

仏教に基づく道德教育と人間形成

第六回：道德教育と禅の思想

同朋大学
岩瀬真寿美

- 安心、瞑想、自由、無心、鈴木大拙、道元をキーワードとして、
禅が求める自己の生き方について説明することができる。」
- 「禅文化、十牛図、白隠、鈴木正三、自利利他、久松真一、
西田幾多郎、神、善財童子をキーワードとして、禅が求める
自己の周囲との関わり方について説明することができる。

- 道徳教育と禅：自己修養を促す思想という意味で共通
- 禅
 - ・ 仏教の中の宗派の一部として知られる
 - ・ 直接的な体験に重きを置く
 - ・ 人間の生き方について考える上で貴重な示唆
- 道徳教育と禅のかけ橋
- 小中学校の学習指導要領（平成27年3月に一部改正）道徳教育の内容分類
 - 「A 主として自分自身に関すること」
 - 「B 主として人との関わりに関すること」
 - 「C 主として集団や社会との関わりに関すること」
 - 「D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること」

禅の人間形成における自己との関わり方

- 我々はこれらの問題にどのように向き合えばよいか？
- 環境？それとも人間の性向？
- 道德教育にはどのような対応が可能？
- 人間は道德的な人間になることができる？

かっとなるといった理由から起こる青少年の暴力

感情的な理由がないため周りからは不可解と思われる青少年の犯罪

学校内外を問わず無くならないいじめ

禅の人間形成における自己との関わり方

- 哲学者の西谷啓治：根本的な人間の問題
 - ・ 自己の問題
 - ・ 人・集団・社会との関わりの問題
 - ・ 生命・自然・崇高なものとの関わりの問題※西谷啓治（1986 - 1995）『西谷啓治著作集』全26巻、創文社
- 自己の問題について・・・
 - ・ 心の底から安心するということができない
 - ・ 自分自身をも信じられない
 - ・ 自分という存在が空しく無意味に感じる
 - ・ 不安を感じる、精神的に満たされない
 - ・ 生きがいを見出せない
 - ・ 人生への絶望や人生の無意味さを感じる
- 自己の内部での自己相剋（じこそうこく）、自己分裂
 - ・ 自分中心の生き方が大きくなるほど自分の内に閉じこもってしまう
 - ・ 孤独に陥いる

禅の人間形成における自己との関わり方

- 他者・社会・集団との関わりの問題について・・・
 - ・信頼関係が薄まる
 - ・自分の方が絶対に正しいと信じる度合いが強い
 - ・友人や仲間に溶け込めないものを心の底に感じる
- 人間らしさを失うにつれ、相手を人間として尊重する気持ちを失う
- 閉じこもる自己や自己分裂をする自己は他者との関わりにおいても歪みをす
- 生命・自然・崇高なものとの関わりの問題について・・・
 - ・自然を人間の存在の場として見る見方を忘れる
 - ・人間と自然界とが根本的に交わる点を持たなくなった
- 近代的な社会的変化
 - ・科学、テクノロジー、技術、機械、人間中心の世界観、精神的空虚、加速化

禅の人間形成における自己との関わり方

- 禅は、これらの問題を把握する仕方を変える別の視点を提供
- 禅は、一刻一刻の一人ひとりの心の状態を問題にする
- 禅は、平安時代から鎌倉時代の武士たち、明治期の若者たちを魅了
- 禅は、現在アメリカなどの海外でも注目、わが国でも坐禅やヨガがブーム
- 人々が個人単位で心を安定させることの意義を再確認している

禅の人間形成における自己との関わり方

- 自己がいかに生きるのか
 - ・ キーワード：安心、瞑想、自由、無心
 - ・ 人物：鈴木大拙、道元
 - ・ 道德教育の内容分類：「A 主として自分自身に関すること」
- 安心（禅では「あんじん」と読む）
 - ・ 心の平和を得ること、動じないこと
 - ・ 一時の安心も、何かの拍子にすぐ、動揺や不安、そして焦りや憤りに変わる
- 瞑想
 - ・ 常に安心でいられるようにするためのトレーニング
 - ・ 心を一つのものにすることによって、いらいらや不安などをなくしていく
- 禅によって得られる心の状態の基本
 - ・ 心が自由になる
 - ・ 自分による自分の心への束縛から解放される
 - ・ 自分自身が自分の心を束縛していることが多くあることに気づく

禅の人間形成における自己との関わり方

- 自分自身による束縛がなくなるとき、なぜか周囲からの束縛が気にならなくなり、あるいは束縛はもともとなかったことに気づき、心が自由になる。
 - ・ 利己的でなく、何ものにも執着しない
 - ・ 自由な心の状態
 - ・ 多面的に物事を見ることができる
 - ・ 偏った見方で物を見ることが少なくなる
- 禅における「無心」
 - ・ 「無心」の「心」：これまでの雑念がくつついた心
 - ・ 「無心」：雑念のない自由な安心の心
 - ・ 「無」：何も無いという否定の概念でなく、肯定の意味を持つ

禅の人間形成における自己との関わり方

- 鈴木大拙と道元：安心の心の状態を率直に表現
 - ・ 大拙：明治から昭和期、禅をZENとして海外に広く知らしめた
 - ・ 道元：鎌倉初期の禅僧で曹洞宗の開祖

「自分自身の主人であれ。」

(鈴木大拙著、月村麗子訳『仙厓の書画』)

- 自分を他者と比較して落ち込んだり、あせったり、また逆に優越感に浸ったりするのは、自分自身の主人となっていない証拠である。
- 利己的でないからこそ、自由に創造的に、自分自身の主人となることができるのである。

禅の人間形成における自己との関わり方

「仏道をならふといふは、自己をならふなり。自己をならふといふは、自己を忘るるなり。
自己を忘るるといふは、万法に証せらるるなり。」

(道元『正法眼蔵（しょうぼうげんぞう）』 「現成公案」 卷)

- 坐禅をすることが修行なのではなく、日々の生活の中で安心の心持ちで取り組むすべての生き方が修行であるということ
- 禅の目指す自己との関わり方：安心を雑多な日々の生活の中で保つよう努めること
- 修行そのものが覚りである（「修証一等論」）
- これらは現在でも追究すべき問題

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

- 人や集団、社会といかに関わるか
 - ・ キーワード：禅文化、十牛図、白隠
 - ・ 人物：鈴木正三、自利利他、久松真一
 - ・ 道德教育の内容分類：「B 主として人との関わりに関する事」「C 主として集団や社会との関わりに関する事」
- 「十牛図」
 - ・ 禅が捉える自己形成と世界との関わりを表した内容
 - ・ 日本では廓庵の「十牛図」（室町時代）が有名
 - ・ 様々な解釈があるが、いずれの解釈も許されている
 - ・ 直観的な覚りを求めるための題材として世に現れたもの
 - ・ 哲学的な観点から自己を省察するための資料

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

京都相国寺蔵の伝周文筆「十牛図」

(上田閑照、柳田聖山『十牛図』筑摩書房、1992年における口絵)



第一「尋牛」



第二「見跡」



第三「見牛」

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

京都相国寺蔵の伝周文筆「十牛図」

(上田閑照、柳田聖山『十牛図』筑摩書房、1992年における口絵)



第四「得牛」



第五「牧牛」



第六「騎牛帰家」

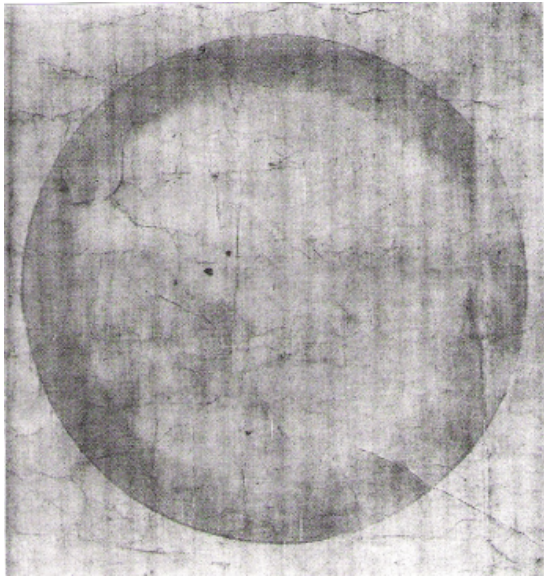


第七「忘牛存人」

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

京都相国寺蔵の伝周文筆「十牛図」

(上田閑照、柳田聖山『十牛図』筑摩書房、1992年における口絵)



第八「人牛俱忘」



第九「返本還源」



第十「入廬垂手」

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

牛	牧人	家
現在の自分	追い求められる理想的な自分	自己実現を果たしたという満足感

第一「尋牛」	もともとの牧人は、将来進むべき方向に迷っている自分、周りに流されがちに日常生活を送っている自分であったかもしれない。
第二「見跡」	しかし、一旦、牛の足跡を見つけると、自分が探し求める方向が見えてくる。牛の足跡をたずねていけば良いからだ。
第三「見牛」	ようやく求めるべき理想的な自分の姿を見つけ、
第四「得牛」	それを捕まえると最初は苦しいが、
第五「牧牛」	その後、牛は従順になってくる。つまり、意識的に努力しなくても、理想的な自分が自分本来の姿として馴染んでくるのである。
第六「騎牛帰家」	そしていつの間にか、向かうべき方向である家に牛が連れていってくれるのである。

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

- 自分だけ楽しく生活できればそれで良いわけではなく、常に周りに関わっているということを意識させられれば、自分の生き方に責任感が付随

第八「人牛俱忘」	心は安心であり、
第九「返本還源」	周りの人たちや物事を見る時は偏見なくそのままを見てそのままを受け容れ、
第十「入廬垂手」	そして人・集団・社会の中で周りの幸せに役立つ自分として自分自身を活かしていく。

- 布袋：七福神の一柱（ひとはしら）、中国の唐代に実在したとされる伝説的な僧
- 安心の自己は世界で作用する自己でもある。
 - ・ 安心の自己⇒健全な作用
 - ・ 安心でない自分⇒歪み、偏り、軋み

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

- 白隠：江戸中期の禅僧
 - ・ 多くの全美術（書画）を残す
 - ・ 「十牛図」や白隠禅画：禅が絵によって表現、伝承
- 禅：不立文字（文字で表せない）、言語道断（言葉で言い表せない）、以心伝心（心を通して伝わるもの）
- 禅の心：絵によって言葉を使わずに伝えることができる
- 禅の自己形成論：東洋のみならず西洋にも通じるもの

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

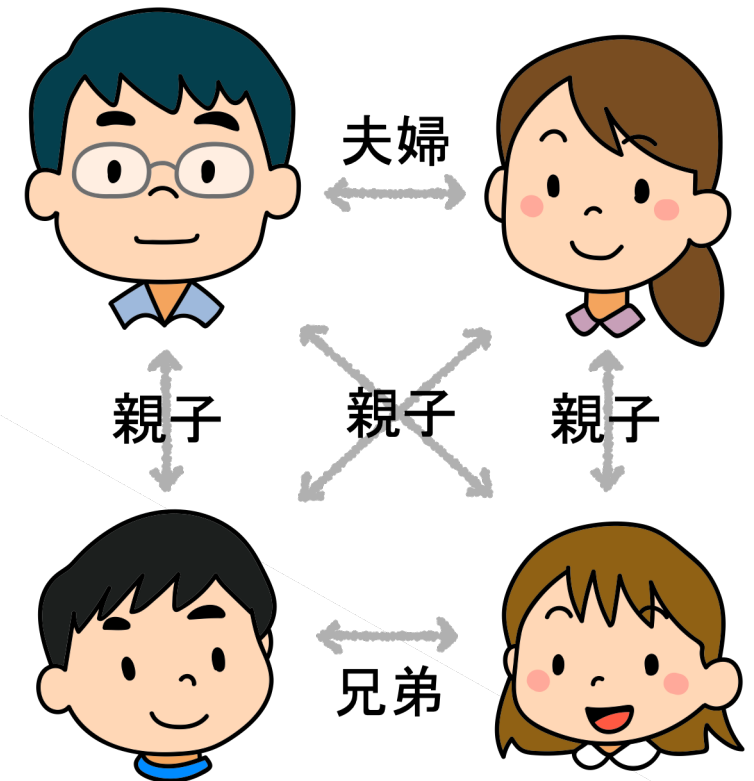
- 鈴木正三：三河武士出身の江戸時代初期の禅僧
 - ・ 実践的禅を復興
- 『万民徳用』：日々の職業生活の中での信仰実践

自分の心を軽くする心	恩を知る心、自己の非を知る心、慈悲や正直の心
自分の心を重くする心	油断の心、義理を知らない心、無慈悲の心、恩を知らない心

- 自分の弱い心に勝つ⇒心は軽く明るく
- 自分の弱い心に負ける⇒心は重く暗く

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

- 哲学者の西谷啓治による「心の閑」
 - ・ 動の中に静があり、静がそのまま動であるところ
 - ・ 心の忙しさと日常生活の忙しさは関係ない
- 大きな全体の立場を踏まえた立場、その時々には全体の立場を踏まえている立場において大きな主体性が働く
- 具体例：家庭
 - ・ 親子・兄弟・夫婦といういくつかの人間関係で成り立つ
 - ・ 一人ひとりの人間がそれぞれ役割を持つ
 - ・ 一人ひとりが様々な役割を兼ねることで全体を担う
- その時々で関係で自分の我をなくしそれぞれの機能を果たす
- 小さな我を張っていたら全体を生かす力になることができない



禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

● 「自利利他」

- ・ 大乘論典の「瑜伽師地論」（禅の実践者の修行や覚りの境地を描くもの）
- ・ 利己主義か利他主義かいずれか一方を選ぶ両極端な思想ではない
- ・ 理想主義や自己犠牲的思想ではない
- ・ 窮屈な生き方を強いる立場ではない
- ・ 人間の本来的な自他関係の在り方
- ・ 自分と人・集団・社会は繋がっているという世界観

● 道德教育の内容項目「自分自身に関すること」

- ・ 自己形成という意味では自利的
- ・ 人・集団・社会に対して間接的あるいは長期的に見ると利他的

● 道德教育の内容項目「主として人との関わりに関すること」および「主として集団や社会との関わりに関すること」

- ・ 対他的な内容であり、利他的
- ・ それ自体が自己形成であるという点で自利的

禅の人間形成における人・集団・社会との関わり方

● 久松真一（昭和期の仏教者）のFAS禅

- FAS：Formless self（無相の自己）に覚め、All mankind（全人類）の立場に立ち、自ら創造した歴史に自縛されることなく Superhistorical history（歴史を超えた歴史）を創ることを目的
- 「無相の自己」：無についての考察

● 無

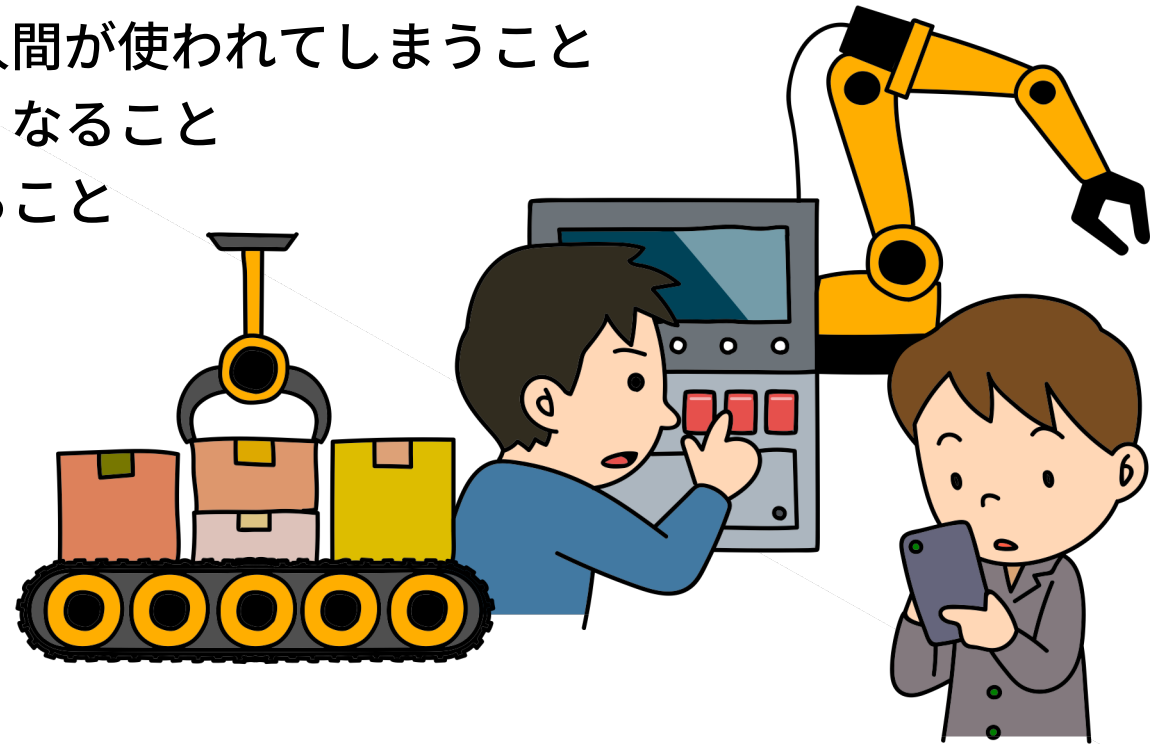
- 何も無いこと、真っ暗を想像⇒否定的なもの、克服すべきこと
- 禅では無を積極的に捉える（その後の甦りを秘めたもの）
- 自分の偏見を「無」くし、自分への執着を「無」くすことによって、全人類の立場に立てる
自分への甦りが可能

禅の人間形成における生命・自然・崇高なものとの関わり方

- 禅の人間形成理論：生命・自然・崇高なものといかに関わるか
 - ・ キーワード：神
 - ・ 人物：西田幾多郎、善財童子
- 無を通して自由になった自分は、目に見える世界の外に開かれる
- 上田閑照（日本の哲学者）
 - ・ 世界の外は「虚空」
 - ・ 世界を包む虚空に人間存在の限界を知る
 - ・ 侵すべきでないものを侵さない自制が可能
- 人間の慎み深さ：人間の止まることを知らない欲望を抑制する仕組み

禅の人間形成における生命・自然・崇高なものとの関わり方

- 文明の発展が何のためにあるのか？
 - ・ 文明の発展は目的ではなく手段である
 - ・ 文明の発展が人間を奴隷化してしまう危険性を孕んでいる
- 人間の奴隷化
 - ・ マニュアルを人間が使うのではなく、逆に人間が使われてしまうこと
 - ・ 機械に合わせて人間が働かなければならなくなること
 - ・ 人間の造った文明の機器に人間が脅かされること
- 利便性、快適性、効率性をどこまでも追求することにより、生命・自然・崇高なものが目に見えなくなる時に、人間が人間を自ら奴隷化してしまう



禅の人間形成における生命・自然・崇高なものとの関わり方

- 西田幾多郎：明治期から昭和期にかけての哲学者
 - ・ 神は無限の活動の根本
 - ・ 人間が行なう活動、自然の活動、創造的で自由な活動により、神の本質が少しずつ現われる

禅の人間形成における生命・自然・崇高なものとの関わり方

● 善財童子

- ・ 初期大乘仏典『大方広仏華嚴經』（通称『**華嚴經**』）に出てくる登場人物
- ・ どこにでも神が存在する：何十人もの人々に出会いながら自己形成をしていく
- ・ **どのような人の意見もいったん聞いてみて、自らの人間形成の材料としていく**

● 善財童子が最後に出会った人物の言葉

- ・ 「自分はわずかでさえ、怒ったこともなければ、怠ったこともない。迷惑の心も起こさなかった。絶対に自分一人の利益のために生きたいなどと考えもしなかった。」

● 他者の異なる見解を退けない、**他者の中に尊厳性を見ることを継続する**

● 生まれてから死にゆくまでに様々な人に出会い相互に影響し合い生きていく

- 禅の特徴
 - ・ インドで興った仏教そのものではない
 - ・ 中国的・日本的に変換された仏教の中の一つ
 - ・ 理論よりも実践面に重きが置かれる
- サンスクリットの結跏趺坐（けっかふざ）⇒中国で「禅那」⇒短縮形の「禅」
- 上座部仏教と大乘仏教のうち、禅は後者
 - ・ 開祖は六世紀はじめの南インド出身の菩提達磨
 - ・ 八世紀（初唐）に中国で発達
 - ・ 中国で五家七宗に分派
 - ・ 栄西を祖師とする臨済宗、道元を祖師とする曹洞宗
- 禅の根元に注目、より学際的な分野としての研究が期待される

● 仏教心理学

- ・ 瞑想を科学的に精査する視点から、精神医学との関わりやその効果等を検証
- ・ 道徳的な自己となるための効果的な方法としての禅
- ・ 洋の東西を問わず、文化や民族も問わない方法

● 道徳教育の内容分類の四つの視点

- ・ 「A 主として自分自身に関すること」
- ・ 「B 主として人との関わりに関すること」
- ・ 「C 主として集団や社会との関わりに関すること」
- ・ 「D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること」

● 大乘仏教の徳目

- ・ 布施、持戒、忍辱、精進、禅定、智慧の六種
- ・ 禅は禅定に相当
- ・ 自分自身に関することもあれば、人との関わりに関することもある
- ・ 六つの徳目は相互に密接に混ざり合っている

布施	与えるという意味。物質だけでなく、怖れを取り除くといった布施も含まれる。
持戒	規則を守ること。集団の規則、自分自身で決めた習慣的な決まり。
忍辱	苦難を堪え忍ぶこと。
精進	絶え間ない自己成長の実践。
禅定	心が安心となること。
智慧	偏りのない見方で物事を捉えること。

- 道徳の学習指導要領の一部改正：それぞれの内容項目がキーワードとして示される

自分自身に関する こと	精進（やり抜く精神）や持戒（節度）に関する内容が多く含まれている。
人との関わり	布施（思いやり）や智慧（偏りのない見方）が多く含まれている。
集団や社会との 関わり	一員としての「 自覚 」という表現が多く見られる。自分の心が安心となった上での（すなわち禅定）、覚めた働きが「 自覚 」。 偏見のない目覚めた心 を指す。
人、集団、 社会との関わり	「人間愛」や「敬愛」の表現が多く見られる。 それらを貫く原理として慈悲 を据えることが可能。子どもたちは自分の尊厳性を尊重して接せられることにより、 他者の尊厳性をも理解することができる ようになる。他者に優先して自分を守ることよりも、他者の幸せを願う生き方の喜びを経験することができるようになる。
生命、自然、崇高 なものとの関わり	禅定に基づく智慧に相当する。尊さや崇高さは、すべてに存在する。仏教は「 仏性 」という言葉を用いて表現。西田は無限の活動の根本である神と捉えた。

● 智慧

- ・断片的な知識をいくら覚えても、智慧にはならない
- ・己の生きる指針を与えるもの、世界に対する見方、目的を与えるもの
- ・浮ついた心からは生まれてこない、背後には禅定が必要

● 道德教育と禅のかけ橋

- ・禅を現にある自己の生き方に示唆を与える思想として捉える観点

● 道德教育にいかにかかすか（例）

- ・自分の呼吸を意識して瞼を閉じて数分、心を落ちつける時間をとる。
- ・人・集団・社会の中でどのようにして人の幸せのために自分を活かすことができるかを考えてみる。
- ・世界で健全に作用するには、安心が身に付いた上での作用でなければならないことを確認する。
- ・世界よりさらに外の、神や天と呼ばれる存在を意識しながら、自ら自分の生き方が暴走していないかを内省する。

終わり

