

## 十善と十悪について

### ・情報モラルを、仏教の教えから考えてみよう

文部科学省は、小学校では平成30年度、中学校では平成31年度から道德の時間を「特別の教科 道德」（道德科）に変更し、より力を入れていくとしています。道德科の授業では、いじめの問題への対応や我が国の伝統と文化、情報モラルに関する内容などの充実を図るという特徴があります。【「特別の教科 道德」の内容構成】 道德教育の内容として、以下の4つの視点から具体的な内容項目を提示した。

- A 主として自分自身に関する事
- B 主として人との関わりに関する事
- C 主として集団や社会との関わりに関する事
- D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関する事

- A 主として自分自身に関する事
- 善悪の判断、自律、自由と責任（低、中、高）
  - 正直、誠実（低、中、高） ○ 節度、節制（低、中、高）
  - 個性の伸長（低、中、高）
  - 希望と勇気、努力と強い意志（低、中、高）
  - 真理の探究（高）

仏教の基本でとても大切な教えに「**十善と十悪**」があります。

#### ① 仏教のはじまり

今からおよそ2600年前、お釈迦さまはインドの釈迦族の王子として生まれました。

お釈迦さまがまだ太子の時、東西南北の門の外で老人、病人、死者、修行者に会い、人生の苦しみを目のあたりに見ました。

苦諦に対する目を開き、出家を決意したといわれています。

その後、29歳で出家、6年もの苦行の後、苦行では悟りを得られないと気づき、

菩提樹の下で深い瞑想に入りました。

釈迦の心を乱そうと現れた魔物の妨害を退けて、ついに悟りを開かれました。

80歳で入滅するまでの約45年に渡って、四聖諦・八正道、中道、無常、空、無我、縁起など様々の教えを説き続け

釈尊の入滅後も、その大いなる智慧と慈悲の思想はアジアを中心に広まり、文化の発展に大き

#### ② 仏教の教え

- ・ 輪廻転生、六道輪廻について
- ・ 因果応報、業の法則

### ③ チベット仏教について

#### 十善

- |               |                     |
|---------------|---------------------|
| ①不殺生 (ふせっしょう) | 生きとし生けるものの命を救うこと    |
| ②不偷盜 (ふちゅうとう) | 執着を捨てて布施をすること       |
| ③不邪淫 (ふじゃいん)  | 邪淫をおかさないこと          |
| ④不妄語 (ふもうご)   | 嘘をいわず真実を語ること        |
| ⑤不兩舌 (ふりょうぜつ) | 人の仲を取り持つことをいうこと     |
| ⑥不悪口 (ふあくく)   | 人の徳性を褒め称えること        |
| ⑦不綺語 (ふきご)    | 意味のあることをいうこと        |
| ⑧不貪欲 (ふとんよく)  | 貪りの心を起こさないこと        |
| ⑨不嗔恚 (ふしんい)   | 危害を加えようという心を起こさないこと |
| ⑩不邪見 (ふじゃけん)  | 邪見を起こさないこと          |

#### 十悪 (十不善)

- |             |                             |
|-------------|-----------------------------|
| ①殺生 (せっしょう) | 生き物を殺すこと                    |
| ②偷盜 (ちゅうとう) | 与えられていないのに取ること              |
| ③邪淫 (じゃいん)  | 淫らな性的関係を持つこと                |
| ④妄語 (もうご)   | 嘘をつく、でたらめを言うこと              |
| ⑤兩舌 (りょうぜつ) | 他人を仲違いさせるような事を言うこと          |
| ⑥悪口 (あくく)   | 乱暴な言葉を使うこと                  |
| ⑦綺語 (きご)    | 無意味、無益なことを言うこと              |
| ⑧貪欲 (とんよく)  | 財物等を異常に貪り求めること              |
| ⑨嗔恚 (しんい)   | 激しく怒り憎むこと                   |
| ⑩邪見 (じゃけん)  | (因果、業法、輪廻等を否定する) 誤った見解をもつこと |

**悪因苦果 (悪因悪果)** : 悪いことをしたら、悪い結果があらわれる。

**善因楽果 (善因善果)** : 善いことをしたら、善い結果があらわれる。

※ 結果はすぐにあらわれるとは限らず、来世にも引き継ぐ。

※ 悪い行いをしたならば、必ず悪い結果があらわれるから、

日常生活ではできるだけ悪い行いを減らし、善い行いをするようにしよう。

それができなければ、せめて他を害さないようにしよう。

**本物の幸福感は、**

**こころの訓練で生まれる**