

第369号 (平成30年10月15日(月)発行)

発行所

京都女子大学 宗教部

京都市東山区今熊野北日吉町35
電話 075 (531) 7074

華利陀分



見えないものを聞く 現代社会学部准教授 藤井隆道

宗教の領域は、「見えないもの」に事欠かない。靈魂のようなものや死後の世界など、諸宗教における「見えないもの」に関わる言説は様々である。しかし以下では、少し異なった視点から「見えないもの」について考えてみたい。

周知の通り、仏教では見ることが重視されている。「正見」は八正道の第一に挙げられているし、物事をありのままに見ることの大切さは、仏典のいたるところで説かれていた。しかし、ありのままに見るとはいかなることなのだろうか。それは、わたしたちが普段見ている世界とは違うのだろうか。

この問いに向き合うために、一人の女性の言葉に少し耳を傾けたい。中島みどりさんは、悪性リンパ腫の病床で、家族に向けて多数のメッセージや日記などを残した。そのなかに、小学二年生の夏美さんと幼稚園児の洋生さんの二人の子どもに向けて書いた「いのちの尊さ」という手記がある。

「いのち」ってどんなものだろうね、という問いかけから始まるこの文章のなかで、中島さんは二つの例を挙げています。一つめの例は衣服である。服が目の前に、パッと

あらわれることはありませぬ。もちろんお店に入ってお金を出し買ってくるわけですが、その服がお店に並ぶまでは、数多くの人々の手や労力がついやされていくというところまで、そのことを忘れてはいけません。ただ、目の前のことだけを見ていたのでは物の本質は見えないのです。(中島みどり『百蓮華』より)

これらの例を受けて中島さんは、いのちをいかに生きている私たちが育てられたのだとしても「食べ物」という言葉を通じて「わたし」と「食べ物」はつながり、もとはそれがひとつのいのちであったという事実が見えなくなる。「目の前のことだけを見ていたのでは物の本質は見えない」と中島さんが述べているのは、このことである。

私たちがふだん、「わたし」が確固として存在し、その「わたし」が感じているがままに世界があるのだと素朴に考えている。しかしその世界とは、「わたし」を中心とした世界であり、そのなかにあるものは何であれ、自己中心的な視点のなかからめとられてしまう。こうした世界を成り立たせているのが煩悩であると仏教は

でもね、よく考えてみて。お金を払うのはお魚をとって店に並べてくださった方々へのお金であって、お魚さんたちには一銭も支払うことはありません。ただでお魚のいのちをいただいているのです

ね。ありがたいことです。お肉もそうです。お米も野菜もいのちのあるものすべてがそうです。一銭もお金などはらわすに、ただであたり前のこと、そのいのちをいただいているのです。そして、そのいのちをいただいたことで、夏美、洋生も生かされているのですよ。そのところをよく考えてみてください。(同書、一九頁)

衣服や食べ物は、私たちの生活に不可欠である。とくに食べ物は生命を維持するうえでなくてはならない。店舗や食卓に並ぶ肉や魚は、目の前に「食べ物」として届き、私たちはそれを「美味しそう」だとか、「美味しくないさそう」だとか、カロリーだとかインスタ映えだとか、そうした観点からとらえる。

仏教で「煩悩」と呼ぶような心の働きや傾向は、私たちの生活や文化に浸透している。生きるうえで様々な営みは、煩悩と分かちがたく結びついていると言ってもよいかもしれない。もし、

仏教では無我というところが説かれる。その基本的な意味は、「わたし」というものが実体的に存在しないということである。この教説の裏には、「わたし」や「わたしのもの」に過度にとらわれて生きる人間の姿へのま

物事をありのままに見るために、「わたし」へのこだわりを完全に離れなければならぬ。しかし、それを成し遂げることは困難である。しかし、だからこそ、仏法を聞くことに考えられる。

中島さんは、若い頃より、生きるこの意味などの問題に思い悩み、仏法を聞き続けるなかで、親鸞聖人の著作に出会ったことができない、ある

増え続けています。一方、世界の穀物生産量は約24億トンで、均等に配分されれば140億人分の食糧を賄えるそうです。しかし、国連食糧農業機関(FAO)によると、地球上の飢餓人口は約8億人で、世界の9人に1人が飢餓に苦しんでいます。

また、1日に飢餓で4万人が亡くなり、その70%以上が子供達だそうなんです。そんな中、先進国では約21億人が太り過ぎて、その内の約6億人が体格指数BMI(体重kg/身長m²)30以上の肥満です。世界人口の約2割が先進国で暮らし、世界の穀

平成30年11・12月 平成31年1月 月例礼拝日程表

11月			
日	曜日	講時	対象学生 / 担当
6	火	1	福祉1 西
		2	造形3 森田
		3	英文3A・3B 黒田・清基
		4	心音1 森田
7	水	1	福祉3 黒田
		2	現社3C・3D 森田・東光
		3	現社3A・3B 那須・藤井
		4	現社1A・1B 中西・野村
8	木	1	史学1A・1B 野村・上野
		2	国文1A・1B 普賢・黒田
		3	見学1 黒田
		4	教育3 森田
12	月	1	法字1 藤井
		2	国文3A・3B 森田・普賢
		3	食物1 塚本
		4	教育1 三浦
13	火	1	見学3 秋本
		2	見学2 井上
		3	見学3 普賢
14	水	1	史学3A・3B 竹本・東光
		2	法字3 普賢
		3	英文1A・1B 秋本・三浦
		4	心音3 塚本
16	金	1	現社1C・1D 那須・安田
19	月	1	見学1 黒田
		2	教育3 森田
		3	英文3A・3B 黒田・清基
		4	心音1 森田
21	水	1	福祉3 黒田
		2	福祉1 井上
		3	食物3 普賢
		4	史学3A・3B 竹本・東光
30	金	1	法字1 藤井
		2	国文3A・3B 森田・普賢
		3	食物1 塚本
		4	教育1 三浦

◇ビデオ月間

12月			
日	曜日	講時	対象学生 / 担当
3	月	1	現社1A・1B 中西・野村
		2	国文1A・1B 普賢・黒田
		3	福祉1 西
		4	造形3 森田
4	火	1	現社3C・3D 森田・東光
		2	現社3A・3B 那須・藤井
		3	食物1 塚本
		4	教育1 三浦
6	木	1	見学3 秋本
		2	見学2 井上
		3	見学3 普賢
7	金	1	史学3A・3B 竹本・東光
		2	法字3 普賢
		3	英文1A・1B 秋本・三浦
		4	心音3 塚本
10	月	1	現社1C・1D 那須・安田
		2	見学1 黒田
		3	教育3 森田
		4	英文3A・3B 黒田・清基
11	火	1	心音1 森田
		2	福祉3 黒田
		3	福祉1 井上
		4	食物3 普賢
12	水	1	史学3A・3B 竹本・東光
		2	法字1 藤井
		3	国文3A・3B 森田・普賢
		4	英文1A・1B 秋本・三浦
17	月	1	心音3 塚本
		2	心音3 塚本
		3	心音3 塚本
		4	現社1C・1D 那須・安田
19	水	1	見学1 黒田
		2	教育3 森田
		3	英文3A・3B 黒田・清基
		4	心音1 森田
21	金	1	福祉3 黒田
		2	福祉1 井上
		3	食物3 普賢
		4	史学3A・3B 竹本・東光
30	金	1	法字1 藤井
		2	国文3A・3B 森田・普賢
		3	食物1 塚本
		4	教育1 三浦

食物栄養学科からの便り

⑤卵が世界を救う

卵は宗教や文化に関係なく、世界中で食べられている食品です。鶏がいないのは世界中で南極とバチカン市国だけだそうですが、南極やバチカン市国でも卵は食べています。卵は栄養豊富な動物性食品として認識されています。卵に無い栄養素は食物繊維とビタミンCだけで、ヒヨコが生まれるのに必要かつ十分な栄養素を含んでいます。特に動物細胞を作るタンパク質や脂質が豊富で、我々の60兆個の細胞の構成やその恒常性の維持に欠かせない高栄養食品なのです。

鶏肉1Kgは同4Kgと比較し、卵の飼料効率の高さは驚くべきことです。この卵の生産の飼料効率の良さこそが、「卵が世界を救う」根拠です。現在、世界の人口は73億人、2050年には100億に達する勢いで、特にアジアとアフリカで

また、1日に飢餓で4万人が亡くなり、その70%以上が子供達だそうなんです。そんな中、先進国では約21億人が太り過ぎて、その内の約6億人が体格指数BMI(体重kg/身長m²)30以上の肥満です。世界人口の約2割が先進国で暮らし、世界の穀

夏休みに育友会の懇談会が各地で開催された。ある会場で、は結びの挨拶を私が担当し、仏教ではどのような内容を話しているか簡単に紹介している。失礼な言い方も知れないが、皆さん真剣に耳を傾けて下さったのは驚いた。中には「学生達に後生の一大事を話してやって下さい」と言って退出された保護者の方もいた。「後生(苦)の問題を解決して浄土に往生することを目指す」というのが永遠にあるだろうと思ひ込む人が見えない事柄を教えるものである。そういう言葉を聞くことを通じて、私たちは、目の前にある現実や、それとらえる「わたし」のあり方を見つめ直すことができるのである。

京都女子大学の使命の中に「らしさをつよみに未来をひらく」というフレーズがあるが、私が理解している京大「らしさ」とは、学生が真面目なことであり、京大ではじめて講義した時のことである。板書しながら説明している、何か「コト、コト」と音がするので、耳を澄まして聞いて、講義内容をノートに筆記する音であった。一言も漏らすまいと真面目に書き取っていたのである。

入学当初は「どうして大学にまで来て仏教を学ばなければいけないの？」と思っていた学生たちも、真面目さが力となり「後生の一大事」を受験勉強を乗り越えても次は就活が待ち受けている。その後、次の道の連続である。しかし、真面目さが「後生の一大事」に目を向けさせ、未来に立ちほだかる茨の道乗り越えていく力になっていくのである。

真剣に考えるようになる。「後生の一大事」を受験勉強を乗り越えても次は就活が待ち受けている。その後、次の道の連続である。しかし、真面目さが「後生の一大事」に目を向けさせ、未来に立ちほだかる茨の道乗り越えていく力になっていくのである。



アンチエイジング・ホルモンと心の関係

文学部教授 高橋 勝忠

序

女優の吉永小百合さんは現在73歳で、歌手の郷ひろみさんはこの10月18日で63歳です。お二人とも年齢を感じさせない美貌と若さを保たれていま

代！なんとその秘訣の1つは毎日する歯磨き、彼は1日4〜5回、毎回15分もしている。歯磨きがライフスタイルとなり、知らず知らずのうち

覚や運動は自分の意思でコントロールできるのに、対して自律神経は内臓や血管に関わる神経で私

というところが副交感神経を上げることになり、早く目にも余裕をもつてゆつくりと行動することが「心の安心」に繋がります。

か、「芬陀利華」の内容に相応しいかどうか半ば

自律神経の交感神経と副交感神経とは何か

私たちが汗をかき、寒いと身震いするのは自律神経の働きで、体温調節をするためです。

アンチエイジング・ホルモンについて

法のことば

〔高僧和讃 善導大師讃一首目〕

大心海より化してこそ 善導和尚とおはしけれ 末代濁世のためにとて 十方諸仏に証をこふ

七高僧の五番目は、唐の初めに活躍された善導大師(613〜681)です。幼い頃に出家され、成人の後に中国各地を遍歴し、道禪禪師の居られた玄中寺を訪れ、禪師から『観無量寿経』の教えを聞いて、浄土教に帰依されます。

アンチエイジング・ホルモンの分泌も心の問題が関係しますが、自律神経の安定した状態、いわゆる恒常性を保つために心の問題が大いに関係します。

まとめると、十分な睡眠、適度な運動、規則正しい食事、物事にこだわらず、前向きに考えることが副交感神経の活性化とメラトニンの分泌を促し、老化を遅らせることに貢献します。

少し前からブログを始めた妻が面白そうなる本を買ってきた。普段、妻が読む本はほとんど興味を示さない私も、本書の題名には思わず目を惹かれた。

著者によると、実に世の中の九割以上の人が、自分の書く文章に自信がないという。本書の著者はその理由を、小中学校において日本語の文法や漢字、熟語などを学ぶこととはあっても、伝わる文章を書くための基礎を体系的に教わることがないからと分析する。

第一章では、「一文を短く書く」「主語と述語をねじらない」「主語と述語を近づける」などの見出しをかかて、「もっと早くわかりやすい文章を書く」ための基本とコツが示されている。

《悪い例》伊藤先生はスマートフォンが生徒たちが話合っているときに鳴ったのを聞き逃さなかった。《善い例》生徒たちが話合っているときにスマートフォンが鳴ったのを、伊藤先生は聞き逃さなかった。

『残念ながら、その文章では伝わりません』

山口拓朗 著 大和書房 二〇一七年

シリーズ 智慧の蔵 19



お知らせ

＊卒業回生の合同礼拝＊

卒業回生のみなさんは本学での最後の礼拝として「合同礼拝」を行います。
日 時 平成30年11月28日(水) 15:00~16:30
場 所 B501教室
記念講演 「親鸞と歎異抄」 五木 寛之 氏(作家)
申込期間 平成30年 9月18日(火)~ 11月22日(木)
・必ずお念珠を持参してください。
・参加者には卒業後にもずっと使っていただけるオリジナルの記念品があります。



＊仏前成人式＊

記念講演では、三浦明利氏にお越しいただきます。立食パーティーでは、オリジナル記念品やすてきな景品があたるビンゴゲーム、抽選会もあります♪
日 時 平成30年12月15日(土) 13:00~17:00
※12:10から受付を開始します。
※12:30までに会場へお越しください。
場 所 礼拝堂(A校舎5階)・学生食堂(A校舎地階)
記念講演 「ありがとうを伝えよう」 三浦 明利 氏
申込期間 平成30年10月9日(火)~ 12月7日(金)
・先着200名です。
・必ずお念珠を持参してください。
◆それぞれの詳細は京女ポータル、掲示板で確認をしてください。

