

言葉は大切に（人生学 第16回）

高 橋 清 隆

はじめに

思ったこと、言ったこと、行動したことが、実現していき、人生を形作り、また、人生そのものになっていきます。

1 ゴミのポイ捨て

人生学第5回で、ゴミのポイ捨てのことを書きました。

そこで、ゴミのポイ捨てをする人は、ゴミを、ゴミ箱まで捨てに行くのが面倒な人であり、それくらいのこともしたくないという気持ちがある人だということを指摘しました。そして、面倒なこととはしたくない、という気持ちが、その人の人生を作っていった結果、その人生や、次の人生で、動かなくてもよい状態、すなわち、動けなくなる事態を招くのです。

宗教では、こうしたことについて、まじめに生きなかったから罰が当たったと捉えるのですが、実際はそうではなく、本人が、動きたくないと思ったから、それが自分に実現しただけのことなのです。

ポイ捨てのいちばんの害（ほんとうは害ではないのですが）はそこにあるのですが、それ以外にも、いろいろな波及効果は、冷静に考えれば何点も浮かんできます。

自分の家の前にポイ捨てされたら、いやな気持ちになるでしょう。また、幹線道路の信号付近にごみがたまっているのを時に見かけますが、それもまた多くの人をいやな気持ちにさせますし、衛生面でも害があります。ゴミが散らかっている所は犯罪も起きやすくなるようです。ポイ捨てをする人は、このようなことがわからない人ですから、それらを学ぶために、人からいやなことをたくさんされるという勉強をすることになります。

また、それらのごみは、他の人がかたづけているわけですから、その人生や、次の人生で、自分が捨てたわけではないごみを拾うことになったり、他の人がした不始末の後始末をするという学習を設定することになります。なんでこんなことをしなければならぬのかと怒りまくり、その怒りによって、自分の体まで害することになるのが見えるようです。これは、自分が前にしたことだから仕方がないと思える人は稀で、それくらいのレベルに達している人は、そもそもポイ捨てなどしないのです。

また、人生学第5回で述べたように、自分もごみのようにポイ捨てされるということも体験することになります。物にも魂があるというのは信じない人もいるかもしれませんが、けれども、ごみの

ポイ捨てする人というのは、物を大切にしない意識のない人ですし、そういう人は、人も大切にしていまません。ごみはポイ捨てるけれども、他の人はほんとうに大切にしない人というのは存在しません。ポイ捨てる人は、自分さえよければ、物や他の人はどうでもいいと思っている人です。だから、自分も大切にされないという経験をして、物や他の人を大切にすることを学ぶことになるのです。

普段は、きちんと捨てているのに、魔がさしてポイ捨てるしてしまったという場合も、あるいはあるかもしれません。けれども、それも、魔がさしたわけではなく、まだ学ぶ必要があるレベルだから、そういう事態が起きるのです。

結局は、その人が思っていることが、言葉や行動に出ているだけなのです。

2 悪口

与えたものが受け取るもの、とはよく言われることです。学びの仕組みを単純化した言葉ですが、わかりやすく、的を射ていると思います。

さて、悪口は、言いたくなる場面が多いかと思いますが、悪口を言って得になることはほとんどありません。

言って気晴らしをしているつもりなのかもしれませんが、悪口を言うと、自分のことが嫌いになることに気づいている人は多くないようです。他の人にひどいことをされた、いやなことをされたということで、悪口を言うのでしょうか、悪口の多い人を見ていると、本人が原因で、ひどいことやいやなことをされるのではないかとと思われることが少なくありません。他人に対する気づかいに欠けている、気づかいのつもりが自己満足でしつこいだけ、など、相手が、その人とかかわりたくないため、なるべく遠ざけようと、冷たい態度やとげとげしい言葉を投げかけられているのを目にすることがあります。自分は悪くないのに、周囲の人の、自分に対する扱いがひどすぎると訴える人の中には、本人に原因が由来する場合が少なくないのです。それに気づいていないからこそ悪口を言うのでしょうか、悪口は、根深いところでは、自己否定につながっています。

他人を否定する人は、自己愛に凝り固まっていると言えますが、その自己愛は、価値のないものへの執着である場合がほとんどです。特に多いのが、他人から認めてもらいたいということです。けれども、自分で自分を認めていない人が、どんなに他人から認められても、満足することがないのは明らかです。お金持ちだ、容姿が良い、地位が高い、能力がある、友人が多い、異性にもてるなど、必死にそれらを求めて、ある程度得たとしても、それらの行き着く先には切りがありません。

悪口の、わかりやすい害は、悪口を言う人は、信用されなくなるということです。今、ここにいない人の悪口を言っている人は、自分がいないところでは、自分の悪口を言うだろうと思われるのです。仮に、他では言っていないにしても、そのような印象を与えてしまうのは仕方のないことであり、自分は他では悪口を言っていないと言っても、まず信用されません。そして実際、悪口の多い人は、ほぼ例外なく、あちこちで悪口を言いふらしている人です。

悪口を言って、相手の価値を低下させ、相対的に自分の価値を認めてもらおうと思っているのかもしれません。けれども、多少はうまくいっても、自分の価値が上がることはありません。

悪口を言うことが身についてしまっている人がいます。あまりに習慣になっていて、それが自分にとってマイナスになっていることに気づく様子もありません。なぜ自分が信頼されないか、人が寄ってこないのか、気がついていないのです。

3 自慢

自分は他の人よりすぐれていると思いたいのは、自分は他の人より価値があると思いたいところからきています。そして、それはやはり、自分で自分を認められないところからきています。

また、すぐれているところがなければ、人から受け入れてもらえないのではないかという錯覚もあると思います。

友だちができる時というのは、相手に長所やすぐれている点がある場合より、気が合う、話がはずむ、いっしょにいと安らぐなどの理由の方がはるかに多いのです。ところが、人を引き付けるためには、すぐれているところが必要と思込んでいる人が意外に多いようです。

確かに、芸能人やスポーツ選手などの人気は、そういうものかもしれません。けれども、芸能人やスポーツ選手がよい友だちに恵まれているかという、そうでもありません。有名人なら、友だちや恋人は、よりどりみどりだと思うかもしれませんが、一方にあこがれが強い場合、あまりうまくいかないことの方が多いものです。

さて、自慢というのは、している方は気分がいいかもしれませんが、されている方は、あまり気分のよいものではありません。

また、例えば、自分は人に好かれていると自慢する人がいたとします。その人がほんとうに人に好かれているなら、わざわざそのようなことを言う必要はありません。みんなそのことを知っているからです。それを知らない人たちのところで、自分は人に好かれていると言った場合、それを信じる人は、そう多くはないのではないのでしょうか。むしろ、普通に話している内容や、話し方、態度などで、聞いている人がそれぞれに判断すればいいわけで、それを無理に、自分は人に好かれているのだから、あなたがたも好きになってくださいというのは、強要されているようで、印象が悪くなるように思います。

人に好かれている、自分はいろいろな人と知り合いだ、自分はいろいろな人の性格や特徴を知っていると自慢する人は、嫌われている人に多く見られます。

自慢するような人は、その基本姿勢自体、人に嫌われる要素を持っています。自分は人より優れている、自分は正しいという態度をとる人は、相手に対して、あなた方は劣っている、あなた方はまちがっていると言っているようなものです。また、心の中に、人を尊重することのできないものをかかえている人です。そういう人が好かれるはずはないのです。ところが、そのような内実を知らない表面的なかかわりの段階では、なかなかいい人だと思われることもあるでしょう。そうする

と、必要以上にそれを強調して、自分は好かれている、ということになるわけです。

人に好かれることばかり考えている人というのは、基本的に自分のことばかり考えている人です。誰でも、多かれ少なかれそういう面はあると思いますが、あまりに自分中心の傾向が強い人が嫌われるのは当然のことです。ところが、自分は正しい、自分は人よりすぐれている、それによって自分は、人に認められ、人に好かれると思ひ込んでいる人は、そのことによって嫌われているのに気づかないという悲惨な状態にいます。

4 他人の扱い

人間はみな平等だと言われます。

けれども、世の中を表面的に見ると、とても平等とは思えない状況です。いろいろな差別はあるし、能力や境遇も千差万別です。それだけとってみると、不平等というのはほぼ確実のように思われます。

しかし、生まれ変わりの観点からすると、まったく平等だということがわかります。

あの世では、すなわち、私たちの本質は、男でも女でもないし、どこの民族や国にも属していず、境遇は、自分の学びのために選択してくるのです。私たちは、すでに、植物や動物の段階は卒業しているので、そちらには生まれ変わりません。小学校や中学校を卒業した人は、ふたたびそこには入れてもらえないし、戦争等で卒業できなかった人以外、また小学校や中学校に入りたいという人もまずいません。

私たちは、生まれ変わるとすれば、その段階を卒業するまでは、同じレベルの中で生まれ変わりを続けますので、性別や年齢や人種や民族によってレベルの差はないのです。

あの世の視点で見ると、ほんとうに平等なのです。

あの世の視点を持っていなくても、人間の本質をきちんと理解している人なら、差別をしたり立場が上だからといって、いばったりしないのです。

ところが、そういうことをわかっていない人が、自分は立場や能力やレベルが上だということで、横柄な態度をとることがあります。

イエス・キリストが、偉い人ということについて、いちばん小さい者、自分を低くする者、みんなに仕える人ということを指摘しています。これは宗教を超えて真実だと思います。

他の人に、横柄な態度をとる人というのは、それがわかっていない人です。自分はすぐれているということをまわりに知らせたい幼稚な人なのかもしれません。あるいは、親しさを演出するために、あえて横柄な態度をとる人もいますが、親しさというのは、相手も親しくしてほしいかどうかはわかりません。親しさを求める人というのは、往々にして嫌われている傾向があります。親しさというのは、押し付けるものではなく、自然に生じるものだからです。たとえ、少し親しくなったとしても、相手があまりに自分中心に考えているなら、人は去っていきます。

自分が相手にどう見られているかということは、相手が決めることです。ところが、横柄な人や、

過度な親しみを求める人というのは、自分をすぐれた者と見てくれ、ということ押し付けている人です。相手の考えを束縛しようとする人です。だからかえって、遠ざけられるのです。

5 言葉にあらわれるもの

仏教に十善戒というのがあります。これは宗教の戒律というより、ごくあたりまえの生きる知恵と言えるでしょう。その中に、言葉に関するものが4つもあります。嘘をつかない、中身の無い話をしない、乱暴な言葉づかいをしない、悪口を言わない、ということです。

宗教でどう扱うかはともかく、これらを守らなければ、地獄に落ちるとか、罰が当たるというのではなく、ごく当たり前を考えて、これらのことは、人が離れていく大きな要素となっていることは確かです。

乱暴な言葉づかいをしているけれども、ほんとうはあたたかいという人も稀にはいるかもしれませんが、乱暴な言葉を使う人は、多かれ少なかれ、何かを見下しているところのある人です。

また、言葉がていねいであれば、ていねいな人かというそうではありません。あまりにていねいすぎる人というのは、相手に対して壁を築いている人と言えるでしょう。

友だちになっていく時というのは、はじめは少し壁がありますが、次第にその壁を低くしていく作業なのかもしれません。

ともあれ、人を集めて、乱暴な言葉づかいを演出し、これだけ親しいのだということを強調した人は、ほんとうは友だちができにくい、自分のことばかり考えている人でしょう。他人を尊重せず、自分の正しさや能力をひけらかすことばかり考えているから、人が離れていくのであって、それを無理につなぎとめようとすると、さらに不自然なことを重ねてしまうことになります。

自分よりも立場が下の人に対して、どのような態度をとり、どのような言葉づかいをしているかは、その人の相手に対する意識がはっきり反映されています。

前回取り上げた、小林正観さんの『22世紀への伝言』（廣済堂出版、2014年11月9日）の21ページに「中西教授は教え子すべてを「さん、づけで呼ぶ大変な人格者です」と書かれています。

また、比田井和孝・比田井美恵『あなたの人生が変わる奇跡の授業』（三笠書房、王様文庫、2012年9月20日）の181ページに次のようにあります。

「言っちゃいけない言葉があるの。

これを言うと、今までにあなたが積み上げてきた徳とか、ツキとか、運が全部吹っ飛んじゃうのよ」

「汚い言葉……例えば、「てめえ」とか、「ばっきゃろー」とか「死んじまえ」とか、そういう言葉を使う人は、そういう人生を歩むのよ。

だから、きれいな言葉を使いなさい」

そして、183ページに次のようにあります。

汚い言葉を使うと、汚い心が出てきて、汚い心が出てくると、さらに汚い言葉が出てくるんですよ。相乗効果ですよ。悪い悪い相乗効果ですよ。

だから言っちゃいけない。言っちゃいけないんです。

それに、汚い言葉って、人が言っているのを聞くだけでも嫌な気持ちになるでしょ。

自分が汚い言葉を言ったときって、その言葉を一番近くで聞く人って誰だと思いますか？

一番近い人って、自分ですよ。

自分の耳が、自分の言葉を一番近くで聞くんですよ。

相手に向かっていやな言葉を言っているつもりでも、実は自分に一番その言葉を聞かせているんです。

自分が嫌な気持ちになるんです。汚い心が出てくるんです。

まさに、自分が吐いた毒で、自分がやられることになるんです。

ここで「汚い言葉を使うと、汚い心が出てきて、汚い心が出てくると、さらに汚い言葉が出てくるんですよ。」とありますが、発端はやはり、その人の中に、自分のことしか考えない、相手を見下しているところから、汚い言葉が出てくるのだと思います。

私たちは、不用意なことを言ってしまうことがしばしばあります。

名取芳彦『気にしない練習』（三笠書房、知的生きかた文庫、2015年1月10日）の57ページに次のように書かれていて笑ってしまいました。

『私は意外と神経質なんです』と言う人に限って無神経な人が多いのはなぜだろう」

病的な神経症なら、周囲の人にあらかじめ理解しておいてもらったほうがいいでしょう。しかし、自分が神経質であることを他人にわかってもらい、その上で気をつかってほしいと、言外で遠慮なく相手に押しつけるのは、一般には神経質ではなく無神経のレッテルが貼られることになります。

これは笑い話ではなく、理由は明快です。神経質というのは、自分の基準に強く囚われている状態です。自分のことばかり考えているわけですから、まわりにしてみたら無神経ということになるのです。他の人を尊重できない状態なのです。

同書の138ページの記述も、おもしろい指摘です。

友人の少ないことがコンプレックスな人ほど、自分がたくさんの人と映っている写真を頻繁にS

NSなどにアップするそうです。

友人関係に満足していれば、特に他の人に知ってもらう必要はありません。

同じように、人とかかわり合ったこと、知り合いであることを必要以上に強調する人は、人とかかわりに自信が持てない人なのだと思います。誰かが自分を訪ねてきたことで大騒ぎしたり自慢する人は、ほんとうは人からいやがられている人です。

同書の26ページに「お世話や親切は『しっぱなし、がよい』とあります。

これは仏教の布施の考え方ですが、お世話や親切を、ずっと「してやったぞ」という気持ちを相手に持たれたら、重苦しいこと、この上ありません。恩に着せるくらいなら、何もしてもらわなかった方がよかったと思う人も少なくないかもしれません。

6 自慢の害悪

自慢は、するだけでも、人が去っていきますが、自慢の奥底にあるものをついた文章があります。先ほどから引用している『気にしない練習』の159ページに次のようにあります。

自分のやったことを自慢し、ひけらかしたくなるなら、その前に、自分がしたことの裏側にどれほど多くの人の助けがあったことを考えるべきでしょう。

今日一日をとってみても、自分がやったことより、やってもらったことのほうが、圧倒的に多いのですから。

このように書かれていても、まだ気づかない人もいます。

例えば、電気を起こして送電してくれている人がいるし、水道に飲める水を流している人もいるし、パソコンを作っている人もいるし、服を作ってくれている人もいます。

自分の才能をひけらかす人がいますが、その人が使っている文字でさえ他の人が考えたものであるし、そのいばっている才能に蓄えられた知識や経験も、99%以上が、先人のものです。その人自身が考えたものなど全くないのにいばっている人がほとんどです。

その人1人ではまったく無力であることに気づかずに誇っているなら、むしろそれは、思慮の足りないことの証明です。

また、他の人が積み重ねてきた経験や知識や仕事を、知りもせずに、簡単に否定したり批判したりする人もいますが、同様に、無知をさらしているようなものです。

自慢したり、批判したりすることの多い人は、それ自体の理由で、人が去って行きますが、先に引用したことを全くわかっていないことをあらわしています。

この論文は、特に何かの本をもとにして書こうと思ったわけではなく、たまたまその時に読んでいた本から引用しています。

多くの人の知恵によって、私たちは支えられていると言えるでしょう。

7 すごい詩

そうした中で、時に、すごいものに行き当たることがあります。

次に紹介するのは、その本の著者の作ではなく、ニューヨーク・リハビリテーション研究所の壁に書かれた患者の詩です。

伊波真理雄・石村博子『不完全でいいじゃないか！』（講談社文庫、2002年12月15日）の86～88ページからの引用です。

大事を成そうとして、
力を与えてほしいと神に求めたのに
慎み深く、従順であるようにと
弱さを授かった。

より偉大なことができるように、
健康を求めたのに
より善きことができるようにと
病弱を与えられた。

幸せになろうとして
富を求めたのに
賢明であるようにと、
貧困を授かった。

世の人々の賞賛を得ようとして、
権力を求めたのに
神の前にひざまずくようにと、
弱さを授かった。

人生を享受しようと、
あらゆることを求めたのに
あらゆることをよろこべるようにと
生命を授かった。

求めたことは一つとして与えられなかったが
願いは全て聞きとげられた。
神の意にそわぬ者であるにもかかわらず、
心の中の云い表せない祈りはすべてかなえられた。
私はあらゆる人生の中で、もっとも豊かに祝福されたのだ。

この詩には、考えさせられることが多くあります。

私たちは、大事を成そう、力を与えてほしい、より偉大なことができるように健康を求めた、幸せになろうとして富を求めた、世の人々の賞賛を得ようとして権力を求めた、人生を享受しようとあらゆることを求めた、ということをしがちです。

これらのことがよくないことだとしたら、私たちは何を求めているのかと、くっつかかる人もいるかもしれません。

けれども、ここで言われているように、慎み深く従順であるように、より善きことができるように、賢明であるように、神の前にひざまずくように、あらゆることをよろこべるように、という姿勢の方が、はるかに人生を味わえるのです。

「大事」とは何でしょうか。「より偉大なこと」とは何でしょうか。そういうことを求める人の「幸せ」は、ほんとうの幸せでしょうか。「世の人々の賞賛」は必要でしょうか。

乱暴な言葉づかいをする人、汚い言葉を口にする人は、自分はあなたより上の存在であるということを示したい人か、親しさを押し売りしたい人です。

そのような人たちの「大事」「より偉大なこと」「幸せ」は、貧弱であり、たいした価値はありません。それどころか、それらによって「世の人々の賞賛」を得たいと思っている人は、絶えず、それに対してびくびくしていなければなりません。

私たちの人生は、人に評価してもらうためにあるのではないのです。

だからと言って、独りよがりの価値に溺れるのも筋違いです。

私たちの人生は、よく言われることですが、得たもののすべてではなく、与えたもののすべてです。

乱暴な言葉づかいや汚い言葉は、それ自体、ほしくない贈り物です。

さらにそこには、自己中心や他者否定、誤った優越感、親しさの押し売りなど、気持ちの悪いものがそろっているのですが、その本質に気づいていたら、けっして受け取りたくはないものです。

言葉だけ改めても仕方がないし、言葉だけ改めるのは、無理かもしれません。

基本的に他人を尊重する気持ちを育てるのはなかなか難しいことだと思います。

それこそ、先に引用した詩が患者によって書かれたように、失敗が続いたり、何かを失ったり、大きな病にかかったりしてみて、ようやく気づくことなのかもしれません。

けれども、物事は、少しずつ改善していく方が現実的ですし、まず形から入る、ということもあっていいと思います。言葉だけでもていねいにしてみる、否定の言葉はなるべく言わないようにして

みる、というところから、他人への見方、人生の見方を少しずつ変えていくというのも、この世に生まれた意義なのかもしれません。

他の人よりも優れていたい、他の人よりも正しくいたいというのは、以前の私には強いものでした。

そういう意識から出た言葉は、あたたかくなかったし、自分のことばかりに満ちていたと思います。開き直りではなく、そういうことに気づかないレベルだったのだと思います。

そして、そういうことは、なかなか自分では気づきにくいし、他の人は言ってくれないものです。

その時の私に言っても、理解しないどころか、喧嘩になるだけだと思って、ほとんどの人は言わずにすませたのだと思います。

けれども、ふとした行動や表情や、ちょっとした言葉の含みで、そのようなことを指摘してくれた人も、今になってみると、いたように思います。

自分がどのような言葉を発しているかは、録音しなくても、自分でわかることと思います。

自分では当然と思っていても、乱暴な言葉や汚い言葉に「当然」はありません。

それらが、束になって自分に戻ってきた時に、不幸だ、不運だ、とうめいでも仕方のないことです。言いつ放しですむことは、けっしてありません。

占いや霊能者によるのではなく、自分の言葉が、自分の今の状態や未来を、もっともよくあらわしているのです。