



おのが罪過 あやまちを
教え諭して くれる人
かれこそ すくれた友にして
もしその人に したしめば
かかれた宝を 知るように
かならず善の 実りあり

「ダンマバダ」七六
京都女子大学「聖典」
一〇七頁



現代社会学部教授 藤井隆道

自由の味

自由を目指す宗教

現代人、特に若い人が、
仏教を分りにくいと感
じる一つの理由として、
その目指すところが何で
あるかが分りづらかっ
たり、また価値あるもの
と感ぜられない、という
ことがあるように思われ
る。たとえば仏教は「悟
り」を求めるといふ。け
ど、そもそも悟りって何
だろう、別にそれはいら
ないかな、というふうに
考えてしまう。「涅槃」
すなわち平安の境地につ
いても同様である。

ところで「悟り」や「涅
槃」と並んで、仏道の目指
すところを表現する言葉
として古くより仏典でよ
く用いられるのが「解脱」
(vimukti, vimutti) の
語である。この言葉の基
本的な意味は「解き放た
れること」である。これ
をいま思い切って「自由」
と理解してみよう。する
と仏教は、自由を目指す
宗教だということにな
る。どうであろうか、仏
教が少し身近に感ぜられ
ないだろうか。

にやりたいことができ
る、あるいは欲しいもの
が手に入る、といった状
態をイメージする人が多
いであろう。しかし仏教
は古くから、こうした自
由がいわば幻想にすぎな
いことを説いてきた。何
でも思い通りにしたいと
いう思いとは裏腹に、あ
らゆる物事は刻々と変異
し滅しゆくのであり、思
い通りにはならず、その
ため人は苦悩を抱え込ま
ざるをえないというの
が、仏教の基本的な現実
認識である。

を縛るものを、私たち自
身の心のうちに見出して
いくのである。
煩悩を捨てる?
私たちが縛るのは自身
の心である。心の持つそ
うした側面・はたらきが
煩悩と呼ばれる。煩悩の
代表は、むさぼり、いか
り、そしておろかさの三
毒である。これらはみな、
私たちのものの見方を歪
め、物事へのとらわれを
生み、その結果、私たち
は自由を失ってしまう。
たとえ思い通りにふる
まっていると感じていて
も、むさぼりやいかりに
振り回されて生きている
かぎり、仏教はそれを本
当の意味での自由とはみ
なさないのである。

おほくひまなくして、
臨終の一念にいたる
まで、とどまらず、き
えず、たえず
(一念多念文意)
もし、命を終えるその
ときまで煩悩を捨てるこ
とができないなら、仏教
の説く自由は、結局絵に
描いたモチなのではない
か、と感ぜられるかもしれ
ない。仏道は自由を求め
る確かな道であるとも
に、自由を実感しながら
歩むことができる道でも
ある。

その教えを私なりに受
け止めてみたい。いま生
きる現実のなかで、あら
ゆるとらわれを離れて、
自由に生きる道である。
煩悩は仏教の人間観の
中心をなすものであり、
仏教にはその多様なあり
方が説かれている。三毒
にさらに慢・疑・見とい
う三つの煩悩を加えると
六種の根本煩悩となる。
このうち「慢」とは他人
との比較から自分を特別
だと思ひやす心の働きで
あり、「見」とは種々の
誤った見解にとらわれる
ことである。他人との比
較に過度に気をとられた
り、また自身の見解に固
執したりすることから、
私たちの心の自由が奪わ
れるということは、皆さ
らにも実感できるのでは
ないだろうか。

とらわれを離れること
を目指す仏教の精神に触
れるなかで、自身の固定
観念やあるいは偏見と
いったものを問い直し、
自分の殻に閉じこもるこ
となく、オープンに知見・
視野を広げようとする心
がけを持つことができれ
ば、そうした姿勢は、きつ
と大学での学びのなかで
も生かされることだろ
う。

親鸞聖人は、一生のあ
いだ煩悩を捨てること
ができる人間が歩むこと
ができる仏道を明らかに
した。そのことについて
では、三回生の仏教学の
授業でしっかりと学んで
いただきたい。聖人は、
物事に執着しとらわれて
ばかりの私たちを解き放
つ阿彌陀如来の智慧の光
のはたらきを讃嘆し述べ
られている。

解脱の光輪きはもなし
光触かぶるものはみな
有無をはなるとのべた
まふ
平等覚に帰命せよ
(浄土和讃)
武子は一八八七年、本
願寺第二十一代明如(大
谷光尊)の娘として生ま
れた。幼い頃から仏教に
親しみ、二十二歳で九条
良致と結婚、ロンドンで
義姉大谷篤子とともに婦
人参政権運動に接し、そ
れ以降、女性の高等教育
の実現に尽力した。紆余
曲折を経て、本学の直接
の前身校である京都女子
高等専門学校が設立され
た。さらに一九二三年の
関東大震災では、自らも
被災する一方で被災者の
救援に尽力し、その一端
が現在も病院や幼稚園と
して継承されている。

社会的にみれば武子は
成功者である。しかしそ
れは、阿彌陀仏によって
照らし出された、おぼつ
かない自己を見つめなが
らの歩みであった。

親鸞は、私たちの煩悩
の根深きは、今このいの
ちだけの現実ではなく、
永遠の過去から続くもの
だと受け止めた。武子も
また詠う。「あわれわれ
生々世々の悪を知らず
慈眼のまえに なにを甘ゆる」
。深い自己洞察と阿彌
陀仏に出遇った者の力強
さが感ぜられる。
来る二月七日は武子の
命日である。(義)

解き放たれることを目
指すというところは、仏教
は現状を、何かに縛られ
たものとみているという
ことである。何が私たち
を縛るというのだろうか
か。たとえば、真宗僧侶
で仏教学者であった仲野
良俊師は次のような言葉
を残している。
ものが縛るのではあり
ません
ものをとらえる心に縛
られるのです。
(「三誓偈講話」
モノへの飽くなき執着
から身動きがとれなくな
る、そんな現代人のすが
たを言い当てるこの言葉
は、仏教的な洞察を示し
ている。仏教は、私たち

「凡夫」といふは、無
明煩悩われらが身に
みちみちて、欲もおほ
く、いかり、はらだち、
を縛るものを、私たち自
身の心のうちに見出して
いくのである。

自由の味
古いパーリ仏典に、釈
尊の説いた法と律を海に
譬え、その味 (rasa)
について述べる一節があ
る。大海には世界中の多
数の河川が流れ込み、ま
た雨も降り注ぐが、海水
はどこを掬いとっても同
じ塩味がする。それと同
様に、仏法はどこをとっ
ても同じ自由(解脱)の
味がする(vinuttrasa)
というのである。(増支
部経典「パーラーダ経」
など)

「おほいなるもの」とは、
阿彌陀仏のことである。
その力に導かれて明らか
になることは、自らの歩
みの危うさである。どこ
までも煩悩に振り回され
る危うさと、そのような
自己を捨てることのない
阿彌陀仏への思慕が表さ
れた信仰の歌である。

たそうです。そうした
ご縁もあつたからで
しょう、学園がその敷
地を取得し、建物を取
り壊し、S校舎ができ
たわけです。二〇〇〇
年のことでした。
建築に際して学園か
ら施工業者に対して、
近藤邸にあったステ
ンドグラスを活用してほ
しいとの注文があつた
のでしよう、S校舎に
はこの他にもステンド
グラスがたくさんあり
ます。探してみましょ
う。

問題は、本来のステ
ンドグラスは、写真の
ように水鳥が向かい合
う意匠となつていたの
ですが、S校舎ではな
ぜかそっぽを向いてい
ることです。何事にお
いても、新たなものを
作り出すに際しては、
過去の事実と向き合う
ことが肝心なようです。

親鸞は、私たちの煩悩
の根深きは、今このいの
ちだけの現実ではなく、
永遠の過去から続くもの
だと受け止めた。武子も
また詠う。「あわれわれ
生々世々の悪を知らず
慈眼のまえに なにを甘ゆる」
。深い自己洞察と阿彌
陀仏に出遇った者の力強
さが感ぜられる。
来る二月七日は武子の
命日である。(義)

「史学科」坂口満宏

「史学科」坂口満宏

「史学科」坂口満宏

京女への通学路 いまむかし

⑦ S校舎3階のステンドグラス



S校舎とF校舎、そ
れに仮設の事務棟が
建つているところには、
ステンドグラスが目
引いたモダンな住宅が
立ち並んで居ました。
その佇まいは、わずか
にデザイン研究所に見
ることが出来ます。写
真のステンドグラスは、
S校舎3階の東側、S
309演習室の両脇に
嵌められているもので
す。気づいていましたか
もともとこのステ
ンドグラスは、一九二
七年に建てられた深田
邸の応接間にあつたも
のです。一九四〇年に深
田邸は近藤氏に譲渡さ
れました。屋根瓦の色
と形から、近藤邸は
「チヨコレートハウス」
と呼ばれていました。
その後近藤家では甲斐
和里子の姪の息子にあ
たる人が戸主となり、
学園の理事を務めてい

たそうです。そうした
ご縁もあつたからで
しょう、学園がその敷
地を取得し、建物を取
り壊し、S校舎ができ
たわけです。二〇〇〇
年のことでした。
建築に際して学園か
ら施工業者に対して、
近藤邸にあったステ
ンドグラスを活用してほ
しいとの注文があつた
のでしよう、S校舎に
はこの他にもステンド
グラスがたくさんあり
ます。探してみましょ
う。

問題は、本来のステ
ンドグラスは、写真の
ように水鳥が向かい合
う意匠となつていたの
ですが、S校舎ではな
ぜかそっぽを向いてい
ることです。何事にお
いても、新たなものを
作り出すに際しては、
過去の事実と向き合う
ことが肝心なようです。
(史学科)坂口満宏



人に感謝される仕事

家政学部教授 今井 佐恵子

ふりかえり

将来は専門的な資格を身に付けて一生働きたい、という漠然とした志をもって管理栄養士の資格を取得できる学科に入りました。ところが正直なところ、大学での専門分野の勉強にはあまり熱意が持てずにいました。興味をもったのは、美術史、哲学、児童文学の講義でした。特に、レオ・レオニの絵本「あおくんときいろちゃん」を見たときは衝撃を受けました。この絵本に触発され、抽象と具象の入り混じったアニメーションを創作し、学園祭で上映して好評を得た思い出があります。

三回生の時の病院実習ではじめて管理栄養士の仕事を目の当たりにしま

した。患者さんのために医療、看護、食事の面からサポートされる医療従事者の方々の仕事ぶりに頭が下がりました。利潤追求ではなく、人を助ける仕事、社会の役に立っている仕事にしたいという思いが沸き上がってきました。

就職活動は全くせず、病院実習先の管理栄養士の先生が紹介してくださった病院に就職が決まったのは年が過ぎてからでした。最初は厨房で盛り付けなどの作業をしながら給食業務を体で覚えていきました。何よりも効率よく作業を進める大切さを学び、絶えず時計を見ながら仕事をする習慣が身につきました。

勤務一年目の終わりに栄養指導を担当させることになりました。病室に疑問を感じました。病態や栄養の知識がある患者さんが必ずしも血糖コントロールがよいとは限りません。食事療法の目的は、患者さんが幸せに生きるためのサポートであるはずですが、食事療法が患者さんのストレスになっていくこと、知識と行動変容には乖離があり、これだけののだろうかという疑問に思っていました。

一九八〇年代のはじめ頃、食べ物のかすとされていた食物繊維が食後血糖値を下げるということが報告され、従来の栄養学の定説がくつがえされました。科学は新しい定説が出てくるところがおもしろいのです。医師の指導のもと、私も臨床介入実験を実施し、入職半年後に学会で発表しました。

病院を退職後、海外生活を経て、京都府立大学大学院においてタンパク質必要量に関する基礎研究により博士号を取得しました。すでに四十五歳になっていました。両親の介護が始まる前に学位を取ろうと考えていたのですが、大学院在学中に父が病に倒れ亡くなりました。一時は学業を続けるべきか悩みました。

キューブラーロスの本を読んで生きることに、死ぬことをいろいろ考えました。今ふりかえてみると、祖父、祖母、父母の最後の時間を一緒に過ごし、死に向かう旅立ちのプロセスに立ち会うことができたことは貴重な体験でした。

病院に約十二年勤務した後の十年間は、海外で生活したり、大学院で研究したり、自分を変革する期間だったと思えます。ほかの方より二十年近く遅く、動物実験ではない人間栄養学の自分の研究をゼロからスタートしなければなりません。

幸運にも約二十年前より、糖尿病専門医の梶山静夫先生と実践的な臨床介入研究を始めることができました。患者さんが喜んでいただけるように、私も人間栄養学の科学的根拠がない場合が多く、自分で研究して答えを導き出すしかなかったことが幸いだったと思えます。

学生のみなさんへ
自分のことをずっと「文系」の人間だと思ってきましたが、現在している仕事はいわゆる「理系」の仕事です。統計解析の結果を考察して英語で科学論文を書いていますが、学生時代の自分にはまったく想像できないことでした。早い段階で「文系」か「理系」か決めても、その後の人生でどのように変わるかわかりません。誰もが両方の要素を併せ持っていると思います。いくつかの偶然により現在があることが不思議な気持ちになります。

でももらえることになりました。三代家族で祖母と一緒に生活していたので、高齢者に対する接し方は自然と身につけていたこともあり、担当していた患者さんたちとは、家族とも友人とも異なる特別な心の交流を感じていました。患者さんたちから感謝されたときは、この仕事についてよかったです。先生が紹介してくださった病院に就職が決まったのは年が過ぎてからでした。最初は厨房で盛り付けなどの作業をしながら給食業務を体で覚えていきました。何よりも効率よく作業を進める大切さを学び、絶えず時計を見ながら仕事をする習慣が身につきました。

勤務一年目の終わりに栄養指導を担当させることになりました。病室に疑問を感じました。病態や栄養の知識がある患者さんが必ずしも血糖コントロールがよいとは限りません。食事療法の目的は、患者さんが幸せに生きるためのサポートであるはずですが、食事療法が患者さんのストレスになっていくこと、知識と行動変容には乖離があり、これだけののだろうかという疑問に思っていました。

一九八〇年代のはじめ頃、食べ物のかすとされていた食物繊維が食後血糖値を下げるということが報告され、従来の栄養学の定説がくつがえされました。科学は新しい定説が出てくるところがおもしろいのです。医師の指導のもと、私も臨床介入実験を実施し、入職半年後に学会で発表しました。

病院を退職後、海外生活を経て、京都府立大学大学院においてタンパク質必要量に関する基礎研究により博士号を取得しました。すでに四十五歳になっていました。両親の介護が始まる前に学位を取ろうと考えていたのですが、大学院在学中に父が病に倒れ亡くなりました。一時は学業を続けるべきか悩みました。

キューブラーロスの本を読んで生きることに、死ぬことをいろいろ考えました。今ふりかえてみると、祖父、祖母、父母の最後の時間を一緒に過ごし、死に向かう旅立ちのプロセスに立ち会うことができたことは貴重な体験でした。

病院に約十二年勤務した後の十年間は、海外で生活したり、大学院で研究したり、自分を変革する期間だったと思えます。ほかの方より二十年近く遅く、動物実験ではない人間栄養学の自分の研究をゼロからスタートしなければなりません。

幸運にも約二十年前より、糖尿病専門医の梶山静夫先生と実践的な臨床介入研究を始めることができました。患者さんが喜んでいただけるように、私も人間栄養学の科学的根拠がない場合が多く、自分で研究して答えを導き出すしかなかったことが幸いだったと思えます。

学生のみなさんへ
自分のことをずっと「文系」の人間だと思ってきましたが、現在している仕事はいわゆる「理系」の仕事です。統計解析の結果を考察して英語で科学論文を書いていますが、学生時代の自分にはまったく想像できないことでした。早い段階で「文系」か「理系」か決めても、その後の人生でどのように変わるかわかりません。誰もが両方の要素を併せ持っていると思います。いくつかの偶然により現在があることが不思議な気持ちになります。

自分のあやまちや罪を指摘してくれる人は、まるで隠れた財宝のありかを教えてくれる人のように、大きな利益を与えてくれると敬慕は述べます。自身の過ちは、隠れた財宝のありかと同じく、自ら知るのが難しいということでもあるでしょう。耳触りのよい、当たり障りのない言葉とは違って、厳しい言葉を友人に伝えることは、容易なことでも楽しいことでもありません。それを教えてくれる人は、あなたのことを考えてくれていて、かけがえのない友人だといえます。

法のことば

おのが罪過 あやまちを教え諭して くれる人
かれこそ すぐれた友にして
もしその人に したしめば
かくれた宝を 知るよう
かならず善の 実りあり

「ダンマバダ」七六
京都女子大学『聖典』
一〇七頁

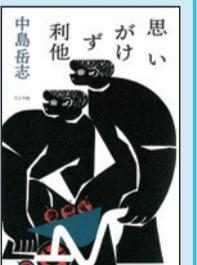
自分のあやまちや罪を指摘してくれる人は、まるで隠れた財宝のありかを教えてくれる人のように、大きな利益を与えてくれると敬慕は述べます。自身の過ちは、隠れた財宝のありかと同じく、自ら知るのが難しいということでもあるでしょう。耳触りのよい、当たり障りのない言葉とは違って、厳しい言葉を友人に伝えることは、容易なことでも楽しいことでもありません。それを教えてくれる人は、あなたのことを考えてくれていて、かけがえのない友人だといえます。

（藤井 隆道）

シリーズ 智慧の蔵 ④

『思いがけず利他』

中島岳志 著 ミシマ社 二〇二二年



コロナ時代が到来し、世界的に「利他」がブームとなっているようです。クラウドファンディング、ソーシャルギフティングなど、若い世代を中心に、利他的な行為が積極的に行われています。しかし、一方で、利他と聞くとどこか胡散臭さを感じ、偽善な印象を受けるのも本音なのではないでしょうか。本書ではこのことを「利己的な利他」と述べられています。「利己」と「利他」の反対語は「利己」です。しかし、この両者は決して切り離されているものではなく、メビウスの輪のようにつながっているものではないかと、著者は仰います。一見、「利他的」なことをやっている人でも、その内面には「よく見られたい」「褒められたい」といった世間の評判や名誉を手にしたといった

思いが強くあると、それは「利己的」であったりもします。「利己」と「利他」は、なかなか分けにくいものなのかもしれません。では、本当の利他とは何なのでしょう？ それこそが、タイトルにある「思いがけず」にあると著者は述べられています。この「思いがけず」は、偶然とも言いますが、土井善晴さんの料理論、批評家・若松英輔さんとの邂逅など、いろいろな方の経験も学べる内容となっています。そして何よりも、浄土真宗の宗祖・親鸞についての議論についても大きく取り上げられており、本書の学生としても必読書といえるでしょう。

利他とは何か。本書で語られるさまざまな角度からの利他は、現代を生きる私たちがどのように他者と付き合い、共存していくかを考える上で、大いなる気づきを与えてくれる良書だと感じます。ともに、「利他への扉」を開いてみませんか。

（南條 了瑛）

芬陀利華アンケート



読んだ感想やコメントをお寄せください。
(すぐに答えられるアンケートです)

