仕事ができる、生かさせていただいてるという事です。それを否定するのが邪見、という事になる。俺の力でやってるんだ、俺が稼いだ金で注文した料理を俺が残して何が悪い。それはあんたが作ったのか？お天道さまがつくった菜っ葉じゃないか、それを残したらやっぱりおかしいよ。

近所のレストランのおやじが言うんです。環境問題を話してたら、「中年以上の人が残すのは目的があって残します。だから残してもきれいです。ところが若い娘さんが残すのが一番辛いんです。無目的に残す。ですからコーヒー注文しても砂糖やクリームを入れてみたり、かき回してみたり、ちょっと舐めてみたりして結局飲まないで行ってしまったりする。非常に残し方が汚い。クリーム入れたコーヒー一杯をきれいにするためには、水がバケツに何杯も必要なくらい、環境からいったら大きな問題でしょ。それを若い娘というのは無目的に残すからいやだ」って言うんですね。

それから「見取見」というのは自分の記憶や認識を正しいとこだわる事。自分の経験、人生の経験を誰にでも押し付けようとする。特に病気なんかしてると、慢性病なんかで治らない時に、お節介な奴がいますよね。これいいから使ってごらんなさいなどと持ってきたりする。あれも見取見ですよ。自分のものの見方にこだわっている。

ただしこういう話もある。4，5年前から厚生省、今の厚生労働省がやっている「癌看護専門看護師認定講座」、皆さん新聞でご存知だと

思いますが、看護婦という言葉は使わなくなりました。看護師というんですけどね。男でも女でも使えるようにというわけです。そこでその講座に行っていて、それが終わるとホスピスの婦長になれる。だいたい35,6歳から50歳くらいの、現場で10年以上経験を積んだ看護婦が6ヶ月東京行って勉強する。そういう講習会を担当しているんです。私の担当は祈りとか負い目とか、死の受容という問題なんですが、そこでこういうレポートを書いた看護婦さんがいるんです。

旦那さんがどこで聞いたか、蕗の葉マッサージというのがいいと聞いて来た。毎日新鮮な蕗の葉っぱを取ってきては刻んで揉んで奥さんの患部に刷り込むという事をやるんです。医者の方も害がないからやらせていたんです。ある時、旦那さんがいない時に患者が看護婦にこう言ったんです。「こんな事をしたって癌が治るわけじゃないんですよ」と。「私達夫婦は気持ちがバラバラでいたけれど、このお陰で亭主が毎日私のために気を使って、私の体をマッサージしてくれる。これが嬉しいから黙っているんです」と。

「戒禁」というのはああしなきゃいけない、こうしなきゃいけない、きまりの事です。取はこだわりです。つまり、決まりにこだわる煩悩というんです。

数年前、岡山県の学校で朝8時30分に門を閉めなきゃいけない。遅れると子供達が飛んでくる。8時30分、時計を見ていて先生がガーッと閉めたら、飛び込んできた女の子が頭を挟んじゃって死んでしまったでしょう。あの先生は「戒禁取見」。女子高なんか行くと、先生がモノサシ持って校内回ってて生徒を見て、スカートのひざ上測ってる。ひざ上何センチ、校長室にチョッと来いなんてやってるでしょう。あれも「戒禁取見」です。つまり、決まり観念というのは人間をそういうもので縛って狭くしている。これも煩悩なんです。

そこでおさらいをすると貪・瞋・痴・慢・疑、それからこの見が五つ、あわせて十になります。そこで左の方に書いてあります根本煩悩・十随眠と書く。随眠とは煩悩に引きづられて起こるという意味ですね。十の煩悩です。

### *枝葉の煩悩*

さて今度は枝葉の煩悩です。右の方の中には、まず貪、欲望から起こる枝葉の煩悩のトップが「慳」、ケチ。りっしんべんに堅いと書いてあるでしょう。ケチというのは心が堅くなっているんです。確かにそうです。

駅前なんかで「交通遺児のためにお願いします」、最近は交通遺児じゃなくて自殺遺児・自死遺児が多いそうですね。秋田県は自殺率一番高いんですか？今全国で三万人ですからね。交通事故は一万人ですから、その三倍自殺するんです。その交通・自死遺児のためにもお願いします、なんてやっていると思わずよけて後ろ通ったりする。あの時我々、心が堅くなってるんです。だからケチという字はりっしんべんに堅いという字が書いてある。面白いと思いますね。

それから二番目は、「驕」。おごりという意味です。自分にお金がある、知恵がある、健康である、という油断があります。それをおごりと言います。まあお互いに油断しない方がいいと思いますね。謙虚でなきゃいけない。

その次が小さいマルが着いていまして、「掉挙」と書いてあります。これは大随煩悩の分類に入ります。大きな刺激があった時初めて従って起こる煩悩という意味です。だから罪が軽いんです。これが掉挙。心が騒がしい。落ち着かない。我々も風邪なんか引くと気が散ってしょうがない。集中力無くなるでしょう。

それからその次がごんべんに狂うと書いて「誑」。ごまかしているんですけれども、これは何だというとペテンとか嘘とか悪口とか二枚舌、あっちへ行って人を誉めておいてこっちへ来て「あらこう言ってたわ」なんて、そういう様なおしゃべりしているととかく言葉が狂うんです。こ

れを誑というんですね。

こういう事があったんです。4，5日前に、大阪駅で地下鉄乗るんで、地下街を通っていたら壁にポスターが貼ってあるんです。おもわず目を引かれた。なんて書いてあるかというと、「タレ込み大歓迎」というポスター。タレ込みとは告げ口ですよ。大阪府警と書いてあるんです。いやぁ、大阪ですねぇ、さすが。「タレ込み大歓迎大阪府警」、いやぁ、おもしろいなあと思ったら、上の方に小さい文字が書いてあるんです。なんて書いてあったかというと、たとえば「犯人はおしゃべりな人が嫌いだと言います」と書いてあるんですよ。いやぁ、見事！おしゃべりな人は言っちゃうから犯人は嫌いだと。まあ見事なもんだと思いましたがね。まぁ、おしゃべりでも度が過ぎると、とかく人を傷つけたり悪口言ったりしますから、これが言偏に狂う、誑なんですよ。

それから諂（テン）、罪のごまかし。嘘を言ったり自分でやったりした事をごまかしたりする。

それから次が瞋（ジン）－怒りから現れる枝葉の煩悩は忿。フンというのは相手に対する心の怒りと書いてありますが、具体的にいうと顔に現われない怒りという意味なんです。さっき、ジンが顔に現われる怒りだったでしょう。頭に血が昇れば顔に現われます。顔に現われない怒りが忿というんです。腹の中でいつまでも思っているんですよ。

その次が恨。恨みの持続。その怒りをいつまでも持続しているんです。たとえば、結婚する時にあの人と結婚したいと言ったら親戚のおばさんが悪口言って反対した。だけどおばさんが元気なうちは言われませんから黙っていて、何年もたっておばさんが弱ってきた時に法事かなんかで会った時に「おばさん、あの時こう言ったわね」なんて言っていじめにかかるんです。こういうのを恨というんです。

その次、「悩」というのは自分に対する心の怒り。自分がどうする事もできない、決められない、というのを悩（ノウ）・悩むというんです。だから、自分に対する怒りだそうです。

その次は嫉（シツ）は嫉み。たとえば新聞で年末ジャンボ宝くじで、どこそこの誰それさんが五千万円当たったなどの記事が出ることあるでしょう。みなさんも、「世の中には運のいい奴がいるものだなぁ」で終わりでしょう。ところがこれがもし、ご町内の誰かが宝くじ五十万当たったなんて聞いてごらんなさい。腹が立ちますよ。会社の職場の誰かが競馬で大穴当てて20万円儲けたそうだなんて噂が広がってごらんなさい。腹が立ってしょうがないから。近くの人が20万、30万拾ったとか言ってごらんなさい。本当、シツ・嫉みなんですよ。アカの他人が5千万儲けたといえば何でもない。知り合いが当たった時にこれは怖いんです。

それからその次が「害」。害というのは同情心がない。ゴキブリ見るとすぐ引っぱたきたくなる。ヘビ見りゃ石ぶつけたくなる。障害者や知恵遅れの人見ると怖そうな顔で見る。これ同情心がないという事ですね。ですから害という煩悩はなかなか抜けないんですよ。

それから今度は痴・愚かさから現われる枝葉の煩悩が、まず覆・ブクというのは自己弁護。子供の頃、なかなか「ごめんなさい」が言えない。あるいは嘘を言おうと、自分の失敗や成績が悪かったことで嘘を言ったりするでしょ。あの自己弁護。覆というのは覆い隠すという字ですからね。自分の失敗を覆い隠す。

それからその下がコン（りっしんべんに昏）沈という。やる気がおこらない事です。心が不適応というのはやる気が起こらないという事です。

私の研究所で、みんなで作業が始まると本を読み始める人がいるのです。

それから不信。不信とは信じられない。これは人間関係で信じられないというような意味ですね。神や仏の場合じゃないんです。

それから三角印をつけた睡眠と書いてある。なぜ三角印かというと睡眠というのは健康上大事な事ですから、健康のための睡眠はいい方です。ところが病気でもないのに真っ昼間から寝ていたらこれは煩悩になるんです。だからこれは三角印というのは善にもなれば悪にもなるという事です。その悪になった方が睡眠・やる気の起こらないという煩悩なんです。

悪作とは後悔することです。やたらと後悔するんですが、後悔も大事ですね。後悔をして、あぁ、あんなこと二度とするもんじゃないといって決心して次にやらなかったらこれは良いことです。ところが後悔しちゃあまた愚かな事をやってまた後悔して。つまり、いつまでも愚痴をこぼしている人は煩悩なんです。だからこの悪作というのは善にもなれば悪にもなる。そういう煩悩だという事です。その次が貪・瞋・痴、三つがまとまって出てくる煩悩が無慚(ムザン)と無愧(ムギ)。無慚というのは自分に恥じを感じない。無愧は他人に恥じを感じない。という意味だそうです。

司馬遼太郎の随筆の中にこういう事があるんです。中学生の時、どうも仏教系の学校らしいんです。授業中に「凡夫」という言葉が出てきたんですね。そうしたら大好きだった担任の先生がこう言ったそうです。「君ら凡夫って何か知ってるか？」と言ったんだそうです。みんな考えたんです。誰かが手を上げて「凡夫というのはアホな人という事です」、うまいこと言いますね。そう言ったら先生が「そうや、凡夫というのはアホな人という事じゃ。ところでそのアホな人というのは誰の事だと思う？」とこう言うから、みんな生徒達が誰だ？とクラスの顔、お互いに見渡した。そしたら先生が「アホな人というのは人の事じゃない、私という事じゃ。自分という事じゃ」とこう言った。そうしたら級長さんがすぐに手を上げた。「それじゃあ先生もアホな人ですか？」そしたら大好きな先生だったんですよ。その先生が「そうや、ワシは凡夫じゃ。アホな人じゃ。」

その時、司馬遼太郎さんはショックだった。大好きな先生で、その先生がワシは凡夫だ、ワシはアホな人じゃとこう言ったんです。もうショックだったってね。でもこれが正しい解釈ですよね。人の事じゃない。人にアホな人というとこれは軽蔑ですよね。私は行き届かない人間です。私は欠点がありますっていったら謙虚でしょ。凡夫というのは私の事であって、ですからお互いに恥を知るというのは己の至らない所を知るその謙虚さ。それがさっき言った自覚という事です。人間の仏心が働き出すというのはそういう事なんです。

それからその下に散乱とありますね。散乱というのは気が散る、という意味です。集中力がないという事。これも煩悩なんです。だいたい頭がいいかどうかじゃなくて良いとか悪いとかじゃなくて、重要な事は集中力があるかどうかという事なんです。大学で授業やっていると良くわかります。つまり集中力のない人間がモノを聞いてないんですから。事故を起こすか起こさないかもそうでしょう。集中力のある人は事故を起こしません。

私は中学卒業して印刷屋の職人でしたから、事故を起こすのは集中力の問題だと思いました。それから私はお茶の国・静岡でお茶の機械を使いますから、大きなドラム缶の中でかき回すんです。かき回しながらお茶を乾燥させます。溜まった時とらなきゃいけない。ところが大きな刃が回っているでしょ。それで頭を削られるんです。それも集中力。ですから機械を扱ったり、私のそういう体験で事故を起こすかどうか、仕事で成功するかしないかというのは集中力です。集中力のない人が事故を起こしたり成績が上がらなかったりするんですよ。そういう意味で散乱という煩悩。これも結構重要だと思いますね。

さて、ここまでが煩悩の一覧表です。これがだんだん組み合わさって百八になるんです。みなさん家に帰って貼っとくといいですよ。「あら、お父さん、またタバコで煩悩やってるわ」「今日もやってるわ」ってね。

## *イワンイリッチの死*

『イワンイリッチの死』というトルストイの短編小説です。イワンイリッチという判事、つまり裁判官。ロシア革命以前のロシアの話です。この人が裁判でもって原告側、被告側の言い分を聞いて、適当な時に休廷にするんです。トイレに行くんです。トイレに入るととなりの境の上から封筒が出てくるんです。それを受け取って数えて、それで判決を出す。それは賄賂。そういう生活をしておりますからバブルなんです、家庭は。奥さんと娘が毎日のように遊びほうけている。今日はバレエへ、今日は音楽会へ。

そのうちにこのイワンイリッチは癌になって寝たきりになった。そうすると奥さんや娘はもうバブルな生活に馴染んじゃってるから、お父さんの痛みがわからないんです。「お父さん、今日バレエを見に行ってくるからね。どう？具合悪い？お大事にね」なんて言うんですよ。すると孤独になっちゃって、女房にも娘にもわかってもらえない。

ところがそこにゲラーシモフという人がいまして、この人は農奴と言います。ロシアには昔から農奴という制度があって、親の代からその家に住んで文字も書けない、教育も受けない、力ばっかり強く馬の世話だの薪の世話だの台所だの畑だのとやっている人です。このゲラーシモフも字は読めない人なんです。体ばかりでかくて、いてもいなくても家族から全然無視されている人。イワンイリッチさんの奥さんや娘が音楽会かなんかに行っちゃうんです。イワンイリッチさんはベッドの中で悶々と寝てるんです。そこへゲラーシモフさんが「旦那様、お粥ができました」と来るんです。それで旦那様をベッドから抱き起こしまして、お粥をすくってフーッと冷ましている。冷めた頃に口元に持ってきてくれる。やっとの思いで口の中に入れて咬んで飲み込んで、そして口の中をなめて、ハーッと息を吸った。そして一段落すると次に、冷めたお粥が口元に来るんです。不思議なリズム。病人の命と心のリズムにピタッと合う。それで初めてイワンイリッチという人が真心というものに気が付いた。それで「自分はとんでもない事をしてきた。神様に申し訳ない」ということを気付くわけです。そうやって懺悔して死んでいく。という短編小説なんです。そのゲラーシモフという農奴の文字も読めない人がイワンイリッチは悪、煩悩に気づかされた。そして清められる、という小説なんです。

だから私達はどうも煩悩が悪になっていく。ついやるんですけれども、その時に気がついていたら私達はそれが悪にならないで、あるいは人を傷つけないで済む。だからよろしいんですよ、欠点を持っていてね。欠点がそのまま悪になるのが煩悩です。煩悩が悪にならなかったらそれは可愛くなるんです。だからお互いに可愛いばあちゃん、可愛いじいちゃん、可愛い嫁さん。人間が欠点のまんまでいいから、それでもいい関係になれる人生があっていいじゃないですか。問題はそれが悪になったらとんでもない事になる、ということでございまして、そこまでに致します。

ありがとうございました。

# ビハーラ10周年　記念公開講座開催
# 宗教という生き方－死と葬送を経て生きる力へ－

去る9月16日、ビハーラ結成10周年記念公開講座が鷹巣町中央公民館大ホールにて行われ、400人を越えるご来場をいただき無事円成いたしました。

嘉藤茂先生（外旭川病院ホスピス長）のお話を皮切りに、佐藤俊晃（龍泉寺住職・当会事務局長）、そしてビハーラでは３回目のお

越しとなった佐々木宏幹先生（駒澤大学名誉教授）よりご講義いただき、続いてお三方によるディスカッションを行いました。ビハーラで10年間参究してきた医療と宗教の接点について、またそこからいかにして心の安らぎを得るかというテーマでそれぞれ貴重なお話を伺いました。

また会場ではこれまでの活動資料や写真のパネル展示、また臓器移植を受けた子ども達の絵や書道の作品展などもご来場の皆様にご覧いただきました。

引き続いて行われた記念レセプションでは、これまでセミナーの講師をお務めいただいた各先生方を含め多数ご出席いただき、この10年間を振り返って様々なエピソードも聞くことができ、和やかな雰囲気の中で盛会となりました。

今回の行事では曹洞宗秋田県第９・10・18教区のご協賛、JA葬祭センターの皆様のご協力をいただき、誠にありがとうございました。またご多用の中お越しいただいた皆様、そしてこれまでビハーラを支えていただいた方々に謹んで感謝申し上げます。

今後ともよろしくお願いいたします。

## ◆アンケート集計結果◆（回答数　８１通）

１．この講演会を何によって知りましたか？（複数回答）

a.チラシ・ポスター　　９人
b.新聞記事　　９人
c.寺院の紹介　　２７人
d.会・組織等の紹介　　３２人
e.知人の紹介　　９人
f.その他　　３人（ビハーラ会報、娘の紹介、御詠歌大会）

２．今日の講演の内容は？

a.分かりやすかった　　６０人
b.ほぼ理解できた　　２０人
c.難しかった　　１人

３．今日の講演のご感想をご自由にお書き下さい。（抜粋）

・私は生と死を考えた時に特に死を怖いと思っておりましたが、少しやわらかになりました。
・あの世とこの世について考えさせられました。
・俊晃さんのお話はいつ聞いても面白くあらためて考えさせられました。
嘉藤先生のお話はとても感動しました。佐々木先生お話は深くて面白かったです。
・「仏教」と「キリスト教」の違いなどを学ばされました。
・自分の生き方が変わった様な気がしております。死、また仏に対する考え方も変わりました。
・３人３様の内容で充実してました。

４．性別と年代

| | | |
|---|---|---|
| ４０歳代 | 女性　１人 | |
| ５０歳代 | 女性１４人 | 男性　4人 |
| ６０歳代 | 女性３０人 | 男性　8人 |
| ７０歳以上 | 女性１８人 | 男性　6人 |

※アンケートのご協力ありがとうございました。

# とぴっくす

## ケアタウンたかのす　万燈供養

7月7日

７月７日の七夕の日、ビハーラ会員有志と各寺院の梅花講員さんによりケアタウンたかのすにて「万燈供養」が行われました。

以前からケアタウンにおいてビハーラで何かできないかというお話をいただいておりましたが、この日は毎年恒例の七夕お食事会が催され、そのアトラクション（？）的に今回の企画が実現いたしました。

夕方といってもまだ日が長い季節でしたので、照明を落としてローソクの灯がともり『三宝御和讃』がお唱えされると、入所者だけでなくそのご家族も含めて大賑わいだったのが一転、荘厳な雰囲気となり、次第に手を合わせている方々が多く見受けられました。続いて『般若心経』読経と『追弔御和讃』をお唱えし、初めての試みではありましたが無事終了いたしました。

これまでの施設法話会でも感じられたことなのですが、これらの施設に入所されているご老人は、それまで行っていたお寺やお墓、お仏壇へのお参りができずにいることを気に病んでおられる場合が意外に多いということをお聞きしていたので、そのようなお気持ちを少しでも晴らすことができれば、幸いかと思います。

# インフォメーション

## ☆心といのちを考える会　公開講演会

**日時：平成15年１月19日（日）　午後２時～**
**会場：藤里町総合開発センター　大ホール　　※入場無料**
**講師：長信田の森心療クリニック院長　児玉隆治先生**
**演題：「子どもの生きる力を育む教育(仮)」**

「心といのちを考える会」（袴田俊英会長）は、「自殺」の問題を通じてより良く“生きること”を考えるという主旨により活動しています。

今回は地域に根差した精神医療を目指して、昨年山本町に開業されたクリニックで院長をされている児玉先生の講演です。ビハーラセミナーでも好評だった先生のお話をまた是非お聞き下さい。

# ぶっく　れびゅう
# BOOK REVIEW

## 自殺って言えなかった

**自死遺児編集委員会**
**あしなが育英会［編］**

**サンマーク出版　1,300円＋税**

以前この欄で、自死（自殺）遺児たちの体験や思いをまとめ、あしなが育英会より発行された「自殺って言えない」という小冊子をご紹介いたしました。なかなか人に語られることのない彼らの切実な声が、発行以来大きな反響を呼び各マスコミでも取り上げられ、ついには自死遺児たちが首相官邸まで赴き、国を挙げての自殺防止の対策を小泉首相に陳情するといったこともありました。

本著はその続編として、一部の遺児達は実名と顔写真を公開して発刊されました。タイトルの通り、家族の「自殺」という人には言えずに長年胸の中に抱えてきた出来事を振り返りながら、その現実と向き合い前向きに生きていく今の気持ちが綴られています。その一節を紹介します。

「必ず自殺者は減らせる、僕はそう思っている。自殺を思い悩んでいる人が、もっと社会のどこかの場面で救われる、そんな社会になってほしい。また、大切な人を失うつらさがわかるから、悩んでいる人にも自殺という道を選んでほしくない。」

「私にできることは、自分の体験や思いを率直に伝えていくことだと思う。そして一人でも多くの人に理解してもらうこと。私はたくさんの人に支えられて、ここまでくることができた。今度は、昔の私のようにひとりぼっちで苦しんでいる幼い遺児や遺族のために、私にしか伝えられないことを伝えていきたい。そして、お互いに支え合って生きる、優しい社会を築きたい。」

今この時にも自殺を思い悩んでいる人に向かっては「生きていてほしい」、また自殺によって家族を失った人には「あなた一人じゃない」、そして社会に対しては、自ら命を絶つ人が一人でも少なくなる社会となるように、とのメッセージが強く感じられる一冊です。