

NPO 法人シニアエキスパートフォーラム
コミュニケーション研究会

平成31年4月1日

「日本人のこころ」のルーツを探る

佐立 弘臣

1、はじめに

「日本人のこころ」を書くヒントになるかとも思い、座禅体験から話を進めることにした。3年前、自宅（茂原市）から車で10分ほど、天台宗の弘行寺というお寺で座禅と写経に行っていることを聞き参加することにした。

座禅は10時に始まります。9時40分頃、寺に到着すると本堂には座布団が2枚重ねて30組ほどが並べられています。参加者は既に5～10名ほど来ており、座禅が始まる10時頃には20～25名ほどになります。男性は5～7名ほど、女性15～25名ほど。年齢は50代から70代でしょうか。

座禅の方法は宗派によって異なります。天台宗では「座禅止観」（小冊子）があります。「止観」とは主に天台宗で用いられる用語ですが、『広辞苑』には、心を一つの対象に集中させて雑念を止め（止）、正しい智慧によって対象を観察すること（観）とあります。心を集中させて、ものごとを正しく観るために「坐る」のが座禅（坐禅）です。「座禅止観」とは、そのような考えに基づいた座禅の修行方法のことが書いてあります。現代風にいえば「座禅マニュアル」でしょうか。

座禅が始まる前、いくつかのお経があり、終ると座禅に入る前に体をならします。住職の合図で手、腕、首、体、腰、足などを動かし血行をよくします。いわゆるストレッチです。終わると着座します。本堂に向って全員が座ります。（椅子の方もいます）

住職より座禅の方法の説明があります。座禅の「座り方」、「手の組み方」、「目の開け方・何を見るか」、「呼吸の仕方・数の数え方」、「初めの合図・終わりの合図」、「禅定（棒で肩を叩く）」などの説明があり、座禅スタートです。

スタートは10時半頃になります。まず住職から体を前に45度、それから後ろ、次に15度前に、後ろに、最後に5度前に、後ろにと言われ姿勢を正します。それから「止静鐘（しじょうしょう）」という坐禅の始まる合図があります。弘行寺では鐘が2回鳴り、禅杖を2回打ちます。弘行寺では座禅の時間は30分、途中の15分で鐘が1回鳴ります。一般的には座禅の長さは1炷(線香1本の焼ける時間)といい、約30分～40分の様です。

初心者は自分の呼吸を数えるという方法で、吐き出す息(吸う)と吸う息(吐く)で一つと数え、息を百まで数える。百まで数えたらまた一に戻って繰り返す。「数息観(すうそくかん)」というものがあります。勘定を間違ったり、雑念がでたら、1に戻り、繰り返します。「数息観」をやってみると「言うは易し、行は難し」です。なかなか難しく、すぐにいろいろなこと雑念を考えてしまいます。私はすぐに雑念が浮かび、1に戻ってしまい、何回もやりなおします。まだ成功しません。

座禅は思いを放ち、さまざまな想念に引き回されないこと。目に映るものにも、耳に聞こえる音にも、鼻に匂う香りにも、心に浮かぶ思考にも、それらの一切のことを、相手にせず、ただ坐ることこれが座禅といえます。

座禅は11時頃に終わります。

インドでは約5000年も前から樹の下などの閑静な場所で静座して、瞑想に耽るヨーガ(瑜伽)の修行が行われてきたといえます。約2500年前(紀元前500年)、釈迦は菩提樹の下で座禅をし、瞑想し、悟りを開き、仏教を広めたといえます。その後、仏教は上座部仏教(小乗仏教)と大乘仏教と分かれ、中国に伝わり、約1500年前(6世紀)に大乘仏教が日本に伝わります。仏教が「日本人のこころ」の形成にどのような影響があったのでしょうか。まずは「日本人のこころ」と「仏教」から入って行くことにしました。

参考資料

- 1、禅 心と体が奇麗になる座り方・・・池田書店
- 2、呼吸のくふう・・・日常生活の中の禅・・・春秋社 辻 雙明(著)
- 3、体と心の調節法—『天台小止観』に学ぶ・・・大法輪閣 鎌田 茂雄(著)

2、「日本人のころ」と「仏教」

2-1 仏教誕生

約2500年前（紀元前500年）、釈迦は国の王子として生まれ、16歳で結婚し、1人子もうけた。ある日、人の一生は苦であり、永遠に続く輪廻の中で終りなく苦しむことを分かり、そこから解脱するため29歳で出家し、一本の木の下に坐り、35歳にして「目覚めた」。それ以来、ブッダ「目覚めた人」として知られるようになり、この木は菩薩樹、すなわち「目覚め〔菩薩〕の木」と名づけられた。その後、説法を続け80歳で入滅した。ブッダという言葉は「叡智を得た人、悟りを得た人」という意味で、これは名前ではありません。彼の名前はシッダルタという。

ブッダの入滅から100年くらいたった紀元前3世紀頃に行われた仏典結集の会議で、出家者たちが戒律を緩やかにすべきであると主張して対立、保守的な「上座部」と進歩的な「大衆部」に分裂した。（これを「根本分裂」と呼ぶ。）それ以降も、教団は分裂を繰り返し、部派仏教（いわゆる小乗仏教）の時代に入ります。

仏教が三大宗教の一つになったのはこのように釈迦の思想に他の考えを加え、分派を認め枝分かれしていく多様性により、世界に広く浸透していったと言われています。

「仏滅後五百年」およそ紀元前後の頃、仏教の衰退に危機感を抱いた者たちによって興された「革新一原点回帰」の運動が、大乘仏教です。紀元前後に興じた大乘仏教は、仏の教えを仏弟子として学ぶだけの小乗仏教の自利の修行に飽き足らず、釈迦と同じく菩薩行を修して釈迦の覚りを得ること、人々に対して利他行を貫くことを理想とする、民衆の間から興じた運動でありました。

もともとの仏教は、自力修行だけでした。釈迦のように、自分の力で修行して悟りを開くというのが、本来の仏教だったのです。しかし、大乘仏教というものが生まれたことによって、庶民化した仏教は劇的な変化を遂げます。ここで起きた変化とは、すでに悟りを開いた偉大なる如来の力にすぎることによって救済されるという、「他力本願」の考え方が生まれたことなのです。この他力本願の究極の形が、阿弥陀信仰です。

大乘（Mahā（偉大な）yāna（乗り物））という意味で広い層の人々が信者になる事が出来る仏教で、大乘仏教は本来の釈迦の教えとは異なる別の宗教です。日本では江戸時代、町人学者の富永中基が「加上の説」を唱え、日本仏教は釈迦仏教に次々と加え大乘仏教は仏教でないとい説をだしました。今では「大乘非仏説」が主流になって居ます。

インドで始まったが仏教は 4 世紀ごろから 7 世紀にかけて衰退していきます。日本への仏教伝来は 6 世紀、その頃、既にインドでは仏教は衰退が始まっていたのです。その原因は 5~6 世紀ころから僧侶は難解な教理の研究に重点を置き、一般民衆の生活からどんどん離れていったことにあります。またインドでは仏教の興起前。古代インドではバラモン教でしたが、その後インド各地の土着の民俗信仰と仏教の影響を受けてバラモン教はヒンドゥー教に代わり、各地の民俗信仰が融合して成立したという背景から、インドの人々の生活に密着した宗教となっていく。11 世紀、イスラム勢力がインドに侵入してきます。この侵入をきっかけに、イスラム教徒がさまざまな僧院を破壊したため、仏教は急速に衰退していきます。現在、インドの宗教はヒンドゥー教徒 79.8%、イスラム教徒 14.2%、キリスト教徒 2.3%、シク教徒 1.7%、仏教徒 0.7%、ジャイナ教徒 0.4% (2011 年国勢調査) です。

2-2 中国の仏教

仏教の中国伝来の時期には諸説があるが、紀元前 2 世紀頃、シルクロードを往来した商人たちが、仏像や仏具などを持ち運び、インドから中国に仏教が伝来していたのではないかと考えられています。3~4 世紀頃、さまざまな経典がサンスクリット語から中国語に翻訳された。この時代の翻訳は主にインドからやってきた渡来僧たちであった(旧訳と呼ばれる)。6~7 世紀、中国からインドに渡る僧侶が現れ、中国人がサンスクリット語から中国語に翻訳された(新訳と呼ばれる)。

我々がよく知る三蔵法師の「西遊記」があるが、これはこの時代、玄奘三蔵が書かれた旅行記「大唐西遊記」を踏まえて書かれた読み物です。玄奘三蔵は 40 名とも 100 名とも言われる同行者でインドに渡ったが中国に戻れたのは玄奘三蔵と後 1 名と言われている。それほど過酷な旅であったが多くの中国人がインドに渡った。

翻訳の難しさはインドの人々の思想を理解し、中国の思想、言葉に置き換える事、特に適切な言葉が無い時の言葉の選択にある。この中国人による漢訳が仏教を広く中国に広がることに貢献した。日本人では多くの僧侶が海を渡り、仏教を学んだが経典を和訳しなかったことが日本の仏教を形式化した一つの原因ではなかったのではないかと。

仏教が中国に伝来した時、すでに「儒教」、「道教」という宗教があり「仏教」は後から入って来た宗教である。「儒教」は日常の道徳、特に親に対して孝行し、主君に対して忠を果たすなど人として正しい在り方だとされている。「道教」においては「道」に沿って生きる事欲望を追い求めるのではなく、より純粋に生きることである。

多くの仏典が中国で漢訳され仏教思想が中国に広がるに伴って、中国で受け入れた仏教は大乗仏教であった、小乗仏教は「小乗」と蔑称で呼ばれた。これは釈迦の仏教の「輪廻」の

繰り返しが苦の根源であるという思想でなく、中国では死の先にあるもの、来世は浄土である思想である。釈迦は輪廻から脱出するために修行し「涅槃」に入るが中国では死んで浄土に生まれ変わる。来世の捉え方が違い釈迦の仏教は中国で大きく変わった。この仏教が日本に伝来した。

1950年6月、世界仏教徒連盟の主催する第一回世界仏教徒会議が開催され、「小乗仏教」という呼称は使わないことが決議され、以後「上部座仏教」と呼ばれている。

「上座部仏教」はスリランカ、タイ、カンボジア、ミャンマー、ラオスなどで信仰されている。

2-3 日本の仏教

日本の仏教は、聖徳太子（574～622）によってその基礎が据えられたとされる。太子は、仏教思想を非常に深く受容し、これを治世にも活かしたといわれ、法隆寺や四天王寺などを建立している。

奈良時代に入ると、遣唐使によって唐から輸入された学問仏教が奈良の諸大寺院で学ばれました。法相宗の興福寺、薬師寺、華嚴宗の東大寺、律宗（鑑真）の唐招提寺であります。総じて、奈良仏教は、鎮護国家的性格を有した、國を治める宗教でした。

平安時代には天台宗（最澄）、真言宗（弘法大師（空海））が生まれ、平安時代末から鎌倉時代にかけては政治の実権が貴族から武士へと移り、その一方、天災・飢饉・戦乱などによって民衆の苦悩は深まっていきました。しかも仏教史観によれば、末法の時代でもあり、そうした中で貴族階級中心の平安仏教に代り、念仏を唱えることで民衆の救いへの願いに応える仏教（浄土宗（法然）、浄土真宗（親鸞）、日蓮宗（日蓮））が生まれたのです。

ブッダから数えて第28祖であるボーディダルマ（達磨）がインドから中国へ伝え、老子の教え（道教）と深く融合して中国禅となりました。日本には中国（宋）をとおして鎌倉時代、臨済宗の栄西や曹洞宗の道元たちによって武士階級、庶民に禅（瞑想）が伝わりました。

このように天皇、貴族のための國を治める宗教であった仏教は鎌倉時代には庶民の宗教として人々のところに浸透していったのです。

明治維新による強制的な神仏分離が行われる以前は、神道の神と仏は一体で混淆した信仰体系であった。仏は新来の「神」として敬われた。6世紀末には既に神宮寺を建立したとされ、日本の仏教は当初から神と仏は同じものとして信仰されていた。「神仏習合」は約1000年近く続いたため、神仏は日本人のところに大きな影響をもたらしていきます。「宗教」と

という言葉は英語の「religion」の訳語として明治時代に出来た言葉です。それまで長い間、神道も仏教も区別されず、また宗教であるとも思っていなかったのです。

今日の近代化された人々の生活の背景においても、大きな影響を失っていないと思います。現代日本の生活様式は最新のテクノロジーに支えられ、きわめて合理化されたものとなっている。しかし、日本人は無意識のうちにも伝統的な文化的枠組み、あるいは伝統的な行動様式に深く影響されている。たとえば、新年のお正月には、大半の人々が、神社・仏閣に初詣に行く。日頃は、ほとんど神仏への信仰など自覚していないのに、不思議に新年の初めには敬虔な心を抱くのである。夏のお盆の時期には、今も先祖への追悼の思いを新たにすることが少なくない。春秋のお彼岸に、先祖のお墓参りをする風習は、今も残っている。現代日本社会に今も生きるこれらの儀礼のほか、豊作を祈る春のお祭り、実りに感謝する秋のお祭り等の年中儀礼も仏教と結びついたものが少なくない。「葬式仏教」と言われながらも法要や仏壇などを通して家族の絆は生き続ける。それが現代においてなお維持されている。

日本人は「モノに魂が宿っている」という神道の影響を受け「針供養」、櫛供養、「人形供養」などモノを供養する風習があります。

現在でも多くの日本人は自分、家族の『現世利益』を祈る時は神社に、葬式、法事など「死後」に関わる行事がある時は寺に行くのです。

日本人はいつの時代に仏教の影響を受けたのであろうか。

鈴木大拙著の「日本的靈性」を紹介します。鈴木大拙氏は明治3年の生まれ、鎌倉円覚寺の積宗演師について参禅し、26歳の時に大拙の居士号を授けられた。27歳で渡米し老子の道德経を翻訳出版、その後コロンビア大学の客員教授に招かれて仏教思想の授業を行うなど、ニューヨークを拠点に米国に仏教思想、禅思想を広めた。氏の邦文著作は百巻を超え、外国語による著作も30巻を超える。昭和41年（1966）95歳で亡くなった。

『日本的靈性』は日本人のもつ靈性の目覚めとその特質を論じたものである。著者は靈性という言葉を感じや知性と並列する形で使っている。感性が感覚についての、知性が知的認識についての意識であるように、靈性は靈即ち宗教的な対象についての意識であると考えている。この靈性は、民族ごと宗教ごとに違う形をとると考えている。キリスト教的、インド仏教的靈性がある一方、日本には日本人的な独特の靈性がある。それを「日本的靈性」と名づけた。

著者は「日本的靈性」が芽生えたのは鎌倉時代だったと言います。それ以前の日本人には深い宗教意識はなかった。仏教や神道が存在したではないかとの反論があるかもしれませんが、それまでの仏教は上層階級に限定されて一般庶民とはあまり係わりがなかったし、日本

古来の神道は、宗教と言うよりは、「日本民族の原始的習俗の固定化したもので、靈性には触れていない」。ある民族が靈性に目覚めるためには、「ある程度の文化段階」に進む必要がある。日本人の場合、鎌倉時代に至って初めてそのような文化段階に至り、全民衆的な規模で靈性に目覚めたというのである。

鎌倉時代に目覚めた日本的靈性を禅と浄土系思想がもっとも純粹にあらわしていると考えた。両者とも大陸から伝えられた仏教の思想をもとにしているが、鎌倉時代の日本人は、それを外来の思想として受け入れたのではない。それらを日本人独特の宗教意識とマッチさせるような形で、内面化した。外来の思想が日本人の宗教意識を高めたというよりは、もともと日本人の中に潜在的にあった宗教意識が、これら外来の思想を触媒として花開いた、というべきであると主張する。

鎌倉時代に日本人は宗教意識が目覚め「日本人のころ」に仏教は大きな影響をもたらしたと言えるのではないかと考えますが、仏教伝来は6世紀、仏教が日本人のころに影響したとしても1500年である。そこで更に時代をさかのぼってみた。

引用文献

- 1、「仏教とは何か その歴史を振り返る」大正大学仏教学科（編） 大法輪閣
- 2、「大乘仏教 こうしてブッダの教えは変容した」佐々木 閑著 100分で名著
- 3、「日本的靈性」、鈴木大拙著 岩波文庫

3、「日本人のころ」と「神話」

8世紀、奈良時代、日本で初めての歴史書、「古事記」(712年)、「日本書紀」(720年)が編纂された。「記紀」とともに天武(てんむ)天皇の命によって編集したものである。「古事記」は国内に向けて作られたもので、全体の3分の1を神代の話が占めている。天皇という存在を神格化して、彼らが日本を支配する存在であることを人々にアピールするために作られたと考えられている。『日本書紀』は、中国や朝鮮などの国外に向けて天皇支配の正当性をアピールするために作られた歴史書です。そのため、すべて漢文で書かれている。「古事記」には「日本」という言葉が登場せず、「倭」と「大和」と書かれ、「日本書紀」に初めて「日本」という言葉が登場します。

「古事記」の神話から「日本人のころ」を著した河合隼雄氏の「中空構造日本の深層」があります。著者はユング派心理学の第一人者であり、京都大学名誉教授、文化庁長官を務めた臨床心理学者であります。著者は心理療法をマスターするためにヨーロッパに学びに行ったのであるが、それをもちかえって日本人にあてはめてみると、ある程度は適用が効くものの、かんじんのところが日本人にはあてはまらない。どうも日本人の心のありかたが西洋人とは異なっているのでは考え、しだいに日本人全体の心の深層構造を知りたくなり、だんだん日本神話に関心を持ち、その深みにはまっていったというのである。

ここで「中空構造日本の深層」を紹介します。

「古事記」に出てくる神々。

●第一神話の三神

タカミムスビ・アメノミナカヌシ・カミムスビ

●第二神話の三神 ※イザナギとイザナミが生んだ三貴神

アマテラス・ツクヨミ・スサノオ

●第三神話の三神 ※天孫ニニギノミコトとコノハナサクヤヒメが生んだ三神

『古事記』の冒頭に登場する三神タカミムスビ・アメノミナカヌシ・カミムスビのアメノミナカヌシと、イザナギとイザナミが生んだ三貴神アマテラス・ツクヨミ・スサノオのうちのツクヨミとが、神話の中でほとんど語られていない、無為の神としてしか扱われていないということである。アメノミナカヌシもツクヨミも中心にいるはずの神である。それが無為の存在になっている。

もうひとつ、典型的な例がある。天孫ニニギノミコトとコノハナサクヤヒメの間に生まれた三神は、海幸彦ことホデリノミコト(火照命)、ホスセリノミコト(火須勢理命)、山幸彦ことホオリノミコト(火遠命)であるのだが、兄と弟の海幸・山幸のことはよく知られている

のに、真ん中のホスセリの話は神話にはほとんど語られない。

「古事記」には上の3組の神話が登場するがそこに登場する神々は3神（右，真中，左）が書かれている。その中で右と左の神は対立を表しそれぞれの神には活躍の物語が書かれているが、真中の神、すなわち「アメノミナカヌシ」「ツクヨミ」「ホスセリノミコト」については、ほとんど何を行ったか書かれていない。真中の神は無為の存在になっている。著者は、これはいったい何だろうという疑問から始まり、そこから「日本人のこころ」のルーツをさぐろうとした。

それぞれの3つ神話は中心に無為の神を持つという一貫した構造を持っていることから、著者はこれを古事記神話における「中空性」と呼び、日本神話の構造の最も基本的な形であると考えている。これは対立するものを排除しない、激突しないために、真中が調整するのではなく真中が「空」すなわち「無」なのだと考察する。

「日本神話の構造を男性原理と女性原理の対立という観点から見ると、どちらか一方が完全に優位を獲得することはなく、たとい、片方が優勢のごとく見えるにしても、それは必ず他方を潜在的な形で含んでおり、直後にカウンターバランスされる可能性をもつ形態をとったりしていることが分かる。このため、類似のパターンを持った事象がそのうちに微妙な変化と対応をもちながら繰り返し生じるという形式が認められるのである。これは、日本人の特徴としてあげられる。敗者に対する哀惜感の強さ、いわゆる判官びいきの原型となるものであろう。これはまた、先に述べた日本神話の中空性ということに関連付けるならば、日本の神話においては、何かの原理が中心を占めることがなく、それは中空のまわりを巡回していると考えられるつまり、類似の事象を少しずつ変化させながら繰り返すのは、中心としての「空」の周りをまわっているのであり、永久に中心点に到達することのない構造であると思われる。このような中空巡回形式の神話構造は日本人の心を理解する上において、そのプロトタイプを提示しているものと考えられるものである」

「日本の神話では正・反・合という止揚の過程ではなく、正と反は巧妙な対立と融和を繰り返しつつ、あくまで「合」に達することがない。あくまでも、正と反の変化が続くのである。つまり、西洋的な弁証法の論理においては、直線的な発展のモデルが考えられるのに対して、日本の中空巡回形式においては、正と反との巡回を通じて、中心の空性を体得するような円環的な論理構造になっていると考えられる。日本神話の論理は統合の論理ではなく、均衡の論理である」

「権威のあるもの、権力をもつものによる統合のモデルでなく、地位、あるいは場所はあるが実体も働きもないものが中心になると、相対立する力を適当に均衡せしめているモデル。

空を中心にするとう統合するものを決定すべき、決定的な戦いを避けることができる。それは対立するものを許すモデルである。」

このように著者は神話から古代日本人は決定的な戦いを避ける思考になっていたという、その理由について著者は言及していないがこのような「日本人のころ」は神話の時代、縄文、弥生時代であろうか、1万数千年という時間と厳しい自然環境が育んだのではと考える、

著者は更に論を進める。

「我が国が常に外来文化を取り入れ、時にはそれを中心においたかのごとく思わせながら、時がうつるにつれそれは日本化され中央から離れてゆく。しかもそれは消え去るのではなく他の多くのもとの適切にバランスを取りながら、中心の空性を浮かび上がらせるために存在している」

「ある組織内における長の役割、その在り方などについて考えてみると、西洋の場合は、それは文字どおりのリーダーとして、自らの力によって全体を統率し、導いてゆくものである。これに対して、日本の場合の長は、リーダーと言うよりはむしろ世話役と言うべきであり、自らの力の頼るのではなく、全体のバランスをはかることが大切であり、必ずしも力や権威をもつ必要がないのである。」

「中空の空性がエネルギーの充満したものとして存在する、いわば無であって有である状態にあるときは、それは有効であるが、中空が文字どおりの無となるときは、その全体のシステムは極めて弱いものとなってしまう、極めて危険である」

「たとえば原発事故、統合性のない、無責任な体制にある。有事の時のその無能振りは露呈する。日本の近代組織の驚くべき無責任体制は枚挙に遑がない。」

現代の日本はどうであろう、進む事の決定や何か生じた時の誰も責任を取らない社会があることを考えると「日本人のころ」は神話の時代と変わっていない。例えば、原発事故の想定外で責任はいまだわからない、豊洲市場の土壌汚染のトラブル、オリンピックの大幅な予算超過はどうなったのであろうか、まだまだあるデータ改ざん、検査代行、杜撰な設計、施工など企業トラブルなど、挙げればきりが無い。このようなことは神話の時代から続き「日本人のころ」のひとつになっているのであろう。

しかし、著者はこのような日本人が中空構造をもっていることを必ずしも肯定しているのではない。

著者はその解決方法について「そこには名案も近道もないことを認識すべきではないだろうか。おそらくこれに対するある程度の答えを出すのに、百年くらいはかかるであろう」と言い、「その手段としてわれわれは「意識化への努力」と言う事をあげるべきであろう」と言う。「われわれ日本人はすべてのことを言語的に明確にすることを嫌う。すべてをどこかで曖昧にし、非言語的理解によって全体がまとまってゆく。このような日本人の態度が外交、や貿易の交渉の際、外国人に誤解される。言語によって事象を明確にし、意識化すること」がその手段であるが「それを急ぎすることは、日本の良さを破壊することになるというジレンマがある。」

日本人は結論を曖昧にし、非言語的理解が多い。「雄弁は銀 沈黙は金」、「言わぬが花」、「言わぬは言うにまさる」、「以心伝心」、「阿吽の呼吸」、「暗黙知」・など言葉にして外に出さない事、書類にしない事を良しとする社会がある。しかしグローバル社会において、この日本人の対応が外交やビジネスなどの交渉の時に外国人に誤解される。

近年、日本の取り巻く環境変化は加速されている。ひとつは中国、インド、東南アジアの国々の急速な成長で現地企業との競争の中で日本企業の存在感、今後の成長あり方などの「グローバル化」への対応。二つ目はIoT、AIなどの「イノベーション」への対応、これらの技術の向上は今まで以上に日本の経済、産業、社会に変革をもたらすであろう。三つ目は日本の人口減による労働力の多様化「ダイバーシティ（多様性）」が促進されるであろう。女性、障害者、エイジフリー、外国人が活躍できる社会が構築されていくであろう。

このように日本社会は「グローバル化」、「イノベーション」「ダイバーシティ（多様化）」が促進されていく中、「同質価値から異質価値」を認めるコミュニケーション力が求められる。

このコミュニケーション力の課題の指摘、対応についてはコミ研でも多く話されているのでその要約を記す。

1、「自論形成力」の育成と「発言力」の強化

外国語が話せる以前に重要なのは自分の考えをまとめる、自論形成力。それを発言する力、「情報発信力」。他人の意見、特に異質価値を受け入れ、認める寛容性が重要。

2、「リベラルアーツ」をもつ

人類が蓄積してきた文化、歴史、芸術などの一般教養の知見がコミュニケーションの基礎素養である。

3、「日本の歴史、文化」と「日本の位置づけ」の理解

自国の歴史、文化、芸術などの理解すること。日本、日本人の価値観が自論形成の役立

ち、グローバル社会に発信する基礎となる。また国際社会での日本の位置づけ。

4、「ディベート」の経験

日本人は議論することを好まない。「ディベート」のような経験から、他者の対立する意見、アイデアを受け入れ、自論を深め、異なる意見への寛容性が醸成される。

5、語学の向上

語学力、特に英語力は必須である。「グローバル化」、「イノベーションの実現」「ダイバーシティの対応」には英語によるコミュニケーション力は重要である。

促進されていく中、「同質価値から異質価値」を認めるコミュニケーション力が求められる。

以上は個人に求められているだけでなく、企業、教育機関、家庭に求められる。

詳細については以下のコミ研の資料を参考にしてください。

「バリューアッププログラム」(平成 19 年)

「少子化、恐るるにたらず！平和小国家の進め」(平成 20 年)

「世界同時不況を乗り越えて～平和中国家への道」(平成 21 年)

「こころの輸出・観光立国・・・己に厳しく他人の思いやりの心の再生」(平成 21 年)

「日本の技術を論じる」(平成 24 年)

「日本の教育に対する提言」(平成 25 年)

「後進の伝えたいことごと」(平成 26 年)

引用文献

「中空構造日本の深層」河合隼雄著書 中公文庫

4、「日本人のころ」と「中国の書」

8世紀、「古事記」「日本書紀」から更に時をさかのぼります。日本にまだ文字もなかった時代、この時代、弥生時代（紀元前6世紀～3世紀）には字で記した文書は日本にありませんが中国の日本（倭国）について下記のように書かれています。（弥生時代、これもいろいろな説があり、中国語を理解し、中国からの書から漢字を理解していたという説もあります）、

『漢書』【地理志】

1世紀に編纂された中国の『漢書』【地理志】の中に日本（倭国）が書かれている。

・「楽浪海中に倭人あり、分かれて百余国なり、歳時を持って来たり献見すと云う」

（「楽浪郡のよりもっと南の海に倭人という人たちがいて、百国余りの国に分かれている。定期的に朝貢してくる」）

（楽浪郡は現在の北朝鮮の首都あたり、倭人とは日本人）。

「ウィキペディア (Wikipedia)」によると、

『漢書』（かんじょ）執筆年：西暦82年

中国後漢の章帝の時に班固、班昭らによって編纂された前漢のことを記した歴史書。二十四史の一つ。「本紀」12巻、「列伝」70巻、「表」8巻、「志」10巻の計100巻から成る紀伝体で、前漢の成立から王莽政権までについて書かれた。後漢書との対比から前漢書ともいう。

「後漢書」（東夷伝）

「建武中元二年（57年）、倭の奴国が朝貢してきて、その使者は自分の身分を大夫と言っていた。倭国とは南の果てにある。光武帝はこれに対し、ひも付きの金印を与えた」とある。この金印は現在の福岡県志賀島で江戸時代に発見された『漢委奴国王』の印と言われている。さらに「永初元年（107年）倭国が生きた奴隷160人貢いだ。倭国では統制するものがないくて大いに乱れている」とも書かれている。

「ウィキペディア (Wikipedia)」によると、

「後漢書」（東夷伝）編者 范曄（398年 - 445年）。

中国後漢朝について書かれた歴史書。二十四史の一つ。本紀10巻、列伝80巻、志30巻の全120巻からなる紀伝体。成立は5世紀南北朝時代の南朝宋の時代で、編者は范曄（はんよう、398年 - 445年）

「魏志」倭人伝（ぎしわじん でん）

中国の三国時代のことを書いた「三国志」のうち「魏」（ぎ）の歴史を書いた「魏志」の中の、「倭人伝」の部分に当時の日本についての記述がある。

「ウィキペディア (Wikipedia)」によると

「魏志倭人伝」(ぎしわじんでん) 編者 陳寿 3世紀末

中国の歴史書『三国志』中の「魏書」第30巻烏丸鮮卑東夷伝倭人条の略称。当時、日本列島にいた民族・住民の倭人(日本人)の習俗や地理などについて書かれている。『三国志』は、西晋の陳寿により3世紀末(280年(呉の滅亡) - 297年(陳寿の没年)の間)に書かれている。

当時の倭(後の日本)に、女王の都する邪馬台国を中心とした国が存在し、また女王に属さない国も存在していたことが記されており、その位置・官名、生活様式についての記述が見られる。本書には当時の倭人の風習や動植物の様子が記述されていて、3世紀頃の日本を知る史料となっている。

この中から当時の日本人の生活、「日本人のころ」を表す項目を抜粋した。

- ・男性は大人も子供も、みな顔や体に入墨をしている。
- ・入墨は国ごとに異なり、あるいは左に右に、あるいは大に小に、階級によって差が有る。
- ・その風俗は淫らではない。男子は皆鬣を露わにし、木綿(ゆう)の布を頭に巻いている。その衣服は幅広い布を結び合わせているだけであり、ほとんど縫われていない。婦人は髪に被り物をし、後ろで束ねており、衣服は単衣(一重)のように作られ、中央に孔をあけ、貫頭衣である。
- ・稲、紵麻(からむし)を植えている。桑と蚕を育てており、糸を紡いで上質の絹織物を作っている。
- ・牛・馬・虎・豹・羊・鵠(かささぎ)はいない。
- ・兵器は矛・盾・木弓を用いる。木弓は下が短く、上が長くなっている。矢は竹であり、矢先には鉄や骨の鏃(やじり)が付いている。

- ・土地は温暖で、冬夏も生野菜を食べている。みな、裸足である。
- ・家屋があり、寝床は父母兄弟は別である。身体に朱丹を塗っており、あたかも中国で用いる白粉のようである。飲食は高坏(たかつき)を用いて、手づかみで食べる。
- ・人が死ぬと、棺はあるが槨のない土で封じた塚を作る。死してから10日あまりもがり(喪)し、その間は肉を食さない。喪主は哭泣し、他の人々は飲酒して歌舞する。埋葬が終わると家の者は水に入り体を清める、これは練沐の如し。
- ・真珠と青玉が産出する。倭の山には丹があり、倭の木には柁(だん、おそらくはタブノキ)、杼(ちよ、ドンダリの木またはトチ)、櫛樟(よししょう、クスノキ)・榲(じゅう、ボケあるいはクサボケ)・櫛(れき、クヌギ)・投櫃(とうきょう、カシ)・烏号(うごう、クワ)・楓香(ふうこう、カエデ)。竹は篠(じょう)・籐(かん)・桃支(とうし)がある。薑(き

よう、ショウガ)・橘(きつ、タチバナ)・椒(しょう、サンショウ)・囊荷(じょうか、ミョウガ)があるが、美味しいのを知らない。また、猿、雉(きじ)もいる。

- ・特別なことをするときには骨を焼き、割れ目を見て吉凶を占うト(ぼく)を行う。まず占うところを告げ、その解釈は令亀の法のように、火で焼けて出来る割れ目を見て、兆しを占う。
- ・集会での振る舞いには、父子・男女の区別がない。人々は酒が好きである。敬意を示す作法は、拍手を打って、うずくまり、拝む。人は長命であり、百歳や九十、八十歳の者もいる。
- ・身分の高い者は4、5人の妻を持ち、身分の低い者でも2、3人の妻を持つものがある。
- ・女は慎み深く嫉妬しない。
- ・盗みはなく、争論も少ない。
- ・法を犯す者は軽い者は妻子を没収し、重い者は一族を根絶やしにする。
- ・宗族には尊卑の序列があり、上のもののいいつけはよく守られる。

引用文献

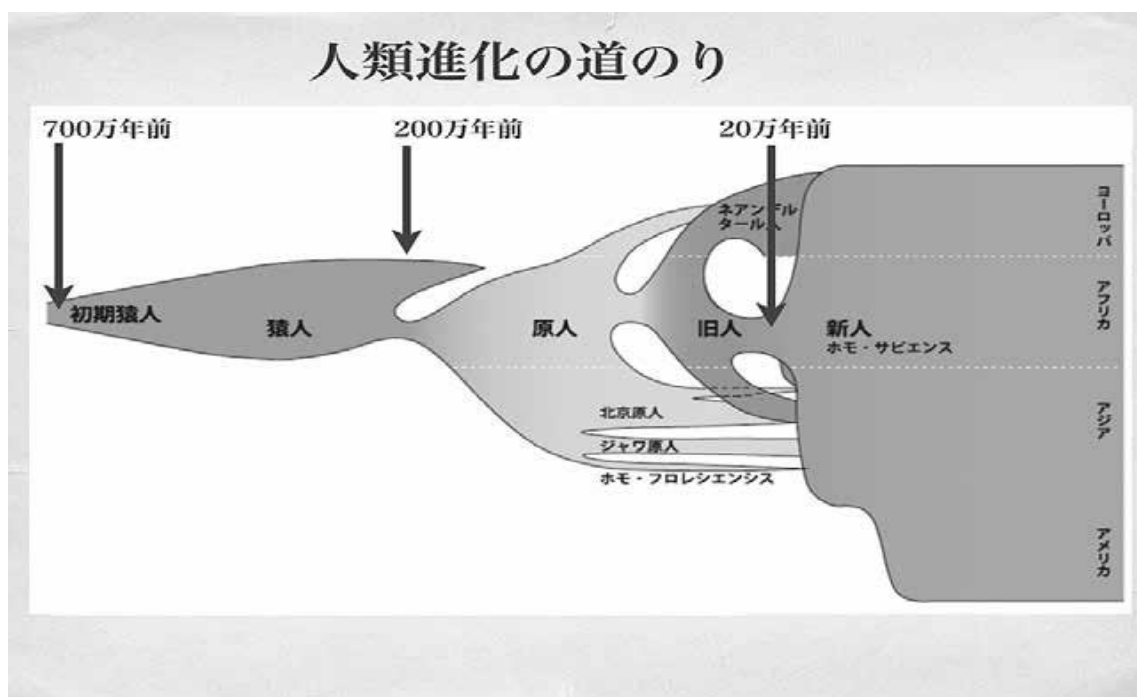
- 1、『漢書』(かんじょ)執筆年：(西暦82年)インターネットより
- 2、「後漢書」(東夷伝)編者 范曄(398年 - 445年)インターネットより
- 3、「魏志倭人伝」(ぎしわじんてん) 編者 陳寿(3世紀末)インターネットより
- 4、「倭人伝を読みなおす」ちくま新書 森浩一著

5、「日本人のころ」の原点・・・「日本人はどこから来たのか」

ここまでさかのぼると日本人はどこから来たのか調べたくなります。近年、考古学の分析技術の進歩、さらに遺跡から発掘された人骨の DNA 分析が盛んに行われるようになり遺伝子を使って人類の起源の研究が進んでいる。特に DNA 分析の研究の多くは母から子に受け継がれるミトコンドリアの母親の DNA 分析が行われている。人類の起源、その後の拡散にはいろいろな説があるが、下記に紹介する説は4冊の文献から引用したもので、現在ではこの説が多く支持されていることで紹介します。今後、新たな遺跡の発掘、父から息子に受け継がれる Y 形染色体の分析が行われ更に人類の起源がさらに解明されていくと思われま

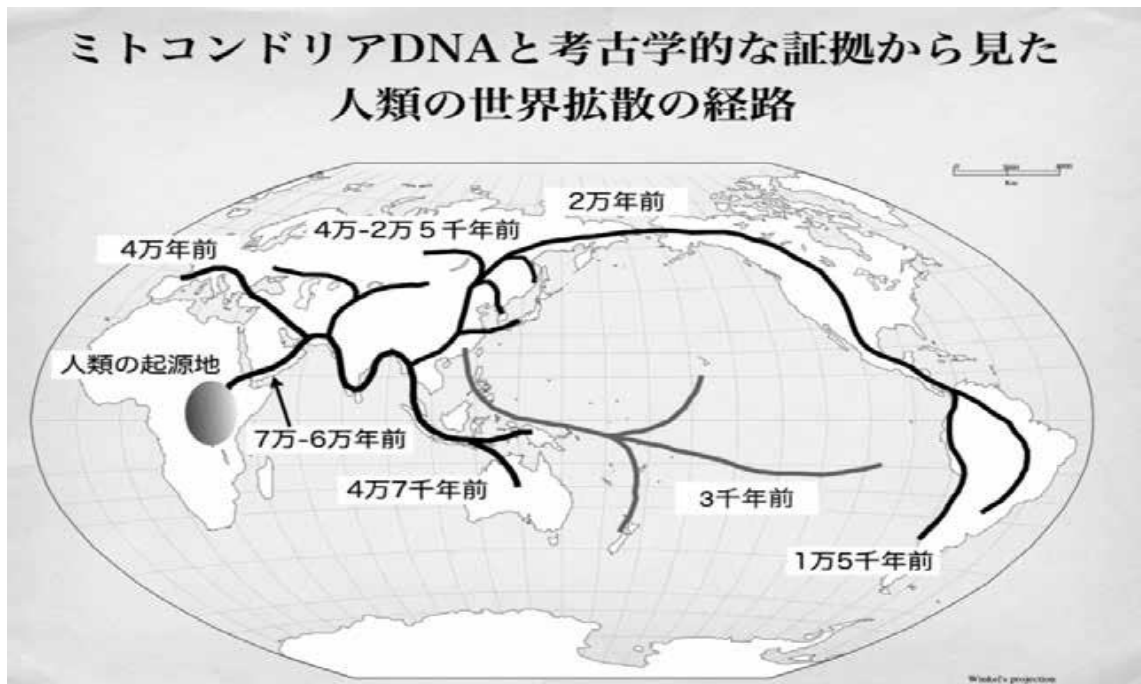
5-1 人類の誕生

700 万年前、人類がアフリカで誕生します。「初期猿人」と呼ばれる人類です。それから 500 万年間、人類はアフリカだけに住んでいます。最初の人類というのは、今の私たちとは姿形が異なり、ゴリラやチンパンジーと見た目は余り変わりません。200 万年前くらいになると、現在の私たちに少し近い人類がでてきます。これを「原人」という名前と呼ばれます。この原人がアフリカから飛び出すこととなります。例えば「北京原人」であるとか「ジャワ原人」であるとか、初めてアフリカをでていきます。その後、紆余曲折を経て 20 万年前になって、今の私たち、新人・ホモサピエンスが生まれてきました。一番古いホモサピエンスの化石は 20 万年前、アフリカで出てきます。中近東でも 10 万年前ぐらいの化石は出ていますが、他の地域、例えばアジア、ヨーロッパでは 4 万年から 5 万年前にしか化石が出てきません。古いところがないのです。このことから、新人・ホモサピエンスはアフリカに誕生したと推定されています。



5-2 人類の初期拡散

20 万年前にアフリカで生まれた新人・ホモサピエンスは、10 万年間くらいアフリカだけに住んで、7 万年前～6 万年前にアフリカを飛び出し、世界に広がっていきます。そのため、アフリカ以外の地域では 6 万年よりも古いホモサピエンスの化石は出てきていません。オーストラリアには 47,000 年くらい前、日本列島には 4 万年くらい前に現在の人類・ホモサピエンスが入ってきます。南北アメリカ大陸にホモサピエンスが入るのは 20,000 年くらい前、ほどなく南米先端まで辿り着きます。南太平洋の地域、ハワイ、ニュージーランド、イースター島というところにはなかなかホモサピエンスが入れず、最終的に島に人類が到達するのは今から 3000～1,000 年くらい前になります。これが「人類の初期拡散」と言われている大きな移動の流れです。ホモサピエンスはアフリカから飛び出して行き、約 6 万年間かけて世界の隅々まで行き、今につながるさまざまな文化を作っていったわけです。



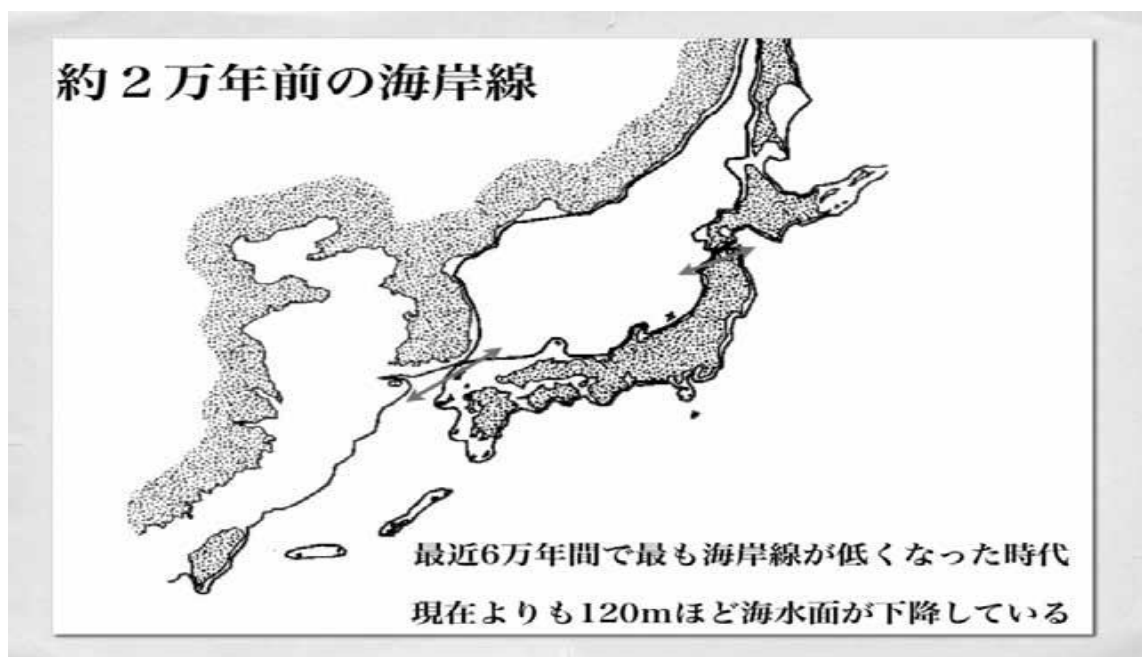
5-3 日本の地形

人類は 6 万年前にアフリカから出て世界に広がっていきます。その時の知能だとか体力は全然変わらなかったのですが、大きく違っていたのは地形です。人類がアフリカを出て世界に広がっていった時期は、氷河期にあたっていました。次ページの図は日本付近の 2 万年前の氷河期の海岸線です。このように中国大陸が張り出し、日本との間が狭くなっています。朝鮮半島はなくなって完全に中国の一部になります。対馬海峡は若干あいていて、津軽海峡も残っていますから、日本海は太平洋とつながっています。北海道は完全に樺太と一体化して、樺太は先で大陸につながっています。北海道はユーラシア大陸から突き出た半島の一部

になっていたということになります。日本は北海道半島と本州島とそれから沖縄が島として構成されます。このような地形の時代に人類は世界に広がっていきました。このようなことから、日本からもマンモス、ナウマン象の化石が出ています。

もう一つ、アフリカから出て新人が世界に広がっていったときに、世界には別の人類が住んでいました。新人よりもっと前にアフリカを出て世界中に広がっていった、例えばジャワ原人とか、ネアンデルタール人といった人類がこの時代、世界に住んでいたわけです。最近までは新人はそれ以外の人類を滅ぼしながら、世界中に広がっていったというふうに考えていました。しかし数年前、ネアンデルタール人の DNA が解読されて、驚いたことに新人ホモサピエンスがネアンデルタール人から DNA をもらっていたということがわかりました。ホモサピエンスは約 2% のネアンデルタール人の DNA を受け継いでいるのです。

世界に広がっていく途中で、ホモサピエンス以外の人類は最終的には 3 万年前にみんな滅んでしまいます。そういう人たちの DNA も受け継ぎながらホモサピエンスは世界に広がっていきました。



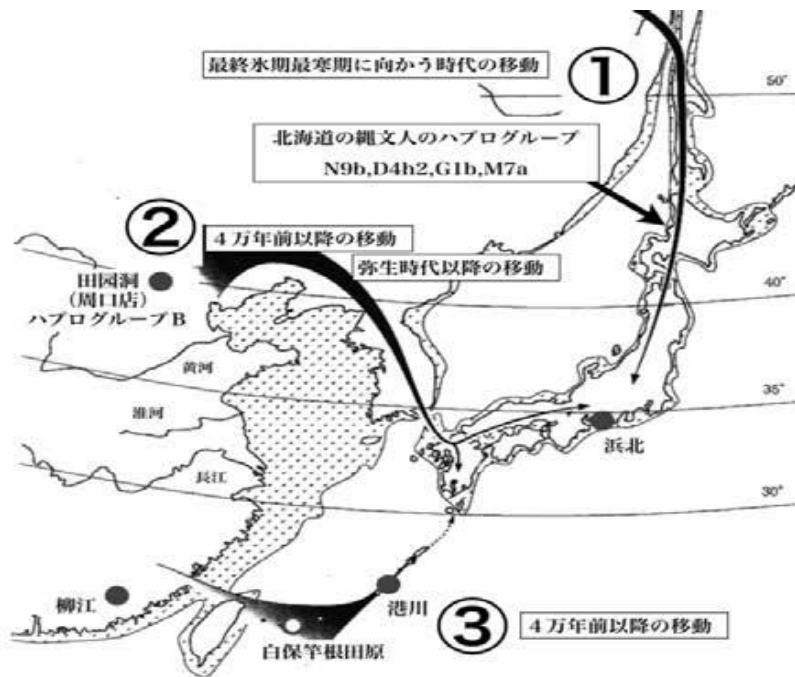
5-4、日本人の起源

日本列島に人が入ってくるのが 4 万年前、旧石器時代で、15,000 年前に土器を作りはじめ、縄文時代が始まります。縄文時代が約 12,000 年間続きます。私たちの先祖が日本列島に入ってくる最初の旧石器時代がものすごく長い約 25000 年。縄文時代もかなり長くて約 12000 年間、弥生時代は 3,000 年前から始まる 1,000 年間です。

この非常に長い旧石器時代、人間の進化を考えるために重要な人骨がほとんど出ていません。顔がわかっているのは 1 体だけです。今から 2 万年前の沖縄から出てきている人骨

しかありません。縄文時代も古い方の時代、5,000年よりも古いもので、顔かたちの分かるものは20体くらいしかありません。ただ縄文時代も3,000～4,000年くらい前になりますとたくさんの人骨が発掘されていて、数千体レベルの骨がありますので、この辺からようやく日本人の起源が骨の研究からわかるようになります。縄文時代の後の方から弥生時代かけて日本列島の歴史を考える一番、最初の時代だということになります。

旧石器時代にどのように人が日本に入ってきたかというのは、この図のように、3つのルートが考えられています。



③ルート

約5～4万年前、東南アジアに着いたホモサピエンスは一部は北へ、一部は南へと移動していきます。南に行った人々は約4万～3万年前に、オーストラリア南東部に到達し、一部はオーストラリアの先住民、アボリジニの祖先になります。北に異動した人々はシベリア、北東アジア、琉球諸島、日本列島に拡散していきます。琉球諸島に到達した人は「港川人」（沖縄県島尻郡具志頭村港川（現在の八重瀬町字長毛）で発見された約2万年前の人骨）の祖先となり、日本列島に到達した人々は「縄文人」の祖先と考えられます。

②ルート

北、シベリアに向った人々は約2万年ごろバイカル湖付近に到達し、寒冷地適応し（平坦な顔、遠位の短い腕と脚、シャベル型切歯など）、北方アジア人になり、この集団はその後、南下し、中国東北部、朝鮮半島に住み、やがて縄文時代の終わりごろ西日本に到達し、「弥

生人」として日本に拡散していきます。

日本人（本土人）の起源には置換説、混血説、変形説など諸説ありますが、現在では日本に住んでいた縄文人に大陸から来た弥生人と交わり拡散していった混血説と考えられています。DNA 分析によると縄文人から弥生人への移行は平和的に行われたと推測されます。また、本土日本人の DNA は縄文人より弥生人に近いことが判って居ます。これは縄文人の水陸未分化（粗放）稲作（熱帯ジャポニカ）から、渡来した弥生人が「水稲耕作」と「金属機器」を大陸から日本にもたらし、焼畑稲作から徐々に水耕稲作の農耕への移行し、安定した食料が確保できることから人口が増えはじめ、やがて縄文人より弥生人へと移行していきます。狩猟採集民の縄文人より水稲耕作民の弥生人の人口増加率ははるかに高いことと考えられています。やがて農耕が本格化してくると余剰作物の備蓄などにより貧富の差が大きくなり、さらに地位の上下などが生じてきます。また水稲耕作には多くの人手が必要になることから、集落は大規模化し、水利権などを巡って争いが増え、やがて各地にクニが生まれ、周囲のクニを巻き込み発展していきます。その一つが有名な「邪馬台国」卑弥呼です。

① ルート

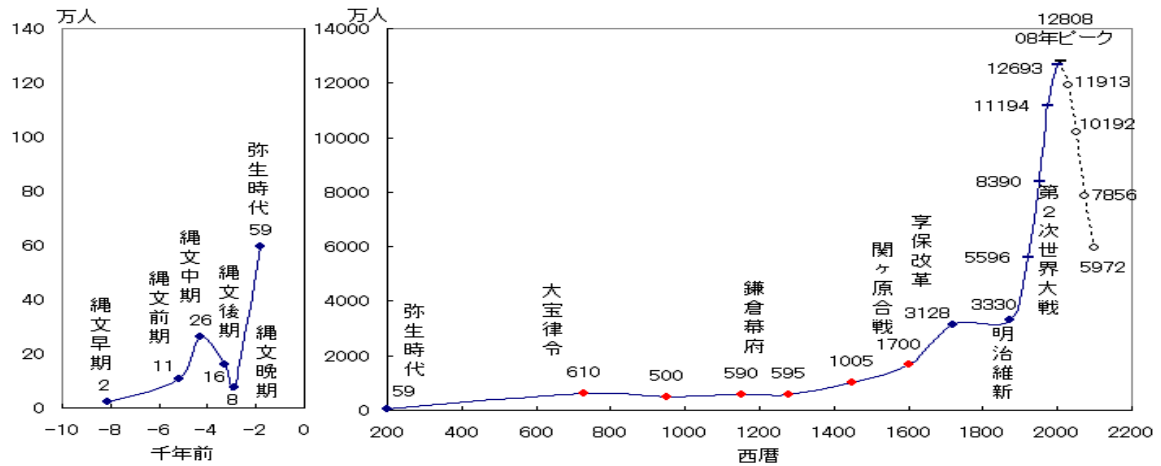
北東アジアに進んだ人々は沿海州からサハリンを通り北海道に到達します。ただ北海道では縄文時代の後、続縄文時代、擦文時代（さつもんじだい・7世紀ごろから13世紀（飛鳥時代から鎌倉時代後半）、アイヌ時代と続き、北海道の独自の非農耕文化が発達します。北海道では寒冷気候の為、稲の生育に適していないため、狩猟、採集、漁労などで生活をしてきたためと考えられています。

・引用文献

- 1、「DNA で知る日本列島集団の起源」平成 26 年度講演会資料 講師 篠田謙一氏
- 2、「日本人になった祖先たち：DNA から解明するその多元的構造」NHK 篠田謙一著
- 3、「アフリカで誕生した人類が日本人になるまで」 SB 新書 溝口優司著、
- 4、「稲の日本史」 角川文庫 佐藤洋一郎

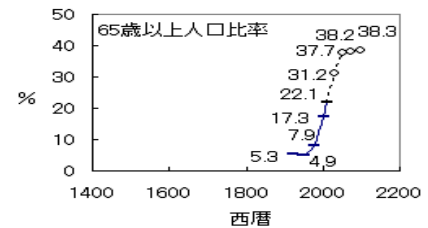
6、日本の人口の推移

人口の超長期推移



(資料)

明治維新までは鬼頭宏「図説人口で見る日本史」(2007) (“・”), 及び深尾京司ら編「岩波講座日本経済の歴史(中世)」(2017) (“・”)、1920年、50年、75年、2000年は総務省「国勢調査」、2008年は総務省「推計人口」、(“-”)、2030年、2050年、2075年、2100年は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成29年推計)」の出生中位(死亡中位)推計(“-o-”)



縄文時代・弥生時代の人口数は遺跡数等からの推計によると、単純な増加ではなく縄文早期(8100年前・人口2万人)から前期(5200年前・人口11万人)を経て、中期(4300年前)(人口26万人)と急増した後、後期(3300年前・人口16万人)から晩期(2900年前・人口8万人)にかけて急減し、その後、弥生時代(1800年前、西暦200年頃・人口59万人)に入って、再度、急増しています。

1万年前、日本列島の平均気温は現在より約2度低かったが、6000年前には現在より1度以上高くなった。この結果、木の実の生産性は照葉樹林より落葉樹林、特に暖温帯落葉樹林が圧倒的に高いため、こうした温暖化により東日本を中心に日本の人口は急増したといわれています。

4500年前から、気候は再度寒冷化しはじめ、2500年前には現在より1度以上低くなり(ピーク時より3度低くなり)、日本の人口の中心であった東日本は暖温帯落葉樹林が後退し、人口扶養力が衰えた。そしてまた、栄養不足に陥った東日本人に大陸からの人口流入に伴う疫病の蔓延が襲いかかり、日本の人口は大きく減少したと推測されています。

弥生時代(1800年前、西暦200年頃・人口59万人)から8世紀初め(人口610万人)と人口は約700年で10倍と急激に増加します。これは、稲作農耕の普及と国家の形成と共に渡

来人の増加に伴って人口はめざましく伸長したといわれています。渡来人説には諸説ありますが DNA から試算すると渡来人は年 2000 人増加、500 年で 100 万人、増加率 0.39% で家族を入れると人口 80% は渡来人（弥生人）になったとの説もあります。

8 世紀（人口 610 万人）を過ぎて人口成長率は落ち、10 世紀以降（人口 595 万人）は停滞的となったとみられます。理由としては、律令制的な水田開発に代わって主流となった荘園領主の土地開発が限界に達したためと考えられています。

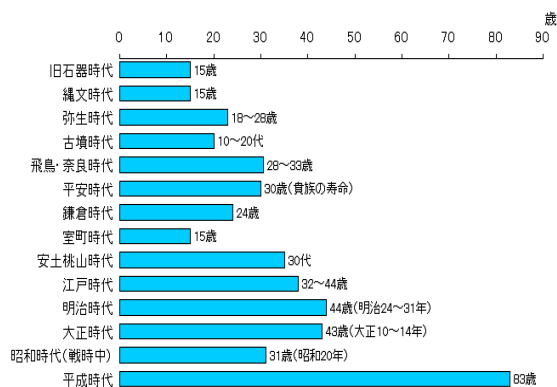
16～17 世紀、農耕の開始に次ぐ人口革命の時期であります。戦国大名の規模の大きな領内開発、小農民の自立に伴う「皆婚社会」化による出生率の上昇などが主たる要因と考えられています。18 世紀（人口 3129 万人）に入るとこうした動きは限界に達します。江戸、大坂といった新たに誕生した巨大都市は、高い未婚率と衛生状態の悪さから人口のマイナス要因となっていわれています。（人口 3300 万人）。

明治維新（人口 3330 万人）以降の近代の人口爆発は出生率が高いまま死亡率が低下したためもたらされます。江戸時代に 3000 万人程度であった日本の人口は極めて短期間に、また第 2 次世界大戦の惨禍にもかかわらず 2008 年には 1 億 2,808 万人のピークにまで到達します。長寿命になったがその後、出生率は低下を続け、2009 年からは人口減に転じ、将来人口推計によれば、今後、さらに人口が急減していくとみられています。その結果、65 歳以上人口比率（高齢化率）は、2008 年に 22.1% となり、将来、2075 年頃には 38% となると推計されています。

日本人の平均寿命は右図のように、縄文時代 15 歳、奈良・平安時代で 30 歳、室山時代 15 歳、江戸時代は 40 歳、現在は約 80 歳であります。

この原因は気候の変動、旱魃、疫病、戦乱。平均気温 2～3 度が落ちることで食糧確保が出来なくなります。（現在は温暖化が問題になっていますが平均気温 2～3 度の変化が大きく影響します）

日本人の寿命の変遷



(資料)「寿命図鑑いろは出版(2016年)

(引用文献)「人口から読む日本の歴史」 鬼頭宏 (2000) (講談社学術文庫)

7、おわりに

ホモサピエンスが約7万年前、アフリカを後にして全世界に旅立った。それから3万年、今から約4万年前に日本へ渡り、約8000年前、縄文時代の人口は2万人になり、弥生時代から稲作農耕の普及と国家の形成、さらに渡来人により、8世紀、奈良時代の初めごろには日本の人口は約600万人となりました。その頃、人は日本人民族となり、日本の国としての形ができていきました。

日本に渡ったホモサピエンスは長い時をへて、四季豊かな日本の環境に適合し、日本人へと進化していった。彼らは津波、火山、地震、台風、旱魃などの多くの災害に合い、自然の力を恐れ、祈った。紀元前6世紀ごろ、水稻栽培が始まり、その水稻耕作には多くの人手が必要になり、人々がさらに協力していく「ところ」が育まれていく。米の収穫は天候に多く左右されることから春に豊穰を祈り、夏、多くの雨が降った時、降らない時、天に祈り、秋に豊穰を感謝し祈った。人々は太陽、月、星、風、木々、石、田・・・など「自然界のすべてに神が宿る」という「ところ」が生まれ、「日本人のころ」が育まれていきます。

古い記録の中の日本人の「風俗は淫らではなく、盗みはなく、争論も少ない」民族であったという、「神話」の中の日本人は「ものごとをONとOFFでなく」何かハッキリさせない民族であったともいう。日本は島国。大陸のように外部からの敵の侵入も少なく、ガラパゴスの動物のように特異な人類として進化したのかもしれない。

その「日本人のころ」の中に6世紀、仏教が伝来し、貴族仏教が12世紀、鎌倉時代には庶民の仏教になり、日本人に浸透していきます。特に奈良時代後半、鎌倉時代、室山時代は戦乱と長い旱魃が続き、疫病が流行ったといえます。その結果、610万人であった人口が平安時代の人口は590万人と減少し、平均寿命は奈良、平安時代の30歳から鎌倉時代には24歳、室山時代には15歳になります。このような厳しい環境の中、人々は仏教に救いを求め、仏教が「日本人のころ」の醸成の一つになったのではないのでしょうか。

「日本人のころ」を書こうとしたのですが「日本人のころ」のルーツの旅、本の紹介になってしまった。

以上

