

一仏両祖の教えを今に伝える

令和6年6月1日発行(毎年1.3.6.9月の1日発行) 第169号

曹洞禅グラフ

SŌTŌZEN GRAPHICS

2024 お盆 夏号

No.169



特集インタビュー

藤田一照 師

愉快であれ。

禅を生きる日々

「取材」柳澤 円 「撮影」羽柴和也

いのちの尊さと「カルト」



島蘭進

「カルト」とは何かを問われると、宗教が人権を脅かす側面をもっているのではないかという問いに向き合わざるをえなくなります。自己犠牲の日本である殉教者への称賛、崇拜は今も続いています。教えに背くものを罰し、ひいては殺害することを辞さない例もあります。戦争の背後には、宗教が敵対意識を増幅することがあったことも否定できません。

外部の人に対して攻撃的、差別的になることがあります。天皇のための自己犠牲が称賛された八〇年ほど前までの日本はどうだったでしょうか。「鬼畜米英」などという言葉や、中国人や韓国人を見下す言葉を子どもたちも使っていた時代のことです。今、私たちはそれを克服できているのでしょうか。世界各地で排外主義的な言動が今も残っていることを考えると、「イエス」と答えるのは難しい

です。

内部の人に対しても差別的、抑圧的になることがあり、宗教がそれを促すこともありましたが、今なら体罰と判定されるような事柄が、かつてはしつけや修行として許容され、むしろ推奨されていた時代もあったのです。過度の献金や奉仕活動を求めることが今は厳しく批判されていますが、それは宗教的な義務として正当化されることもありました。学校教育でもそうでしたが、今ならハラスメントで訴えられるかもしれないことも、かつては推奨されていた例もあったことは否定できません。

信徒を家庭崩壊にまで導く「カルト」が問題にされている昨今ですが、かつて宗教が信徒に促してきた自己犠牲を考えると、「カルト」だけのこととして片づけることはできないでしょう。「カルト」や原理主義的な宗教では、かつての宗教で推奨されることがあった抑圧性や差別性が増幅されていると見るような視角も必要でしょう。

確かに現代社会では宗教の抑圧性や暴力性が後退しているように見えます。これは宗教だけではなく、人類社会そのものが変わってきており、社会に通用する道徳規範が変化し、



法的な制度にも反映するようになっていくことと関わりがあります。つまり、近代化が進む過程で、すべての人を尊い人間として遇するという規範が次第に広がり、受け入れられるようになってきたことになります。これは「人権」という言葉で表すところしやすいでしょう。私たちは人権を尊ぶ社会に生きていることを学校でも習い、家庭でも教えられ、次第に自覚していきます。では、この「人権」は、宗教にとって異質な何かでしょうか。そうではなく、多くの宗教が尊んできたものを引き継いできたものと見るべきものです。誰もが仏性をもっており、仏の道を歩む可能性をもった尊い存在だ。仏典にもそう記されています。「いのちの尊さ」は宗教が大切にしてきたものであり、現代の「人権」はそれを引き継いでいるものです。差別や抑圧や暴力を超えようとする価値の源泉に宗教的なものがある、こう考えていくと宗教と「カルト」の関係がいくらか解きほぐしやすくなるでしょう。

しまぞの すずむ

1948年生まれ。宗教学者。
東京大学大学院名誉教授。
上智大学神学部特任教授。同グリーンフエア研究所所長。
専門は日本宗教史。

藤田一照師インタビュー



藤田一照

(ふじた・いっしょう)

禅僧。神奈川県三浦郡葉山町にて定期的な坐禅会を主宰。幼少期に感じた疑問を追求し続けて仏教と出会う。東京大学大学院教育学研究科教育心理学専攻博士課程を中途退学、兵庫県の坐禅道場・安泰寺にて得度。1987年渡米、マサチューセッツ州西部パイオニア・ヴァレー禅堂にて禅の講義や坐禅指導を行なう活動を経て、2005年帰国。著作に『ブッダが教える愉快的な生き方』(NHK出版)他、共著『アップデートする仏教』(幻冬舎新書)他、訳書にティク・ナット・ハン著『禅への鍵』(春秋社)他、多数。

愉快地であれ。

禅を生きる日々



にこやかで、軽やか。

メディアで拝見していたイメージのままの藤田一照さんは、

宗派の違い、あるいは年齢や性別、

社会的地位といったことにも囚われない、

自由なオーラを身に纏っている。

テンプルレス(お寺を持たない)僧侶であり、

身体的なアプローチを大切にした学びと

坐禅をライフワークにする暮らし。

里山を携えた坐禅堂を訪ねて、

禅のある生き方の意義を教えてもらった。

ベトナムの禅僧であり平和活動家、故ティク・ナット・ハン師の通訳を担当しながら、笑顔でいることの大切さを教わった。



にぎやかと言われる坐禅会

――普段はどんな日々をお過ごしですか。

私はこの場所の管理人なんです。毎日、朝は体をほぐしてから作務をして、坐禅をする。講演や原稿書きもありますが、あとはこの邸内の管理と、定期的な坐禅会を主宰しています。僕の坐禅会は身体的なことでも大事にしていって、「こんな賑やかな坐禅会は初めてです」と言われることもあります。例えば昨日は少し寒かったのでジャンプすることから始めました。テニスボールを踏んで足裏を目覚めさせたり、参加者同士で手を繋いでもらったり。初めての参加者も含め場の雰囲気がほぐれていきます。昨今、心理的安全性という言葉が注目されていますが、ここではそうした用語を使わずとも、結果的にみんなが安心できる場作りを大切にしています。最後に十五分くらい『正法眼蔵』しょうぼうぜんぞうを読んで、季

節によってはみんなで落ち葉清掃をしたり、そのまま焼き芋を作って食べた。何やら楽しそうなことをしているようだと思きつけて、遠方から参加してくれる人も少なくありません。悩みや不安を抱えて仏教を求める人もいると思いますが、私の考え方は、暗いものを無理に明るくしようとはしないことです。悩みや不安などの暗い部分をターゲットにしないで、それがたいたことではなくなるほど明るく楽しい部分を広げていけばいい、と考えています。

――禅に出会ったのは大学生の時だったそうですね。

今の私につながる原体験は十歳の時、祖父が亡くなったことにあります。当時八〇代でしたが、かくしゃくとしていた祖父が、畑仕事をして汗をかき、風呂に入って「昼寝する」と言っただけで亡くなったんです。いびきが聞こえなくなったので見に行った私が第一発見者に

なって、何が起きたのかわけが分からず非常にショックを受けました。これが死というものであり、自分にもいつか来るものだということはわかった。これは大変だ、うかうかしてられない、そんな感情を覚えました。それともうひとつ、同じ十歳のある日、夜空を見上げて、宇宙と直接対面した感覚も大きな原体験です。星空間と呼んでいるんですが、無限に広いこの宇宙で、砂粒よりも小さな、無いに等しいようなサイズの自分という存在に思いを馳せたんですね。自分とは一体何なんだろう、という疑問を持ちました。当時はまだ言語化して誰かと共有することもできず、この2つの体験は誰にも話せなかったです。死ぬとはどういうことで、自分が自分であるのはなぜなのか。高校生になってもずっと自分の中に抱えたまま、その答えを追求するために学者になろうとしました。最初は宇宙物理学、そこから哲学に興味移って、東大に入学する時は哲学の勉強をしようと考えていました。しかし内面に抱えた疑問は一向に解けない。そのうちに、学問でわかるようなことではない、と思い始めました。研究の一環で東洋医学の理論と技法に関心を持って、漢方医の先生に習おうとしたら「弟子になるには禅の修行が条件」だと言われたんです。そこで円覚寺で開催された学生向けの接心せうしんに参加したところ、

初めて坐禅はつらくて痛くてうまくできませんでした。でも「禅とは己事究明の道」という老師のお話を聞き、本来自分がやりたかったのはこういうことかもしれない、と思うようになっていったんです。学生として時々接心に通う程度では不徹底に感じるようになったものの、退学するか否か迷い、お遍路に出ました。徳島、高知と歩き、愛媛に入る頃には腹が決まった感覚を得た。というよりも、楽しくて仕方がなかった。無銭で野宿ですの、お風呂にも入らず雨に濡れたり野犬に追われたりしたんですが、心の底から感じる自由さが嬉しくてたまらなくて、ひとりで笑ってしまふんです。こんなに楽しいんだから大丈夫だと思って、大学院を中退して禅道場に入門しました。

涅槃を求めず、涅槃を生きる

現代人が禅から学べる価値観はどんなことでしょうか。

現代では、所有が幸せにつながると信じられています。所有している物や地位こそが自分を示すアイデンティティであるかのような心理です。瞑想や坐禅でさえも「これを実践すればこの境地を得られる」というような、所有を目的とした教え方をする人もいます。実はブッダも、



愛猫のテラちゃんは地球を意味するTerraから命名。怪我をしていたところを発見し保護して以来、13年の付き合いに。

シッダルタとしてお城を出たばかりの頃は都会へ行き、そう説く指導者に習っていました。しかし所有に捉われていては生老病死を解決することはできないと悟り、木の下に坐ったんです。道元禪師も同じように、「坐禅は習禅にあらず」と説き、所有目的の坐禅を批判しています。この点でブッダと道元禪師は僕の中で繋がっているわけです。涅槃を目指す道ではなく、涅槃を今生きる道。だって現在の延長が未来になるわけですから、未来の所有のために今を不幸にしていたら、未来も不幸のままでしょう。苦しみの果てに所有を得る「幸せへの道」ではなく、今が幸せである「**幸せの道**」を生きる**こと**。それが**禅を生きる**、**今を生きる**、**本気で生きる**、ということですよ。

過去にとらわれ、未来を案じて、現在を深く



坐禅堂に飾られた掛け軸には「愉快」のことばと共に、ブッダや道元禪師も。鎌倉の人気カレー店「極楽カレー」店主・竹迫順平さん作。

するような努力ではなく、例えるなら、生まれてから二歳になる頃までに母国語を理解し始める赤ちゃんのような学び方です。あれは赤ちゃんが本気で生きているからこそ、周囲をよく観察して身に付ける学びであり、所有を目的とした勉強とは違うものなんですね。もちろん人生のなかで我慢するフェーズがあってもいいんですが、それは「愉快を学ぶのに必要な我慢」で

あることが大事です。大人になっても赤ちゃんのような本気で学習できる力をみんなが持てたら、愚かな戦争や奪い合いをしている場合ではないと気づき、結果的に世界はもっと良い場所になると思いますよ。赤ちゃんのように、いつでもどこでも、何からでも、愉快に学べる状態であること。僕はそれを「オーガニック・ラーニング」と呼んでいて、それが禅の修行でもあると思います。誰だっかつては赤ちゃんだったんですから、みんなできるはずだと信じています。

取材執筆 柳澤円（やなぎさわ まどか）
ライター、編集、翻訳マネジメント。
食と農と社会の課題をテーマに執筆する。株式会社「Two Doors」代表。
撮影 一羽柴和也

今回の特集にご登場頂いた藤田一照師の共著『アップデートする仏教』を5名の方にプレゼントいたします。仏教企画(下記「お便り募集」送り先)まで、お名前・郵便番号・ご住所・電話番号・プレゼント名を明記のうえハガキでご応募ください。



2024年8月末必着

読者プレゼント

本誌167(冬)号のプレゼント、坂東眞理子さんのご著書『女性の覚悟』は、次の方々が当選されました。

長野県／岡田ひろみ様 鳥取県／田中美矢子様
奈良県／田中いつ様 群馬県／原島光代様
東京都／三石美枝子様

読者からのお便り

坂東眞理子さんインタビューも、とても素敵で、「愛語のある生き方を」私も少しでも、近付けたらと思いました。
私は、唯一書くことが大好きで、自分の思いを文章にすること、これからもやっていきたいらと思います。「任運自在」を私の生きる指針にできるといいです。一期一会、素晴らしいお言葉に、出会わせて頂き、本当にありがとうございました。

身近な人との心温まるふれあいや本誌への感想、仏教についての質問などを600字以内でお寄せください。Eメールでも受け付けております。

送り先.....
〒252-0116
神奈川県相模原市緑区城山4-2-5
仏教企画編集部

お便り募集.....
Eメールアドレス:
fujiki@water.ocn.ne.jp

神奈川県 室さとみ様

私は、今年の元日總持寺に初詣に行きました。毎年元日に、總持寺へ出掛けていたのですが、今年初めて、御朱印を頂きました。
そして、その時、『明珠』と『曹洞禅グラフ』を頂きました。

『明珠』を拝読すると、心が引き締まる思いがしました。それほど有難い「お言葉」でした。今、私がこの文章を書いているのは、『曹洞禅グラフ』167号の見開きのお言葉、石附周行曹洞宗管長、大本山總持寺貫首様の「任運自在(にんぬんじざい)」に、強く心を動かされた為です。自分の置かれている場所、隙のないように精いっぱい向き合っていくなら、どこにあっても真実のいのちにめぐりあえる。正に、今の私の置かれている状況で、できることは、「任運自在」というお言葉に出会えたおかげで、何ごとに対しても、いい加減でなく、自分のできることを、自分なりに精いっぱいやっていこうという心境に至ったからです。

坂東眞理子さんインタビューも、とても素敵で、「愛語のある生き方を」私も少しでも、近付けたらと思いました。

私は、唯一書くことが大好きで、自分の思いを文章にすること、これからもやっていきたいらと思います。「任運自在」を私の生きる指針にできるといいです。一期一会、素晴らしいお言葉に、出会わせて頂き、本当にありがとうございました。

毎日書道

書家 松山妍流

具足神通力
広修智方便
十方諸国土
無刹不現身

神通力を具足し
広く智慧と方便を学び
十方のあらゆる国に
その身を現わさない
国は無い

『法華経』普門品より

具足神通力
広修智方便
十方諸国土
無刹不現身

作品集

ご家族のみなさまのご応募をお待ちしております

お手本を参考にして、作品を半紙（横向、お名前は左側）に書いてご応募ください。（無料）
ご応募の中から優秀な作品を選び、年に1度誌上で発表し、記念品を贈呈します。
住所、氏名、電話番号を明記して作品をどしどしお寄せください。
165号（夏号）～168号（春号）の審査発表は171号（冬号）にて行います。
169（今号）～172号（春号）の審査発表は175号（冬号）にて行います。

送り先 〒252-0116 神奈川県相模原市緑区城山4-2-5
仏教企画 ☎042-703-8641

締切 2024年8月末日（当日消印有効）

松山妍流先生は、埼玉県所沢市吉祥院住職丸山劫外師のお姉さんで書家（佐藤柯流に師事）です。

『曹洞禅グラフ』 募集俳句選

選・尾崎竹詩

引き売りの声に手鍋や螢烏賊

神奈川県 田中恵一

最近引き売りの行商に出会うことがめつつき
りと減りました。スーパーマーケットみたい
な大型店に押されて小売店自体が存続の危機
にあるそうです。大きな町やスーパーから遠
いところで生活する者にはますます不自由な
世の中となってきました。そんな時節に懐か
しい引き売りの売り声が聞こえてきたのです。
それも季節限定の螢烏賊の呼び声です。慌て
て身近にあった手鍋を引っ提げて駆け付ける
様子が髣髴としてきます。さぞ美味しくいた
だいたのでしょう。

白粥に添える農婦の落の臺

埼玉県 江森京香

白粥の透き通るような白。採り立ての落の臺
の薄黄緑。色彩がきれいですね。だからなお
さら美味しように思えてきます。この句を読
めば料理は五感で味わうものだというのがよ
く分かりますね。もう一つ、この句には余計
なものは登場させていないのがいいのです。
だから引き立つのです。

作品募集

みなさまのご応募をお待ちしております
（お一人3作品まで）

お申し込み方法

作品、住所、氏名、電話番号を明記し
て下記のいずれかにてお寄せください。

- はがき、封書で投稿
送り先・〒252-0116
相模原市緑区城山4-2-5
仏教企画
『曹洞禅グラフ』俳句募集係宛
- Eメールで投稿
fujiki@water.ocn.ne.jp

締切 2024年8月末日（当日消印有効）

- ご応募の中から優秀な作品を選び、
誌上にて発表する予定です。
- 更に年に1回冬号（新年号）にて年間
優秀作品を選出し、記念品を贈呈し
ます。

あたふたと蜜蜂もぐる苾ゆたか

三重県 苅谷奈良美

蠟梅の香る古刹の夜明かな

埼玉県 西岡備中

古刹というのは古くからの由緒あるお寺でし
ょうか。その古刹に今年も春が巡ってきて蠟
梅の香気が漂っているのです。まだ町の人た
ちは起きていない早朝の静けさの中で蠟梅の
香りだけがうすうすと透けてくるのです。

選者詠

梅干して母が小さくなってゆく

尾崎竹詩

息を吸いきり止めた状態でしばらく維持します。その時の感覚を観察し続け、耐えられなくなったら一気に息を吐きます。吐くと同時に全身脱力するように、腕の力を抜き首や上半身を前に傾けます。その後起こる呼吸はコントロールせず、吸われ吐かれるまま、心地よさに委ねられた脱力感を味わいます。最低三呼吸は自然に任せ、呼吸が調ったらゆっくり起き上がります。



息は苦しくない程度に吐ききったところで止め、お腹は凹ませすぎて辛くならない程度のところで止めます。静止時の感覚を観察し続け、止めていた呼吸が苦しくなってきたら、我慢していた呼吸を解放するように、一気に息を吸いこみます。その時、腕を後ろに反らすことで、できるだけ身体を膨らまし空気が入るよう促します。自然に吸いきったところで止めます。



上 半身リラックスした状態で、両手の平をお腹にそっと添えます。次に、息を吐いていくのに合わせてお腹を凹ませていきます。息はできるだけ意識し、ゆっくりそして安らかにを心掛けて吐いていきます。添えている手の平は、お腹の凹み具合を確認し続けるのと同時に、お腹から感じられる感覚情報を手の平で受け止められるよう調整し触れ続けます。



安らかな
未来に向かう

「^{はっ}八^{しょう}正^{どう}道」的くらしかた

藤井隆英

ふじ・りゅうえい
豊橋市一月院副住職。
横浜市 徳雄山 建功寺
勤務。北海道大学水産
学部卒業。同大学院中
退。整体師。Zafu代表
身心堂主宰。「Zafu」
ふ「安楽坐禅法」開
発者。禅をベースにし
たオリジナルの運動療
法、動的瞑想法を伝え
る活動を展開。

8 「正念」～いかに養うか～

仏法による安らかな未来に向かう八つの指針「八正道」。今回は七つ目「正念」を参究いたします。原始仏教経典である『大念処経』に「正念」の実践法である「四念処」が記されており、

「四念処」とは、「四顛倒」という、仏法的に間違った四つの捉え方を深く観察することで初めて現れてくる、仏法的に正しい四つの念（捉え方）です。

「四顛倒」のいう間違った四つの捉え方とは「浄楽常我」です。この「浄らかさ・楽しさ・常識・我意」は一見、人生を享受するために必要な観点のように感じられますが、本来仏法では間違った捉え方なのです。

では、仏法的に正しい四つの念（捉え方）とはどのようなものなのでしょう。か。「四顛倒」の各文字と対比させながら説いていきます。

◆身念処（浄と対応）…各要素の集合体である身体への深い観察によって、浄・不浄の区別がなくなる捉え方。

◆ 受念処（じゅねんじょ 楽と対応）… 外界から受容されるものの深い観察によって、苦

や楽の区別がなくなる捉え方。

◆ 心念処（常と対応）.. 内側から沸き
 上がるものへの深い観察によつて、常なる状態が存在しない捉え方。

◆ほうねんじょ 法念処（我と対応）..私を形成しているいのちへの深い観察によって、私は私のみの存在ではないと考える捉え方。

「四念処」による認識変化は、決して利己的で一時的な実践によって培われるものではありません。仏法的誓願を纏い、すべての営みへの丁寧さを心掛けた生き方により培われていくものなのです。

そして「四念処」を進め「正念」を深めることで、何事にも揺るがない心と安らかさや幸せが築かれていきます。それは仏法の力によって、自分を端として世界を安寧に進めていくための素養、そして判断や実践力を有した存在になっていくということなのです。

今回は、お腹の膨縮による呼吸を促すことで、安らかな気持ちを作る「腹式呼吸ワーク」をお伝えします。

太瑞知見（以下、知見） 小川

さん、お久しぶりです。よろしくお願ひします。

小川康（以下、小川） よろしくお願ひします。

知見 小川さんと私は薬剤師つながり。二十年以上も前から交流があるんですよ。

小川 はい。私が二〇〇二年にダラムサラのチベット医学学校「メンツイ・カン」に入学する年に、面識もないのにいきなり電話したんですよ。

知見 そうそう。「これからチベット医学を志します!」と、電話口で鼻息を荒くする若者に

チベット医学医師 薬剤師

小川康 先生 インタビュー

仏教という窓から、伝統医学をのぞき込みましょう!
今回は、チベット仏教が伝える伝統的医学です。



地元の大工さんたちと建てた「森のくすり塾」(長野県上田市)。
愛猫のチャアと。

小川 いいえ。ダラムサラに渡ってからです。チベットの小学生が使う教科書をテキストにして、現地のチベット人に教えてもらいました。小学校レベルから学び始めて、徐々に語彙を増やしていきました。

知見 それから数年で超エリート医大メンツイ・カンの入学試験に望んだんですね。無謀にも思えるような挑戦ですね(笑)

小川 まわりのみんなも、そう思っていたと思います(笑) メ

ンツイ・カンの試験は四年に一度しかないんです。しかも募集人員は二十五名だけ。超難関でした。

知見 え、それは狭き門だ! 周りがネイティブのチベット人ばかりで、しかもみんな超エリート。入学してからも、相当に大変だったのではないですか?

小川 周りがあまりにもすご過ぎると、劣等感を超えてしまふんですよ。もう、とりつかれたように、鬼のように勉強しました。

知見 鬼のような顔が想像できます(笑)

以前、薬草などが描かれているチベット医学の掛け軸を見たことがあります、まるで曼荼羅のようでした。チベット医学と仏教とは関係が深いのですか?

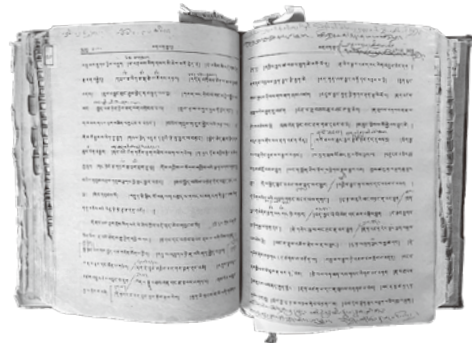
仏教と伝統医学

4

太瑞知見

太瑞知見
(たいずい・ちけん)

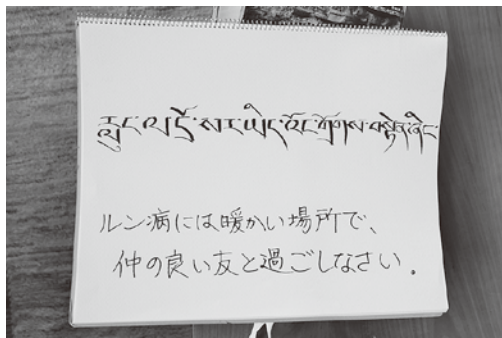
長崎県玉峰寺住職、薬剤師。九州大学大学院で薬学を修め、その後駒澤大学大学院(仏教学)修了。古代インドの医学書『チャラカ・サンヒター』の邦訳の一部を担い、原始仏典を薬学の知識をもつて読み解いた『お釈迦さまの薬箱』(河出書房新社)を上梓。その後も科学と仏教の交わりを優しい語り口で説く随筆を多数発表。また、学生や外国人に対する坐禅指導や法話も行なっている。現在、曹洞宗宗務庁刊『てらスクール』『禅の友』で連載中。



チベットで使用していた『四部医典』。ふせんや書き込みの量から、どれだけ打ちこんでいたかが伝わる。文字はチベット語。



薬草を通し、くすりの歴史、医学と仏教などを実践と座学とで学ぶことができる。こどもに向けたプログラムもある。



チベット語で書かれた処方。ルン病とはルン(気)が引き起こす病気のこと。(『四部医典』より)



薬草などが描かれているチベット医学の曼荼羅。

小川 深いも何も、チベット医学は仏教の思想に基づいています。そもそもチベット医学は薬師如来さまが説かれたものとされています。チベット医学の教科書は『四部医典』というのですが、「薬師如来さまが、こう説かれました」といつて始まりますからね。

チベット医学を学ぶためには、この四部医典を全て暗誦しなければいけません。

知見 え？ ぜんぶ覚えるのですか？

小川 そうです。『四部医典』はリズムがしっかりしていて、九韻詩の形式で書かれています。全文、詩なんです。詩のリズムによって覚えるのです。繰り返し繰り返し暗誦していると、教えが降りてくる感覚



店では、医薬品、薬草茶、お香、入浴剤などが販売されている。「百葉堂」では、育成した薬草やハーブを乾燥させている。

になります。薬師如来さまが説かれた医学の教えが、私に降りてくる。そして自分がその教えを受けとる器のような感覚になります。

知見 それはすごい体験ですね。チベット医学では暗誦に重きを置いているのですね。

小川 はい。自分の中に『四部医典』を暗誦できるレベルにまで落とし込む。それによって、どんな質問にも答えられるようになります。山に登って薬草を採集したり、医学の理論を理解したりするのも大切な学びなのですが、その根底には、この『四部医典』の暗誦が不可欠ですね。

知見 薬草を探しに山に登るのですか？ 医学生がみずから？

小川 はい。かなり過酷な実習でした。文字通り、命懸けでした。それから製薬の実習もあって、いろいろな薬草を配合して薬を作っていました。メンツィ・カンでの六年間で、さまざまな体験をしましたよ。とても密な時間でしたね。そして、最終試験では、多くの学生や先生たちの前で四時間ぶつつづけて『四部医典』を暗誦します。しかもマイクが用意してあって、暗誦する声が会場の外にも

流されるんですよ。

知見 うわぁ、恐ろしい公開試験ですね！

小川 まさにチベット社会全体でチベット医学を見守っている感じでしたね。現代医学のお医者さんから「古典を暗記してどうなるの」という質問を受けることがあります。『四部医典』を暗誦できる医者がチベット社会では信頼され、患者さんの安心にもつながるんです。チベット医学は、こうやって千年以上もこの伝統を守ってきたのです。これがチベット医学の伝統であり、オリジナリティなんですよ。

知見 なるほど、厳しい試験には伝統に裏打ちされた意味と効果があるんですね。

最後に、これからの展開を教えてください。
小川 これからは一般のかただけではなく、医学部や薬学部などを専門に学んでいるかたにも薬草教育を行なってみたいです。いつもは長野県の別所温泉で「森のくすり塾」を開いています。みなさん、どうぞ遊びに来てください。



小川康（おがわ・やすし）

1970年富山県生まれ。チベット医。「森のくすり塾」主宰、薬剤師。東北大学薬学部を卒業後、薬草会社、薬局、農場、ボランティア団体などに勤務。99年よりインド・ダラムサラにてチベット語・医学の勉強に取り組み、2001年チベット医学暦法学大学にチベット圏以外の外国人として初めて合格。2007年に卒業しチベット医（アムチ）となる。2015年、早稲田大学文学学術院を卒業。修士論文のテーマは「薬教育に関する総合的研究」。2016年長野県別所温泉の奥で「絵本と薬 森のくすり塾」を開業。著書に、『僕は日本でたったひとりのチベット医になった ヒマラヤの薬草が教えてくれたこと』（径書房）、『チベット、薬草の旅』（森のくすり出版）がある。



話しが弾むふたり。頂いたのは「えんめい茶」。元保育士のパートナーの美紀さんが選んだ絵本も購入することができる。

知見 はい、また遊びにきますね。本日はありがとうございました。

「生成AI教」は誕生するか？ 2

正木晃

写真—金子悟



正木晃
(まさき・あきら)
宗教学者。1953年、神奈川県生まれ。国際日本文化研究センター客員助教授を経て、早稲田大学オープンカレッジ講師。『現代語訳法華経』『「ほとけ」論』など多数の著書がある。



前回の『「生成AI教」は誕生するか?』は、思いがけず反響があった。そこで今回も引き続き、生成AIをはじめ、最近の情報関連テクノロジーと仏教の関係を考えてみたい。

この領域については耳慣れない用語が数多く登場する。最も重要な用語をごく簡単に説明しておこう。生成AI（アーティフィシャル・インテリジェンス）は電子媒体による新たな文章や画像を作成できる人工知能。VR（ヴァーチャル・リアリティ）は専用のゴーグルを用いて実際にその空間にいる感覚を得られるテクノロジー。AR（オーグメンテッド・リアリティ）は現実世界での体験にデジタル情報を重ね合わせるテクノロジー。VRとARの違いは、VRが仮想空間を現実のように体験できるのに対し、ARは現実世界での体験をベースとする点だ。メタバースはインターネット上の仮想空間において、VRとARを使って自身の分身「アバター」を操作し、他の利用者と交流するテクノロジーである。使いようによっては、確かに便利だ。たとえばパソコンに導入した生成AIに仏教の知識を学ばせたうえで、住職の動画や音声を学習させ、専用のアプリを使って加工すれば、相談事や説

教にあたかも住職自身が対応しているかのような状態を演出できる。しかも電源さえ入れておけば、二十四時間いつでも対応できるから、住職の負担は格段に少なくなる。

もちろん問題点はいくつも指摘できる。①既成の情報から組み上げているだけなので、独創性はない。要するに一般論の域を出ないから、個別の事例に対応しきれず、誰に対しても同じ答えしか出てこない。②世界各地で頻発しているのとおり、間違った情報を伝えてしまうことが多々ある。③短期間で相手の性格や志向性を学習して、相手の好みそうな見解を八割くらい提示するから、結果的に相手に媚びる傾向がある。逆にいえば、耳に痛いことを聞かずに済むから、相手は対面の場合よりもずっと気が楽で受け入れやすいだろうが、とかく安易に流れ、何の意味もないどころか、むしろマイナスの結果を招きかねない。

メタバースについては不登校の子どものための居場所として活用する動きが広がっている。文部科学省も二〇二三年三月に公表した不登校対策「COCOLOプラン」にメタバースの活用を盛り込み、自治体への財政支援をおこなっている。

自宅から出ることには強い抵抗感をもち、対面を避けたがる子どもたちに、他者と交流するきつ

かけを提供するのが目的とされる。実はメタバースは解釈が様々あり、まだきちんと定義されていないなど、開発途上の段階にある。にもかかわらず、早急に導入を決定した感が否めない。その

背景には、小・中・高の不登校が約三〇万人に急増し、九〇日以上の不登校なのに、学校内外の専門機関などで相談や指導等を受けられていない小・中学生が四・六万人という現状がある。

この現状を突きつけられて、文部科学省としても何かしなければならぬという焦りにも似た思いがあったのではないか。またメタバースを利用した不登校の子どもたちが、今度はメタバースに閉じこもってしまい、そこから出てこない危惧も充分にある。とすれば、メタバースを過大評価せず、メタバース利用の後をどうするか、よく考えて具体的な方策を立てる必要があるはずだが、困ったことにその点は曖昧なままのようだ。

そもそもネット空間には、自分の好きな人と物しか存在しない傾向がある。嫌いな人はおらず、嫌な出来事も起こらない。もし意見



が違っていたり、嫌な出来事が起こったら、排除すればよく、それができなければそのネット空間から逃げ出して別のネット空間に移ればよい。ところが現実の人生はそうはいかない。意見の違いや嫌な出来事の連続である。

修行の世界でも、似た状況がある。ところが生成AI+メタバース（VR+AR）であれば、意見の違う人を登場させず、嫌な出来事も全く起こらないように設定できる。それでいて、深い瞑想でやっと得られるような境地すら体験できるかもしれない。曹洞禅が道元禅師以来ずっと求め続けてきた静謐な境地、澄み切った心が、実際に坐禅するよりも圧倒的に短時間で得られるかもしれない。

しかし決して忘れてはならないことがある。生成AI+メタバース（VR+AR）で得られる境地はあくまで擬似的であり、いくら心地よくても、所詮は「らしき状態」にすぎない。曹洞禅が真に求めてきた境地や心とは無縁である。

なぜならば幻覚剤の効用を最新のテクノロジーが肩代わりしているだけだからだ。

かつて心理学者の河合隼雄先生に、幻覚剤と修行による到達境地の違いについて伺ったことがある。先生は「脳内で起きている現象は幻覚剤でも修行でも同じかもしれない。しかし幻覚剤による境地には、修行と異なってプロセスがない。教理がない。そして自分しかない、言いかえれば独善であって、指導を受けるべき師がない。あるのは心地よいという感覚だけだ。ヘリコプターで高い山頂にいきなり到達するようなもので、綺麗な景色を堪能するつもりが、すぐさま高山病になってしまい、酷いことになるだろう。山頂へは、すぐれた案内人に導かれつつ、自分の脚で歩いて行かなければならない。修行とはそういうものです」と仰った。全く同じことが生成AI+メタバース（VR+AR）で得られる境地についても言える。



「生成AI教」は誕生するか？

2

正木晃

20

仏教と伝統医学④

太瑞知見

16

安らかな未来に向かう「八正道」的くらしかた⑧

藤井隆英

14

募集俳句選

尾崎竹詩

13

毎日書道

松山妍流

12

特集 藤田一照師インタビュー
愉快であれ。禅を生きる日々

柳澤円

4

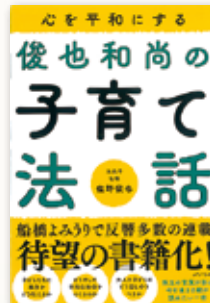
いのちの尊さと「カルト」

島菌進

2

船橋よみうりで反響多数の連載、
待望の書籍化！

「子どもたちに戦争をどう伝えるか、どうやって平和な社会をつくるのか、大人と子どもはどう話し合うべきか、珠玉の言葉が彩る、今を生きる親が読みたい一冊。」(帯より)

心を平和にする
俊也和尚の
子育て法話佐野俊也(さの・しゅんや)
法光寺(北海道)の住職。1953年北海道えりも町生まれ。明治大学文学部在学中に休学して曹洞宗の大本山總持寺で修行。36歳で住職になり、曹洞宗特派布教師として全国を巡回中。発行 パノラボ
出版年 2022年
四六判
80ページ
定価 1,210円(税込)

書店にてお求めください

表紙画「懐かしき風景」／平川恒太

「小学生の頃、夏休みは高知県の祖母の家に兄弟と従兄弟で預けられた。お盆の間、川遊びは禁止され墓掃除やお盆の準備を手伝わされて退屈だったが、夕方になると各家の軒先に迎え火、送り火の松明が並ぶ光景と松の脂の燃える独特な香りは美しい記憶として覚えている。昨年、久しぶりに祖母の家でお盆を過ごした。子供の頃の思い出を頼りに迎え火、送り火をしてみたが、昔のように各家の軒先に松明が燃える光景はなかった。「若い人はもうしないね。年寄りも火事を出したら大変だからやめる人も増えたよ。」と言う隣に住む叔母は、その後、迎え団子、送り団子などの作り方を教えてくれた。先祖を思って団子や明かりを準備してもてなす。とても素敵な文化だと思う。しかし、いつまでこの情景と風習が続くのだろうか。この先の未来もこの情景が残ることを願い表紙絵に描いた。」