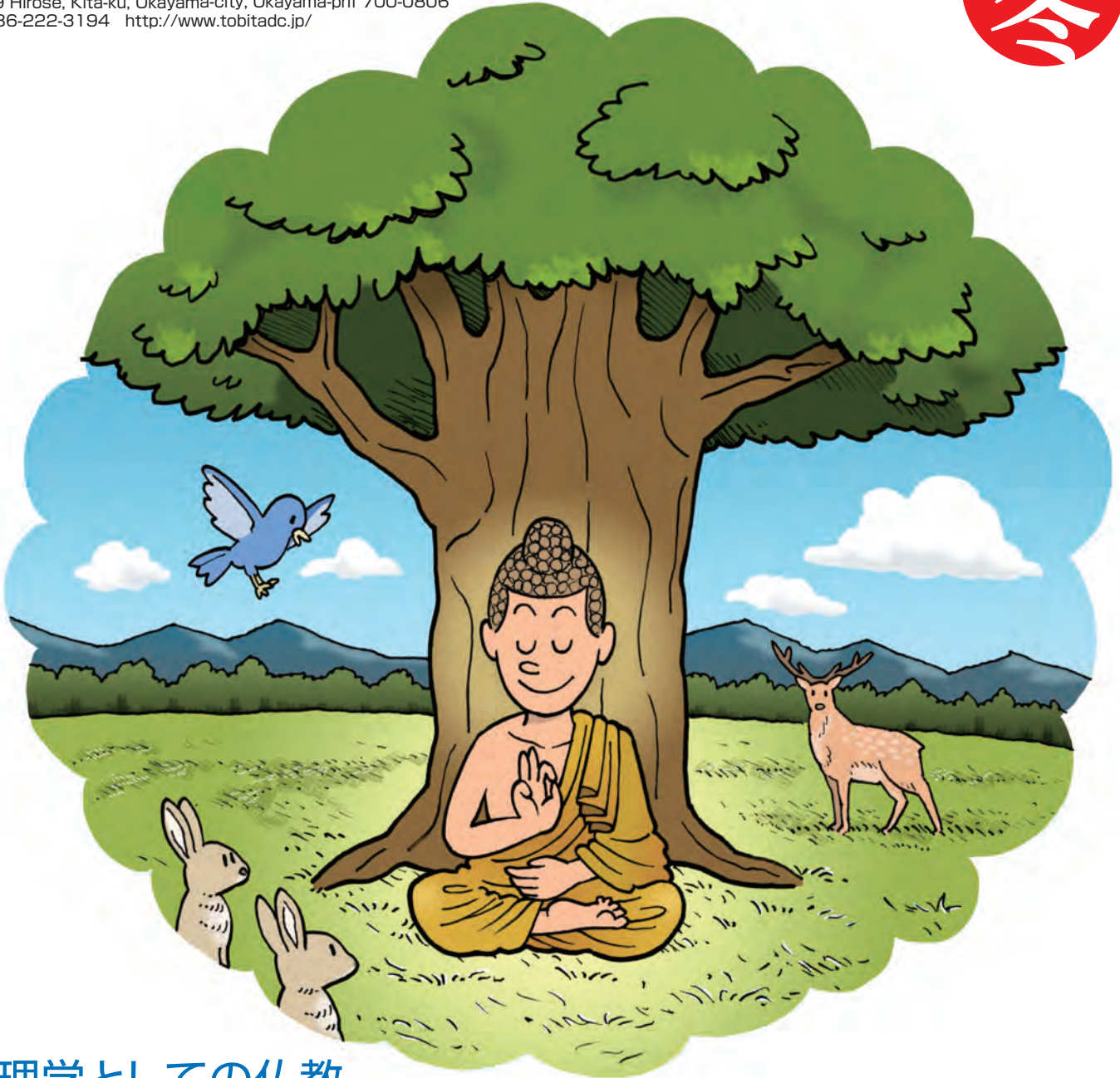


# Face to Face

## Tobita Dental Clinic

歯科一般/小児歯科/予防管理/口腔外科/インプラント/矯正歯科/審美歯科

11-19 Hirose, Kita-ku, Okayama-city, Okayama-prif 700-0806  
Tel 086-222-3194 <http://www.tobitadc.jp/>



## 心理学としての仏教

誰しも興味をひかれることはさまざまだと思います。私もいろいろなことに興味をひかれてきたのですが、その一つが仏教でした。ちなみに我が飛田家は神道で、上さんと母の実家は仏教です。

私が仏教に興味をひかれたきっかけは、比叡山延暦寺の第253世天台座主を20年間勤められた山田恵諦さんの書からでした。

その後は、放送大学で「仏教の思想」の単位を修得するために勉強したことと、仏教関連の書籍を数冊読んだことからです。それらの中でも「唯識」の考え方は意識の奥にある深層心理まで論理的に分析した思想であり、18世紀の心理学者のフロイトらが考えた深層心理より1,500年も前に考えられたことが私にとっては衝撃的でした。

中面へつづく...



## 心理学としての仏教

仏教は紀元前500年に現在の北インド(現ネパール)にあった釈迦族の王子として生まれたゴータマ・シッタッタによって開祖された宗教です。彼は最高級の衣食と3つの宮殿を与えられ、16歳で結婚し息子を儲け、他に2人の妃がいた豊かな生活でしたが、深い悩みを持っていました。当時は一定の義務を果たし家督を譲って出家する生き方が理想とされており、彼も29歳で出家しています。出家後はバラモン教の2人の仙人から瞑想を学び、その後は苦行を行ないましたが悩みは解消されませんでした。そこで、アッサッタの樹の下で深い瞑想に入り35歳の時に悟りを開いたといわれています。ただ、自分が悟った真理を人々に説くことはしませんでした。なぜなら、**「この真理は世間の流れに逆らい、微妙で奥深い、欲をむさぼり、無知の闇にとらわれた人には、真理を見ることはできない」**

と考えたからのようです。しかし梵天が教えを広めるようにひたすら頼んだことで説法を始めるようになり80歳まで説法の旅を続けました。この「世間の流れに逆らう」こと「無知の闇」は仏教を考える上で重要だと考えられます。人は「欲望」や「老い」への執着を常とし、これらを追及することで進歩してきた動物だとも考えられます。しかし、これらが悩みの元にもなると考えました。

ゴータマの実際の教えは残っていませんが、紀元前1世紀頃に書かれた最古の仏典とされる「スッタニパータ」にゴータマの説法を感じさせるものがあります。それは利己的な「欲望」と「老い」への執着が悩みの元となり、その悩みをなくす方法として**「自分の現実を素直に見つめ、悩みや苦しみがどこから来ているのかを自分の心を掘り下げること明らかにし、正しい行為を通じて脱却できる道がある」**と開示されています。このように、自らの心を変えていくために

心理学的な要素を踏まえた考え方が仏教の特徴であり、創始者を神格化する他の宗教とは大きく異なる点です。

仏教のさまざまな宗派の中で「唯識」は、心理学の要素を主にした2,3世紀頃の大乗仏教の一つで、国内では興福寺と薬師寺の法相宗がこの教えを主としています。この教えは私たちの心を論理的に分析することで、どうして悩みや憎しみなどが生まれるのかを明らかにし、どうすればそのような状態から穏やかになれるのかを示されています。その一部としては、人の煩悩(苦しみを生み出す精神)から目をそらさないようにするために、貧、瞋、癡、慢、疑、悪見の5つに分類することで理解しやすくしています。また、花は茎、葉、根、土の養分、空気、太陽などと関係しながら存在し、あるとき生まれ、やがて無くなると考えます。このことは私たちが常に周囲と「共存」していることを理解しやすくするための考え方です。このように、「老い」や「欲望」への執着に対しても煩悩を理解し自立的に思考するために知識を増やし、自らの心を変えることで悩みを減らそうとする心理学といっても差し支えない考え方だと紹介されています。

私は普通の人ですから「煩悩」や「依存的な考え」は常にふつつつとわいてきて、自制できなくなることもしばしばです。でも、論理的に事柄を分析し、自立できるように心をコントロールして悩みを減らすことで少しだけ穏やかになれるのは、ちょっとは仏教の知識があったからかもしれませんね。

<参考文献>

「唯識のすすめ」仏教の深層心理学入門 / 岡野守也 (NHKライブラリー)  
「仏教の思想」 国際仏教学大学院大学教授 / 木村清孝 (放送大学教材)



# Tobita library とびた図書室

## パラパラ漫画家 **鉄拳**



昨年はお笑い芸人コンビ「ピース」の又吉直樹さんが芥川賞を受賞したことが話題になりました。多才な人がいることと才能はいつ認められるかわからないものだとつくづく感じました。同じお笑い界から「鉄拳」も違う世界で認められているようです。私の印象は、ちょっと異質なお笑い芸人の一人としか思っていませんでした。ただ、彼は漫画家志望から芸人になり売れなくなって廃業を考えていた時、ちょっとしたきっかけで描いた夫婦の半生を描いたパラパラ漫画『振り子』がネット上で話題となり、一躍世界的に認められる作家になり『振り子』は映画化までされました。

彼の作品をネットで見た感想は、最近のリアルすぎるアニメとは異なり、マジックペンで描かれたパラパラ漫画のぎこちない動きの動画ですが、思わず目頭が熱くなってしまいました。その鉄拳がベストセラー作家の水野敬也とタッグを組んで20万部突破した作品だということで興味を引かれて購入して待合室の本としました。絵が主体で短い文章ですので、数分で見ることができ、友人との話題のネタにもなりますのでぜひ手に取ってご覧ください。注意点は念のためにハンカチを準備してからの方が良いかもしれません。



book

## リニューアル



年末の工事中にはご迷惑をおかけしましたが医院をリニューアルしました。

目的は「治療の質の向上」と「より快適に過ごしていただくために」です。

私が父と共に診療を始めた1994年に改築してはや20年になります。

さすがに色々なところに補修が必要になりましたので改修をすることになりました。

それに伴い新たな診療室を設けましたので、処置内容や時間によっては、この部屋になる場合がありますので楽しみに。

外壁は祖父、父の時代からそのままにしていたのですが、今回は思い切って新たな雰囲気になりました。

ただ、祖父の時代から使っている看板は修理してそのまま残しました。

奥の診療室のチェアは長時間の診療でも快適に過ごしていただくために、クッション性を向上すると共に最新機器を導入しました。



### 新たな機器と治療法

ヨーロッパの歯周病治療で導入されているデンマーク製の光殺菌装置と、ドイツ製のダイオードレーザーを導入し、歯や歯ぐきの治癒の促進と組織に優しい処置が行なえるようにしました。また、短時間で診断可能なデジタルレントゲンも導入しました。

歯科治療ではより細部まで見えることが治療の質を向上します。そこで、処置内容によって2倍、3倍、10倍の拡大鏡と3種類の異なるメガネを駆使して診療

を行なっています。老眼になった私の頼れる相棒です。1997年にアメリカのシリコンバレーのベンチャー企業が開発した、マウスピースを2週間ごとに取り替えて歯を動かす矯正治療を取り入れました。歯並びの画像を取り込みデジタル化することで、コンピュータ上で個々の歯が最も効率よく動かすシミュレーションを行ないます。そしてステップごとのマウスピースを作成する近現代的な治療方法です。

