

# 池上吉彦 湯の里分校の内観者たち(15)

職員会議でよく話題になることに「やっぱり親にも内観してもらうべきではないか」ということがあります。

それはその頃、ある内観研修所で、未成年の場合、父母のどちらかが共に内観するのだから断っていること、共に同じ経験をすることの効果絶大であることが伝わっていたからでした。

生徒のことを話し合っていると、あの親だからやむを得ないところもある、親にこそ内観の必要があらうという話になることがしばしばありました。

丁郎の盗みは「盗癖」だから直らない、こう度重なるなら退学はやむを得ないのではないかというところまで来ていました。生徒指導部は、三年になっての退学は忍びないと、母子内観を勧め、退学にならずに済むならとこれを受けました。家が貧しくて研修費や旅費が調達できないということで、I先生のお宅で内観させてもらう

ことになりました。

母は一週間、T郎は十日間という約束です。

本気で内観したら退学は許してもらえるとあって、T郎は懸命でした。調べて、嘘と盗みにまみれた自分に閉口しました。何とも思わず、欲望のままに、隙を見てはかたはしから盗み続けていた自分。その盗みのまわりは、嘘でかためて……。毎日が、毎時が、毎秒が嘘でした。本当の自分はどこに行ったのか。

酒を呑めば家中を暴れ廻る父。小さくなっている母。それぞれ勝手なことをしている俺たち兄弟妹。近所の人々に対する自分も調べて、その一々に自分が存在しているだけで多大な迷惑をかけていることに気づいたT郎。

一方母親は、正直一途の私にどうしてこんな子かと思っていたが、人様の山の筍を掘って皆に食わせた自分を思い出し、ああ私こそが盗んでいた、私が原因だと懺悔された。

この内観を境にT郎の盗みはまるで嘘のようにびったりと止み彼の家庭は住みよいところへ変わっていきました。(筆者は高校教諭)



# 内観をより深くするため

・瞑想の森内観研修所長・

柳田 鶴声

## 第 IV 回

□環境が同じでも、自分の心が変わる

その人も、何でもないようなところから積み重ねて、奥様の立場にだんだんなってきたわけです。だからといって、帰ってから、急に使ってくれる経営者が現れるということではありませんけれど、奥さんの行動が全然気にならなくなった。気にならなければ、奥さんだって一生懸命働いているだけで、別にその人が嫌いということではありませんから、働いたことに感謝するとか、夜

スナックに車で迎えに行くぐらいなことをするようになったので、もう一家円満です。そこで初めて、何か別の行動が現れてくる。

内観というのは一期一会で、向こうから連絡したり手紙がくる等以外は、こちらからは特別なことはしないのが原則ですから、その方はそれ以後二〜三回「よくやっていますよ」というお電話をいただいたきりで、その後どうなっているのかわかりません。いずれにしても本人の心がそういう心境になったということがたいしたことなのです。

— 当り前のことを当り前と受けとめる。それにはやはり、内観をして、それを感じとる。そして気づいたことを話すことによつてそうなっていくのです。「難しいことはやめてください」と言っているけれども、とても難しい形而上学的なことをいう人が多いのですが、とにかく、「簡単に。単純に」ということです。

### ◆固定した観念を捨てる

「うちのお父さんは刑務所に入っていたから、何もし

てもらってません」という人がいます。刑務所に入っていたというだけで、それ以外のことはもう何もありません。でも案外単純で正直な人が刑務所に入ってしまうというところがあって、よく内観すると、そういう人は意外と愛情が豊かなのです。よく旅行に連れて行ってくれたり、おんぶしてくれたりしている。「父は悪人である」という思い込みがあって、その思い込みでびたっと塞いでしまっているために（刑務所。だからうちのお父さんは何もしてくれなかった）とすぐなってしまう。

ありのままの事実を見れば本当に沢山あるのですが、見れないように自分の心に蓋をしてしまっているのですね。

◆おふくろの味

□幼時に親と別れた子は悩む

お父さんとお母さんがいて子供がいて、子供が一人前になって両親が死んでいく……これが一番理想です。でもそうではないような運命になった人というのは、かなり苦しむと思います。そのままですと一生苦しむ。しかし

それを乗り越えると、倍の素晴らしさがあるのです。ですから苦しんだ人ほど救われるとよくいいますけれど、私は本当だと思います。お釈迦様も、お母さんが早く亡くなって、叔母さんに育てられています。道元さんもそうです。私なども、母親が早く亡くなって、父親も一〇代で亡くしています。その時は夢中で生きてきているけれども、やはりそのへんでいろいろ精神的な歪みみたいなものを背負っていたでしょう。だからどうしても、苦しみがあっても外に出さないように努力してきたから、内観してもなかなか出ない。親が早く死んだり別離した人は、内観しても、育てられたという現実がなかなか出てこないのです。恨みみたいな感じのものがどうしても出てきてしまう。自分が病気をしたり、事業に失敗しても、母親のせいにしてしまいます。（母親が早く死んだから、私は身体も弱くなって、だからこの世の難関を乗り切れないで、会社でまズくなつた）というように、全然関係ないのに、ただ早く別れただけでそのせいにするわけです。そのように、早く死んだ人や別れた人に対する内観はとて難しい。難しいけれども、難しい部分を見ることによって易しいところも全部見えてくるのです。

## □事実の重み

一〇才でお母さんに別れた人がいました。生き別れなんです。そうすると、なかなか一〇才未満は見たくない。恨みだけが残ってしまう。(何で逃げて行っちゃったんだ)とか(何でいなくなったんだ)となってしまう。ところが一〇才までのところに自分の宝ものがあるのだから、そこを見ないと仕様がな。それは頭で考えても見ることができません。

ですから、単純にその時の一端を見る。やはり、食事のことが一番良いです。なかなか出てこないけれども、一週間近くなると、内観している合い間に、ふぁっと、お母さんが割烹着姿で、台所に立っていると、そこ等が出てきます。それで、(そうだ、やはり自分も母親がいて、御飯なんか作ってくれたんだなあ)ということがわかってくる。そういう時に立ち止まって、見えなくとも、あたりまえのことを連想してみると、(忘れていたけど、一日三回御飯を作ってもらっていたんだなあ)とこうなります。たまにやらなかったことがあったとしても、一年に一〇〇〇回です。一〇年で一〇、〇〇〇回。(早く別れて、何もしてくれないババアだと思っていたけれど、

私のために一〇、〇〇〇回も御飯を作ってくれたんだなあ)と、これは見えてきてもこなくてもしてももらったことです。難しく考えないで、単純な理屈でわかってくる。事実としてあったことで、してもらったことを考えていけば良いのです。何にもしてもらったことのないというお母さんに、一〇、〇〇〇回御飯を作ってもらったという事実。事実の重みというのは凄いです。どうしてこうなったと頭で考えるより、事実の重みを見るところです。そして、では一回の食事に食器を幾つぐらい使うかと考えると、日本食ですと五個くらいです。その五個に盛りつけをする。それに、三食毎日いろいろな種類の材料を使います。同じようであっても同じものばかりではない。吟味してある。これは苦いか甘いか、一番大切なのは毒が入っているか入っていないかということですね。栄養とか、それもこれも全部計算に入れて出してくれている。コンピューターどころではない、もの凄いエネルギーをもって出してくれているということです。そしてまた、その自分の命をつないでくれるための食器だけでも、計算すると五〇、〇〇〇個、それを洗ってくれたお母さんがいたということです。何にもしてくれな

ったと思っっている人に、それだけのことをしてもらった  
いた厳然とした事実がここにある。そういうようなこと  
を側面から見えていくと、だんだん深まってきました。

食べ物一つからずーっと見えてきたりする。

□食事を作る母は、神心

だから行き詰まったときは、食べ物のことを思えば良  
いですね。食べ物を作る人を「おかみさん」といいます。  
今は父親も作るけれど、やはり母親の方が思いやりとか  
愛情がこもっているようです。食べ物を作っている母親  
の心は神様なのです。神の手によって食べ物は作られて  
いる。大名の奥さんは、「おかみさん」とはいわない。

「奥方」です。食事を作らないから。「かみさん」は庶  
民のお母さんのことをいう。もう、一つ一つ毒が入って  
ないか、悪くなっているか、瞬間的にそれを見る。それ  
は神なる行為です。神なる行為というのは随所に現れま  
す。特に食べ物には象徴して現れます。だから御飯を作  
っているときのことをよく考えると、お母さんの神なる  
行為に触れることができる。そうでない別の面をみると、  
悪魔になるお母さんもみえてきます。

以前に四〇代五〇代の奥さんに、「本当のことを言っ  
てください。あなたは夫を殺そうと思ったことがありま  
すか」というアンケートをしたことがあるのですが、一  
〇人のうち九人が、殺そうと思ったことがあったと丸を  
付けていました。それだけ女の人というのは、もの凄  
い情というか、悪魔の部分があるのですね。男性に尋ねた  
ら、いくら夫婦喧嘩をしても、ほとんどそんなことは考  
えてもみないようです。あっても五％位なものです。だ  
から男は、神にもなれないし、悪魔にもなれない。

そういうことで、おふくろの味というのは本当に大切  
だと思えます。成功した人の手記などにも、挫折したと  
きにたまたま御飯を食べに入ったら、おふくろの味がし  
て、それを食べている間に荒立った心が取れたというよ  
うなことが沢山あります。いま子どもの非行が多くなっ  
たのには、もしかするとおふくろの味の染み込ませ方が  
悪いかも知れませぬ。お母さんが作ってくれている姿  
を思い出す……そのことから内観が凄く深くなった人が  
何人もいます。