

# イエスと弟子トマス

*Jesus and Thomas the Apostle*

## 第4回 「あなたの口から 出るものがあなたを汚す」

text: 宝彩有菜

「トマスの福音書」は、1945年に、エジプトのナイル川河畔の洞窟に1850年以上も埋もれていた壺の中から奇跡的に発見されました。これは、イエスの言葉だけを記載してあるもので、「言葉福音書」と呼ばれています。全部で114項目ありますが、そのほとんどが例え話です。一読して何を言いたいのか、良くわからないものが多いのですが、「それらは、瞑想や悟りのお話で、イエスが話した例え話である」と仮定して、では、一体それが何の例え話であるのかを解説しています。今回は、その第4回目です。

なお、各センテンスの訳文は、上段、中断、下段の順に

(1) Thomas O. Lambdin による英訳

(2) Stephen Patterson and Marvin Meyer による英訳

(3) 「トマスによる福音書」(荒井献著・講談社学術文庫)による和訳の順に記載しています。

### ■ (No.014) .....

(14) Jesus said to them, "If you fast, you will give rise to sin for yourselves; and if you pray, you will be condemned; and if you give alms, you will do harm to your spirits. When you go into any land and walk about in the districts, if they receive you, eat what they will set before you, and heal the sick among them. For what goes into your mouth will not defile you, but that which issues from your mouth - it is that which will defile you."

(14) Jesus said to them, "If you fast, you will bring sin upon yourselves, and if you pray, you will be condemned, and if you give to charity, you will harm your spirits.

When you go into any region and walk about in the countryside, when people take you in, eat what they serve you and heal the sick among them.

After all, what goes into your mouth will not defile you; rather, it's what comes out of your mouth that will defile you."

(14) イエスが彼らに言った、「あなたがたが断食すれば、あなたがたは自分に罪をつくるであろう。そして、あなたがたが祈れば、あなたがたは審かれるであろう。そして、あなたがたが施しをすれば、あなたがたは自分の霊に悪しきことをするであろう。そして、あなたがたがどこかの国へ行き、村々を巡るとき、人々があなたがたを受け入れるなら、人々があなたがたの前に置くものを食べなさい。(そして)彼らの中にいる病人を癒しなさい。なぜなら、あなたがたの口に入っていくものは、あなたがたを汚さないであろうから。しかし、あなたがたの口から出てくるものは、あなたがたを汚すものである」

この項は、食べ物についての言明が3つ集められています。どれも、食べ物に関係あるという理由で集められたようですが、それぞれ、意図しているところは別なので、もともとは別の話だと思います。それでここでは、別々に解説してみます。

まず、1つ目ですが、「あなたがたが断食すれば、あなたがたは自分に罪をつくるであろう。そして、あなたがたが祈れば、あなたがたは審かれるであろう。そして、あなたがたが施しをすれば、あなたがたは自分の霊に悪しきことをするであろう」と、あなたがたは、良いと思っているどんなことをしても、何をしても駄目だよと言っています。

断食をすれば、精神修養にもなりますし、健康にも良いでしょうし、修行が進むと普通は考えられていたのでしょうけど、でも、断食しても駄目だ。断食したら罪をつくるよと、逆を言っています。祈るのも奨励されていたことのように、祈るのも駄目です。祈ると裁かれますなどと、これも逆のことを言っています。施しをしても、自分の霊に悪いことになるからやめろとさえ言っています。

イエスは、その当時、律法や戒律を守ることが大切だと考えていた「パリサイ人」に対して、律法や戒律を表面的に守ることは本当の修行になっていない、それは偽善だと、そのようなことを言っていたことは、他の福音書にも似た記載がありますので、そうなのかもしれません。(マタイの福音書 23章など)

しかし、トマスの福音書には、パリサイ人への批判めいたことも少し記述がありますが、パリサイ人を非難しているのではなく、パリサイ人は、本当のことを良く知らないのだと観察しているだけです。ですから、もしかすると、「イエスがパリサイ人を批判していた」というのは、後で誰かが他の共観福音書に書き加えたのかもしれませんが。共観福音書とトマス福音書の比較だけでは、どちらとも言えません。

トマス福音書のこの箇所も、普通に読めば、パリサイ人への批判のようにも取れますが、どうでしょうか。もし仮に、これがパリサイ人に言ったのではなくて、イエスの近くにいたトマスなどの身近なイエスの弟子達に言ったのだとしたら？ もしそうだとしたら、それは、どんな意味になるのでしょうか。そういう見方の方が興味深いと思うので、今回そのような見方をしてみたいと思います。

というか、イエスを尊敬し師と仰いでいる弟子達の前で、そのイエスがわざわざ他の人々のことを悪し様に批判することは無いのではないと思うからです。その必要もないでしょうし、そういうことをイエスは、たぶん言わないと思います。律法を重んじる、あるいは、偏重しているパリサイ人を目の前にした時は、イエスは批判的に彼らに言うことはあったかもしれませんが、無いかもしれませんが、弟子達の前で、その場に居ない他人(パリサイ人)を糾弾する、つまり陰口を叩くようなことは、おそらく、無かったのではないかと思います。

なぜなら、イエスのように愛に満ちて、悟った人はそのようなことは、あまりしないのではないかと思います。その必要もありませんし。ですから、この言葉は目の前にいるトマス達に、修行の要点として話したのではないかと私は思います。ここではそう仮定して説明してみましよう。

まず、断食についてですが、東洋の断食と中近東の断食は、少し違うようです。東洋の断食は、何日間も口にするのは、ただ水だけで、何も食べないことですが、中近東、特に、イスラム圏の断食は、太陽の昇っている間は何も食べない、でも、太陽が沈めば、ごちそうを食べる、それを一か月続ける、いわゆる断食月ですが、そのような感じですが、同じくユダヤ教の断食も、年4、5回くらいあるそうですが、ユダヤ教では、いずれも一日限りです。イエスの時代はどのような断食だったか分かりませんが、おそらく、これらに近いものだったと思います。つまり、中近東の断食は、東洋の断食のように体が痩せ衰えるまで、あるいは、自分の心身の限界まで痛め続けるようなものではない感じですが。

では、なぜ、それが修行に良いと思われているのか？  
断食は瞑想の修行に良いかと言われれば、実は、直接的には関係ないです。逆にお腹が減り過ぎると、精神活動が充分に発揮できません。あまりに空腹になると、ちょっと集中力が欠けるような状態になります。ぼーっとした状態、何かを真剣に考えられないような状態になりますから、瞑想の修行には、断食は直接的には不適切と言えます。

ついでに、修行に、断食を取り入れて、「空腹」「栄養失調」「エネルギー不足」という状況下で、無我の境地まで、目指そうと思う人が、古今東西、昔から後を絶ちませんが、それは間違っています。

断食は、「食欲」という肉体の欲を抑制する必要がありますが、まず、それが、「欲を抑制する修行になる」と思い易い点があります。しかし、それは単に我慢強くなるだけの訓練であって、悟りの修行にはなっていません。我慢出来る人は我慢できない人より立派な人だと思えますから、その延長線上に、もの凄く我慢が出来る人は悟るのだと安易に発想するのもかもしれません。間違っています。我慢がいくらできるようになっても、それは、マインドが強力になるだけで、マインドの活動を止めることにはなっていません。したがっていくら我慢ができるようになっても決して修行は前進しません。悟れません。

また、たしかに、断食を始めても、アタマは乏しい栄養下でも、少ないエネルギー下でも、いつものように必死で考えようとしますが、それが栄養不足、エネルギー不足で、しだいに考えられなくなってくるわけです。そのような状態になっている人に、罵詈雑言を吐いても、アタマが正常に働かないので、鈍い反応しかしなくなってくるから、

それを「無我に近づいている」と勘違いしてしまうわけです。単に、精神活動が生理的に減衰しているだけです。本当の瞑想は、そうではなくて、精神活動が正常に活発にできる状態で、山積みしている「思考の種」を片付けて、「あらゆる考えを追わない」状態を作ることです。クリーンにすることです。鋭敏に目覚めていて、しかもざわつかないシーンと静かな状態になることです。

そのような状態とは、まるで、地上の足枷を全部取っ払って、マインドは足枷がないので、本来の能力を最大限に発揮して、青空に悠々と飛び上がって舞い上がって行けるようなものです。

ところが、断食をすることによって「無我」に近づいていると誤認するのは、地上の足枷はそのままにして、マインドの活力を削いで、足枷があることすら鈍く感じられないようにしているようなものです。そして「私はすべての足枷を感じなくなった」と言おうとしているようなものです。それは本当の無我に近づいているのではありません。つまり、断食で修行を進めようとするのは、間違っています。

ただし、時折、断食することは、健康に良いとは言えます。特に、多くの現代人は、日頃食べ過ぎですから、食べ過ぎの人にとっては胃腸を休めることになり、それは健康に良いと言えるわけです。ですが、何度も言いますが、瞑想には関係ないです。ですから、イエスは、「意味もないのに断食などするな。断食してもちっとも修行は進みませんよ」と言っていたのかもしれませんが。

同じように、その時代どのような形や、方法で祈っていたのかよく分かりませんから、はっきりしたことは言えませんが、「祈りも瞑想の修行には関係ありませんよ。施しも瞑想の修行には関係ありませんよ」と言っていたのではないかと思います。

もともと、「断食」「祈り」「施し」が大切だと、教会やその指導者（以下、教会サイド、または、教会側）が言っていた理由を考えてみましょう。教会サイドは、「もし、それをしなければ、神が罰を与える。だから、しっかり『断食』『祈り』『施し』をきなさい」と言っていたわけです。つまり、「神に仕える教会やその指導者の言うことを聞きなさい」と言っているのと同じことです。いわば、一種の「脅し」です。

イエスは、弟子達を支配しようとしたり、脅して言うことを聞かせようとしたりはしなかったはずですから、「断食」「祈り」「施し」は、しなくても良いと言っていたのではないかと思います。

表面的な「断食」「祈り」「施し」は意味がないし、偽善的だからするなど言っていたのだらうと解釈するのは、普通の解釈ですし、そう解釈するのは簡単ですが、では、イエスは表面的ではなく、本式に、本心で「断食」「祈り」「施し」をきなさいと言っていたのかというと、それはそうではないと思います。イエスは、いつさい「断食」「祈り」「施し」は不要だ、もともと必要ないものだと言っていたのではないかと思います。

よくよく考えてみると「断食」「祈り」「施し」とは、例えば「今日は断食の日です。断食きなさい」と言って、教会側が民衆をコントロールする手段になっているわけです。権威に服従する態度を民衆に植え付けているわけです。「日暮れまで食べてはいけない。守れない奴は地獄に落ちる」というわけですから、これは民衆に躰（しつけ）をしているのと同じことなのです。日没後、皆がそろってから食事をすべし、皆がそろうまでは、食事をしてはいけない。とか、「いただきます」とみなので一緒に言うってから食べること、みたいな感じです。一番上座の人が箸を持つまで、誰も箸を持つてはいけないという禅のお寺もあります。どれも礼儀作法です。躰です。

犬に躰を教えるのに、皿に食事の準備をしている間は、「おすわり、待て」と言って、礼儀正しく待たせておいて、食事の準備ができたなら、「よし」と言って食べさせるようなものです。それと同じです。民衆を躰けるための断食。早いもの勝ちのような野蛮な食事マナーではもちろん、エチケット違反です。放っておけばそうなるのを、みんなが揃ってから食べるのですよと教育する必要があります。守れない人は地獄に落ちますよと脅して教育する手もあります。その延長線上に、どうも、中近東の断食の決まりや儀式があるというか、そのような経緯で発生したもののよう感じがします。

そんな断食なら不要だとイエスは言っていたのかもしれませんが。健康のための断食なら、したい人がしたい時に、したいようにすれば良いだけの話です。

イエスは、「断食」「祈り」「施し」とは、実は教会側の支配の仕組みだと見抜いていたのかもしれませんが、それらをする必要は全然ありませんよ、と言っていたのだと思います。きっと、だから、もう少し優しい言い方をしたのではないかと思います。

「そうですか。笑雲先生」

「たぶんね、小松茸。だから、そうだね、もう少し優しい言い方だったと思うよ。罪をつくるとか、審かれるとか、自分の霊に悪しきことをするとかは、いかにも他の人があとで付けくわえたような感じだからね。イエスは愛の人だからね。人を脅して何かをさせようとか、人を怖がらせて何かを止めさせようとかは思っていなかったはずだ」

「なるほど」

「イエスは、もっと優しく簡単に言っていたと思うよ」

「例えば、どんな言いかたですか。笑雲先生」

「例えば、そうだな。『トマス、いいかい、断食もしたければすれればいいし、祈りもしたければすれればいいし、施しもしたければすれればいい。したくなければしなればいい。それらは修行には関係ないよ。私が、それをあれこれ指示することもないね』とか」

「なるほど。支配しようとしなければ、そうなりますね」

「そうだね、小松茸。どんな教えでもそうだが、教えを広めようと思ったり、教会活動で生計を立てる人が出てくると、最初の教えとは真逆のことが言われたり、行われたりし始めるのだろうね」

「そうですね。この壺を買ったら悪霊が追い払われるとか、お札を売るなどというのも、同じようなものでしょうね」

「そうだね。でも、小松茸の言う壺も、お札もどんなものか知らないから、どうだとは言えないが」

「なるほど」

「最初に教え始めた人はあとの展開は読めないことだろうね。教えを広めるために『どこかの国へ行き、村々を巡るとき、目の前に提供された物だけを食いなさい』と、イエスは言っている。どのような展開になるかはわからないが、前もってイエスは、そのような教えを元に稼ぐなどという悪いことにならないように注意しておいたのかもしれない。でも、しかし、イエスは自分の教えがそのように広まることを予想していたようにも思えないのだけどなあ」

「そうですか。広まることを予想していなかったのですか」

「というか、そういう意図があまりなかったのではないかと思います」

「そうですか。ええと、笑雲先生、すでに、第2番目のセンテンスの説明に入っているのですか」

「そうか、第2のセンテンスだね。与えられたものだけで満足していなさい、とだけ言っているところだね」

「そうですね。でも、笑雲先生、与えられたものだけですと、もし、何も与えられなければ飢え死にしますが」

「ああ、そうだね。そこが辛いところだね。アルバイトをすとか、自給自足をすとか。昔の多くの禅の坊さんは農業をしていたね。穏やかなものだ。教えを広めるとかの発想ではなくて、習いたい人は寄って来なさいという方法だね。東洋は」

「出て行って教えを広めるといふ発想を持つとどうしても、摩擦が起きますね」

「そうだね。そうなる可能性は高いね。特に一神教の土壌で、ユダヤ民族のように土地を追われている場合などだと、そうなりやすいだろうな。だが、イエスが言った意味は、おだやかに、いわば東洋的に与えられるものだけで満足しなさいくらいのことだったのかもしれない」

「そうですか。なるほど。ええと、また、話をトマス福音書第14項に戻しますが、笑雲先生、第3番目の『なぜなら、あなたがたの口に入っていくものは、あなたがたを汚さないであろうから。しかし、あなたがたの口から出てくるものは、あなたがたを汚すものである』というセンテンスは、マタイの福音書第15章にも、マルコの福音書第7章にも、ほぼ同じようなものがあります」

「そうだね。これはどこにも記載があるね。弟子も良く覚えていたのだろう。さて、口に入っていくものは、食べ物だが、口から出て行くものはなんだい、小松茸？」

「言葉ですか？ 笑雲先生」

「そうだね。良い言葉が出て行くのなら、それは、自分を汚すことはないが、悪い言葉が出て行くと自分を汚すと言っているわけだ」

「なるほど。罵詈雑言や暴言を吐くと、そうなるわけですね」

「そうだね。相手をやっつけようとして口から出した言葉は、相手に効き目があるかどうかは別にして、それを出した自分自身をたちまちに汚してしまう。汚すだけでなく、破損、破壊させていると思う」

「そんなに凄いのですか」

「そうだね。ブッダの言葉にも、『憎む人が憎む人にたいし、怨む人が怨む人にたいして、どのようなことをしようとも、邪な(よこしまな)ことをめざしている心はそれよりひどいことをする』というのがある。ダンマパダの確か42番だが、これも同じことを言っている」

「なるほど」

「いいかい、小松茸。相手を攻撃しようと思うこと、また、それを言葉や行動の表すことは、それらの、矢尻や鉄砲玉が、自分から相手に向けて発射されるのだが、それらは自分の内側から発射される。つまり、相手に届く前に、自分自身の肉体をまず突き破って、発射されるわけだ。つまり、自分が壊れる」

「なるほど。そのダメージを受ける覚悟があるなら、罵詈雑言を吐けというわけですね。それは大損だから、普通は、まあ、やめておこうかと思うわけですね」

「そうだね。イエスは、口から出たら問題だと、たしなめているが、ブッダは、もっと奥が深い。心でそう思ったらその時にすでに、自分を破壊していると言っている。確かにそうだ。怒りがこみ上げて来て、それを口に出さず我慢していたら安全と言うわけではない。怒りがこみ上げて来て、それを言葉に出したり、行動に移すと、それは最悪だが、それ以前にもすでに相当のダメージを自分自身が受けている」

「怒りが内部に発生した時に、既に自分がダメージを受けているわけですか？」

「そうだね。血圧は上がり、動悸は激しくなり、血管は収縮する」

「戦闘態勢と同じ反応ですね」

「そうだ。その通り。怒ることは戦闘態勢と同じだ。その状態を保持していると必ず、自分が壊れる」

「だから、やめておいた方が良いということですね」

「そうだ。その方が、自分の身の安全のためになる。実際、古今東西よくある話だが、偉大な政治家でも、家来や部下の裏切りにあたりして、怒り心頭に達したり、憤怒の状態になったりすると、自分が自分に多大のダメージを与えてしまい、脳溢血とか、心臓マヒで、よく憤死する」

「古今東西よくある話ですね」

「そうだね。政治家は欲が強いし、修行はあまりしない方だから、そして、支配欲や攻撃力は人並み以上に凄いから、つい自分自身をやっっちゃうんだらうね」

「なるほど。凄いですね」

「ああ、そうだね」

■ (No.015) .....

(15) Jesus said, "When you see one who was not born of woman, prostrate yourselves on your faces and worship him. That one is your father."

(15) Jesus said, "When you see one who was not born of woman, fall on your faces and worship. That one is your Father."

(15) イエスが言った、「もしあなたがたが女から産まれなかった者を見たら、平伏しなさい。(そして)彼を拝みなさい。彼はあなたがたの父である」

これは、他に並行個所のない、アグラファ(飛び言葉)の一つです。いろいろに解釈できます。今回はトマス福音書を、瞑想の教科書と見ているから、この言明も、その立場から解釈し説明したいと思います。

「もしあなたがたが女から産まれなかった者を見たら」とイエスは言っています。人間は誰でも、100%女性から産まれます。例外はありません。もし、そのような人が居たら、それは、「父」、すなわち、この文脈から言うと「神」でしょうが、その「神」であるということのようです。

イエスは、マリアという母親から生まれています。これは弟子達も知っています。ですから、「女から生まれなかった者」には該当しません。女から生まれています。ですから、イエスは「神」ではありません。イエスは自分で、「自分は神ではない」と言っているわけです。

瞑想を深くして、究極まで到達すると、「神」とは人間のマインドが想像して作り上げたものだとわかります。ですから、「神」は概念としてはマインドの中に存在しますが、現実には存在しません。瞑想の先生も、しかし時には神の話をします。たとえば「それは神様に守られているのです」とか「神に祈って棚上げしなさい」とか、「神」という言葉を使います。しかし、それは方便です。人間がいくら考えても分からないことなどを、「神に任せて」考えないようにしましょうという使い方などをするための方便です。

イエスは、当時のユダヤ教の環境下で生まれ育ったのですから、「神」は居ると教えられていたでしょうし、そのように思って成長したかもしれません。しかし、一旦、悟ると、これは誰がどのような状況下で悟っても同じことですが、「神はマインドの産物」だとはっきり分かりますから、たぶん、「神なんてどこにもいないよ」くらいは、ごく親密なトマス等の弟子には言っていたのではないかと思います。

「そんなことをおっしゃっても、イエス様。神様は居らっしゃるのでしょう」  
 「何を言っているんだい、トマス。神様というのは、マインドが考え出した概念だよ。どこにも居ない。ファンタジーだ。夢想だ。作り話だ。フィクションだ。単なる方便だ」  
 「ええ、でも、でも、聖書にも書いてあるし、イエス様は、トマスには神様のように思えますが・・・」  
 「いいかい、トマス。もしトマスが女から生まれなかった者をどこかで見付けたら、そしたら、平伏しなさい。彼を拝みなさい。彼はきっと、神なのだろう。もしも、万一そんな人が居たらね。でも、そんな人が居る訳がない。そうだろ、100%居ないね、トマス。あはははは」  
 「そ、そうですか？ つまり、神は居ない。でも、イエス様は、やっぱり神様のように思えますけど」  
 「では、勝手に思ってください。それもトマスの自由だ(笑)」  
 「はい、イエスさま」

-----  
 「笑雲先生」  
 「なんだい、トマス。もとい、小松茸」  
 「そうすると、パリサイ人を非難したところじゃないですね」  
 「なにが？」  
 「旧約聖書の全体構造を根本的に否定していることになりませぬ。神は概念だなんて」  
 「そうだね。ユダヤ教自体の存立が危うくなる」  
 「ユダヤ教の教会や指導者は困りますね」  
 「そうだね。教会や指導者だけでなく、ユダヤ教を信じている人も困ることになるね」  
 「なるほど。それは危険ですね」  
 「そうだね。例えばインドや昔のギリシャ等、多神教のところでイエスが同じことを言っても全然危険ではないけどね」  
 「なぜですか？」  
 「多神教の神々は、みな、フィクションだと、多くの人々は思っている。想像だ。作り話だと。だから、滑稽な神様や、ダサイ神様や、新入りの神様など、みんな混在して居る。酒癖の悪い神様さえもいる。もともと、躰や聲しを利かすために居るわけではない。その民族がどうして発生したかとか、そのような物語が多い」  
 「そうですね。神話、物語ですね」  
 「そうだ。だが、一神教の下で、『神』は概念だなど言うのは危険なことだ。とても危険だ。社会のタガ(箍)を外してしまうことになる」  
 「なるほど。とても、危険。なるほど。そういうことですか。危険極まりないことですね」  
 「そうだね」  
 「でも、どうして、ユダヤ教は、一神教になったのですか？ 他はほとんど多神教ですけど」