

# こころの光

## 清浄光の巻

宗教心理	一	姿色と分泌	三三
五 眼	四	ホルモンと精神との關係	三五
宗教儀禮	八	緊張と弛緩	三六
清浄光	九	分泌液と精神	三三
感覺界は感覺所現	二二	精神と食物	三四
清浄光	二六	姿色と交感神經	三五
姿色と精神	二九	生理は不快感を減す	三六
姿色と血液	二九	三昧の生理	三七
呼吸と姿色	三二	光顔と三昧	三九
		三昧練習	四〇

## 宗教心理

如來の恩寵と人の信仰

宗教關係は、本より人の精神のみに於て成るべきに非ず。一大事因縁を以て、衆生をして佛知見を開示して佛の正道に悟入せしむるにあり。

不識の宗教衝動の曖昧なる冀望の中に客體神尊を愛し、感情の之に對する愛慕は子の親に對する如き、知力は客體を印象し、感情には之を我がものとし、情操至心に宗教的衝動に自ら得んとする客體は、不識的に關係を得るをば仰いで信じ、感情は之に對して憧憬欽仰し、知力は之を印象し、情は之を我がものにして、而して宗教的世界の内容を含み、自己の中心を如來の中に立て如來に對する情操より靈的衝動として、活動の原動力となり、意志は靈的生活の結果として、益々向上發達して、その指導の下に活動し向上して、如來の中に外に向つて行動す。

斯く心の三能を致一したるを一心と云ふ。一心を如來の靈應に對するを信仰と名づく。

信仰とは如來に歸命信賴し、其の命令に率ふの謂ひなり。此の宗教的關係を知力にのみ見る時は、理性主義にして内容を充しめず、活動の原動力なし。

また感情の性のみ見る時は、内容は充實するも盲動なるやも保し難し。宗教的内容は己を客體に投影するにあり。如來は理性のみにて凝然不動ならば、我が信仰と交渉を結ぶなし。宗教は自己一面にあらす。如來と人との關係同一機能の二面なるを要す。此の關係なくば宗教なきのみ。

人の知情意三能と一致したるを信仰として、之に交渉すべき如來の四光あり。清浄歡喜、智慧、不斷の光是なり。この四光は本一體なれば、之を恩寵また聖靈と名づく。如來より人に與ふるの謂なり。恩寵と信仰と合一して宗教關係を實現す。

法華に又如來一大事因縁を以ての故に世に出現す。一大事因縁とは、衆生の信と如來の恩寵の縁との感應に出つて、人の知見を開示し、而して如來の聖道に入らしむるにあり。

因縁とは信仰と恩寵との感應にして、機能致一の不可離の關係なり。此の二面は一面を活動とし、他を受動とすべからず。二者同じく活動なり。

如來の恩寵が人の機能に在つて活動す。如來の恩寵即ち人の信仰に交感し、水に火を加ふる時、蒸發して蒸氣力を發すと同じく、此の因縁即ち神人の感應に出つて生活々動す。

宗教理性主義は自己の根底たる絶対主體と致一なるを開發し、顯示するも、そのみにしては形式動機のみにして、動力なく、澹泊に陥り、内容の缺けたる宗教は活動すべきものに非ず。

吾人の理性は本有にして、絶體主體より與へられ、之を開發によりて顯示す。感性は如來の關係によりして啓示し靈化す。また活動せらる。

主體なる一心を活動の四方面に分類し、感覺、感情、知力、意志とす。此四心分類に對する如來の恩寵を、また四面より見て、清淨、歡喜、智慧、不斷とす。次の如く感覺を美化し、五根清淨にし、心情を融合し、歡喜靈福を興え、智力正知見を開示し、眞理に悟入せしめ、意志を靈化す。

佛智の眼を開きて、如來の正道に行動し、聖子として聖職を果すべき心理状態を、人の方面より見たるものなり。

### 清淨光と五眼

感覺とは人の五官、所謂、五根、五識、眼耳鼻舌身が外界の色聲香味觸の刺戟によりて起す處の心理作用なり。

天然の人の感覺は外界の五境の誘惑によりて五欲に溺れ其の精神を染汚す。故に名づけて五塵と云ふ。たとへ外界に惡の誘惑物充滿すとも、己に煩惱種の潜伏するに非れば、動機となるべからず。經に五欲は心を主とす。經には五欲の過患をあげて、其の感誘を防禦すべき心靈を發展すべきことを教へられたり。凡夫多くは感覺の爲に心靈を染汚す。人の天然なるは實感のみにして美感は未だ展せず。

人の感覺に佛教には五眼等の五種の感覺を明せり。

肉眼には生理學的の天然の機能的物理的機械的壓迫を以て五官の作用あり。

生理の自然律に制せられて器械的機能に種々あり。人は光を藉りて視るに動物禽獸の中に光によらずして視るあり。日光の爲に碍らるゝあり鳥の類の如し。

すべて生理機能器械的なるは肉の五官と名づく。

次に天眼等の修養の結果自然と致一し冥合する時、一大精神界中の自然界なれば、神通感應して、空間的に遠近に拘はらず、碍障なく明暗なく自然界の萬象を見聞するを天眼天耳とす。また天鼻と云ひ、天舌天耳と云ふ。

法五官 法は事法性法性の理性に隨順して事法界をなす。

自然界已上の心靈界に顯現せるすべての感覺を見聞するを法眼と云ひ、如來の本質即ち法性に稱ふ五塵の境界に對する五感作用にて、淨土の五妙境界を見聞覺知する感覺作用即ち感覺心象なり。

法性眞如界涅槃界の莊嚴を感覺する五官なり。淨土の五妙境界は其の感覺する所をあらはせり。

法身に屬せる五官の感覺の故に法眼等と名づく。

美學に所謂美的假象なるもの亦法眼に屬す。三昧境中に法界に逍遙し淨土の莊嚴を感見す。

自然界は肉の五官の感覺界にして心靈界は至美の感覺即ち法の官能の所感。法華の我此土安穩、天人常充滿等はこゝに屬す。

### 慧眼

如來の本質の中たる絶對理性態を感じ一切差別を絶したる本質實體と相應する慧なり。彼此の想を絶し理法界を觀する作用なり。

### 佛眼

前四眼を統一し、四眼は本如來のはたらきが人の機能的に實現したるは肉、人の心靈によりて實現せるは法界。

慧眼の一體なるは法眼の事々の感性とを統一したる佛眼には一塵中に十方無量の刹海を見る等。また五根互用、圓融無碍等佛の感覺を云ふ。

## 宗教の美的儀禮

八

禮拜の崇高に森懐し、懺悔に切齒し、救済の慈悲に親接し、融合の快味を覚え、慈悲を得たるを信じて、愛情の最高妙樂を享く。感情は其の刺激の高まるに従ひて感覺分子増進す。

凄涼壓迫の空氣に觸れ、立ち上る香煙に精神朦朧とし、五色の窓の中に薄暗き間に宏壯の穹窿を仰ぎ、沈靜の音樂に信仰を震慄し、是等の感覺は崇高の美的感情に伴ひて未だ入神せざる者を攝取する功あり。教會の讃歌が宗教改心の豫備をなす如し。寛印僧正梵唄、妓王妓女の禮讚、安樂住蓮等。

宗教入神せし人も、尙増進し精緻にする爲には感情を練達するを必要とす。其の寫象を昇進するは、其の感情の反動感應によりて刺撃す。宗教的の感情は精緻熟達するを要し、之を精緻ならしむは美的儀禮を最好とす。

## 清淨光

宗教的心機即ち感性が、如來の清淨光に感化し、純熟する時は、感性極めて精妙に、整然として光を放ち、喻へば玉璣を琢磨し垢質去る時は玲瓏として内外に映徹せるが如し。最も靈妙なる感覺機能八面玲瓏としまた洞然として十方に徹照し、靈明にして不可思議なることを得ん。喻へば青眼鏡によつて四面を望む時は萬物悉く翠色を呈するが如く、感覺機能にして清淨靈敏なる時は、向ふ處として玲瓏たる美天國と顯現し、耳根清徹にして微妙の聽覺を感じ、嗅覺至妙にして馨香芬烈なるを感せん。客觀界の兪劣穢惡を論ずることなかれ、唯阿彌陀佛の靈能を感じて、心性清淨なる時は、處として極樂ならざるなく、方として淨土ならざるなきに至らん。

法華法師功德品に、六根清淨の功德を明せり。略して之を録せば、若し人行至り功成する時は、父母所生の肉眼が清淨なるを得て、世界内外を映徹して見る。また因緣

九

果報の生處を悉く見る、また自然に五眼等の功德備はると。世界内外を無碍に見ゆるは天眼の用なり。衆生の業因緣を見るは法眼の用なり。其の眼清淨なるは慧眼の用なり。一時に内外即ち感覺と觀念世界とを雙々照すは佛眼なり。

また天然の感覺界を見るは人天眼、二乗境界觀念界の消極の方面なる空のみと觀するは慧眼、清淨の觀覺界依正報を見るは法眼なり。佛を見るは即ち佛眼なり。

耳根清淨とは、世界内外を（感覺界の事）聞くは肉耳なり。觀念界の徧空を聽くは二乗の慧耳、觀念界と感覺界とを雙々聽くは法耳なり。絕對圓滿に缺くことなきは佛耳なり。また聽いて染著せざるは慧耳なり。また謬らざるは法耳にして、一時に三世十方を圓かに聽くは佛耳と云ふ。

鼻根清淨とは、世界内外を嗅ぐは天鼻、不染不著なるは即ち慧鼻、嗅覺分別するに謬らざるは即ち法鼻、一時に一切を圓かに覺するは佛鼻なり。

舌根清淨とは、一切諸の苦澁の物にも悉く變じて上味となり、天の甘露の如くならんは天舌、眞味は無味なりと味ふは二乗の慧舌、萬法謬らさずして味を知るは法舌、圓かに一切の法味を一念に味ふは佛舌なり。又舌根清淨にして深妙の音響を出して聞くものを歡喜悅豫ならしむる諸の語をなすこと自在なるは天舌、壞せざるは慧舌、謬らざるは法舌なり。一時に互に用ひて自然に無碍なるは佛舌なり。

身根清淨にして淨瑠璃の如く、衆生見んことを樂ふ、世界の内外悉く中に於て現前す。世間の所有中に現するは肉身の用なり。二乘身の中に現するは慧身の用なり。菩薩の中に於て現するは法身の用なり。佛身中に現するは佛身の用なり。一時に圓かに現じて一時に互用す。謬らなく著することなし。

心の質相を證する時、四大皆空にして、淨瑠璃の如くに障礙なく、森羅萬象現前せずと云ふことなし。意根清淨にして一偈一句を聞くに無量の義に通達し、其の所説の法其の義趣に隨ひて皆質相と相應す。皆俗間經書世語言、資生の業等を説かんに皆正法に順す。其の人思惟籌量言說皆是佛法にして眞實ならざるはなし。世間の資生產

一一

業皆正法に順するは意清淨なり。實相と違背せざるは即ち慧意清淨なり。思惟籌量するは佛意清淨なり。一時に四明に一時に互用するに誤ることなし。

### 感覺界は感覺の所現

人仰いで蒼々たる天を瞻、俯しては萬物を賸る。斯くの如きの現象は是何に依りて感覺するや。論に心生ずる時は種々の法生じ、心滅する時は一切の法滅す。蒼々たる天渺々たる萬物山水の美景萬種の草花、若し人の視覺なき時は物色何の色か呈せん聽官性なき時は音響の氣を破鼓すも、香氣にも、若し人の感覺なき時は色塵聲塵は何物ぞ。即ち識る感覺界なるものは人の感覺によつて現象を感すべきものなりと。

唯識論に一水四見の喩あり。即ち萬法唯識の所感の故に、吾人は地球に在つて人間界上に男女の相に紅顏蛾眉の色絲竹管絃の聲に於ける蘭麝の香に於る金殿玉堂の美なりと人の美と感する所にも他の動物の感官に歡迎せらるべきものに非ることは、他の動物の感覺と人の感覺とは同じからざることを推して知るべきなり。

一水四見の喩とは物質なる水は同一質なるものに對する生類の感覺に異様に感ずることは、人は之を水と感ずるも、水中に遊ぶ水族の爲には人の大氣中に在るが如くに感ずべく、若し之を精明に純熟したる神識の梵天の天眼には水を映徹せる琉璃寶地と見え、また肉慾我慾の結晶たる餓鬼の業識には天人が琉璃地と感見せる水に接觸すべからざる熱河と感ずる如く、全く此の現象界は唯識の現象にして若し人にして感覺作用なかりせば、日の明、火の熱、雷の響も感すべきならん。若し人天然の心機を超越して精明に靈化せる感性には七寶莊嚴の靈妙的感覺世界を感見すべし。これ非物質精神態の高等なる感覺界を發見せんと欲せば甚だ不可なり。譬へば青眼鏡をもて外界を見る時は萬物悉く青色ならざるはなし。若し彌陀に靈化せる精神にて觀見する時は十方處として清淨國土ならざる處なきを感せん。

絶對無限の宇宙の眞面目は、本來清淨本然なり。衆生自ら無明によりて誤つて塵

劣の世界を感ず。プラトンの感覺世界と觀念世界とを立て、平凡の人は單に感覺世界のみを見、至人は觀念世界を觀すと。カントの叡知世界とは此の觀念界に外ならず。法華に我三界の如くに三界を見ず、又衆生劫盡きて燒盡さるゝも、我が此の土は安穩にして天人常に充滿せりと。

此の中に三界とは感覺世界 衆生は自然の感覺世界のみを見て世界の眞相は是の如しと謂へるは假相をもて眞實と誤解せり。牟尼は超感覺なる觀念世界に清淨國土を觀見す。然るに此の叡智觀念世界は亦常寂光土とも名づけて、現象の感覺世界は滅却すべくとも、觀念世界は常自として不動なり。世間の人は現象の感覺世界を以て全く依止すべき處として依屬するも本來現象界は有爲變轉して常住なるものに非ず。若し此の相待規定の世界を超越して絶對的觀念界に安住する精神には安穩にして常住なり。此の觀念世界なるは平等坦然泊淡なる理想態のみに止らず、七寶莊嚴の微妙の莊嚴琉璃寶地には内外に映徹し金沙微水照、玉葉滿枝明、音樂八風宣。

是心作佛、是心是佛、自己の精神にして彌陀の靈化を捨て、單に客觀界に淨土を求むるものは是佛弟子に非るなり。自己の主觀靈化する時は向ふ處として七寶莊嚴ならざるなし。處として黄金世界ならざるなし。是心作佛。若し彌陀によらずして靈化すといふ是處あることなし。一念彌陀を念すれば一念の佛、念々彌陀を念すれば念々是佛、彌陀の妙色莊嚴を念する時は漸々に感染し同化して竟に妙色莊嚴をもて自己の感性に薰せん。楞嚴に香に薰すること久しくして器物即ち香を成すが如し。若し妙色薰染すれば感性には向ふ處として淨土ならざるなきを感せん。

人の精神本これ絶對主體の一分子なれば、諸の垢質を脱する時は靈覺玲瓏として顯現せん。喩へば寶石を磨きて光彩瑩然たるが如し。人彌陀の靈光に感染靈化する時は感性清淨にして見聞覺知靈精にして、現象界と同じく觀念の淨土を併觀することを得ん。若し淨土の莊嚴の説を聞いて是方便なりと談するものは、天然素質、自己の垢質の感性によりて處として危穢のみを見るが故に然るのみ。唯摩に其心淨きに隨ひて佛

土淨しと。

菩薩の行を行する時、其心淨きが故に、感ずる處の世界も清きになるなりと曰ひしに、舍利非が然らば今此の土をして如來の土とせば、此の土の愈惡なるは、佛の昔菩薩の時行じ給ふ時に不淨なる心が所感として斯く此の土は愈惡なりしにやと問ひ上れば佛の仰せらるゝに否ず。我今此の土は清淨にして七寶莊嚴せりと我には見ゆると。

(以下断絶)

### 清淨光

感覺に被る光——感覺性を美化して清淨皎潔ならしむる光。

宗教關係の主體なる個人の心機が已に成熟し靈化したる機能を、心理分類の四種の中に於て、精熟の功果として先驅に徴候を感ずるものは感覺なりとす。感覺とは視聽覺嗅覺味覺觸覺の感覺作用にして、精神は外界との關係には最も先驅として此の媒介によりて精神は外界の物事を經驗す。然るに今教の感覺に感ずべき清淨光によりて感性を清淨にし玲瓏ならしむるは客觀界(外界)との關係による感性に非ず。尤も原始的宗教天然教に於ける如く、彼等は天然物素の中に客體を認め、蒼々たる曠天赫々たる太陽は即ち神なりとし、儒教に徳の輕きこと毛の如し、毛は猶倫あり、上天の載は聲もなし、臭もなし、至れる哉、とは感覺の極にして超感覺に進まんと欲する兆あるも、未だ超越すること能はず。亦進んで超然主義には、此の感覺世界を超えて彼岸に到達するに非ざれば、微妙清淨の靈妙の感覺世界を感ずる能はず。此現象界と彼美天國とは其の性を異にすればなりと。

進化せる斯の教には、淨土莊嚴と此穢土とは客觀界其のもの、性質のいかゞを言ふに非ずして、自己主觀即ち心機が天然のみに唯感覺界を感ずると、阿彌陀の觀念によりて神的觀念世界を感ずるとの異にして、已に主觀にして靈化するときは感性清淨にし、八面玲瓏として阿彌陀佛去此不遠を感ずることを得ん。庭前の柏樹も七寶行樹

と草堂茅屋も宮殿瓊閣と映交し雙照するを得ん。

大乘圓滿の修多羅に示せる微妙至美の莊嚴界は客觀的に求むべきに非ずして、主觀的に求むべきものなり。觀經の所説の淨土の莊嚴は全く客觀界の現象に非ず、主觀即ち靈的觀念の客體現象なり。故に觀經に若し三昧を得ば彼の國地を見るをうるの分明にして具さに説くべからず、又佛身の高妙なる八萬の相好無盡の光明等は具に説くべからず、但し憶想して心眼をして見せしむべし等と。

### 姿色と精神

我等教祖を範とし彌陀の靈光に浴して、此の宗教的身器の血行、呼吸、神経系、内的分泌等の調節作用を能く調へ、すべての活動機能を彌陀の靈力に充され、靈的活動の器械運動の調節即ち奮をさし、蒸氣力を充分蓄へて靈我實現的に活動せざるべからず。

宗教的人類とする時は個人は法身の分身にて宇宙を縮小せる佛子なり。小宇宙たる個體の身體と精神とは同一體の二現にして肉體と精神とは親密の關係あり。

### 姿色と血液

精神と姿色との關係に就ては先づ姿色は血液と關係あり、血液の本源は心臟なるが故に精神と心臟の因縁は深い。精神興奮すれば心臟の鼓動盛になり血管が開張して血

液循環迅速となり、精神沈静すれば貧血して顔色が蒼白となる。劇しき憤怒には心臓破裂するあり。また中樞と心臓の血行につき血液が中樞より交感神経を傳達して心臓に至れば心臓收縮して血液減じて青白色となり中樞より迷走神経により心臓に傳達すれば心臓弛緩して血が多量となり潮紅色を呈す。

姿色清浄は靈的活氣の表現にて靈に活くる人は肉も元氣よく神色玲瓏たり。靈の血に染みて活氣の血液が潔よく循環す。元來血液は身體の營養の原料を胃腸にて消化したる營養物を吸収して身體組織の各部に配置し而して呼吸より酸素を吸収して組織に分配し炭素をば排出す。分泌腺に必要なる成分を供給し、組織の老廢分を體外に排出す。故に若し血液循環不良なれば身體組織に變動を來たす。血液循環の中心は心臓なり。血液は心臓より動脈管に出て毛細管に循環し、組織に分配し腎臓また皮膚よりは老廢分を排除し組織の代謝産物を靜脈より心臓に還し肺に入て吸除炭の働きを爲して又心臓に還る。此の循環作用は心臓の收縮と擴張との運動による。即ち心臓が擴張すれば靜脈管より血液を受容し心臓が收縮すれば動脈管に送る。此の運動によりて血液循環を調節す。吸氣には肺が擴張し陰壓を生じ心臓及血管は働けども胸廓外の血管は外界の氣壓を受け、胸廓は靜脈血を心臓に吸引して循環を助く。呼氣は靜脈血の環流を助く。而して心臓擴張の秩序の運動は全身末梢の循環を掌る共に循環を調節す。血液の鹽物は骨となり蛋白質は筋肉と作り、常に代謝し老廢物を排出し身體の組織に分解作用を爲して血液に酸素を供給するによる。また血液の白血球には細菌を撲滅する力を有す。若し宗教眼にて見れば此の生理的の生體も如來藏の生物現にして種々の巧妙なる組織を機能として法身の妙用と能力が種々の因縁より成したるものなり。

### 呼吸と姿色

呼吸なるものは人の生活機能には缺くべからざる作用にて呼吸と循血とは親しき因

縁を以てをる。呼吸は空氣中の酸素等の養分を肺に吸収して血液に供給して體温を發し、老廢物を排除し酸素を吸つて乳糜と化して血液を造る。呼吸は胸と腹との間なる横隔膜の運動にて起す。腹皮は柔かなる筋膜と皮膚なれば伸縮が自在にて胸と腹との中間なる横隔膜は穹狀にて筋肉縮めば膜は下り弛む時は上る故に膜が下れば胸廓及び肺は廣くなり腹は狭くなる故に自然上腹は前に出で胃腸が上より壓せらる。深呼吸に依て下腹が太くなる之を氣海丹田と云ふ。

また口稱念佛にて下腹に力を込めて聲を丹田より發する時は深呼吸と同じく自然と氣海丹田に力づく。而して能く高聲に稱名すれば其聲が清朗として宗教的に云はゞ一々の呼吸の器械は是如來の靈的器具にして酸素等の氣は悉く我等が靈を養ふ賜である。飛錫禪師か人は木樵子の珠數を以て稱名の數を採る、我は一々の呼吸の息を以て念珠とすと。實に管に一呼一吸の息は念珠たるのみにあらず此呼吸の息氣悉く彌陀の賜にして而も靈を養ふべき糧なり。また真に光明に接せざる人は精神に醜しつゝある地獄餓鬼の氣が一呼一吸の中に惡道に通ひつゝあり。此の一呼一吸彌陀の靈の靈素を含みて此呼吸は天地を清め法界を淨くす。夫と反對に諸の不善の輩が胸に不善の毒素を溢して吐き出す氣息には毒素を含むが故に常に空氣を汚濁す。

### 姿色と分泌

人の身體生理機體及び血液循環呼吸及びすべての調節作用、皆宗教的生活には一も缺くべからざる必要條件なると共に、皆生理機能全部を靈的に應用すべきが宗教生活の旨と爲す處、生活全部が靈的に活用する故に、人生は永遠の生命あり、眞の價値あり。生活機能を悪用する故に人格に三惡道の結果を爲す。

身體五臟六腑及び一切生理機能の各部を養ふ血液の循環に就きては既に述べたり。身體の組織器官細胞の間を循環する血液の中に一種特殊の化學的成分の分泌物が有つて、此の分泌物が化學作用に依て非常な影響を生理機能に及ぼす力を有つて居る。一

切の器官の働きが相互に因縁して互に連絡し而して全體の生理機能の統一と調和を保たせる特殊の成分をホルモンと呼ぶ内分泌物質ありと。これはギリシヤ語の喚び覺しと云ふものにて特殊の腺にて生成せらる。外の大多數の腺が其の分泌物を導官に依て汗杯の如くに體の外に輸出すると異り、ホルモンは別に導官を具せず分泌物を直ちに體の内なる血液中に輸出する内分泌物質である。

人體に數多の器官機體が無數の細胞無數の組織から成立つてを。之を統一して生活の目的は自己保存とか種族保存が、更に進んで云はゞ靈的に永遠の生命と靈的に人格完成し、常に獨り然るのみならず、一切と共に靈的の完成を期するにあり。

實に巧妙なる機能が相聚つて組織する統一と調和とを保つ爲めには、随つて精妙な働きは是れ神経系とホルモンとである。神経系は中樞と末梢とに依て成り立つてをる事は已に明なり。高等なる人類には神経系の發達することは非常である。然れどもそれのみにては完全に調節が取れぬ。また活力がない。此を助力する内分泌の助に依らねばならぬ。神経は機能が極めて鋭敏なれども疲れ易い。ホルモンは血液中の化學成分液にて化學作用を以て組織器官の興奮を喚發する力は疲労なしにて持續す。

ホルモンが生理機能に及ぼす働きの二三を擧ぐれば甲状腺、大脳、下垂副腎、又松果腺等の各處にホルモンを生成する處あり。

### ホルモンと精神との關係

内分泌物質が精神に關係を及ぼすことに就き云はゞ、若し甲状腺(俗にノドボトケ)を治療手術等の爲めに截り除く時は、精神の作用甚しく鈍くなり、記憶力減少し優柔不斷に元氣も銷沈し性慾減退し甚しきは自痴となるあり。若し之にホルモンを生成する様にしそが増す時は精神の働きが活潑となる。甲状腺のホルモンが過度に増す時は精神も活潑に勇氣も増進し饒舌となり性慾も増長すと。斯く甲状腺のホルモンが増

すとも、人の精神力と習慣と云ふものは大に生活力の方向を轉換せしむ。故に平生に精神を靈的の高等なる方面に向けてます。使用の習慣を爲す時は活潑なる精神力を用ひゆくこと、喻へば釋尊の青壯年時代に非常なる精神力を大善提てふ我無上道之光を得て一切を斯光明の下に度せんとの志願は、甲状腺の盛なる分泌物を高等なる靈的の方面に注げるを以て、大に精神活動の奮として精神の運轉を速度にしたり。

經に「青年に漲る色慾なるあり、是可惜青年の血を動物的に働かしむ。之が方向阿耨菩提と云ふ道心を發して此の方向に向つて活動せしめば動物慾の旺盛なる力を高等なる方面に進むべき力と爲り得ると。有爲なる青年は能く精神の奮なるホルモンを豊富にして高等なる意志の寶輪に奮きして靈的に向上すべし。

副甲状腺に一個の分泌腺あり、針頭大なれども貴重なる職を有つてをる。若し之を除く時は瘧癎症を發し死に至るあり。また此の場所が病的状態となれば精神にも影響し或は憤怒とか恐怖又不安の状態を現す。また往々に精神異状を來すあり。ホルモンが精神作用に及ぼす因縁は多大である。また精神が内的ホルモンに及ぼす力も大である。精神作用かく血中のアトレナリンの分量に變化を來す。すべて精神の働きが神経に傳ひ神経から血中の分泌液を起してアトレナリンなる分泌が全身の交感神経系に於て働き其働きを亢進せしむる力を有つてをる。精神作用からアトレナリンは副腎にて造られ而して血中に在つて全身を運行し、交感神経系を不斷に刺激し全身の官能に及ぼす。

教祖の諸根悦豫姿色清淨なるは爰にあり。教祖は大靈なる無限の靈的太陽の靈活の力と三昧的交感し、活々したる靈氣を承けし釋尊の精神に交感し、靈氣は佛陀全身の交感神経に感電し、全身に運用して不斷に靈活の働きが即ち佛陀の姿色清淨と現せしなり。我等常に教祖に習ひて此の靈的電力を精神に傳通して、全身の交感神経を動かして諸根悦豫姿色清淨とならん。

精神が生理器械に及ぼす力に一方は生理的に諸根悦豫し姿色活々となる。弛緩の一方には其の反對の括約、抑制、緊張等の統制的威力的作用あり。諸根悦豫は前者にして光顔巍巍は後者に屬す。前者は感情及び感情等を寛大にする歡喜悦豫の方、後者は意志的に統一緊張する力を持つてをる。

神經系統中に交感神經系と副交感神經系とは相拮抗して弛緩と緊張の働きを有つてをる。

人に植物的と動物的の兩生理機能を有つてをる。消化、呼吸、血行、排泄、生殖等の不隨意的機能と隨意運動の機能とである。

隨意筋感覺器官は精神機能にて腦髓神經の配下に屬するものは動物機能にて、腸胃血管、子宮、膀胱等の不隨意筋に屬するものを植物機能と云ひ、腦脊髓より自立神經系となつてをる。即ち脊髓の一部より出て神經纖維が全身に瀰蔓して交感神經節の末梢と爲つてをる。腦脊髓神經は腦髓及び脊髓より起り交感神經節に關らず、直接に骨格、筋及び感覺器官の末梢に連絡してをる。

自立神經系の三區。一、中腦及び延髓。二、脊髓大部分胸髓及び腰髓。三、脊髓下端薦骨部、中に於て胸腰部は組織の排列に生理上機能特色を有つてをる。之を交感神經系とす。他の二を副交感神經系と云ふ。交感神經は全身に亘りて區域が廣い。眼の瞳孔を擴大にし心臓には筋肉の搏動を亢進せしむ。皮膚の全部腹部の内臟等すべての血管壁の平滑筋を緊縮せしめて血圧を加減す。毛根筋が收縮すれば毛が瀰整、また胃腸等の消化管の平滑筋を弛緩せしむ。また子宮、喇叭管、陰等や輸精管等の内部また生殖器の平滑筋の緊縮を起したり、また涙腺、唾腺、睪腺腎、副腎等の分泌を促す。また若し交感神經が過度の興奮する時は肝臟等の糖原質を葡萄糖に變化し、血中に容るる爲に作用を亢進す。交感神經系は神經節の間の連絡を能くして全身に蔓つて働いてをる。

てをる。

副交感神經は自立神經系の一部として平滑筋及び腺細胞の働きを助けて交感神經と相拮抗して働いてをる。頭蓋部の眼に在つて瞳孔括約筋を緊縮し、心臓には筋肉の働きを抑制し、唾腺には分泌を促し、また胃液腺等の分泌を促し、腸胃の平滑筋を緊張する等、すべて交感神經と相反對にして相互に相扶け合ひ一方は緊張すれば一面が弛緩す。

交感神經系は眼瞼を大きくし、血行を盛にし、筋を興奮し、腸胃の運動は抑制し、腦肺心臓の血管を擴大にし、他部の血管を收縮せしめて、身體活動に必要な器官に血量を増さしめ、或は血液を筋力の根源とし貴重なる葡萄糖を豊富にして、異化的破壊的現勢力的なるになし、副交感神經系は諸の器官を休息せしめ將さに働かざる勢力を養ひ、また心臓の運動を抑制し、腸胃の運動を盛にし、消化液の分泌を促し、營養吸収を増し、すべて同化的建設的である。

分泌液と精神

斯身心は悉く如來藏隨緣の現れたる個體なれば、小なりと雖も是全體の縮少なり。生理的の機能至れり。生理一切の皆真如隨緣の個體、人の身と心の關係も親密なり。人の大脳と小脳の間松果腺の分泌液は人の生理的の早熟を防禦する能力ありて、若し早熟を防ぐべき分泌液を造る松果腺の腫物に冒され、若しくは障礙あれば、心身共に早熟し幼少にして身は長大し髭鬚生じ生殖器及外陰部早發す、小兒にして長者の如くの智慧辯論をなす如きあり。また性慾強手淫の病的に陥るあり。此の分泌液は生理的の早熟を防ぎ年齢進むに隨つて分泌減退して徐々として身心を發達せしむ。雌鳥の松果腺を手術にて除く時は雄雞の雞冠蹠爪等も發達し早くに交尾を挑むやうになつてをる。

大脳下垂體の指頭大なる處の分泌液の處を取除く時は、身體及び骨格の發達妨害を



受け、生殖器の發達が不完全となり、精液も造られず、雌性ならば妊娠せず、性慾も減退す。之と反して下垂體肥大なれば、分泌液盛なれば骨格も發達し身體も長大に、若し成人の後に發達せば指頭鼻尖及び舌手足等のすべて突出せる部分が不釣合に生成肥大する如き、すべて身心の發育を催ふす働きを有てざる如しと。

松果腺と大脳下垂體との内分泌の働きは相待にして調和と統一を司るべき作用、矢張諸根悅豫と威顔巍々との相互に相助長し相抑制して調和と統一を完全にす。精神が習慣生理に及ばす力大なり。常に信念を堅固にして生理の根本なる靈力を仰ぐ時はすべて生理機能の適宜を得て身心調和宜きを得て諸根悅豫と威力巍々たるを得ん。

又宗教は古來高德は能く性慾を防退して精力を高尙なる道心に發動せられたり。此性慾は本より生理上必須の性なり。然れども其の身に素きて禁慾家は禁慾に就て其を防禦するの理を識るべく、節慾家は節慾につきて理を知るの要あるべし。性慾本ミオヤが人生に賦與せしなり。生殖腺の内分泌性慾に及ばす關係に就て生理學に曰く

若し生殖腺が病的より大脳を冒し精神に障礙を來したり、また生殖作用の變化を起す故に、春期發動期には身體にも精神上の革新を爲す。此期に於て精神病を發する如き偶然にあらず。或る學者の實驗に、蛙の交尾期に入りて性慾旺盛と爲ることは抱擁反射と爲りて外に表はる。即ち雄が雌を抱く如き此は一定の神經中樞の興奮によりて反射的に喚びをこす。中樞の興奮は平生は大脳より來るなれども抑制機能が之を抑制せられて居る。然るに交尾期に入ると大脳の抑制機能が減退して而して抱擁反射の中樞が興奮してこの働きを起す。此また生殖腺内分泌の作用に本づく。假令交尾期に入るも雄蛙の睾丸を除く時は性慾減退し抱擁反射を起すことなしと。要するに生殖腺の内分泌は神經中樞の性慾に關する働きを有つて居る。

分泌液は人の身體の五臟六腑及びすべてに沁み渡りて涸たたる生命の流を潤し活氣を催して居る。若し此の分泌液が涸渇する時は生命は涸してしまふ。

### 精神と食物

人の姿色清浄ならむには生理機能に於て消化作用の胃の分泌は大事である。此の胃液の分泌は精神作用と深き關係を有つてをる。胃液分泌の中樞は延髓にて、食物の刺激から感覺器官を興奮して食慾の精神作用を起し、大脳より胃液中樞の延髓に於て分泌液より食慾を起す。胃液の分泌物は二つの時期に行はる。第一期に食物を攝取すれば胃に達せざるに起る分泌物と、食物の胃に入つて二三時間持續する胃液の分泌物。食物は一部は胃液にて消化し、カストリンなる内分泌物が胃の幽門部に於て形成せらる。

精神に關係あることは嗜好物には胃液分泌の中樞を興奮して食慾を起して分泌物が多量に出づ。若し食物を思はぬ時は胃液分泌が行はれぬ。假令食物なくとも嗜好物を想像すれば盛に分泌物が出づ。之に反して非常な苦悶憤怒杯の激しき情緒の動く時は分泌止む。

常に大なるミオヤに精神快活なる時は食慾もすむ。

### 姿色と交感神経系の内分泌

調節作用の内分泌に副腎より起るアトレナリンなる物は交感神経纖維の平滑筋に在つて交感神経系を興奮させる力を有つてをる。若し試に少量のアトレナリンを血管内に注射すれば瞳孔散大し、涙腺より涙が分泌し全身毛逆立ち皮膚及び内臓の血管は收縮し腹部内臓の血管は殊に收縮す。此のアトレナリン分泌物は副腎にて製造する故に、若し副腎の病氣に罹る時は筋力が減弱す。

アトレナリンは葡萄糖を造つて、生理上恐怖とか苦痛とかの感情の働きを柔かに忍び易きやうに有利にできてをる。アトレナリンは肝臓より糖原質の多量を葡萄糖に變せしめて、血中に入る時は苦痛や恐怖の感情の働きに要する筋肉の働きを有利にす。

其の所以は葡萄糖は筋力の根源である故筋力を養ふ糖分が必要なり。アトレナリンの働にて交感神経の配下なる腹部臓器の血管劇しく収縮する。其かはりに交感神経に關せざる四肢筋肉や脳髓また肺心臓等の血管はアトレナリンの爲に収縮せぬ。

故にアトレナリンは血脈は自ら腹部内臓に高まり脳や心臓等は血脈が低くなる。そこで血脈が高きより低きに向つて循る爲に脳や心臓などが多量の血液が供せられて神経中樞 循環呼吸系等の供給と老廢物の排除を良好にして身體の活動を盛になす働きを有てをる。

内分泌と呼吸との關係は副腎の分泌物アトレナリンが呼吸に及ぼす働きはまた大なり。元來身體の活動を烈しくすれば、随つて酸化の度も増す爲に、呼吸が多量の酸素を吸入すると共に炭素を排除することも多量となる爲に、呼吸の働きが盛に行はる。

生理は人の不快感を減ず

ミオヤは人に生理的に利を興ふべく賦し給へり。故に若し不快感の原因たる刺激が腦に起ると、腦の血管は収縮する爲に、腦の神経細胞の興奮性が衰へしめ、不快を感ずる感覺力を鈍らす故に、神經の興奮性は衰へるやうに、下腹丹田または脚部に力を注ぐ時は、自然と不快感の情が軽くなる。

心配の刺激を受けた折に、腹部内臓の擴張する時は、脳及び皮膚等の血管が収縮して、爲に知覺神経が鈍り、不快の感を輕くすと。

不快等の腦の神經の働く時は、血液は多量に成る故に、益々快とか不快の感覺を鋭くす。故に快感には他を忘れて充分に腦に血液を働かすべきに任すも、不快の感は成べく血を腦より他に輸出する様に心意を用ゆる時は、憂惱とか恐怖とかの感情が輕減す。

三味の生理

此身心は宗教的の器具である。宗教は人間以外の絶對的實在者との親密なる關係を結ばんとするに成り立つ。若し三味冥想中に、神を神の方に集注する時は、脳髓及び内臓の血管は擴張す。之に反して外部及び四肢の血管が収縮するにつき、理由は他部の血液を奪つて腦に集め、腦の生理機能を充進せしめ、精神の作用を有利ならしむる爲めばかりでなく、ウエルヘルの説に由れば、脳髓及び内臓等に血液を聚むる時は、皮膚は貧血を起し、すべての知覺神経を減退し、外來の刺激の感覺を鈍らし、精神の統一集注に有利ならしむ。若しかやうな目的とすれば、内臓血管の擴張によりて、他の表部を貧血ならしめ、脳髓血管の擴張によりて腦の血行を良くし、又一方に他の血行を貧弱にして感覺を鈍らし、一ら精神を一境に集注せしむるに有利にし、三味の境に入りて神を一に逍遙するに順應にす。宗教的の人類とすれば是神人感應に適するやう生理は出來てをる。

光顔巍々と三味統一

世尊の光顔巍々として威神犯すべからざるは、内面三味統一の心意の表現なり。然るに精神的意力の弱き衆生は此意識を統一すること容易にあらず。生理的機能、腦髓機能は常恒不斷に活動して、血液が脳髓機關中に循環し、最も激しき活動が統一に秩序的活動するは、最も健全なるか天才的なるか、また能く堅忍不拔の精神を以て練習の結果なりとあり。人の意識は種々の雜念亂起して一定時間同一觀念を把住することは容易にあらず。意馬心猿外塵に惹起せられ、内心に劇波甚だ停め難し。種々難多なる歴縁對境に襲はれたる習慣の惰力甚だ除き難し、紛紛たる雜慮紛起しまたは想像記憶等の覺念が繁く往來す。

三味修行の要は妄念雜起を驅除して純一無雜の思念を精練する處にあり。即ち明鏡を執つて無想無念の境に安定するの心の相なり。心を一境に住して目的なる如來の

靈境に安住し、自己の妄念亡じたる處に如來は現前す。若しそれ如來の靈月を感せん  
とせば自己の心水を坦然と靜にすべし。

## 二 味 練 習

三昧修行には意思の精練を要す。精神の力は意志にあり。意志の力強ければ感情及びすべての念慮を抑制す。諸の妄念起らば、此に關せず唯目的の方面に專注し、心々相續して勇猛精進なる時は、益種々の感情活動、或は劇しく熾然かと思へば忽に消ゆ。故に之を防禦する豫防法としては、成べく感情を惹起すべき原因を遠ざけて、一定の撰擇せる目的に向て欲欣の心を生ぜしむべし。他の雜念を排除するは意志の力なり。念佛三昧は雜多の念慮を排して専ら如來の一境に住む。其の純正なる目的は如來を知見し如來心中に入り光明獲得する處にあり。

三昧は自己のすべての善惡の念を止め、自己を空虛とし、意識を滅却して純一なる如來心に入るなり。意識滅却すと云ふも從來の妄我を滅却し、而して如來の靈に滿しめ、靈に活きんが爲めなり。若し如來の靈に滿たさる時は靈的活氣全身に彌漫すべし。

念佛三昧は單なる觀念に非ず。所念の如來を純一專注し、心念統一の意志、所念の彌陀を專念し、目的を遂行せんとの心念なり。漸々純熟するに隨つて、精練せる心念は白月青天、靈日麗天、靈妙の活動、自我は全く如來大我と合一し我如來中にあり。

四〇

四一

昭和三年三月廿八日印刷  
同 三十日發行

誌代年七冊壹圓貳拾錢(郵稅共)  
年拾貳冊 貳圓(郵稅共)

編輯兼 山崎 辨 成  
發行人

東京市小石川區老荷谷町九八  
印刷人 小林七太郎  
電話小石川一四九五

發行所 東京市小石川區水道橋二ノ四四  
ミオヤのひかり社  
振替東京六八五一番