

安楽と自在

INNER
PEACE
& WELL
BEING

あなたは幸せを追いかけている、
しかし、幸せの本質が何かを知らない

CATALOG

ディレクトリ



第一章

苦痛の種類

5

第二章

心理的な苦痛

9

第三章

変苦（快樂）が貪欲
を増大させ、貪欲
が苦痛を増大させる

17

第四章

生命ごとに
初期値が違う

23

第五章

初期値と成長環境

29

第六章

生きるとは、
即ち生き続けるた
めに生きている

32

第七章

快樂と安樂の違い

37

第八章

縁起の法則

43



第十五章

あなたを「爽快」
にさせるものは、
……
きっとあなたを苦しませる

85

第十四章

業因業果、『好了歌』……

79

第十三章

前世今生と因果……

70

第十二章

人間は自由
に騙されている……

63

第十一章

人間は快樂に
騙されている……

58

第十章

自由な意志と行苦……

52

第九章

才能、趣味、
性格は遺伝ではない……

47

はじめに





人間は生まれた瞬間から、様々な苦痛を味わっている。

赤ちゃんの苦痛は主に飢え、寒さ、暑さであり、普通は泣き叫ぶことで自分の需求を表す。

年齢を重ねていくにしたがって、幼少期や児童期の頃になると遊びが好きになり、自然に対する好奇心が満ちていくようになる。様々なことを観察したり、試したくなる。また、彼らはそれぞれ違うおもちゃを好きになるだろう。もし、お気に入りのおもちゃを手に入れたら、快楽を感じるが、そうでなければ、くよくよしてしまう。おもちゃを失くしたり、壊したりしても、不機嫌になる。



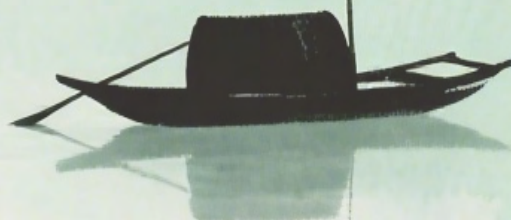
人間は幼少期には元気で活発で、同世代の子供と一緒に遊んだり、楽しんだりするのが好きである。彼らにもそれぞれに欲求があるが、普通は大人と比較すれば満足しやすく、幸せになりやすい。

思春期になると、彼らは異性に対する関心がだんだん強くなり、本能的に異性と関わりたくなり、その過程から快樂を感じる。逆に、もし関心を抱いている異性に付き合いを拒まれたら、憂鬱になり、落ち込んだりする。

成人後、知識や能力の向上に伴い、人間の欲求はますます多くなり、趣味も多様になっていくだろう。歌を歌ったり、ダンスをしたり、演劇をするなどの芸術的なことが好きな人がいれば、武術など様々なスポーツが好きな人もいる。本を読んだり、文章を書いたり、旅行が好きな人がいれば、官僚や政治家になる（権力を握る）ことが好きな人もいる。それでもなお、物事に対する好奇心は変わることなく、真理を探究するのが好きな人もいる。人間は様々な物事の中から自身の楽しみを探し求め、自身の欲求を満たす。

大多数の人間は、お腹がすいたら食物を探し、寒かったら衣服を着る。他の動物と同じように、本能的に苦痛を和らげようとし、独善的な自由と快楽を得て、生きている。苦痛の根源にあるのは何なのか、快楽の本質とは何なのか、何が本当の意味での自由なのかを考える人は少ない。

では、これらの問題について検討してみよう。



第一章

苦痛の種類

人間の苦痛は、主に二種類ある。一つ目は生理的な苦痛で、一般的な言い方では身体の苦痛のことを言う。二つ目は心理的な苦痛であり、主に欲望と感情に根ざしている。私たちはこれを求不得苦〔ぐふとくく〕、愛別離苦〔あいべつりく〕、怨憎会苦〔おんぞうえく〕と呼んでいる。

これらをゆっくり分析してみることにしよう。まずは身体の苦痛について話してみよう。

身体の苦痛は主にいくつかの種類に分かれる。それぞれ、病苦（病気の苦しみ）、怪我をした時の体の痛み、体が衰える苦痛、死亡時の肉体の苦痛がある。

病苦を例にあげると、人間が病気になった時、身体の痛みと不快感は持続的に起こり、場合によっては痛みがますます強くなる。これと同時に、心の緊張、死への恐怖、仕事の心配、子供への心配、お金の心配などの心理的に様々なネガティブな感情が伴うかもしれない。

例を挙げると、ある人が急性鼻炎になり、鼻（鼻腔）が充血し、鼻詰まりと鼻水で呼吸困難となり、脳や肺に不快感を感じていたが、例えば、薬で少しずつ鼻が通り、詰まり等がなくなり、スッキリしたら、気持ちも良くなるし、心もスッキリする。

人間は病気を治療している過程において、炎症がひいた、もしくはウイルスが消滅された時、病気の痛みが軽減されたり、完全になると、身体が楽に感じる。

人間は病気が完治すると、病気の痛みがなくなると同時に、身体的な心地良さも感じなくなる。その後、心理上のネガティブな感情も緩和しはじめ、軽快で嬉しい気持ちもしばらく続く。

また、人は飢えると、身体がだるく感じ、胃の具合が悪くなり、動悸が激しくなる。もし食べ物を口にすれば、飢餓による苦痛が少しずつ和らげられ、体力も徐々に回復する。心理上のネガティブな感情もなくなり、気持ちがスッキリする。



つまり、身体の痛みの緩和や解消によって生じる感覚は、身体の楽さ、喜び、もしくは快適という感覚になる。これは同じ感覚に対しての二種類の異なる描写にすぎない。

しかし、人間は愚痴（愚かで無知）であり、身体の苦痛の緩和や解消時に生じた感覚に貪着〔とんじゃく〕（物事に執着し、むさぼり求めること）する。それなのに、苦痛から逃れようとする。

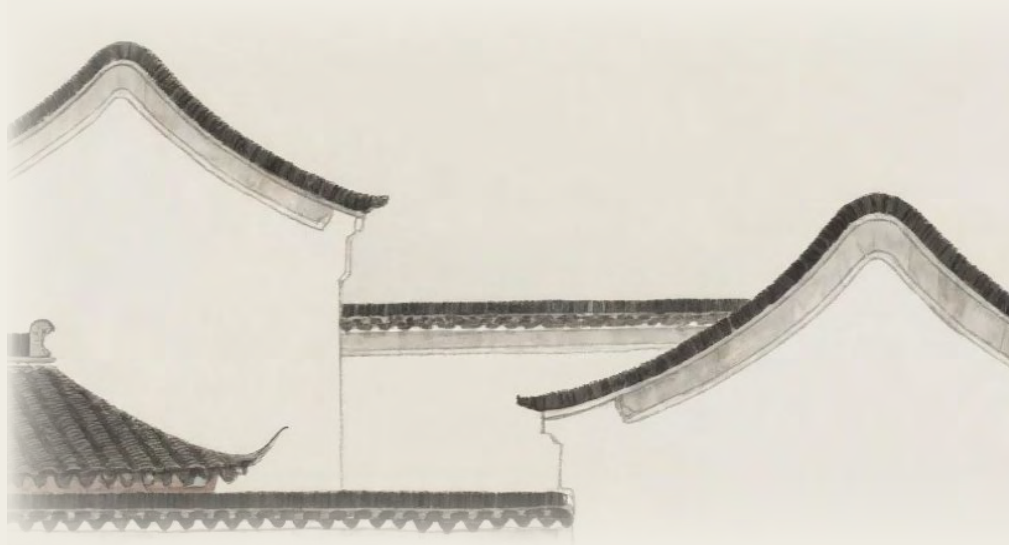
人間の身体的苦痛は長く続くが、身体的苦痛の緩和や解消によって生じる感覚が続く時間は短い。

いわゆる快樂の「快」は「ほんのわずか」を意味し、「楽」は「和らぎ」、「くつろぎ」を意味する。



第二章

心理的な苦痛



人間の心理的な苦痛は主に三種類ある。求不得苦〔ぐふとくく〕、愛別離苦〔あいべつりく〕、怨憎会苦〔おんぞうえく〕

一、求不得苦〔ぐふとくく〕：

人が何かを貪求〔とんぐ〕または貪愛〔どんあい〕する時、それを手に入れたいが、それを手に入れる前に自分の貪求心、貪愛心を抑えなければならない。この時に一種の苦しみがあり、これを求不得苦という。貪求心、貪愛心が強ければ強いほど、この求不得苦も強くなる。同時に緊張、焦り、憂慮など心理的にネガティブな感情も多く伴うかもしれない。

例えば、ある人が自分の家が欲しい時、彼は一生懸命働き、心血を注ぎ、最善を尽くすだろう。しかし、長年にわたり苦勞をしても、頭金が貯まる前に、家は値上がりしてしまうかもしれない。あるいはローンが借りられないため、家を買うのはさらに難しくなるかもしれない。この求不得苦がずっと彼の生活に伴っていく。

人が一つの物事や事業に執着する時、成功したい気持ちが強くなる。しかし、成功する前には、様々な苦難と挫折に耐え、心にある成功への渴望を抑えこまなければならない。この求不得苦もずっと彼の努力と共に付きまとう。

例えば、あるスポーツ選手は十数年間にわたり過酷な練習と競争を経て、ついに国際大会に出場する機会を勝ち取った。しかし、試合に参加する前から試合の前夜まで、その強い負けん気から大きなストレスを感じ、夜もよく眠れず、試合の過程においては、勝ちたいという気持ちが彼を緊張させる。もし負けたなら、落ち込むし、憂鬱にもなるし、さらに涙を流すかもしれない。この苦痛に耐えながら次の試合を待つしかない。こういった「勝ちたい」という求不得苦が励みとなり、彼に様々な苦痛を忍受させ、精勤して骨身を惜しまなく訓練するだろう。

この類の求不得苦は世の中に溢れている。

現在のこのハイテク時代において、人間の求不得苦は非常にたくさんある。家がなければ家が欲しいと思い、家があれば豪邸が欲しいと思い、豪邸があればもっと多くの豪邸が欲しいと思う。車がなければ車が欲しいと思い、車があれば高級車が欲しいと思い、高級車があればもっと多くの高級車が欲しいと思い、さらに飛行機を買おうとする人さえいる。また、世界一の金持ちであるあのイーロン・マスク氏は、火星に移住する計画を立てている。

私見だが、地球を救うほうが火星に移住するよりもっと良識的で、意義があると思う。もし地球をうまく保護することができれば、幾千万年にわたって使えるし、その方がもっと良いのではないか？

衣、食、住、行に対する人間の欲求が多くなるほど、求不得苦も多くなる。求める心が強いほど、この求不得苦も強くなる。求不得苦はまた、愁い、悲しみ、劣等感、嫉妬、恨み、患得患失（所持していない時は手に入れるために悩み、所持したあとには失わないために悩むということ。）など様々なネガティブな感情を伴う。

人は欲求が満たされると同時に、求不得苦も緩和または解消され、ネガティブな感情も緩和し、徐々に消え、快樂を感じるようになる。



二、愛別離苦 [あいべつりく] :

愛別離苦とは、愛する人とある因縁によってお互いに離ればなれになり、一緒にいられない状況のことで、これが大きな苦しみを生じさせる。同時に、思念、緊張、焦り、愁いなど様々な心理的にネガティブな感情を伴うかもしれない。

この世では、男女間による恋愛で、深い感情によってお互いに執着が生まれるようになる。もし客観的な理由で別れば、強烈な憂苦や執着が爆発し、相手のことが心配でたまらなく、心が張り裂けそうな苦しみに耐えて、もがくことになる。情の執着が深ければ深いほど、別れは苦しくなる。人は情の執着があれば、大きな苦しみをかかえるようになる。

愛しあう二人の片方が亡くなれば、もう片方は深い悲しみに陥り、悩み苦しみ、言葉もままならず、憂鬱で死ぬ人さえいる。



もし片方が心変わりをすれば、もう片方の心は愛から恨みに変わり、強烈な瞋恨〔しんこん〕（怒り恨む）心や復讐心を抱くようになるかもしれない。自殺する人もいれば、相手を殺す人もいる。このような情による殺人事件の発生率は、殺人事件の中で第2位にランクインしている。

また、親と子供の間、兄弟姉妹間の感情による執着も、愛別離苦を引き起こし、様々な人生の悲劇を生み出す。

一方、自分の好きな物が紛失したり、破損したりした場合でも、愛別離苦が生じ、同時にそれを壊した者に対して強い瞋恨心が生じる。

もし、自身の不注意で失くせば、強い後悔の気持ちが起こり、とてもつらくなる。これも愛別離苦である。

好きな人や物をなくした後にそれが戻ってくると、愛別離苦は緩和または解消され、ネガティブな感情も緩和されることにより、徐々に消え、快樂を感じるようになる。

三、怨憎会苦【おんぞうえく】：

もし、ある人が怨家やかたきに出会えば、恨み、憎悪あるいは忌み嫌う心が生じる。同時に緊張、恐怖、焦り、愁いなど様々な心理的にネガティブな感情を伴ってくるかもしれない。そこで、常に心配し、いつどこでも警戒を怠らず、いつかかたきに傷つけられたり、攻撃されたり、計略にはめられたり、これによって命さえ失うのではないかと恐れる。恨みがそれほど深くなくても、嫌いな人とやむを得ず一緒にいると、気分はとても悪くなる。

人と人の間に恨みと憎しみが生じるのは、主に一方が相手の好きな物を盗んだり、騙し取ったり、奪ったりするからである。または、一方が相手あるいは相手の愛している人や動物を殴ったり、罵ったり、誹謗したり、誣告したり、迫害したり、騙したりするからである。このことからわかるように、怨憎会苦も貪求心、貪愛心によって間接的に引き起こされる。

怨家やかたきと和解さえすれば、怨憎会苦は緩和または解消され、ネガティブな感情も緩和され、徐々に消えて、快樂を感じるようになる。

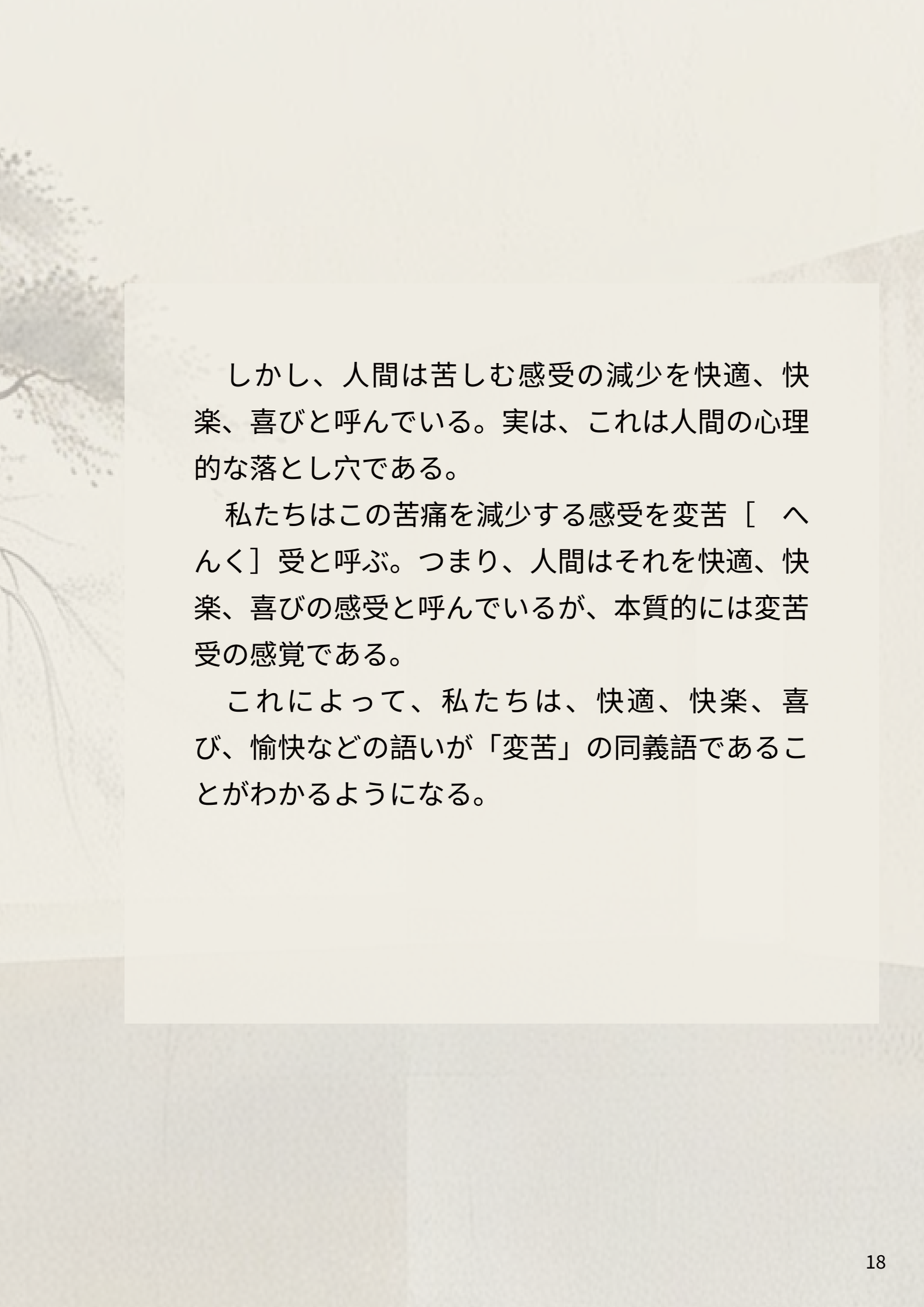
心の苦痛の緩和や解消によって生じる感覚は、気楽さ、心地よさ、もしくは喜びの感覚である。これらは同じ感覚に対しての二種類の異なる描写にすぎない。しかし、人間はとても愚痴であり、心の苦痛の緩和や解消時に生じた感覚だけに貪着し、心の苦痛から逃れようとする。人間の心の苦痛は長く続くが、心の苦痛の緩和や解消によって生じる感覚が続く時間は短い。

いわゆる快樂の「快」は「ほんのわずか」を意味し、「楽」は「和らぎ」、「くつろぎ」を意味する。



上記の分析からわかるように、執着する心、求める心は、必ず心理的な三種類の苦しみと様々なネガティブな感情の苦しみを引き起こすに違いない。またこれらの苦しみは身体的な病気や死傷といった苦痛を引き起こす。身体的な苦痛は、さらに様々なネガティブな感情の苦しみを増やす。これによって、身体的な苦痛はさらに増える。

要するに、身体的な苦痛であれ、心理的な苦痛であれ、苦痛が生じる時は苦しみであり、苦痛が続く時も苦しみであり、苦痛の緩和あるいは解消、及びネガティブな感情の緩和は、本質的には苦しむ感受が減少しているだけで、その他の感受はない。



しかし、人間は苦しむ感受の減少を快適、快樂、喜びと呼んでいる。実は、これは人間の心理的な落とし穴である。

私たちはこの苦痛を減少する感受を変苦〔へんく〕受と呼ぶ。つまり、人間はそれを快適、快樂、喜びの感受と呼んでいるが、本質的には変苦受の感覚である。

これによって、私たちは、快適、快樂、喜び、愉快などの語いが「変苦」の同義語であることがわかるようになる。

第二章

変苦（快樂）
が貪欲を増大させ、
貪欲が苦痛を
増大させる

今日は、変苦（快樂）と求める心について引き続き探求していこう。

前回の章で述べたように、もし、ある人が何かをすることで、心理的にも生理的にも苦痛が緩和され、同時にネガティブな感情も解消されたとしたら、その人はこの変苦（快樂）に貪着心が生まれ、苦痛の緩和が続くことを願い求めるようになる。苦痛が一時的に解消されるまでこの事を絶え間なく、繰り返して行い、やり続ける。だが、苦痛とネガティブな感情は再び襲ってくる為、その人はその事を繰り返し続けるしかない。

いわゆる「貪着」とは、変苦（快樂）が生じた際に、心が耽着〔たんじゃく〕（執着に溺れ夢中になること）し、まるで布に油がついたように、洗い落とすのは難しい。このように心に耽着が生まれると変苦（快樂）を手放すのはなかなか難しい。私たちは苦痛を和らげようと繰り返す際に、貪着心は増大し、貪着心が私たちの求不得苦、愛別離苦及び様々な心理的、身体的な苦痛を増大させていく。

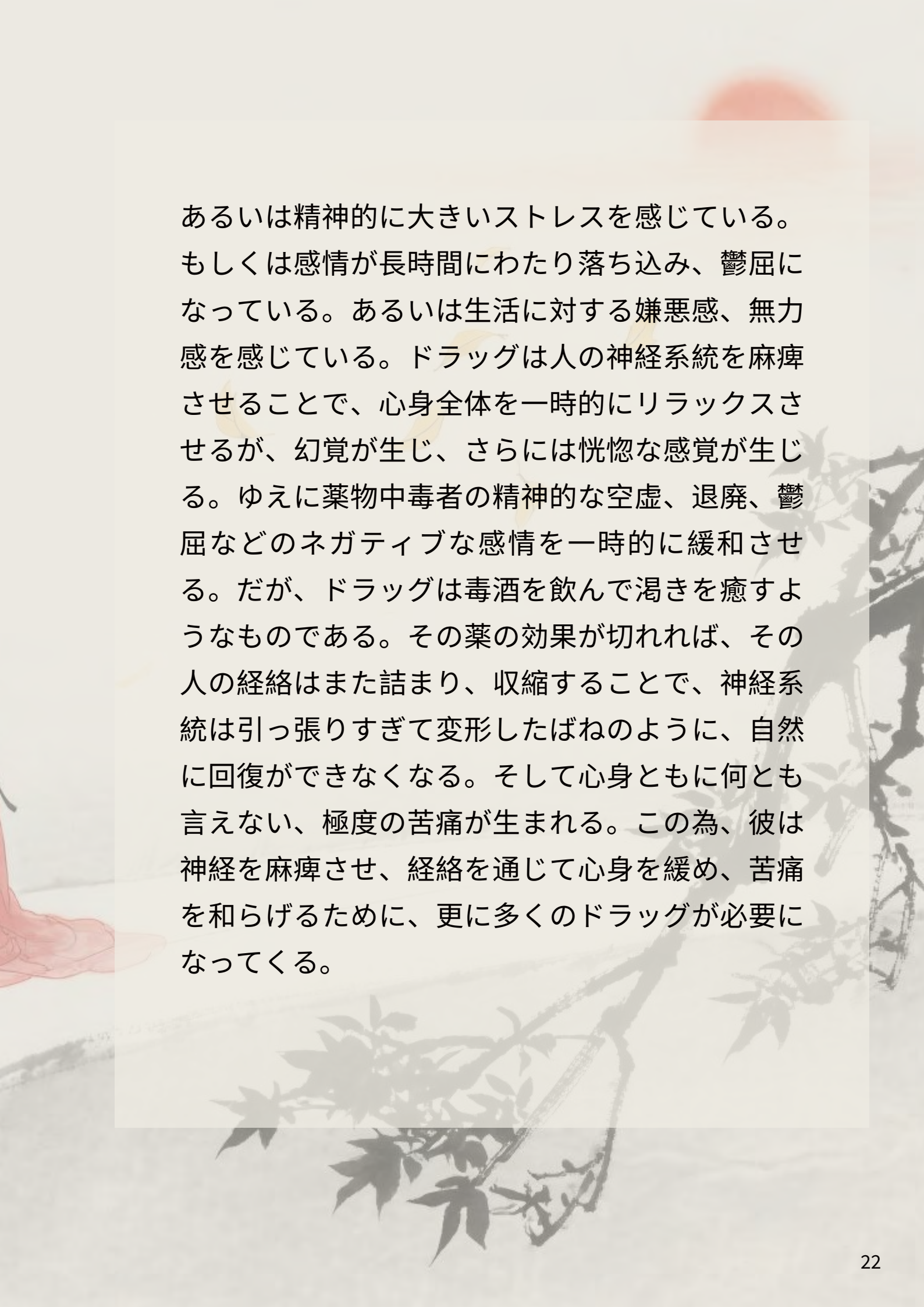
毎回、この事を繰り返す度に、貪着心を繰り返し串習〔げんしゅう〕（習慣化する）をするようになる。それから、この事が更に好きになり、この貪着心は貪愛心に変わる。この頃になると、この事をする事がその人の趣味となり、更に頻繁にこの事をするようになる。このように貪愛心が絶え間なく増大し、貪欲心になる。

貪欲心がますます強くなっていくにつれ、その人はこのことが病みつきになり、貪欲心が貪婪心になり、いわゆる依存者となる。「依存」とはどういう意味だろう？「依存」の医学上における基本的な解釈は「神経中枢が常に何らかの外部刺激を受けて形成される習慣性または依赖性」のことである。「依存者」とは「ある嗜好において自己コントロールができない人」のことを指す。ゆえに、依存はすでに病気の状態であり、治療は比較的困難である。

ある人が一つの事に依存すると、その人の生活、家庭、または仕事に深刻な影響をもたらす、ひいては犯罪の道に進んだりして、心身ともに様々な苦痛をもたらす可能性がある。

最も典型的な例は薬物中毒であり、ドラッグを例に挙げてみよう。ほとんどの薬物中毒の人は精神的に空虚で、退屈で、消極的で悲観的である。





あるいは精神的に大きいストレスを感じている。もしくは感情が長時間にわたり落ち込み、鬱屈になっている。あるいは生活に対する嫌悪感、無力感を感じている。ドラッグは人の神経系統を麻痺させることで、心身全体を一時的にリラックスさせるが、幻覚が生じ、さらには恍惚な感覚が生じる。ゆえに薬物中毒者の精神的な空虚、退廃、鬱屈などのネガティブな感情を一時的に緩和させる。だが、ドラッグは毒酒を飲んで渴きを癒すようなものである。その薬の効果が切れれば、その人の経絡はまた詰まり、収縮することで、神経系統は引っ張りすぎて変形したばねのように、自然に回復ができなくなる。そして心身ともに何とも言えない、極度の苦痛が生まれる。この為、彼は神経を麻痺させ、経絡を通じて心身を緩め、苦痛を和らげるために、更に多くのドラッグが必要になってくる。

実は、多くの事において、私たちは頻繁に行えば、時間が経つとともにそれが趣味のようになる。

例えば、お金を稼ぐ、ドラマにはまる、推し活、音楽、書画、ダンス、ゲーム、球技、スポーツ、競争、麻雀、ギャンブル、権力を求める、さらには真理を追求することなども含まれる。趣味の段階であれば、満足できないと心理的な苦痛とネガティブな感情を少しもたらすが、まだ我慢できる。もし更にやり続け、ますます深くはまっていくと、趣味とは違うようになり、中毒となり、満足できなければ、心理的な苦痛とネガティブな感情が強くなる。この時、私たちは思わずやり続けてしまい、時間が長くなってくると、五臓六腑の機能に乱れが始まる可能性がある。そして、徐々に、身体に病が生じてくる。

例えば、今多くの人が心臓病、生活習慣病、ガンなどにかかっているが、心理的な病は更にもっと多い。様々な身体における奇病、そして様々な心理的な病気が、様々な身体的苦痛を引き起こし、長時間の苦痛は死を加速させている。

もう一つの可能性として、人は何かをすればするほど依存するようになり、時間が経つにつれて、求不得苦、愛別離苦など心理的な苦痛と様々なネガティブな感情が急激に増大する。これらが長期間にわたり苦しませていくと、その人は道徳に反し、さらには法律に違反することさえやり始める。結局、その人は生きるのが死ぬことよりもつらくなり、自殺さえするかもしれないし、精神崩壊して精神病院に運ばれるかもしれない。

要するに、貪愛の根源となるのは変苦（快樂）であり、変苦（快樂）への貪着を絶えず串習し、増長させることによって生じたのが貪愛心である。

もし、貪愛が満足されなければ、求不得苦、愛別離苦、怨憎会苦などの心理的苦痛が引き起こされ、間接的に身体の病気を誘発する。



一方で、貪愛が満足されれば、串習によって貪愛心も絶えず増していき、ますます強くなり、それが貪欲心になり、さらには貪婪心になってしまう。

もし、貪欲心と貪婪心が続けて満足されなければ、より強い心理的苦痛とネガティブな感情、そして様々な身体的苦痛が引き起こされる。

もし、貪欲心と貪婪心が持続的に満足されれば、さらにひどいことになり、人の「精（セイ）」・「気（キ）」・「神（シン）」をより早く使い果たし、急速に老化させ、病気になり、死んでしまう。

別の角度から、まとめてみよう。人は様々な身体的、心理的欲求に迫られ、絶えまなく探求と学習を行い、迅速で便利な欲求を満たす方法を探し、人は欲求を満たす条件を得るために労働しなければならない。人は欲求を満たすと同時に、貪着心が生まれ、増大する。そして、貪着心もまた人に様々な身体的、心理的苦痛をもたらす。

人は様々な身体的、心理的苦痛に迫られて、絶え間なく緩和の方法を模索している。人の苦痛が緩和されると同時に、貪着心が生じ、また増長もしていき、そこから怒りや憎しみといった様々なネガティブな感情も派生し、悪循環に陥る。これが私たちの人生である。

科学技術が高度に発達した今日、全世界において、洋の東西を問わず、信仰の欠如、道徳の衰退に伴い、ほとんどの人が個人主義、快樂主義、自由主義を崇拝するようになってきた。依存しやすいことがますます多くなり、人類全体が墮落している。精神疾患を引き起こす病因は徐々に多くなり、発症率もますます高くなっている。人類の未来が本当に心配だ！

第四章

生命ごとに 初期値が違う



今日は、さらに生命の真理を探求するために、まず「生命の初期値」という概念を理解することから始めよう。

いわゆる生命の初期値とは、人間が生まれながらにして持っている知能指数、心の知能指数、スピリチュアル指数、徳指数及び様々な潜在能力のことを指す。生命の初期値に加え、成長環境が一人の生命の次元を構成しているため、それぞれの生命の次元には大きな差がある。

では、生命の次元とは何だろう？ 簡単に言うと、一人ひとりの今現在の生命レベルを指す。例えば、孫悟空と釈迦如来さまでは、生命レベルは遥かに違う。孫悟空は七十二般の変化術や火眼金



睛（心眼）など、大きな神通力を持っているが、どうしても釈迦如来さまの手のひらからは飛び出せられない。500年の苦を受けた後、観音菩薩の導き、三蔵法師の教化を通じて、孫悟空の生命レベルが向上し、生命の次元が変わった。

まずは、知能指数、心の知能指数、スピリチュアル指数、徳指数の概念の意味をそれぞれ勉強しよう。

知能指数（IQ: Intelligence Quotient）は、認知知能に関するテストであり、その人の観察力、記憶力、思考力、想像力、創造力、及び問題の分析・解決能力を反映するものである。そして、普通の人の知能指数は85～115がほとんどである。

心の知能指数（EQ: Emotional Quotient）とは、自制心、熱意、継続力、及び自己向上力、鞭撻力を包括するものである。特記すべきなのは、心の知能指数は人と人との対人関係の側面が含まれ、ハーバード大学の心理学者であるダニエル・ゴールマン博士は、感情知能が五つの主な側面を含んでいると考えている。

- 1、感情的知能の核となる、自分の感情を覚知する能力。
- 2、適時適度に自分の感情を表し、抑制できる能力。
- 3、人生のどん底から抜け出し、再出発させられるような、自分を励まし、感情をコントロールする能力。
- 4、他人と支障なく関わり、スムーズなコミュニケーションを実現するための基礎である他人の感情とニーズを認識する能力。
- 5、自分と他人の感情的な反応を調整し、コントロールする能力。

スピリチュアル指数（SQ: spiritual quotient）とは、人間の心の知能を指し、物事の本質を見抜く洞察力、論理的な思考を超えた悟りの力、直感力のことである。スピリチュアル指数も知能指数も物事を認識するための知能の指数だが、スピリチュアル指数は知能指数よりも次元が高い。スピリチュアル指数自体にもさまざまな次元があり、スピリチュアル指数が高ければ高いほど、次元も高くなる。

徳指数（MQ: moral quotient）とは、知行合一〔ちこうごういつ〕の能力のことである。これが人間界に普遍的によしとされているルール（例えば、正直、責任感、思いやり、寛容など）を個人がどのように信念、ビジョン、行動の中に採り入れるかを決める指数である。徳指数には、思いやり、尊重、容忍、寛容、誠実、責任、平和、忠誠、礼儀、ユーモアなど、すべての美德が含まれている。

知能指数と心の知能指数の指数は、生命の次元とは関係ない。同じ次元では、これらの指数は能力に比例する。指数が高いほど、能力が高くなる。

徳指数とスピリチュアル指数の指数は、生命の次元に比例する。指数が高いほど、次元も高くなる。

徳指数とスピリチュアル指数は一つの事物の両面のようなもので、徳指数は仁慈を重視し、スピリチュアル指数は智慧を重視する。これらがある次元に達すると、この二つの面が一つに融合し、私たちはこれを「慧〔え〕の指数」と呼ぶ。

次元の低い人は自分の生命のレベルをもって、次元の高い人を推し量ろうとする。

例えば、徳指数は低いが、心の知能指数が高い人は、自分の上司に対しては媚び、お世辞、おべんちゃら、虚偽をし、実行力が強い。徳指数も心の知能指数も高い人は、自分の上司に対して恭敬、忠誠を示し、上司の考えをよく理解し、実行力が強い。

しかし、徳指数が低く、心の知能指数が高い人は、徳指数も心の知能指数も高い人のことを自分と同じように、媚び、お世辞、おべんちゃら、虚偽などが得意と考える。

知能指数、心の知能指数、スピリチュアル指数、徳指数、これらを総称して四指数と呼んでいる。四指数は遺伝によるものではない。

人間の遺伝子とはDNA上の遺伝情報を指し、二つの特徴がある。一つは忠実に自己複製すること。もう一つは外部からの放射線にさらされ、突然変異する可能性があり、それによって病気を引き起こすことである。したがって、人間の遺伝子が働くのは肉体だけで、身体が親に似ているだけで、四指数は親と大きく異なる可能性があり、遺伝であるはずがない。

では、なぜこの四指数がDNAに反映されると言えるのか？ DNAは分子で構成され、生物が発育し、正常に機能するのに不可欠な生物高分子であり、化学レベルの物質である。だが、四指数は人の心智であり、心智のエネルギー形態は分子や原子レベルではない。また、心智のエネルギーのレベルは生物性エネルギー（バイオフィールド）である。

人の四指数の値はそれぞれ親の四指数の値とは全く関係がない。例えば、知能指数も心の知能指数も高い親が、知能指数も心の知能指数も低い子供を生む可能性もあり、その逆も同様である。

スピリチュアル指数も徳指数も低い親が、スピリチュアル指数も徳指数も高い子供を生む可能性もあり、その逆も同様である。

四指数のすべてが高い人もいるが、このような人は極めて珍しい。だが、彼らの親は四指数のすべてが普通の人である可能性もある。

人の四指数は、生命の初期値とその成長環境によって決まるが、生命の初期値が主導的役割を果たし、主因となる。もちろん、成長環境などの外的要因もとても重要である。成長環境には生活環境、社会環境、教育環境などを含み、四指数の開発と育成に重要な役割を果たしている。

次の章で、引き続きこの問題について検討してみよう。

第五章

初期値と 成長環境

人それぞれが先天的に持つ四指数の潜在能力は、成長環境を通して後天的に徐々に開発される。成長環境には、生活環境、社会環境、教育環境などが含まれる。

四指数のポテンシャルは、金、銀、銅、鉄の四種類の鉱石のようなもので、各鉱石の総量と鉱石の中の金属の含有量は人の四指数の先天的な潜在能力のようである。

この四指数の開発・育成は、この四つの鉱石の加工・精錬に似ている。したがって、鉱石の総量、鉱石中の金属の含有量、加工・精錬技術の三つの要素が、精錬される金属の純度と総量を決定する。

鉱石の中の金属の含有量が高ければ高いほど、加工精製技術が良ければ良いほど、精錬された金属の純度が高くなる。鉱石の総量が多いほど、また作業員も勤勉であれば、精錬された金属の総量も多くなる。



人の四指数の開発と育成も理屈は同じなので、ここではくどく述べないことにしよう。

この比喻はそこまで適切ではないが、人間はスピリチュアルな生命体であり、人間の心身の働きは非常に奥深い為、一般人には到底知り尽くすことができない。

現代のバイオサイエンスから分かるように、子供と親の遺伝子の配列はほとんど同じで、たとえ突然変異が全くないとしても、子供と親の四指数の差は非常に大きい。

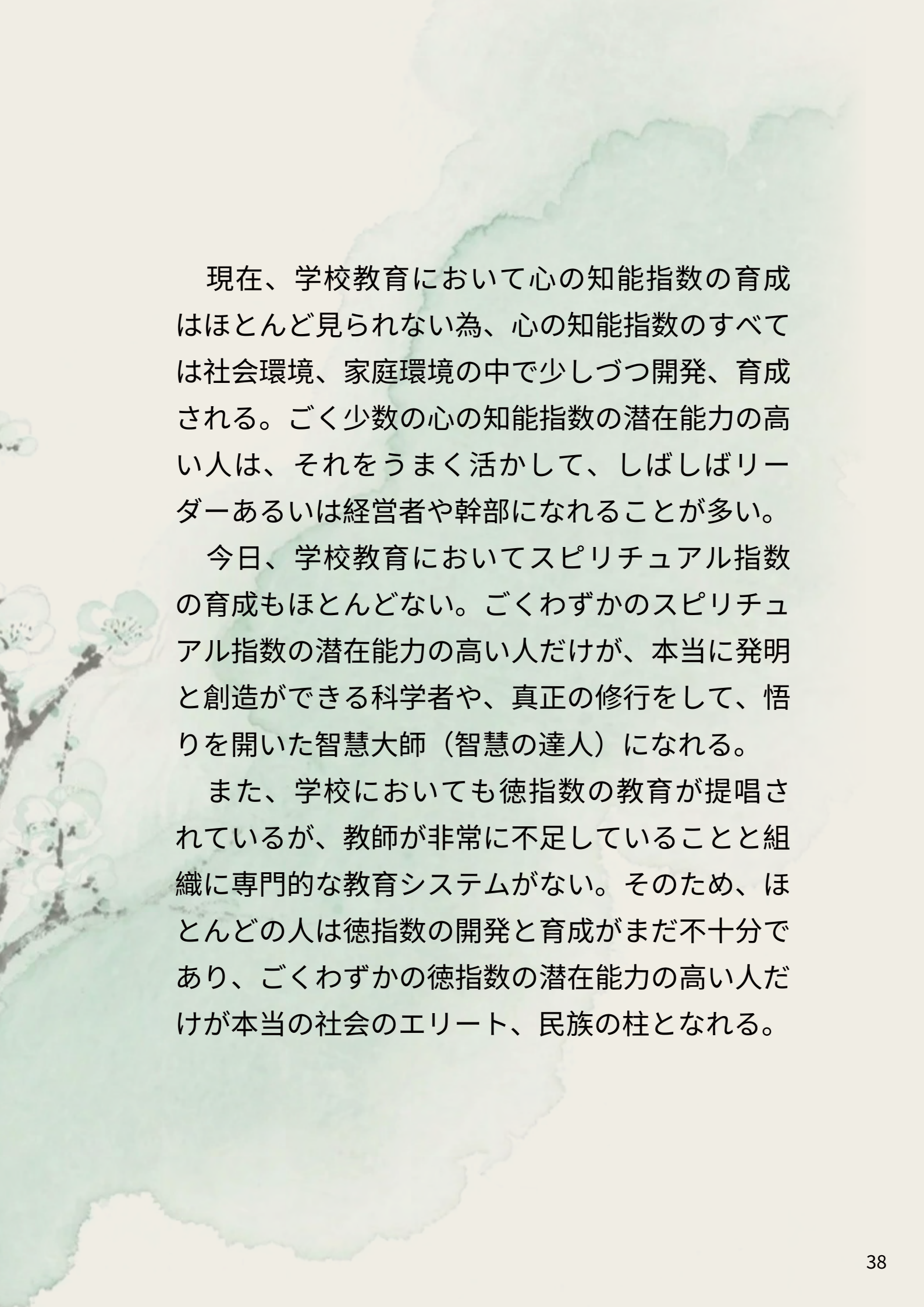
確かなのは、人間における四指数は、身体に由来するものではなく、身体は単に非常に複雑で繊細な道具にすぎず、四指数は身体から剥離（分離）することができる。

この点については、後ほどさらに詳しく論証しよう。

次に、人の成長環境は非常に重要で、成長環境が異なれば、四指数の開発の度合いもそれぞれ異なる。

現在、社会全体の教育は主に人の知能指数を伸ばし、様々な技能を育成することが中心になっている。人それぞれ知能指数のポテンシャルが異なる為、個人の学習成績に大きな差があることは幼い頃から見て取れる。

もちろん、知能指数と学歴は正比例するものではない。小学校しか卒業していなくても、知能指数が高い人もいれば、大学を卒業していても知能指数が普通な人もいる。ただ福報 [ふくほう] (幸福な報い) や勉強する機会があっただけである。



現在、学校教育において心の知能指数の育成はほとんど見られない為、心の知能指数のすべては社会環境、家庭環境の中で少しずつ開発、育成される。ごく少数の心の知能指数の潜在能力の高い人は、それをうまく活かして、しばしばリーダーあるいは経営者や幹部になれることが多い。

今日、学校教育においてスピリチュアル指数の育成もほとんどない。ごくわずかのスピリチュアル指数の潜在能力の高い人だけが、本当に発明と創造ができる科学者や、真正の修行をして、悟りを開いた智慧大師（智慧の達人）になれる。

また、学校においても徳指数の教育が提唱されているが、教師が非常に不足していることと組織に専門的な教育システムがない。そのため、ほとんどの人は徳指数の開発と育成がまだ不十分であり、ごくわずかの徳指数の潜在能力の高い人だけが本当の社会のエリート、民族の柱となれる。

第六章

生きるとは、
即ち生き続けるた
めに生きている

今日は生命の真相についてさらに学ぼう。

四指数の違いや生命の次元の違いによって、人が働く時は異なる心理状態を持つ。

スピリチュアル指数と徳指数の非常に低い人は、完全に利己的な動機と心の在り方で働くのに対し、ごく少数のスピリチュアル指数と徳指数の高い人は比較的純粹に利他的な心の在り方や動機で働く。そして、ほとんどの人の動機と心の在り方は、この両者の間にある。

スピリチュアル指数と徳指数が比較的低い人は、生命の次元も比較的低い。大抵はニーズと欲求も多く、苦痛も多く、煩惱も多い。





スピリチュアル指数と徳指数が比較的高い人は、生命の次元も比較的高い。大抵はニーズと欲求も少なく、比較的満足しやすい為、煩惱も少なく、比較的幸せで安楽な生活を送れる。

スピリチュアル指数と徳指数が比較的高い人は、己の欲せざる所は人に施すことなく、平等で、誠実、謙虚、友好、寛容、ユーモア、足るを知る、儉約、他人と比べず、自ら布施（施し）などを行い、比較的人から好まれやすい。

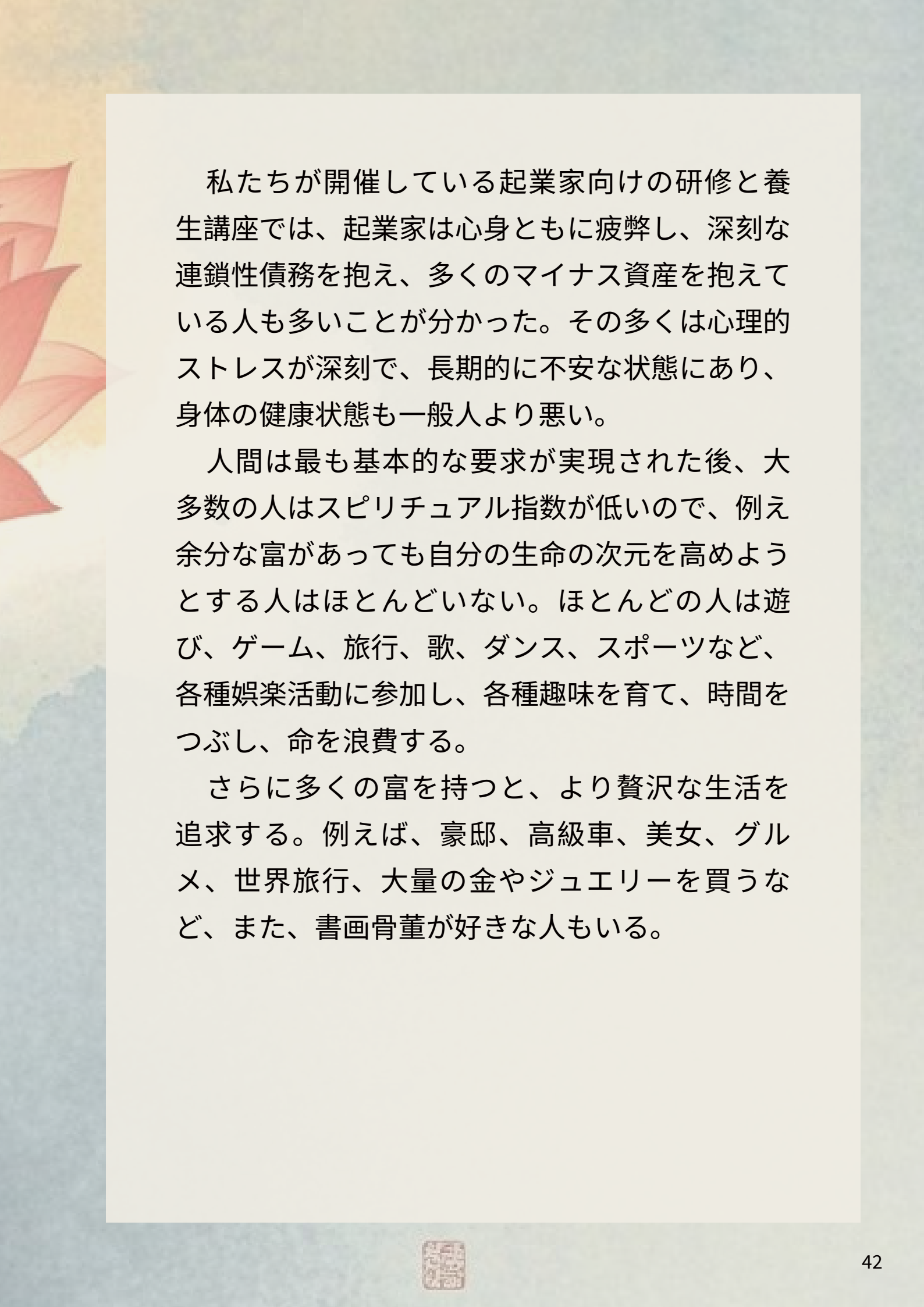
逆に、スピリチュアル指数と徳指数が比較的低い人は、恩知らず、嫉妬、欺瞞、争い、愚痴、不満足、競争、享楽など、あまり人に好かれな

い。

今の時代、社会は徳指数の育成を重視していないため、貧しい人でも富貴な人でも、ほとんどの人は満足できず、嫉妬し、比較し、享楽をしたがり、布施をしたがらない。

貧しい人々にとって、生き残ることが彼らの最大の願いである。顔を黄土に、背を青空に向く（農民が畑で農作業をする時、頭を下げて腰を曲げて、ちょうど顔が黄土に向かい、背中を空に向けている。農民の耕作の苦労を表すのに用いられる。）だけの者がいれば、昼夜を問わず走り回って仕事をし、大変な苦労をして毎日長時間、まじめにコツコツと働き、老いた牛のように生活している者もいる。少し稼いだら、都会の人はそのお金でローンを組んで家を買ひ、住宅の奴隷になる。田舎の人はそのお金で家を建て、家は一軒ずつ大きく建てられてはいるが、豪邸を持った貧乏人である。彼らの人生には楽しみや自由はあまりなく、生きているだけで——ただ生き続けるためだけに生きている。

一方、お金持ちになった人は、メンツを保つために、家を何軒も買ったり、あるいは豪邸を建てたり、高級車を買ったりする。彼らはますます命をお金と引き換えて、貧乏人以上に苦労している。支出が大きいいため、貪欲が強烈になり、しばしばリスクを冒す投資を増やし、盲目的な投資で倒産・破綻に至ることが多々ある。



私たちが開催している起業家向けの研修と養生講座では、起業家は心身ともに疲弊し、深刻な連鎖性債務を抱え、多くのマイナス資産を抱えている人も多いことが分かった。その多くは心理的ストレスが深刻で、長期的に不安な状態にあり、身体健康状態も一般人より悪い。

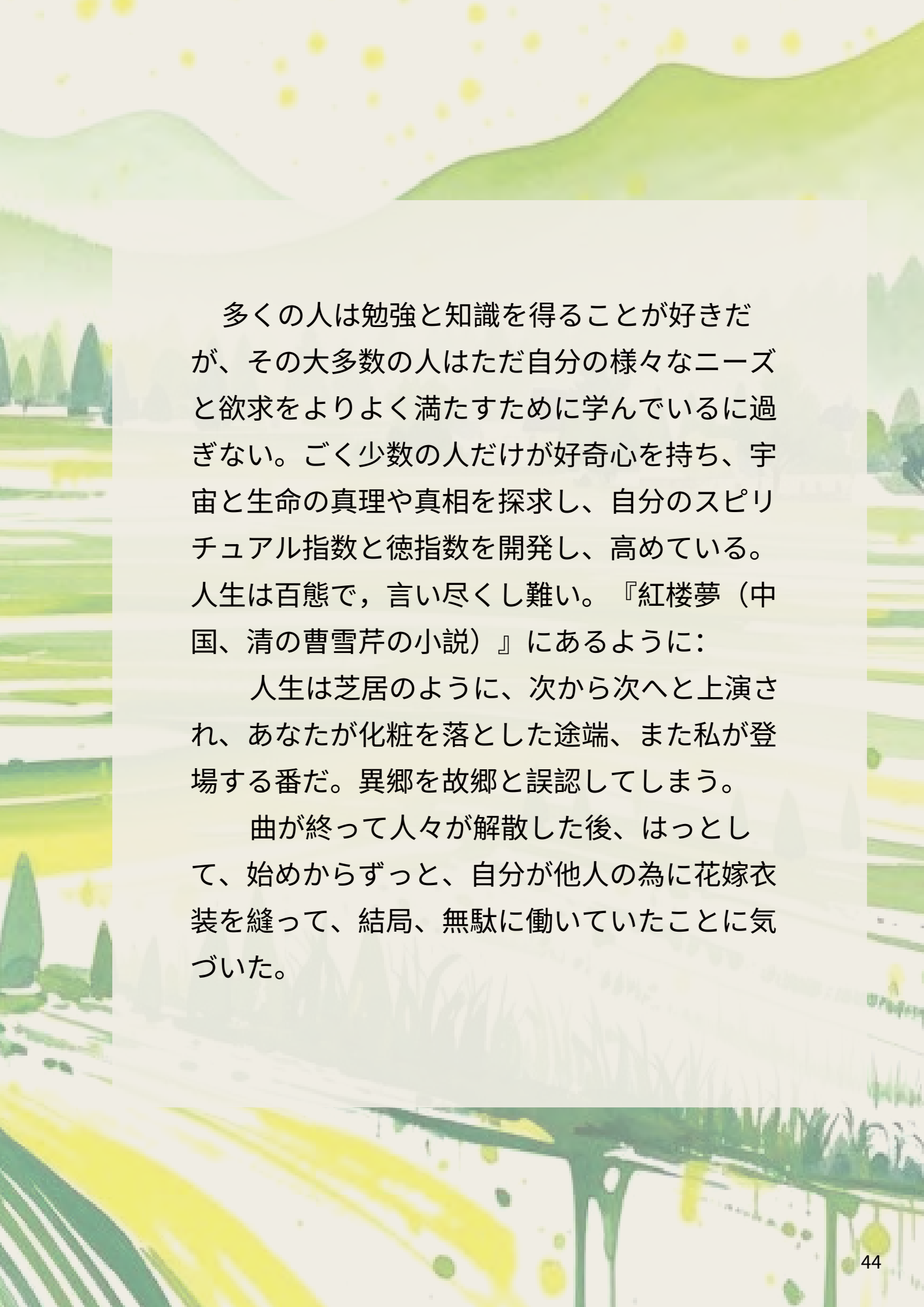
人間は最も基本的な要求が実現された後、大多数の人はスピリチュアル指数が低いので、例えば余分な富があっても自分の生命の次元を高めようとする人はほとんどいない。ほとんどの人は遊び、ゲーム、旅行、歌、ダンス、スポーツなど、各種娯楽活動に参加し、各種趣味を育て、時間をつぶし、命を浪費する。

さらに多くの富を持つと、より贅沢な生活を追求する。例えば、豪邸、高級車、美女、グルメ、世界旅行、大量の金やジュエリーを買うなど、また、書画骨董が好きな人もいる。



あるタイプの人には、自分の名誉、地位、プライド、威光と人望に関する要求心が比較的強い。彼らは官僚、政治家やリーダーになり、他人をコントロールするのが好きだ。自分の部下が多ければ多いほど良く、更に他人の崇拜を好む人までいる。

また、あるタイプの人には、文学や芸術を愛し、その中の多数の人が自分の文学創作や芸術的パフォーマンスで生計を立てている。現在の芸術はますます商業化が進み、かつての芸術家の巨匠たちが創作した無邪気さと純粹さがなくなり、作品は平凡で一般的なものになってきた。誇大した宣伝や広告が得意な人は殿堂入りしているが、本当のマスターと巨匠は民間にいる。



多くの人は勉強と知識を得ることが好きだが、その大多数の人はただ自分の様々なニーズと欲求をよりよく満たすために学んでいるに過ぎない。ごく少数の人だけが好奇心を持ち、宇宙と生命の真理や真相を探求し、自分のスピリチュアル指数と徳指数を開発し、高めている。人生は百態で、言い尽くし難い。『紅樓夢（中国、清の曹雪芹の小説）』にあるように：

人生は芝居のように、次から次へと上演され、あなたが化粧を落とした途端、また私が登場する番だ。異郷を故郷と誤認してしまう。

曲が終って人々が解散した後、はっとして、始めからずっと、自分が他人の為に花嫁衣装を縫って、結局、無駄に働いていたことに気づいた。

第七章

快樂と安樂の違い



樂には「安樂」というものがあるが、安樂は快樂ではない。

第一章で述べたように、人間の苦しみは、主に肉体的な苦しみと、求不得苦、愛別離苦、怨憎会苦の心理的な苦しみがある。これらの苦痛が緩和されると同時に、不安、心配、緊張、恐怖など、様々なネガティブな感情も緩和され、人間はこの過程での感受を快樂と呼ぶ。いわゆる快樂の「快」はほんのわずかを意味し、「樂」は和らぎ、くつろぎを意味する。私たちは快樂を「変苦」と呼ぶ。なぜなら、この過程では苦痛の緩和と緩和だけで、他には何もないからである。



だが、人間の苦痛が一時的に取り除かれ、ネガティブな感情の緩和も一時的に消え、つまり変苦（快樂）が一時的に消えた時、この苦痛もネガティブな感情もなく、変苦（快樂）もない状態を「安楽」と呼ぶ。簡単に言うと、苦しみもなく、喜びもない状態である。「安楽」は、清浄[しょうじょう]で、自在である。だが、苦痛とネガティブな感情はいつでも再び訪れる可能性があるから、人間の安楽は相対的で一時的なものである。

実は、普通の人は一時的な安楽の時はほとんどなく、大半の時間は苦痛や苦痛を緩和している途中、ネガティブな感情やネガティブな感情の緩和の途中を生きている。

ある人が家族や物事に対する貪着心が弱ければ、様々な苦痛も比較的少ない。苦痛が少なければ、変苦（快樂）も少なくなる。こうすれば、相対的で一時的な安楽が若干多くなる。

ある人が家族や物事に対する貪着心がない時、それによって様々な苦痛も生じない。苦痛がなければ、変苦（快樂）もない。こうすれば、彼はこの家族やこの物事に関して、徹底的な安楽を得られる。貪求心を起こさない限り、長久的な安楽を得ることができる。



例を挙げれば、喫煙者はタバコが吸えない時は苦痛で、タバコを吸っている時は変苦（快樂）になる。最初は2日で1箱から1日で1箱になり、その後は1日で2箱か、さらに3箱となる。タバコの依存が強ければ強いほど苦痛になり、タバコを吸う時の変苦（快樂）もより強烈になる。

もしタバコを吸う人がまだ依存になってなく、たまに何本か吸うくらいなら、タバコを吸いたいという苦痛が非常に弱いから、変苦（快樂）も非常に弱く、ほとんどない。この状態はタバコ依存の人と比べると、相対的な安樂といえる。

もし、ある人が全くタバコを吸わなく、一本も吸わないなら、その人はタバコを吸うことに関して、苦痛もなく、変苦（快樂）もないことになる。そうであれば、喫煙について、この人の安樂は徹底的かつ長久的で、この安樂は清浄で自在である。



もう一つの例を挙げる。麻雀や他のギャンブルは、賭博依存になっている時は苦痛で、ギャンブルで負けたらより一層苦しみが重なる。最初は小さな賭けから始まり、だんだん賭けが大きくなる（賭博依存がどんどんひどくなる）。賭けをする時、勝ち負けはさて置いて、まずは「ギャンブルをしたいという気持ち」を優先してしまう。賭けに勝った時、変苦（快樂）が強烈になる。もし、賭けに負けたら、より一層苦しみが重なるが、賭博依存が強い為、破産寸前になってしまってもやめられない人もいる。

もしギャンブルをする人がまだ依存になっ
てなく、たまに少額を賭けるくらいなら、ギャンブルをしたい心理的な苦しみは非常に弱いから、変苦（快樂）も非常に弱く、ほとんど気づかない。この状態は賭博依存の人と比べると、相対的な安楽といえる。



ある人は「趣味も欲望も全くなければ、私が生きているのに何の意味があるのか？」と言う。実は、これ（趣味も欲望も全くないこと）は人間にとって不可能なことである。人間は生まれつき、多くの潜在的な欲求があるため、多くの苦痛がある。加齢と環境の影響や刺激によって、求不得苦、愛別離苦、怨憎会苦、そして各種病気の苦しみが絶え間なく現れる。そこで、緩和または一時的に取り除く方法を探さなければならない。

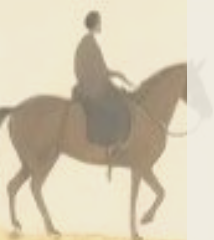
人間はほとんどのことに対して、まだ趣味の段階にとどまっている時、そのことを喜んでやる。なぜなら、求不得苦が比較的弱く、実現しやすく、満足しやすい。実現すると同時に、苦痛が緩和され、ネガティブな感情も解消される。そして、この変苦（快樂）も普通の人間が生き続ける理由になることを私たちは知るべきである。

人は満腹になったり、暖かい服を着たりするなど、様々な基本的な生理的要求が満たされると、他の色々な生まれつきの潜在的な欲求がひっきり

なしに現れる。例えば、社会的欲求、承認欲求、知識を求める欲求、美的欲求などがある。これらの欲求を満たすことは一般大衆に受け入れられているので、今の社会の娯楽業と教育業が非常に発達している。合法的であるし、普遍的な価値観にも合致している。

しかし、ほとんどの人間は趣味が嗜好に変わる可能性があり、嗜好が癖好に変わる可能性があり、癖好が依存症に変わる可能性があるとは考えたことがない。そして、すべての趣味はどれも同じで、例外なく、ますます強烈になる可能性がある。

例えば、清潔に対する貪着。清潔は生活環境の清潔さ、食べ物の清潔さ、衣服の清潔さ、自分の体の清潔さなどいくつかの大きな分類が含まれる。





普通の人間は清潔が好きだが、強い貪着心はなく、ほとんどの場合は比較的安楽に生きることができる。一部の人とはとても綺麗好きで、貪着心が非常に強く、環境、飲食、衣服、身体の清潔度に対する要求が高く、掃除や洗濯がとても好きである。また、少数の人は潔癖で、清潔に対する執着が病態になり、心理的な苦痛とネガティブな感情を緩和するために、ひっきりなしに掃除と洗濯をやり続ける。

実は、綺麗好きと潔癖の本質は同じで、心理的に清潔ではないと感じる時、苦しく感じ、不愉快になる程度で区別される。

もし智者の教えや導きがなければ、人間は反省と自制を知らない。だから、今の社会の大多数の人は生きれば生きるほど貪求心が多く、深くなり、様々な苦痛とネガティブな感情も多く、深くなり、そこから抜け出しにくい。ただ緩和する方法を探すのにかまけているだけである。



第八章

縁起の法則

アルベルト・アインシュタインの有名な言葉に、「神は絶対にサイコロを振らない。」というものがある。

この世界には統一された調和と秩序があり、因果の法則に従っているということである。神は人間に魂だけを与え、その人間の魂には自由な意志があるが、四指数と性格にも違いがある。



アインシュタインは『私の世界観』という本の中で、何章かにおいて自身の宗教観を述べ、宗教と科学の関係について解説している。アインシュタインは「あるモノの存在は我々ではとうてい洞察できず、最も原始的な形でしか、その最も奥深い理性と光り輝く美を見いだせず、この認識と感情が私の本当の意味での宗教への想いを構成している」と語っている。

それと同時に、彼はこの意味だけでいうならば、自身こそが宗教への深い想いがある一人だと強調している。

アインシュタインにとって、生命と意識における永遠の謎に気づくこと、現実世界における不可思議な構造を理解すること、自然が見せる理性をわずかな部分でも悟ることができるならば、非常に満足だと、彼は人々に伝えた。

つまりアインシュタインは、人間の今ある理性では宇宙や生命の謎を完全に解明することはできないと認めている。

私たちは現代科学におけるすべての理論体系が、公理に基づいていると知っている。いわゆる公理とは、人間の理性において証明不要である明確な事実に基づいて、人類が長期にわたり、繰り返し実践によって検証してきた、更なる証明の必要がない基本的な命題のことを意味する。例えば、二点を通る直線は、一本しかない。原因があれば必ず結果があり、結果があれば必ず原因がある。これはすべて公理である。

公理はすべての定理の基礎となるものであり、定理は論理的な方法で証明される必要がある。

因果律は公理であり、すべての科学と哲学の基礎理論であり、これなくしてすべての科学的定理と哲学的理論は成立しえない。

因果律とはどんな現象や物事にも必ず原因があるということで、つまり、「物に本末あり、事に終始あり」ということである。要するに、どんな結果や現象も因縁和合〔いんねんわごう〕の結果によって生まれたものである。因果律は縁起の法則とも呼ばれ、次の3つの特徴がある。

一、『果由因生』【かゆういんせい】：

これは、因なしに起きる果は絶対にないし、果があれば必ず因がある。この両者は時系列があり、原因が必ず先で、結果は後になるしかなく、この両者の時系列を逆転させることはできない。

二、『事待理成』【じたいりせい】：

これは、客観的な現象の間における関係性は客観的な存在であり、人間の意志では変化せず、物事において普遍的な規則性があること。例えば、生があれば必ず死があり、出会いがあれば必ず別れがあり、結合があれば必ず分離があり、形成があれば必ず破壊がある。このように、必然的な法則のことである。客観的な物事における関係の多様性が因果関係の複雑性を決めている。

三、『有依空立』【ゆういくうりつ】：

いわゆる「生」とは無から有へ、いわゆる「滅」とは有から無へ、一切の物事の発生は、空無に基づくものであり、皆「無」から「有」となる。一切の物事の消滅は、徐々なる変化に基づいており、すべてが徐々に空無となる。

すべてのものの存在は上記の3つの特徴をすべて備えている。

一本の木を例に挙げてみると、木は果であり、木の種は適切な温度と湿度、十分な養分があれば発芽を始める。そして、十分な日光のもとで健やかに成長し、ついには花を咲かせて実をつける。これを『果由因生』という。木の遺伝子が木の種別の違いを決め、そこには普遍的な法則があり、リンゴの種が梨の木になることはない。これを『事待理成』という。この木は、植える前には存在しなかったが、植えられて初めて存在するようになった。これを『有依空立』という。

もし私たちがこの3つの特徴で物事の存在を検証すれば、宇宙のあらゆるものがこの3つの基本的な特徴を備えていることに気づく。全てが縁生縁滅 [えんしょうえんめつ]、つまり因縁果生 [いんねんかしょう]、因縁果滅 [いんねんかめつ] の法則から外れることはない。

あらゆる物事は因果律に従っており、全てに前因と後果がある。人の魂の中にある四指数と性格の初期設定はあくまでも結果に過ぎない。ならば、前因は何なのか？ 私たちは因果律からこの問題を話さなければならない。

第五章では、人の四指数は人の心智であると論じた。人の四指数は両親との差が非常に大きく、四指数の潜在能力は遺伝から来たものではない。一方、人間の身体の遺伝子は親から受け継がれてきたもので、人間の身体は心智の道具に過ぎない。

因果律、縁起の法則の観点から分析すると、人間の魂の中にある四指数と性格の初期設定には必然的に生じる原因があり、そして、人間の魂の中にある自由な意志はもともと存在している。



第九章

才能、趣味、
性格は遺伝ではない



今日は、人間の心智は親から受け継がれるものではなく、つまり心智は身体にそのままコピーされるものではないということを論理的に証明していこう。

私たちのそれぞれの四指数の潜在能力は生まれつき備わっているもので、それ以外のさまざまなスキルや趣味の潜在能力も同様である。

潜在能力は才能ともいえる。実は、才能と潜在能力は一つの物事の二つの側面である。生来の視点から見れば、才能と呼ばれ、開発と育成の視点から見れば、潜在能力と呼ばれる。

例えば、人それぞれにスポーツの才能が異なり、それぞれ音楽の才能が異なり、また、それぞれ絵画や書道の才能なども異なる。中国のことわざに『三百六十行，行行都有状元（仕事の種類は無数にあり、どの職業からも、一流の者は出てくる）』というものがあるように、誰しも何らかの才能を持っていて、当然ながら、そのレベルも千差万別である。

例えば、囲碁愛好家の才能の違いは一目瞭然である。アマチュアは13級から8段まで、プロには9段までである。アマチュアについてはここでは述べないが、プロに入った棋士が囲碁にかかる時間はほぼ同じである。だが、そのレベルには大きな差がある。特にプロのなかでも高段者になればなるほどその差は顕著で、昇段は難しくなる。ここから才能の違いが分かる。



中国には『抓周（選び取り）』と呼ばれる伝統的な習慣があり、南北朝時代から現代に至るまで人々の間で受け継がれている。両親は生後満一歳となった誕生日の子供の前に、そろばん、ペン、本、はかりなどさまざまな異なる道具を置き、その子が手に取ったものから、子供が大きくなったらどのような職業が好きになるかを予測するというものである。これは、中国で何千年も前から受け継がれてきた古人の智慧である。

「紅樓夢」では、主人公の賈宝玉が「抓周（選び取り）」の際に、胭脂（口紅）や釵環（女性用のかんざしや髪飾り）を手に取った一節があり、これも彼の成長後の性格や気質を暗示している。





また、チベットでは転生霊童（チベット仏教では最高指導者（ラマ）の生まれかわりの子供）を探す際に必ず採用される伝統的な方法がある。それは、対象となる子供の前に様々な数珠〔じゅず〕を置き、彼の前世で使っていたものと同じ数珠を選ぶかどうかといったものである。これによって、探している子供が転生霊童であるかどうかを判断する。

人間は年齢を重ねるごとに、さまざまな潜在的な嗜好や欲求が現れてくる。例えば、男の子は様々な武器や乗り物、ボールなどが好きで、女の子は人形や歌、ダンス、ままごと用の小さなおもちゃなどが好きで、もちろん、違う子供もいるが、大体はそんな感じだろう。

肉や魚が好きな子もいれば、動物性のものを食べると吐きそうになり、ヴィーガン料理が好きな子もいる。甘いものが好きな子もいれば、酸っぱいものや辛いものが好きな子もいる。

年齢が上がるにつれて、女の子はオシャレが好きになり、男の子はかっこよさを好むようになる。この年齢を過ぎると好きな洋服のスタイルも違ってきて、美的感覚も大きく変わってくる。琴棋書画〔きんきしょが〕（琴を弾じ、碁を打ち、書を成す、絵を描く）、スポーツをするなど、各自それぞれの趣味が少しずつ出てくる。

そして、成人後は様々な悩みを抱えるようになり、生存競争のプレッシャーによって、嫉妬心、競争心、傲慢心、瞋恚（怒り）の心などもだんだん現れる。これらはすべて生まれつきのものである。その一方で、友好的で、優しく、寛容で、謙虚な人もいる。これらの気質においても、それぞれの親と大きく異なっている。

大人は自分の好き嫌いで職業を選択する。多くの人は特技や趣味がなく、ただ一つのスキルを学んで、仕事を探すだけである。彼はこのスキルに少し才能があり、彼自身も少し才能のあるスキルを学ぼうと選択していく。自然とそう選択するのであり、そして生活のために就職する。この際、趣味は重要でなくなり、生存することが最優先になる。

人はそれぞれ生まれながらにして、親や兄弟姉妹とは大きく異なる性格や気質を持っていることは、例を挙げるまでもなく、明らかである。

要するに、人間の生まれつきの才能や趣味、性格、気質などは親から受け継がれず、親とは大きく異なり、遺伝子であるDNAから受け継がれることは不可能である。

そして、人間の潜在能力、才能、趣味、性格、気質などはすべて人間の心智に属し、人の身体は遺伝子は親から様々な形で受け継がれるが、心智は親から受け継がれない。だから、人間の身体と心智は剥離できる。身体は心智のキャリアー（運ぶもの）ではなく、人の身体はただ心智の道具の一つに過ぎないのである。

次の章でも引き続き論証していこう。



山水



第十章

自由な意志 と行苦

今日、私たちは生命の真相についてさらに理解を深めよう。

私たちは人間が主観的で能動性があることを知っている。つまり、人間には自由な意志があり、創造力があるということである。

自然科学の視点である、熱力学の第二法則によると、「孤立したシステムは常にエントロピーの増加を趋向〔すうこう〕する」、最終的にエントロピーは最大状態にまで達し、つまり、システム全体が最も混乱して無秩序な状態になる。しかし、もし孤立したシステムの内部に「自由な意志のある生物」が存在していると、生物が死ぬまで、孤立したシステムのエントロピーの値は持続的に減少できる。これは自然科学に反しているようである。



最も簡単な例を挙げると、大河が低いところへ流れるのは自然の法則である。大河では、自由な意志のない全てのものは必ず低いところへ流れる。しかし、自由な意志のある生物はずっと流れに逆らって、大河の源流にたどり着くことができる。また、自由な意志のある生物に操られるものも、流れに逆らうことができる。

人間がスピリチュアリティ（霊性）のある生命と呼ばれるのは、そのスピリチュアリティが人の自由な意志に反映されているからである。しかし、人間は自由な意志はあるものの、宇宙、生命の真実と真理については理解していない。こうして自由な意志は妄動し、この妄動こそが盲目的な造作である。自由な意志による造作は慣性力を生み、この慣性力は消えず、エネルギーの形として各自の心智の中に蓄えられる。

自由な意志は絶えることなく造作し、その造作の過程で、ますます多くの慣性エネルギーが蓄積される。私たちは自由な意志の造作によって蓄積された慣性のエネルギーを業と呼ぶ。業が串習（繰り返して習慣化する）過程において蓄積し続けたエネルギーのことを業習と呼ぶ。

業には善業、悪業、そして平凡な業（善でも悪でもない業）がある。善業の串習（繰り返しのよる習慣）は善業習、悪業の串習は悪業習、平凡な業（善でも悪でもない業）は平凡な業習という。これらの業習はエネルギーの形で一人一人の心智の中に蓄えられている。

私たちは生活のなかで「造業」という言葉を聞いたことがある。「造」は造作、創作の意味であり、「業」はその造作によって蓄積された慣

性エネルギーのことを指す。「造業」とは、単に悪業を積む『造罪業』という意味ではなく、『造罪業』が「悪業の造作」そのものを指す。私たちの生活のなかで事業〔じごう〕、家業〔かごう〕という言葉がある。家業〔かごう〕とは家族が努力し、仕事と創造を通じて蓄積された富、田畑、財産などのことをいう。

「業」という用語について、より明確に深く理解することは非常に重要である。「業」は慣性エネルギーであり、業が串習したものを「業習」と呼ぶ。業習は逆に自由な意志に作用し、この自由な意志に反作用する力のことを業力と呼ぶ。業習と業力が徐々に強くなってくると、人間の自在度も徐々に小さくなっていく。

例えば、喫煙。もしある人が全くタバコを吸わないのであれば、タバコを吸うことに対して、業習も業力もないため、タバコを吸うことに対して彼は完全に自在である。

しかし、ある日突然、彼は友達の誘いのもとで試しにタバコを吸うとする。最初はたまに数本吸うだけで、依存にはなっていないので、彼がタバコを吸いたいという逼迫感是非常に弱い。つまり、彼の喫煙の業習は非常に弱く、喫煙をすることに対しては彼の自由度は比較的高い。

しばらく串習（習慣化）すると、だんだんと、最初は2日に1箱から1日1箱まで、喫煙の業習は徐々に強くなり、少し喫煙に依存し始める。この時、喫煙の業力が、一種の逼迫感や不自由感をひそかに感じさせる。

我々はこの業力による逼迫感と不自由感を行苦と呼ぶ。

そして、タバコの依存がますます強くなると、その後、1日に2箱、さらに3箱も必要になってくる。この時、喫煙による業力はすでにとても強くなり、喫煙に対して彼はほとんど自在でなくなってしまうている。吸わないと、業力が彼を苦しませる。もし業力に従ってタバコを吸えば、彼に「変苦」（快樂）を感じさせ、業習を増大させる。

これ以降、タバコの依存による行苦が、この人を業力による逼迫感のもとで、毎日タバコを吸う生活にかりたてる。彼は苦痛と変苦（快樂）の転換を絶えず感じ、これが繰り返され、悪循環に陥る。喫煙について、彼は自在、安樂の状態から、自在のない、安樂のない状態に変わってしまった。



もう一つ例を挙げると、ゲーム。もしある人がゲームを全くしないなら、彼はゲームをすることに対して、業習も業力もなく、自在である。

しかし、ある日突然、友達の誘いのもとで試しにゲームをしたとする。最初はたまに遊ぶだけで、依存にはなっていないので、彼がゲームをしたいという逼迫感是非常に弱い。つまり、ゲームをする業習は非常に弱く、ゲームをすることに対して彼の自由度は比較的高い。

しばらくの串習（習慣化）によって、だんだんと、最初は1日1、2時間から1日4、5時間までと、ゲームをする業習は徐々に強くなり、この時、少し依存になり始め、ゲームをする業力が、一種の逼迫感や不自由感をひそかに感じさせる。つまり、彼はすでに行苦を感じ始めているのである。

そして、ゲーム依存がますます強くなってくると、その後、常に一日中ゲームをし、さらに夜更かし、徹夜までし、虚脱、突然死するまで遊ぶ人もいる。

こういった例のニュース報道は一つや二つではない。

この時、ゲームをする業力はすでにとっても強くなり、ゲームに対して彼はほとんど自在でなくなってしまうている。ゲームをしないと、業力が彼を苦しませる。もし業力に従って遊び続ければ、彼は変苦（快樂）を感じ、業習を増大させる。



これ以降、ゲームの依存による行苦が、この人を業力による逼迫感のもとで、ゲームに没頭させるようになる。その結果、彼は苦痛と変苦（快樂）の繰り返しを絶えず感じ、これが繰り返され、悪循環に陥る。ゲームについて、彼は自在、安楽の状態から、自在のない、安楽のない状態に変わってしまった。

要するに、人間の自由な意志による妄動が業を生み、業の累積が業習を形成する。業習が自由な意志に反作用する時に、業習は業力と呼ばれる。業力は必ず人間に逼迫感と不自由感をもたらす。つまり、業力は必ず人間に行苦をもたらすということである。

これらの問題については、今後の章でさらに詳しく探究していこう。



第十一章

人間は快樂
に騙されている

私たちは快樂が変苦であり、苦痛の一時的な緩和だということを知っている。苦しければ苦しいほど、苦痛が緩和した時に、より快樂を感じる。

もしかすると、苦痛の緩和がなくても、快樂（変苦）は感じられると反論する人がいるかもしれない。例えば、今日気分が良くて、元気で、悩みもなく、体の痛みもなく、良いマッサージ師が背中をマッサージしてくれたので、とても気持ちがよく、快樂を感じたとする。実は、あなたの体にはまだ苦しみが残っている。あなたはなぜマッサージを受けに行ったのだろうか？



実は、これは年齢からくるもので、筋肉が疲労損傷して、疲れやすくなっており、背中の気脈が詰まり始めているからである。ゆえに、マッサージを通じて、この不快感を和らげたからこそ、快適で快樂（変苦）を感じた。もし健康な5、6歳の子供に背中をマッサージすれば、その子は何の快樂（変苦）も感じることなく、もしかすると逆に痛みと不快感を感じるかも知れない。

年を重ねるにつれ、私たちは老化し始め、すでに「老苦」があるようになってきた。ただこの苦しみは、生活ができない、仕事ができないというほど深刻ではないため、私たちはなんとか我慢し、耐えているだけなのかもしれない。





自分を注意深く観察してみると、実は、私たちは一日中多くの需求と欲求があり、その需要は必ずしも自分で感知できているとは限らない。そのすべてが心の中に隠れており、患得患失（所持していない時は手に入れるために悩み、所持したあとには失わないために悩む）、しばしばわけもなくイライラし、憂い、文句を言い、怒り、さらには焦ることさえもある。そして、需求が満たされない時には、我慢するしかなく、自身の注意をそらし、他の実現可能な需求を満たすことで、自分がまだ実現できない需求をしばらく放っておくのである。また、もう一つの可能性としては、需求が満たされない時、我慢しながら勉強とあれこれ



工夫に励み、自身の欲求を満たす条件と能力を得ようとしているのかもしれない。

多くの人間は愚痴で、ただ快樂（変苦）を得ただけである。実は、人間は快樂（変苦）に騙されている。

人間が自身の需要と欲求を満たして快樂（変苦）を得た時、この貪求心が絶えず串習（習慣化）され、貪求心の業習が増していく。貪求心の業習が増大するにつれて、求不得苦は強まる。人間は更に頻繁に自身の需要を満たし、これによって、この求不得苦を緩和しようとする。

求不得苦が強まるにつれて、愛別離苦、怨憎会苦、及び様々なネガティブな感情も強く高まり、こうして悪循環に陥る。このように、人間は苦痛と変苦（快樂）の転換の中で患得患失となり、一喜一憂する。最も恐ろしいのは、この状況がますます深刻になり、人間がその悪循環に堕ちていき、魔物のように抜け出せなくなることである。

実は、人間が本当に望むのは「安樂」であり、快樂（変苦）ではない。

では、「安樂」とは何だろう？ 前の章で既に述べたように、「安樂」は清浄で自在な状態のことである。ある人に貪求心が比較的少なく、満足しやすく、苦痛と快樂（変苦）も少ない場合、彼の身体は比較的健康で、心も比較的清浄で、気楽で、煩惱が少なく、ネガティブな感情も少ない、これが相対的な安樂である。

ある人に貪求心が少なければ少ないほど、心身が健康で清浄であればあるほど、彼の安樂度は高い。自身の安樂度を高めるためには、智者の指導のもとで、生命の真相を見抜き、自身をよく見つ



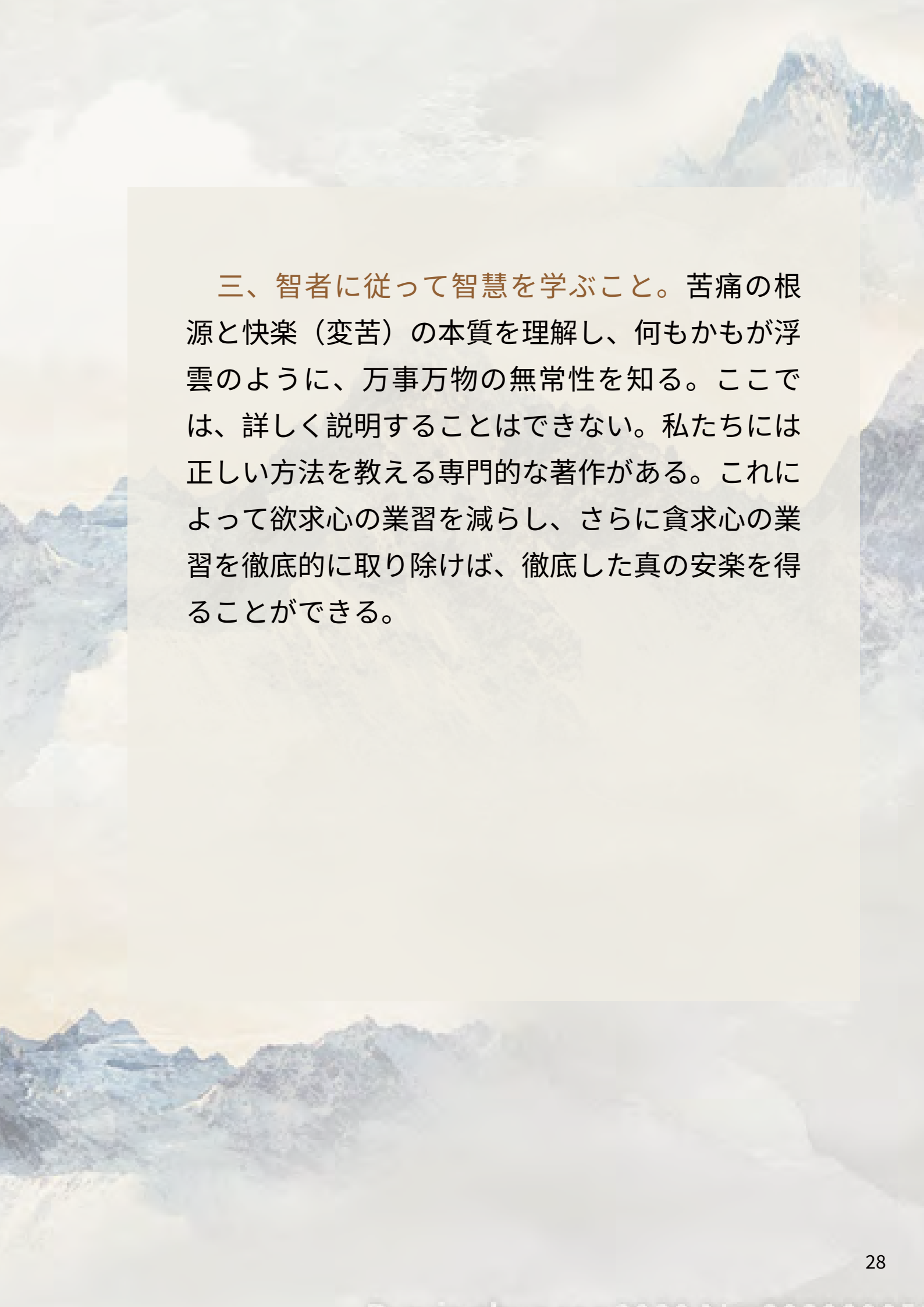
め、智慧を開いて、自身の生命のレベルを高めなければならない。

このことから、私たちが相対的な安楽を得て、安楽度を高めるには、まず苦痛の根源である——「貪求心」を見つけ出さなければならない。そして、ひたすら貪求心を満足させて、苦痛を一時的に緩和させることなく、正しい方法で貪求心を減らすことでこそ、本当に苦痛を取り除くことができる。貪求心を満足させることで苦痛を緩和させ、快樂（変苦）を得ようとする。これがほとんどの人間が陥る最大の心理的落とし穴である。その結果、貪求心が増していき、より大きな苦痛を緩和する必要があるようになり、悪循環にますます深く陥る。

では、今重要なのは、貪求心を減らす正しい方法をどのように掌握するかである。ここで簡単に紹介しよう。

一、因果律を学び、因果律を身につけ、業因、業果と業力、業習の関係を知ることである。人間が絶えず様々な需求と欲求を満たそうとする時、貪求心の業習の増大による苦果はますます深刻になり、後患は尽きないと知るべきである。できるだけ貪求心を抑え、貪求心を引き起こす外部の人や環境から離れなければならない。

二、ヨガを練習したり、禅修に参加したりすること。心身を養い、呼吸を整えれば、貪求心を鎮めることができる。

The background of the page is a soft-focus photograph of a mountain range. The peaks are covered in snow or light-colored rock, and the valleys are filled with thick, white mist or low-hanging clouds. The overall color palette is muted, with shades of blue, grey, and white, creating a serene and somewhat ethereal atmosphere.

三、智者に従って智慧を学ぶこと。苦痛の根源と快樂（変苦）の本質を理解し、何もかもが浮雲のように、万事万物の無常性を知る。ここでは、詳しく説明することはできない。私たちには正しい方法を教える専門的な著作がある。これによって欲求心の業習を減らし、さらに貪求心の業習を徹底的に取り除けば、徹底した真の安樂を得ることができる。

第十一章

人間は自由
に騙されている



今日、引き続き生命の真相を検討してみよう。

まず、一般的な意味でのいわゆる自由について話そう。

人間自身の視点から見ると、法律と道德の許可範囲内で、思うままに行動する権利のことを、人間は自由と呼ぶ。つまり、他人の自由を妨害せず、他人の自由を侵害しない限り、自分がやりたいことを何でもやれる、それが自由である。

したがって、自由は条件付きであり、自由は制限される必要がある。自由の条件は、人間は自身を抑制できなければならず、法律に違反せず、道德に背かず、つまり、他人の自由を妨害せず、他人の自由を侵害しないことである。



人は自分の合法的で、道徳的で自由な権利を行使する際、もし他人からの干渉と束縛、または人為的な支配や強要、さらには強制を受ければ、その人の自由は他人や団体によって妨げられ、侵害され、または奪われる。

この自由の鍵となるのは「私はしたいことをする」の「したい」という言葉にあるということに注意してほしい。「したい」とは望み、好み、趣味を表す。

ある人は業習に駆り立てられ、業力の逼迫の元で、つまり、行苦や苦痛の逼迫の元で、行苦と苦痛を緩和するために、「何かをしたい」という思考が生まれてしまう。そして、「私は何かをしたい」は能動的に見えるが、実は受動的である。その後、彼はそれをするための自由を得る必要がある。

ある人が「やりたいことなら何でもやれる」という自由を得ると、彼は自由を実現するために条件を得る必要がある。

自由を実現する条件とは、彼に十分な富と様々な因縁があり、他人の干渉、束縛、コントロール、侵害などを受けていないことである。

もし彼が自由を実現するための条件を得られなかったとしたら、彼の行苦と苦痛は絶え間なく続き、彼は忍受するしかない。

ある人が自由を実現するための条件を得た時、彼が「何かをしよう」とする意欲レベルは違ってくる。意欲レベルには趣味レベル、嗜好レベル、癖好レベルと依存レベルがある。

もしある人が「何かをしたい」という意欲レベルが趣味レベルにあるのであれば、彼が感じる行苦と求不得苦は強くなく、まだ自分自身を抑えることは可能である。





もしこの人の意欲レベルが嗜好レベルと癖好レベルに上がり、逼迫感からイライラ感に変われば、彼を感じる行苦と求不得苦は非常に強くなる。この時、もし彼に自由を実現するための条件があれば、自身を抑制するのは難しい。彼はたびたび家族、友人、同僚の気持ちを無視して、我が物顔で行動し、さらに他人の自由をも侵害するだろう。

もしこの人の意欲レベルが依存レベルになったなら、彼は強烈な行苦と求不得苦を感じるだろう。この時、もし彼が自由を実現するための条件があれば、彼は自身を抑制できなくなる。彼は狂ったように変わり、満足できなければ強い怨恨心を抱き、さらには他人の体を傷つけたり、他人の財産を盗んだり、奪ったりするかもしれない。

「自由でなければ、死んだほうがましだ。」という名言がまさにそれである。

人間が好き好んで下した選択は、実は業習に動かされ、業力に迫られて下した選択である。つまり、人間が自由を実現するというのは、その本質はただ行苦と苦痛を一時的に緩和するためだけのものである。

要するに、人間が自由と自由を得るための条件を必要とするのは、人間に行苦と苦痛があるからである。行苦と苦痛から一時的に緩和を需要する人間は、業習に従って、やりたいことをしなければならない。

ほとんどの人間は愚痴で、自由と自由を得るための条件を望んでいる。実は、人間は自由に騙されている。





人間が自由に自分のやりたいことをやると、業は絶えず串習（習慣化）され、「やりたい」という業習が増強される。業習が強まるにつれて、貪着心が大きくなり、行苦と苦痛も強まり、人間は自分がやりたいことをもっと頻繁に行うようになる。こうして、この行苦と苦痛を一時的に緩和させ、これが悪循環になる。このように、人間の行苦と苦痛はますます深刻になり、さらに深刻な貪求心、貪婪心を引き起こす。最も恐ろしいのは、この状況がますます深刻になり、人間を深い闇に堕とし、魔物のように変え、抜け出せなくなることである。

例えば、喫煙すること。タバコを全く吸わない人は、「吸いたい」という業習がなく、完全に自由に「吸うか」、「吸わないか」を選択することができ、行苦がない。だが、タバコに依存する人は、「吸いたい」という業習がある。彼は吸いたい時に吸えると、タバコを吸う自由があると感じる。彼は喫煙する自由が備わり、喫煙する因縁があったとき、喫煙する自由が実現されたと感じる。

では、もう一度まとめてみよう。人間は一時的に行苦を解消し、苦痛を緩和させる権利を自由と呼ぶが、自由にやりたいことをする過程で貪求心という業習を成長させる。

人間はやりたいことが多いので、様々な貪求心という業習が増えるにつれて、自由を実現するための客観的な条件がますます難しくなってくる。自由の実現は必然的に他人の自由に影響を与え、さらには侵害にまで至る。ゆえに、人間の自由はますます制限やコントロールされ、許されなくなる。したがって、人間が自由を追求することで最終的に自由を失うのは必然的な結果である。

実は、人間が追求する自由は本当の自由ではなく、本当の自由とは自在のことである。自在とは、何をするか、しないかを選択でき、行苦もなく、さらに、苦痛や変苦（快樂）もない。自由あるいは不自由という問題もない状態のことを「自在」という。

では、私たちはどうすれば自在を得れるのか？ 私たちは引き続き喫煙を例に挙げてみよう。

タバコ依存の人が禁煙を始めると、彼は「吸いたい」という業習はあるが、理性的にはタバコを吸わないことを望み、行動ではタバコを吸わないように自分を抑える。この時、彼は行苦、求不得苦、愛別離苦を感じる。しかし、方法が正しく、ゆっくりと続けていけば、タバコ依存は徐々に弱まり、行苦、求不得苦、愛別離苦も弱まる。この人が徹底的に禁煙した後は、彼に「吸いたい」という業習がなくなり、行苦、求不得苦、愛別離苦はなくなり、いわゆる自由の需求はなくなり、再び自在を得たことになる。

したがって、自在を得るためには、行苦と苦痛を本当になくさなければならない。そして、本当に行苦と苦痛をなくすには、正しい方法で業力を弱め、業習を減らすしかない。やみくもに業習に従い、一時的に行苦と苦痛を解消するのではない。

これがほとんどの人間が陥る最大の心理的な誤解である。もし、業習に従って一時的な自由を得たとしても、結果として業習を増大させ、貪着心が増大するだけで、悪循環となり、最終的に必ず自由を失うことになる。



第十三章

前世今生と因果

第八章で縁起の法則、つまり因果律について話した。今から、振り返ってみよう。

因果律は公理であり、すべての科学と哲学の理論的な基礎になる。因果律がなければ、すべての科学的定理と哲学的理論は確立されない。因果律とは、どんな現象や事物にも必ず原因がある。いわゆる「物には本末があり、事には終始がある」という意味である。つまり、どんな結果や現象も因縁和合によって生まれるということである。

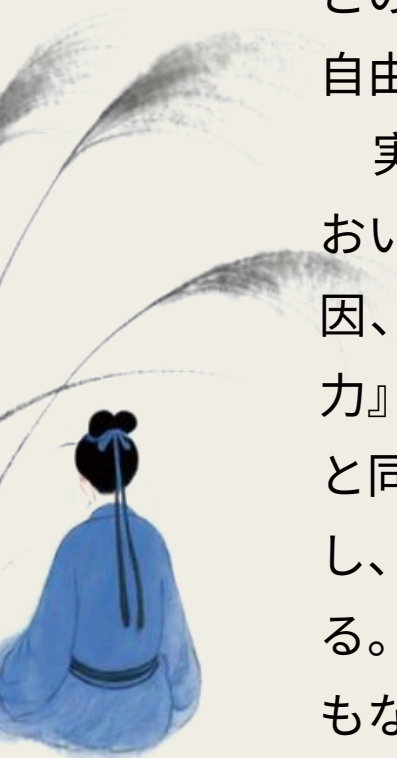
縁起の法則には三つの特徴がある。一、『果由因生』、二、『事待理成』、三、『有依空立』である。宇宙のどのような事物もこの三つの基本的な特徴が備わっており、縁生縁滅、つまりは『因縁果生』、『因縁果滅』の法則から切り離すことはできない。

物質世界は因果律に従っており、そして、精神世界もまた因果律の法則に従っている。

人の自由な意志が造作する際に生じる慣性エネルギーを「業」という。つまり、人のすべての思想と行動は「痕跡」を残し、一種の慣性が形成される。繰り返し造作する過程において慣性エネルギーは蓄積され、業習を形成する。

自由な意志の造作によって業習が形成され、この業習は逆に自由な意志に影響を及ぼす。この自由な意志に反作用する力のことを業力と呼ぶ。

実は、因果律も終始自由な意志の造作の中において一貫している。因は『業因力』、略して業因、果は『業果力』、略して業果、縁は『業縁力』、略して業縁という。自由な意志による造作と同時に、業因も自由な意志の造作に影響を及ぼし、業果が生まれる。業果もまた新しい業因になる。ゆえに、因果律は宿命論ではなく、決定論でもない。



論理的思考能力のある人は、因果があれば必ず輪廻があると理解できる。これはなぜだろう？ある悪人は一生悪行をしたにもかかわらず、彼は一生何の悪い報いも受けずに死んだ。ある善人は一生善行を行ったが、何の善い報いも得られずに死んだ。もし後世がなければ、死後に報いを受ける必要はなく、悪人は悪い報いから逃れ、善人も善い報いを受けられず、因果律は成立することなく、倫理道徳も何ら意味がなくなってしまう。

現実では、悪はしばしば正義よりも利を得ているが、なぜ人々は正義を貫くのか？不道德な行為は最終的に必ず悪い報いがあり、善行をする人は最終的に必ず善い報いがある。だからこそ、正義は必ず広まり、私たちが道義を貫く理由はそこにあり、それが正義を貫き続ける意義である。

人の生まれつき備わった四指数の潜在能力、様々な趣味とスキルの潜在能力、そして性格と気質は、両親とは異なり、遺伝ではなく、神が設定したものでもない。今生での生まれつきある業果には必ず前世の業因がある。



同じ両親、同じ家庭環境ではあるものの、兄弟姉妹それぞれの性格は違っている。ある人は慈悲に満ちて、ある人は冷淡で、ある人は思いやりがあり、ある人は利己的で、ある人は心が強く、ある人は臆病で、ある人は開放的で、ある人は保守的である...これらの個性は幼少期や教育を受ける前から現れている。趣味や振る舞いや言動面でもそうである。

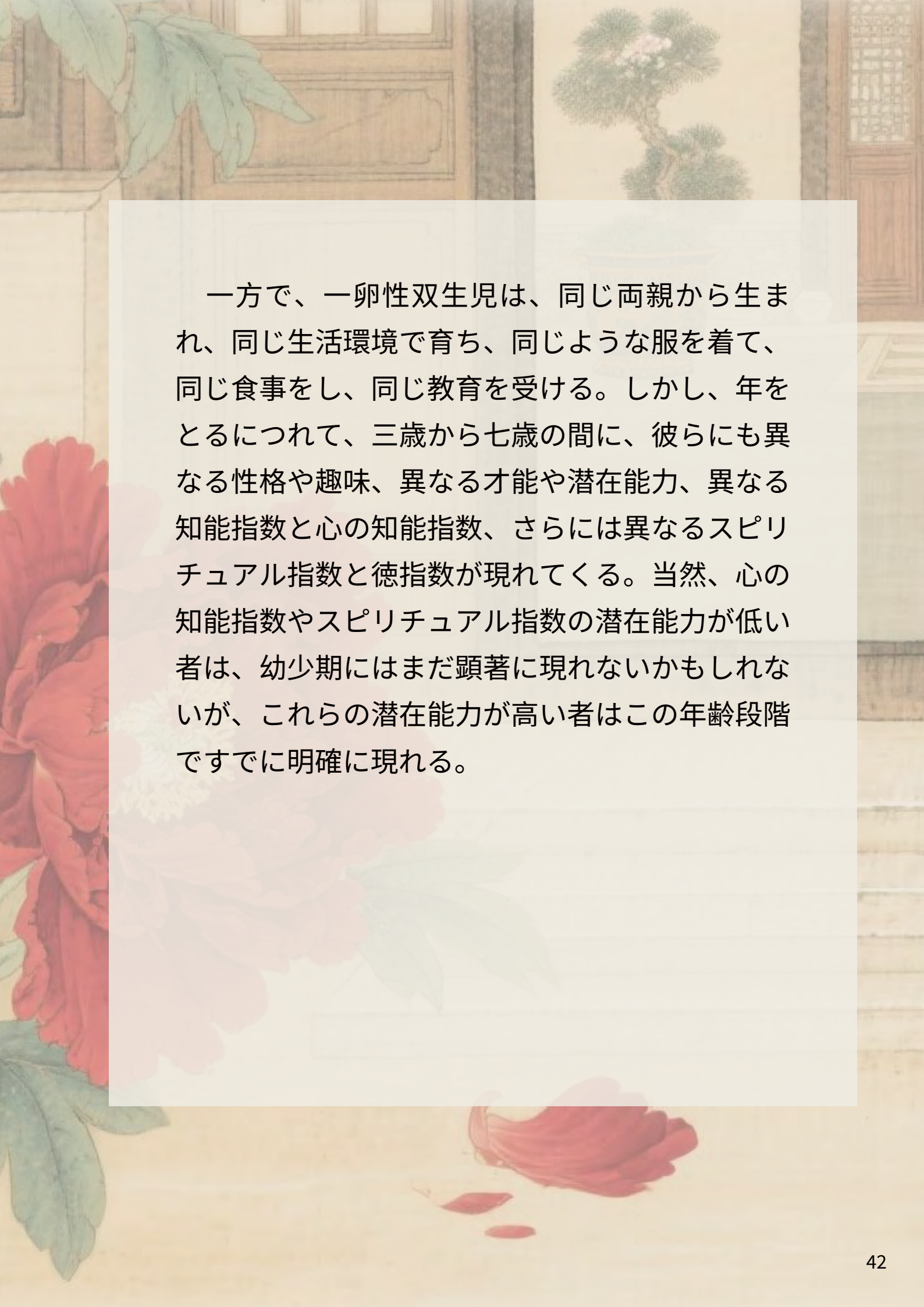


ある人は生まれながらに重度知的障害があり、ある人は生まれながらに天才。ある人は幼い頃からやさしく、ある人は幼い頃から利己的。ある人は幼い頃から従順で心穏やか、ある人は幼い頃から頑固でせっかち...これらの生まれつきある業果は業因なしにはありえない。生まれつきにして前世のことを覚えている人もあり、様々な人がいる。もし前世がなければ、因果律は成り立たない。



もっと説得力があるのは一卵性双生児である。まずは一卵性双生児について説明しよう。一卵性双生児とは、ひとつの受精卵の中に二つの魂があるということである。この受精卵が二つの細胞に分裂したあと、それぞれの細胞に一つずつ魂が宿る。これらの細胞が成長して、二つの生命になる。だが彼らの遺伝子は完全に同じであり、性別も同じで、見た目もまったく同じである。

二卵性双生児とは、同時に二つの卵子がそれぞれ受精し、最初から異なる二つの受精卵として存在するものである。それぞれに一つの魂が宿る。これらの異なる受精卵が成長した生命は、遺伝子が異なり、ただ一部の遺伝子の表れ方が似ているだけである。彼らは一般的な兄弟姉妹と同じように、性別も異なる可能性があり、外見も似ていない。



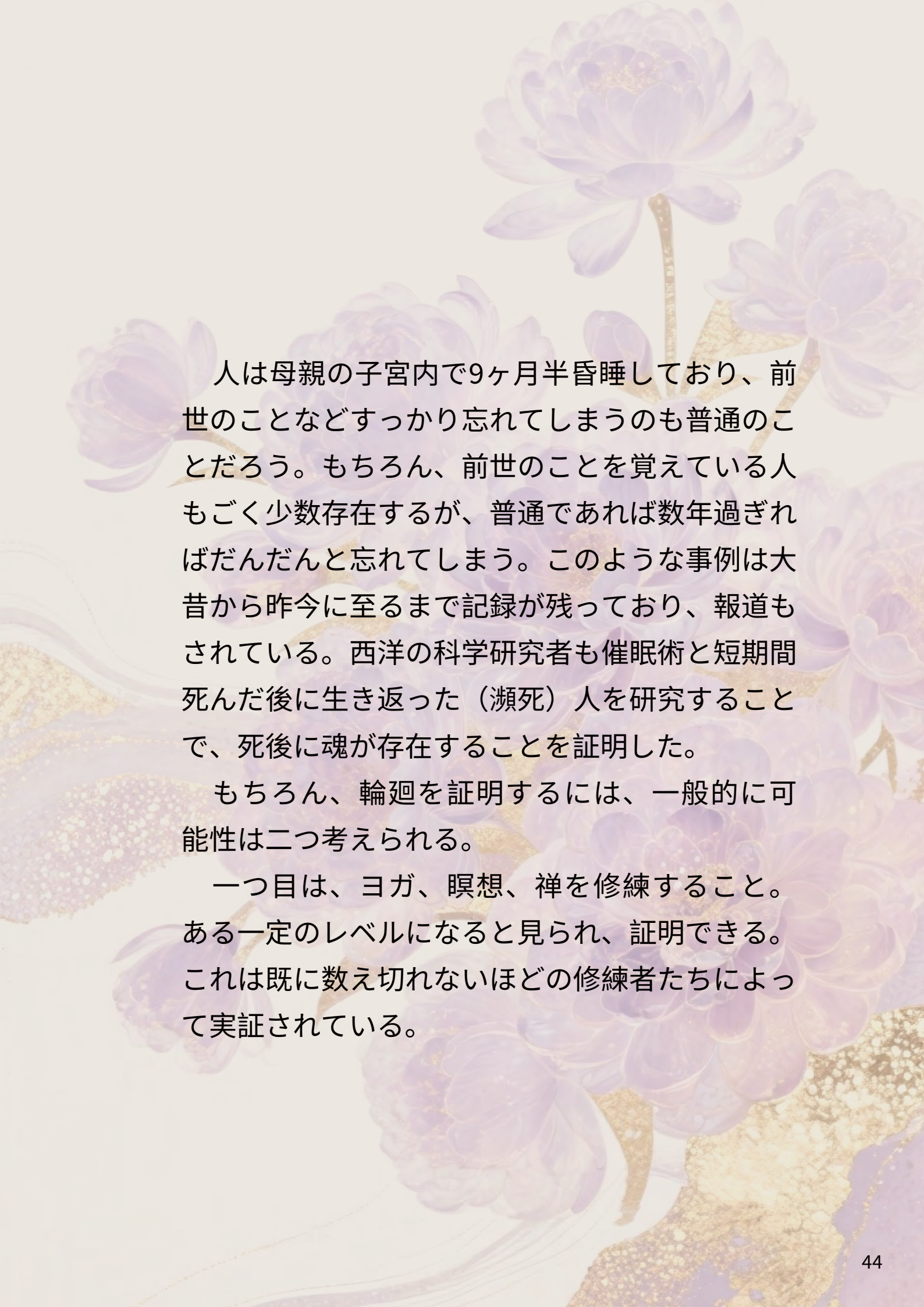
一方で、一卵性双生児は、同じ両親から生まれ、同じ生活環境で育ち、同じような服を着て、同じ食事をし、同じ教育を受ける。しかし、年をとるにつれて、三歳から七歳の間に、彼らにも異なる性格や趣味、異なる才能や潜在能力、異なる知能指数と心の知能指数、さらには異なるスピリチュアル指数と徳指数が現れてくる。当然、心の知能指数やスピリチュアル指数の潜在能力が低い者は、幼少期にはまだ顕著に現れないかもしれないが、これらの潜在能力が高い者はこの年齢段階ですでに明確に現れる。



人間には前世と後世がないという主張には科学的根拠がない。どんな科学者でも彼の行った実験でその主張が証明されたとは言えないのである。実験や実践によって証明されていない推論はただの推測に過ぎないのに、どうして盲目的に信じていることができるのであろうか？

誰かはもしかしたらこう聞くかもしれない。

「もし前世があるのなら、私はどうして覚えていないのか？」と。実は、私たちは冷静に思い起こせば分かる。前世は言うまでもなく、普通の人ならば、6歳以前のこともほとんど覚えていない。数十年前、ましてや数年前のことでさえ、どのくらい覚えているだろうか？あなたは、覚えていないことが起こらなかったと言えるのだろうか？



人は母親の子宮内で9ヶ月半昏睡しており、前世のことなどすっかり忘れてしまうのも普通のことだろう。もちろん、前世のことを覚えている人もごく少数存在するが、普通であれば数年過ぎればだんだんと忘れてしまう。このような事例は大昔から昨今に至るまで記録が残っており、報道もされている。西洋の科学研究者も催眠術と短期間死んだ後に生き返った（瀕死）人を研究することで、死後に魂が存在することを証明した。

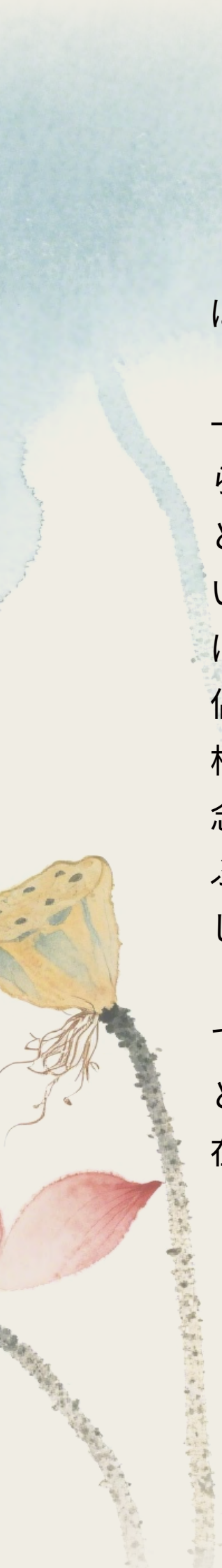
もちろん、輪廻を証明するには、一般的に可能性は二つ考えられる。

一つ目は、ヨガ、瞑想、禅を修練すること。ある一定のレベルになると見られ、証明できる。これは既に数え切れないほどの修練者たちによって実証されている。

二つ目は、科学者が将来的にさらに精密な機器を発明して、死後の魂を測れるようになること。

万事万物には原因（前因）と結果（後果）があり、因と縁があり、原因のないことは見つからない。因があって果が生じ、その果が再び因となり、因は果を生じ、果はまた因となる。それは尽きることがない...まるで、丸い鎖がつながるように、一つの環が次の環に連なり、断ち切るのは不可能である。因果の連続性によって、必然的に三世因果〔さんぜいんが〕（あらゆる存在が、過去世・現在世・未来世の数えきれない世にわたって、因果の法則に支配されていること。）があることも証明できる。

因果律は宇宙と生命における自然の法則であり、すべての物事が偶然ではなく、無秩序ではない。人の命の境遇、一生における盛衰、すべての人との出会い、すべての巡り合わせも偶然ではない。



天地、宇宙間に因果の法則があるのであれば、輪廻はあるはずである。

この道理を信じたくない人は多いが、実は一つの根本的な原因には自身の傲慢さがある。彼らはこの世に、通常の人々をはるかに超える智慧と能力を持つ大智者が存在することを信じたくないからである。同時に、多くの人々は古代の聖人は後世になり、神格化され、盲目的に崇拝された偶像にすぎないと思っている。彼らのこの概念は根深く、容易には変わらない。これらの様々な疑念、先入観は、彼ら自身が開放的で謙虚な心で学ぶことを妨げ、賢者たちの智慧を吸収するのを難しくさせている。

一般人はそれぞれ、自身の善悪の業力によってこの世に引っ張って来られ、死が確実に来ること以外、未来については何もわからない。彼の潜在意識には苛立ち、不安、恐れがある。

輪廻を信じない人は、こういった心理になる原因を知らず、なぜこうなったのかをこれ以上考えることもない。一人で何もしていない時、この不可解なイライラ、恐怖、孤独感がしばしば彼を襲う。彼には自身と向き合う勇気がなく、人混みに逃れ、世間話、ゲーム、ダンスなどの娯楽で時間をつぶし、その心理を忘れさせる。あるいは、芸術に没頭したりする。現代社会で最も一般的な現象はテレビをつけたり、スマホをいじったりして、空虚に時間をつぶすことである。

死後に魂があると信じない人は、潜在意識の中で、人は高度で複雑であるが、神秘的ではない電気化学機械に過ぎないと考えている。人は死んだら何もかもがなくなる。それなら、生きている時は思う存分楽しむべきで、自分は損をしてはいけないと思っている。

犯罪者たちは、人は死んだらすべての責任を負わなくてもいいと思っている。ゆえに、彼らはそのような僥倖（思いがけない幸運）と貪婪な心理で罪を犯す。

今日の世界では、人類は科学を盲信し、技術の進歩に酔ったため、深い精神的危機が生まれ、これが全世界に蔓延し続けている。西洋諸国では様々な人を困惑させるような社会的問題がだんだん多くなっており、ますます厄介になっている。

今日の世界では、個人主義、自由主義、現世主義、享楽主義の思想が再び根を下ろし、蔓延し始め、潜在的に影響を与え、社会の風潮を形成している。

現在、全世界の人々はますます物欲、目先の利益に目がくらみ、近視眼的になり、手段を選ばず、精神はうつろとなり、責任感が欠如してきた。

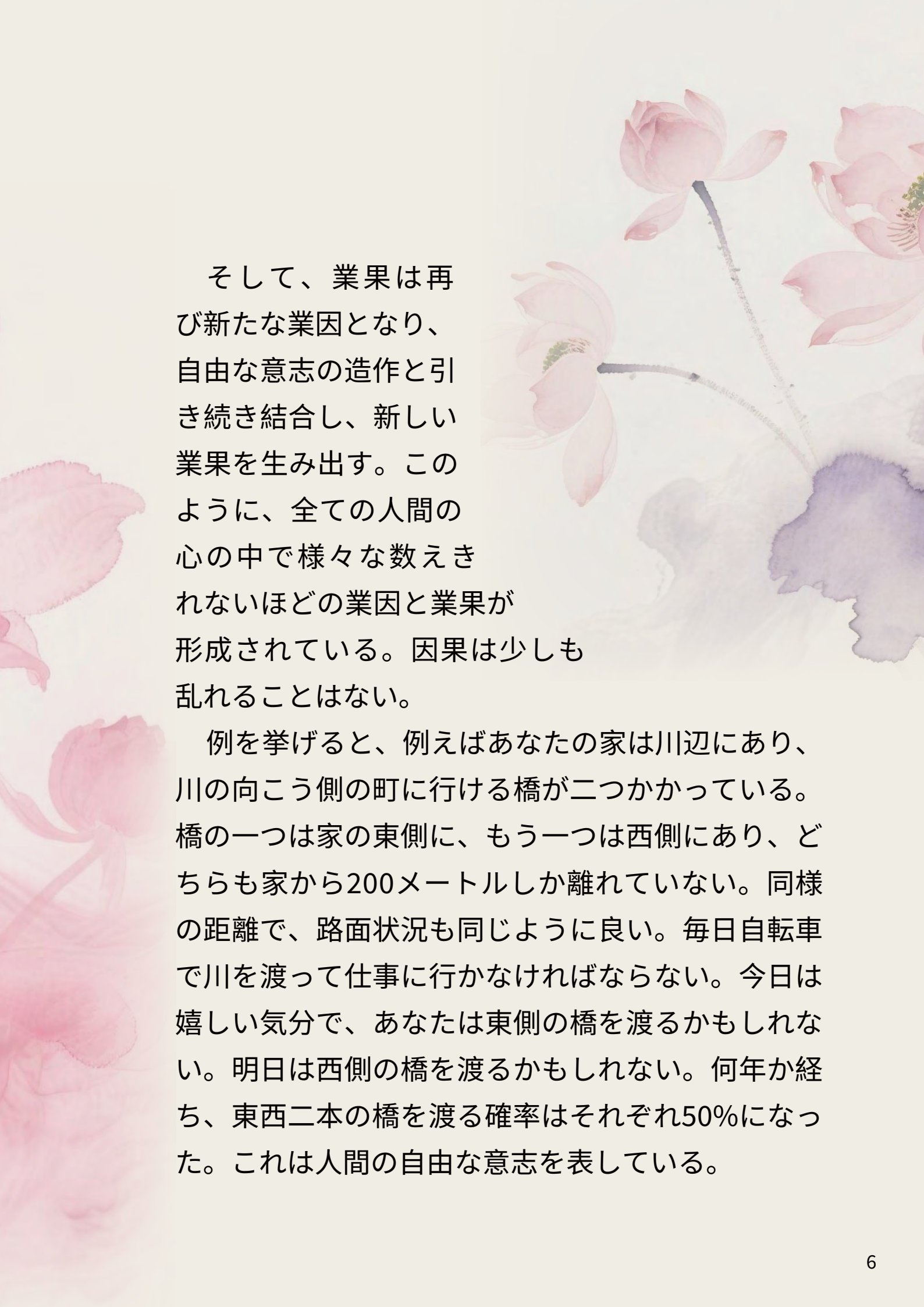
第十四章

『業因業果、 好了歌』

まずは、前の章の要点を振り返ってみよう。

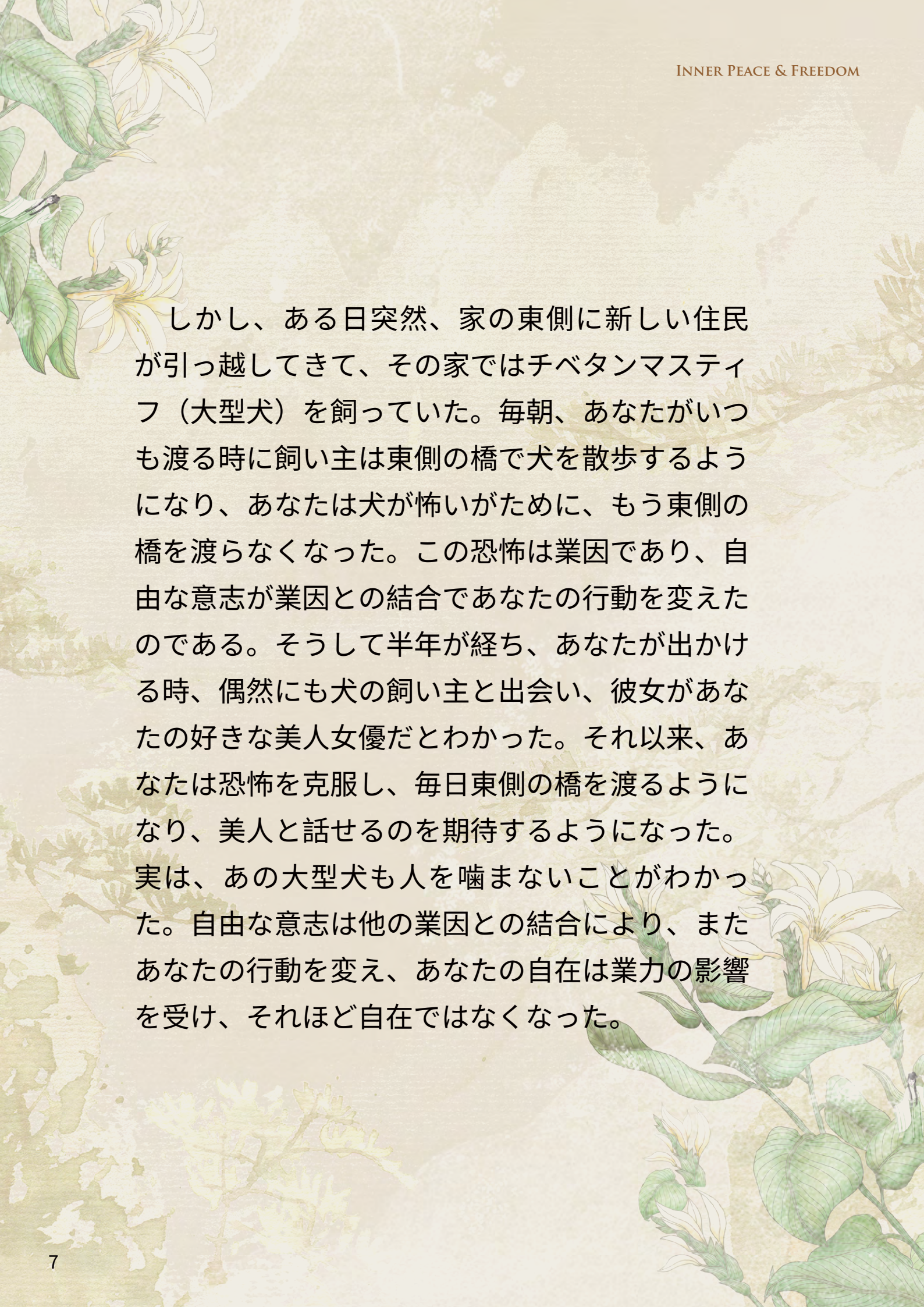
人間は自由な意志を持っはいるが、宇宙、生命の真相と真理を知らないので、自由な意志は妄動し、この妄動が盲目的な造作になる。自由な意志の造作によって生じる慣性エネルギーを業という。自由な意志による絶え間ない造作の過程において業は積み重なり、業習が形成される。

業習が自由な意志に影響を及ぼす時、慣性の力とも呼ばれ、略して業力という。私たちは自由な意志から造作を行う過程において業力の影響を受けると知っている。業力の作用のことを業因と呼び、自由な意志と業因の結合で出来た結果を業果と呼ぶ。

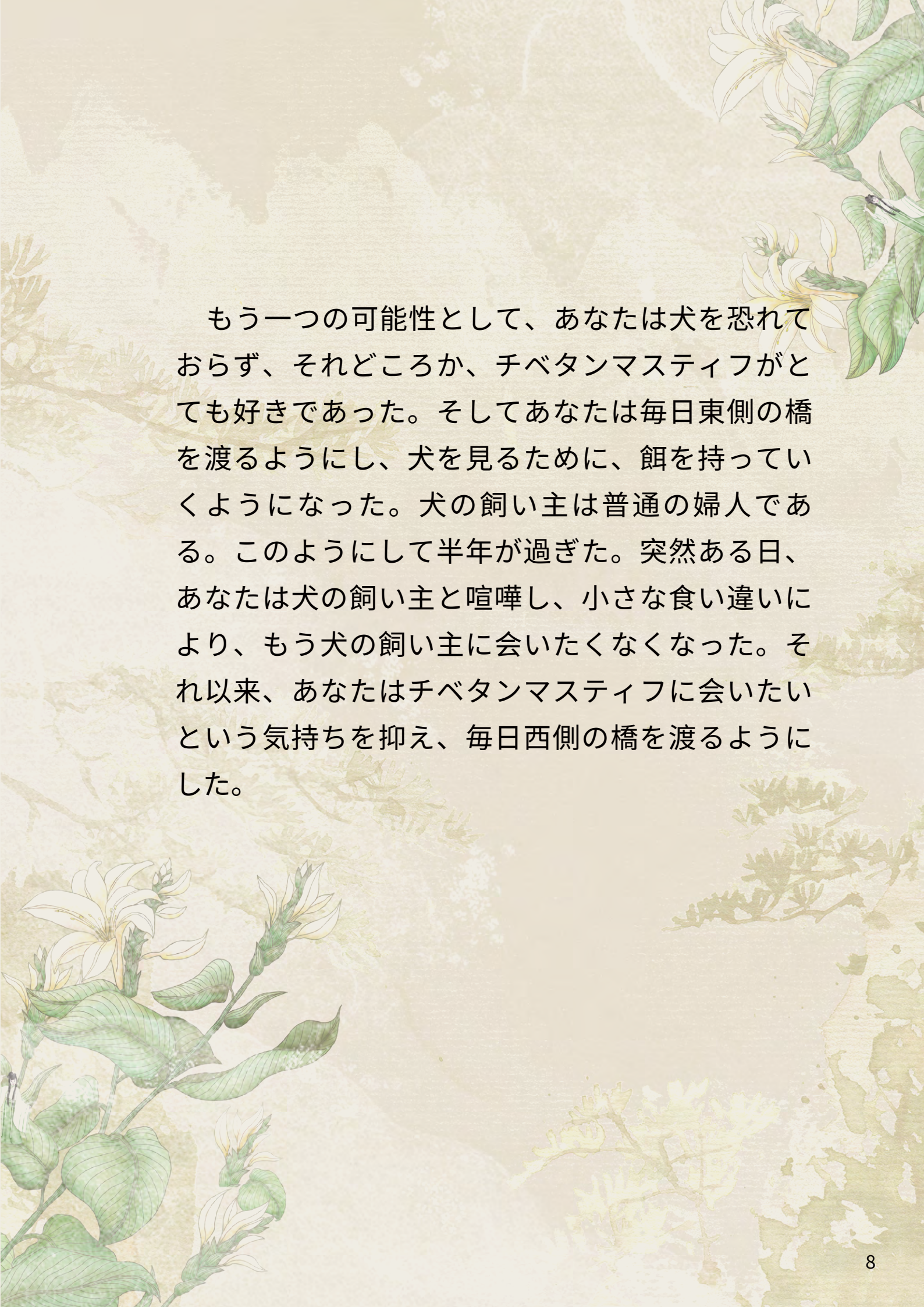


そして、業果は再び新たな業因となり、自由な意志の造作と引き続き結合し、新しい業果を生み出す。このように、全ての人間の心の中で様々な数えきれないほどの業因と業果が形成されている。因果は少しも乱れることはない。

例を挙げると、例えばあなたの家は川辺にあり、川の向こう側の町に行ける橋が二つかかっている。橋の一つは家の東側に、もう一つは西側にあり、どちらも家から200メートルしか離れていない。同様の距離で、路面状況も同じように良い。毎日自転車で川を渡って仕事に行かなければならない。今日は嬉しい気分、あなたは東側の橋を渡るかもしれない。明日は西側の橋を渡るかもしれない。何年か経ち、東西二本の橋を渡る確率はそれぞれ50%になった。これは人間の自由な意志を表している。



しかし、ある日突然、家の東側に新しい住民が引っ越してきて、その家ではチベタンマスティフ（大型犬）を飼っていた。毎朝、あなたがいつも渡る時に飼い主は東側の橋で犬を散歩するようになり、あなたは犬が怖いがために、もう東側の橋を渡らなくなった。この恐怖は業因であり、自由な意志が業因との結合でああなたの行動を変えたのである。そうして半年が経ち、あなたが出かける時、偶然にも犬の飼い主と出会い、彼女がああなたの好きな美人女優だとわかった。それ以来、あなたは恐怖を克服し、毎日東側の橋を渡るようになり、美人と話せるのを期待するようになった。実は、あの大型犬も人を噛まないことがわかった。自由な意志は他の業因との結合により、またあなたの行動を変え、あなたの自在は業力の影響を受け、それほど自在ではなくなった。

The page features decorative floral illustrations in the corners. In the top right, there are white lilies with green leaves. In the bottom left, there are more white lilies with green leaves. The background is a light, textured yellowish-green.

もう一つの可能性として、あなたは犬を恐れておらず、それどころか、チベタンマスティフがとても好きであった。そしてあなたは毎日東側の橋を渡るようにし、犬を見るために、餌を持っていくようになった。犬の飼い主は普通の婦人である。このようにして半年が過ぎた。突然ある日、あなたは犬の飼い主と喧嘩し、小さな食い違いにより、もう犬の飼い主に会いたくなくなった。それ以来、あなたはチベタンマスティフに会いたいという気持ちを抑え、毎日西側の橋を渡るようにした。

人間はこうして、業力の影響によりますます自在ではなくなっていく。

すべての命にはそれぞれ自由な意志がある。生生世世〔しょうじょうせぜ〕以来、心の中で生まれた考えや欲望が、無数の業を造作し、様々な業因を形成し、数えきれないほどの業習を積み重ねてきた。私たちは他の人や人種に対して、心の中で愛や嫌悪、嫉妬や軽蔑、恐怖や憎しみなど様々な業因を重ね、私たちの内心では様々なものに対し貪着、貪愛、貪欲、貪婪などの業習を重ねてきた。

過去世と今世で作ったすべての善悪業習と非善非悪の業習は、来世の転生時の業因となる。転生後、生まれつきある四指数の潜在能力、各種の才能と趣味、性格と気質は、生生世世以来蓄積された業因によって形成された業果によるものである。



すべての命の業力と業習、業因と業果は、互いに絡み合い、影響し合い、人類の長い歴史を形成してきたのである。自由な意志は業力の結合によりすべてを創造し、それはまるで芸術家のようなものである。業因と業果が循環して増大し、縁生縁滅、不可思議に、宇宙の万象を変化させ、それはまるで舞踏家のようなものである。

人間の業習は行苦を引き起こし、無限の苦痛と変苦（快樂）を引き起こす。人間には誰しも生老病死〔しょうろうびょうし〕があり、それぞれの家庭に悲歡離合〔ひかんりごう〕があり、全ての事業には盛衰があり、すべての心には喜怒哀楽がある。有情〔うじょう〕世界はまるで舞台のようであり、刻々と複雑に交錯し、目まぐるしく変化する演劇が上演されている。



世界は山が動き、谷が変わり、海や野原も変化している。

むかしは綺麗だった人が、今は白髪になっている。

心は突如として楽しみ、喜び、突如として悲しみ、怒る。

時刻は昼から夜に、寒さと暑さは移り変わる。

空は曇ったり、晴れたり、風雲は予測不能で、太陽と月は互いに交替する。

人々は得たり失ったり、富は循環して、栄枯盛衰である。

世間の風は冷たかったり、暖かかったり、昨日のお世辞が今日の恨みになる。

人間はこの世に本当に神や仙人がいるのかわからない。本当に神や仙人がいると信じている人もいるかもしれないが、彼らも神や仙人がどんな生命状態にあるのかは知らない。彼らの想像では、神や仙人は不老不死で、優雅で自由自在な人であろう。実は、みんなが羨むのは神や仙人ではなく、自在への憧れである。

ゆえに、『紅樓夢』の『好了歌』の歌詞を書き直し、こう書いた：

世間の人々は自在が良いと知っているが、功名だけが忘れられない！

昔の將軍と宰相はどこにいるのか？ たくさんの荒れた塚は雑草に埋め尽くされている。

世間の人々は自在が良いと知っているが、金銀だけが忘れられない！

日々お金が足りないと恨むが、望み通りになった時にはあの世行き。

世間の人々は自在が良いと知っているが、可愛い嫁だけが忘れられない！

生きているうちは毎日恩情を感じるが、旦那が死ねば他人の嫁。

世間の人々は自在が良いと知っているが、子と孫だけが忘れられない！

昔から親バカは多いが、親孝行の子や孫をどれだけ見ただろうか？

第十五章

あなたを
「爽快」にさせるも
のは、きつとあな
たを苦しませる

人は「爽快」にさせるものに依存する基本的な特徴がある。

では「爽快」はどうやって生じたのか？

人間の脳にはドーパミンという神経伝導物質があり、細胞がパルスを伝達するのを助けるための化学物質である。人間が外部から刺激を受けると、潜んでいた貪着心、貪愛心、貪欲心、貪婪心が満たされ、ドーパミンが爆発的に大量発生する。例えば、一つの抱擁、一句の褒め言葉、一つの幻想も、ドーパミンの上昇を引き起こす。外部からの刺激が十分強ければ、人の貪心が満たされ、潜んでいた求不得苦が一時的に緩和され、感覚的にリラックス、解放された気持ち（体験）になり、とても「爽快」に感じる。



ドーパミンはアルヴィド・カールソン（Arvid Carlsson）により脳内の情報を伝達する役割を担っていると証明されたため、彼は2000年にノーベル医学賞を受賞している。ドーパミンは様々な依存となる行為と関係があり、ドーパミンの分泌が多すぎると、人間の脳、心臓、血管が損傷される。

「爽快」の浅層行動の体験には、笑い話、グルメ、からかい、賛美、野次馬、さらにはスリルがある。中層行動の体験には喫煙、ゲーム、整形がある。深層行動の体験には性行為、賭博、麻薬があり、俗にいう「ポルノ、ギャンブル、ドラッグ」と呼ばれるものである。この3つを比較すると、性行為がドーパミン含有量を100%上昇させ、コカインがドーパミンを350%上昇させ、覚せい剤は1200%近くも上昇させるので、麻薬中毒はなかなかやめられないのである。

現在の世界はますます無節度に開放され、人々は常にインターネットで様々な「爽快」となる体験を求め、デート、娯楽、ゲーム、噂話、秘話などを求めている。恐ろしいのは、おおよそあなたを「爽快」にさせるものは、きっとあなたを苦しませるということである。例えば、美人、グルメ、讃美、タバコ、お酒、麻薬は「爽快」な体験ができるが、人に害を与える。グルメは太って健康ではなくなり、讃美は自分を見失わせて現実離れしてしまう。美人は欲望を生み、理性を失なわせ、タバコ、お酒、麻薬の副作用は言うまでもないだろう。

これも『道徳経』で言う「五色は人の目をして盲ならしむ、五音は人の耳をして聾ならしむ」である。（解釈：色や音が多すぎると、混乱や疲労感が生じ、視覚と聴覚の感度が低下し、さらには退屈感さえ生じる。物事に対する本当の知覚と判断力を失わないように、感覚的な楽しみに過度に溺れないように人々に警告している。）

さらに恐ろしいのは、人間のドーパミンが頻繁に過剰分泌されて、「爽快」となる体験を生み出す臨界値を超えると、「爽快」の体験が鈍感になることである。臨界値が絶えず上昇する時、人がずっと「爽快」の体験を得たいのであれば、刺激の度を絶え間なく強くするしかない。あなたはもっと持続的で、強烈な刺激を受ける必要があり、それでやっと「爽快」の体験が続けて得られるようになる。

例えば、タバコを吸う人は最初は2日で1箱から、1日に1箱になり、後に1日に2箱、もっとひどくなると2本のタバコを一緒に吸ってやっと爽快感が感じられるようになる。また、辛い食べ物が好きな人は、辛くすればするほど辛いものが食べたくなるようになる。ゲーム、麻薬、賭博などすべての依存となる行為はこの規則に従っている。

とある実験で、ネズミの脳に電極を入れて、ネズミにペダルを踏ませて放電させる実験があった。踏むたびに、電極はドーパミンを生成する神経を刺激して興奮させるのである。結果、そのネズミは1分に数百回のスピードでペダルを踏み続け、力が尽き果てて死ぬまで続けた。

「爽快」な感覚は設計できるのである。

この時代に最も恐ろしいのは、「爽快」な感覚は現代技術とアルゴリズムによって設計できるということである。例えば、様々な娛樂アプリがますます増えているが、ほとんどのアプリの本質は何だろうか？各アプリの裏側には強大な運営チームがあり、彼らは最先端技術(AR+VR)を使い、より大きな計算とデータ処理能力(クラウドコンピューティング+ビッグデータ)を駆使してい

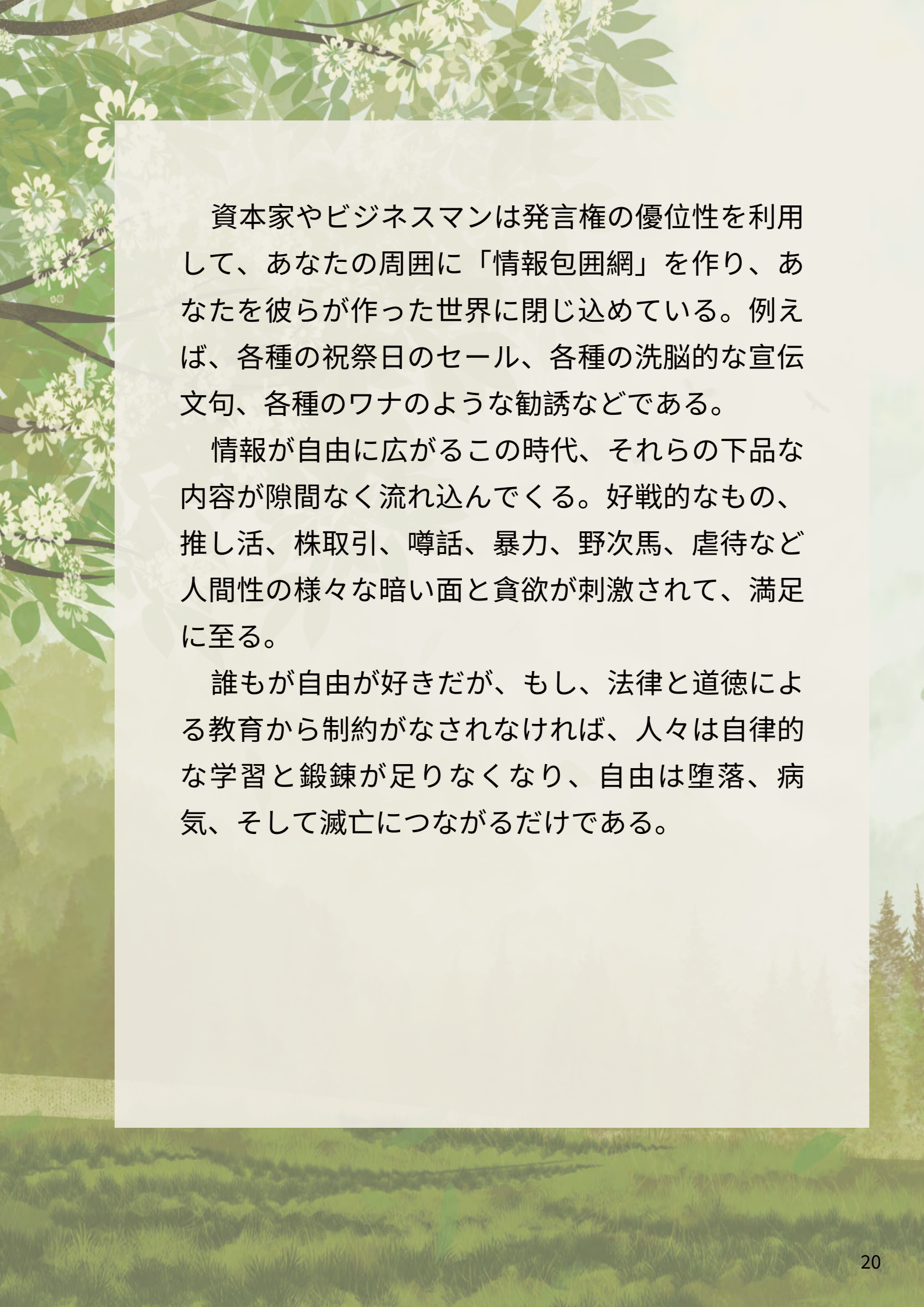
る。音、光、インタラクティブ、フィードバックなど、全方位のルートを通じて、各種の心理学、消費行動学、神経科学などの理論的指導を受けており、アルゴリズム主導で自動で正確な推薦メカニズムが採用されている。嗜好を無限に満たし、代わるがわる刺激し、絶え間なく刺激を与え続けることで、途切れなく「爽快」にさせる。それら（各アプリ）から離れられなくなればなるほど彼ら（運営チーム）にとってはよい。

資本の眼中には金銭と利益があるだけで、人間性と正義はない。ユーザー数、デイリーアクティブユーザー数、月間アクティブユーザー数と平均オンラインタイムの長さなどのデータがアプリの価値を決定している。今現在、これらのデータを基準にしないアプリは一つもない。

もし人の貪欲が無限に満たされるなら、その人の滅亡はそう遠くない。

インターネットは諸刃の剣であり、一方では私たちに様々な便利さをもたらしているが、それと同時に様々なゴミのようなコンテンツを提供している。例えば、生放送プラットフォームの低俗で退屈なパフォーマンス、各チャンネルによる視聴者を惑わそうとしてあの手この手を使うオーディション番組やリアリティショー、戯言のようなファンタジー幻想小説など、様々なゴミのようなコンテンツを提供している。これらの内容の考案ロジックは人間の好みを無限に満たすことを基準としている。

人間性に対する洞察がこれほど徹底したものはインターネット以前に一つもなかった。『娯楽至死』の序文には、「人々は海のような情報の中で日々ますます受動的で利己的になっていく」という一文がある。真理は退屈で煩雑な世間と世事に埋まってしまっている...私たちの文化は感覚的な刺激、欲望、無規則な遊戯に満ちた低俗な文化になっていく...



資本家やビジネスマンは発言権の優位性を利用して、あなたの周囲に「情報包囲網」を作り、あなたを彼らが作った世界に閉じ込めている。例えば、各種の祝祭日のセール、各種の洗脳的な宣伝文句、各種のワナのような勧誘などである。

情報が自由に広がるこの時代、それらの下品な内容が隙間なく流れ込んでくる。好戦的なもの、推し活、株取引、噂話、暴力、野次馬、虐待など人間性の様々な暗い面と貪欲が刺激されて、満足に至る。

誰もが自由が好きだが、もし、法律と道德による教育から制約がなされなければ、人々は自律的な学習と鍛錬が足りなくなり、自由は墮落、病気、そして滅亡につながるだけである。

ドーパミンには中枢神経系の様々な生理機能を調節する役割がある。しかし、ドーパミンが長期的に過剰に分泌されると、神経系で調節障害を引き起こし、パーキンソン病、統合失調症、慢性多発性チック症候群、注意力欠陥多動症候群、下垂体腫瘍など様々な病気を引き起こす。

自律と教養だけでは不十分で、社会には人間性の暗い面を抑制し、人間性の輝かしい面を奮い立たせるような管理メカニズムが必要である。私たちは国のインターネットと娯楽産業に対する管理を断固として支持する。これらの管理がなければ、人々の生活は汚物まみれになり、ますます深く陥いてしまう。

中国文化の最も基本的な教えは己に勝つこと（克己）である。己に勝つことの本質は自分の欲望を適切に制御することである。しかし、今は自発的に自分の欲望を克服しようとする人は少なくなっている。ほとんどの人が麻酔で麻痺されるのを選んでいて、ごく一部の人だけが自律と忍耐を選んでいて、強い意志で内心にある貪求と怨恨を克服してこそ、彼らの魂は悟り、超越し、昇華することができる。往々にしてこれらの志向のある人たちは、流れに流されることなく、事業を成し遂げることができる。

良薬口に苦し、忠言耳に逆らう。この本を見た人が皆、己に勝って自律を一生懸命に学び、快楽と刺激を求めず、自身の独立した思考能力を作り、確固たるものにし、自分が集中している分野で続けて深く探求し、精進して、未来における時代の大黒柱になることを切に願ってやまない。

皆さん、共に一緒に頑張りましょう！

