

心地よい情報にはご用心

住職

佐藤明宏

「確認バイアス」という言葉ををご存知でしょうか。古代ローマのユリウス・カエサルの言葉「多くの人は、見たいと欲する現実しか見ていない。」（塩野七生『ローマ人の物語』）にあるような、誰もが持つている心のクセのことです。例えば、

◇自分の思い込みや偏った考え方に合った都合のよい情報だけを集めてしまう

◇都合の悪い情報を見ないようにしてしまう

◇根拠のない自信から「自分は大丈夫」と思い込んでしまう

ような心の状態です。あっそれ私かも！と気付いた方もご安心ください。確認バイアスのない人間はみなブツダになっています。我々のような凡人には確認バイアスがあつて当然です。

当然ではあるのですが、困ったことに「私には確認バイアスなんてない！自分はいつも正しい知識に接しているのだから」と言っている凡夫が世の中には非常に多いのです。あるものをないと考えてしまう。煩惱の元です。ただの煩惱であれば自分が傷つ

くだけなのですが、質の悪い煩惱は他人を傷つけ苦しめてしまいます。最近はSNSの悪い影響で、民族ヘイトや様々な差別の言動を無意識のうちに目や耳にしてしまうことが多くなりました。こういう差別を好む人間が一定数いますし、その人達が「いいね」を押すことでお金が入ってくる仕組みであるわけですから、ますます確認バイアスは強まり、思い込みと現実の乖離が大きいものとなります。その一方で、「世間の人知らない情報を持っている私ってスゴイ！」という気持ちが大化して、自分自身の器の大きさをも錯覚してしまうようになります。

こういう心の状態を放っておくから煩惱があなたの運命を狂わせるのですよ、というのがお釈迦様のお悟りです（四聖諦のうち苦諦）。ないと思つてい確認バイアスの存在をしつかりと認めて（集諦）、思い込みと現実の離れ度合を縮めていく努力を通して（道諦）、心を健康に保つのです（滅諦）。他人を傷つけてしまう前に取り組まないといけません。

なぜお正月からこんな話をしているのでしょうか。昨年の兵庫県知事選で実際に確認バイアスの影響の大きさが数値化され、今の状況は自分が考えている以上にマズイと思つたからです。オールドメディアと呼ばれるテレビや新聞への不信が大きいとはいえ、

インチキや思い込みを独り語りするユーザーバーが言う内容を、あれだけ多くの人が信じ込むなんてことが現実世界で起こりました。オウム真理教による一連の事件から30年が経つていてなお、インチキ教祖様にコロッと騙される人間の数はさらに増えているのでした。

仏壇で手を合わせましょう。ご本尊やご先祖様があなたを見ておられます。仏壇がなければ近くのお寺や神社へお参りしましょう。オススメされる動画を見る時間を省いて、自分自身を他の（神仏の）視点から見つめ直す時間をとりましょう。自分の心の中の確認バイアスに気付いて、「これが唯一正しい真理だ」などという傲った見方を捨てましょう。仏壇のような宗教施設が自分の家の中にあるという素晴らしい環境の国は、世界中探してもとても珍しいのです。我々は過ちに気付いたらすぐにでも改めることができます。道を踏み外して他人を傷つけてしまわないよう、仏様、ご先祖様からお導きをいただきますように。

伝言板

◇お寺のHPをご存知ですか？ 気になること、電話では聞きにくいことなどがありましたら、問い合わせのページからお尋ねになることもできます。たまにのぞいていただくと幸いです。

<https://jyousanji.com>



◇お寺とLINEを使ってやりとりができるようになりました。

QRコードからともだち登録していただくと、ご法事のご依頼、日時の変更、ちょっとした相談等、チャットでやり取りできるようになります。ぜひご活用ください。



◇「おてらおやつクラブ」という活動に参画しています。皆様がお寺のご本尊にお供えくださる食品の一部は、さまざまな事情でお困りの方々に届けられています。仏様は、お供えくださる皆様のお気持ちをしっかりとご覧になっています。今後も人助けの輪が広がっていきますことをお祈りいたします。

「おてらおやつクラブ」は、お寺にお供えされるさまざまな「おそなえ」を、仏さまからの「おさがり」として頂戴し、子どもをサポートする支援団体の協力の下、経済的に困難な状況にあるご家庭へ「おすそわけ」する活動です。

<https://otera-oyatsu.club/about/>

