

月刊

いじろのとも

第五卷

十一月号

純真とは

純真とは

人と

比較しないこと

したがないこと

人に

優越しないこと

したがないこと

帯雲

帯雲の

真つ赤に染まりし

散歩道

響生

共生は

響生なり

それは

して頂いて

ありがとう

させて頂いて

ありがとう

と響いて

生きる世界

生を考え直して

みたい人は 十二

『老子』解説(一一)

今月号は、第四十一章を取り上げます。

(第四十一章)「上土」と呼べる立派な人は、「道」を聞けば勤めて実行します。「中土」と呼べる人は、「道」を聞いても半信半疑です。「下土」と呼べる人は、「道」を聞くと馬鹿にして大笑いします。でも、こうした人に笑われないようでは、「道」とは言えないのです。

だから、古人は次のように言っています。

「明るい道は暗いように見え、進む道は退くように見え、平らな道はでこぼこにみえます。高い徳は谷のように低く見え、真白いものは汚れて見え、広大な徳は欠けているようにみえます。堅固に確立した徳はその場かぎりのように見え、真実な徳は変わりやすく、無節操のように見え、この上なく大きい四角は隅がないようにみえます。この上なく大きな器はできあがるということがなく、この上なく大きな音は聞こえるということがなく、この上なく大きな

『象(かたち)』にはこれという形態を見ることができません。」

このように、「道」は隠れていて名前がありません。それは、ただ、あらゆるもの(存在)を存在せしめ、それに成るのである。

これまで、「道」については既に、四回取り上げました。二月号と五月号と八月号と九月号です。何せ老子の教えのことをタオ(道)と呼ぶぐらいですから、当然と言えば、当然です。何度も読み返して頂けたらと思います。必ず得るものがあると思います。

さて、出だしのところの、「上土」と呼べる立派な人は、「道」を聞けば勤めて実行します。「中土」と呼べる人は、「道」を聞いても半信半疑です。「下土」と呼べる人は、「道」を聞くと馬鹿にして大笑いします。」という部分の解説に移ります。

上土、中土、下土と括弧に入れてそのまま老子の言葉を示しましたが、これは、土の意味が単に、人(男)を表すのか、それとも大漢語林(大修館書店刊)にある次のような意味を表すのかよく分からないことによります。その意味とは、「土」の意味の「立派な人。学識・得行のある人。また、学問・知識などによって身を立てる人。知識人。専門の道を修めた人。」です。今だと、

教育を受けていて、この老子を読むことができるような人ということになるのではないでしょうか。

そうした知識人が、老子や釈尊の言葉、あるいは、私が『このころのとも』で書いていることを読んで、それをどう受け止めるかを、三種類の人で表しているのです。これまでに書いたことがあると思うのですが、老子は、実際体験のない人には分からないようなことを多く書いているわけですから、それを読んだら信じてもらう以外にはないのです。信じてもらわないと何にもなりません。読む方も、それだけ労力の無駄をしたということになります。

そして、信じるということとは、そうなるかと努力して実行することではなければなりません。現代人は、学校教育を受けてきたお陰で、どうしても「あたま」で分かるとすっかり分かった積もりになって、「からだ」や「こころ」を使った修行を怠り易くなっています。

では、どうしてそうした上中下の人間ができるのでしょうか。私は、それはそれぞれの人の業によるのだと思うのです。家庭で嫁と姑の仲や夫婦仲が悪く、子どもを父と母の間や父母と祖父母との間で、互いに自分の側につけようと引つ張り合いをしますと、「自己」と「他己」の統合ができない人に育ちますし、また、自由を与えず、

統制ばかりをして育てますと自己の弱い人間になってしまいます。また、自由にさせるのですが、愛情もなく、よそよそしくして統制もしませんと、他己の欠けた、社会に定位することの難しい人間に育って行きます。

人間は自己と他己のバランスが大切です。バランスがとれている人は、他者の言葉にも敬意を払って素直に耳を傾けることができますが、しかし、それに振り回されてしまいうわけではありません。自分を見失わないだけの芯の強さも持っているのです。ですから、人から善い話をきいて感動しますと、それを実際に実行に移すことができますのです。それだけの判断力と実行力も持っているのです。

ところが、自己と他己のバランスの悪い人や統合の弱い人は、聞いたり読んだりしたときはそうだと思うのですが、いざとなると、そのことが自己に統合されていませんので、実行力が伴わず、半信半疑になってしまうのです。

さらに、バランスの崩れが大きくなり、自己への執らわれを強くもっている人、普通の言葉で言えば、エゴイステイックで、わがままで、傲慢で、独りよがりの人では、自分の感覚 運動（からだ）でできなかつたり、認知 言語（あたま）で分からなかつたり、あるいは情動

感情（こころ）で自分の損得や好き嫌いに関係ないことは、馬鹿にして笑いとばすのです。私の体験で言いますと、例えば、私が米を食べないでほとんど一日一食に近い食事をしていいますと、それはたいして身体を使う仕事をしないからだ、笑いとばします。

多少話がずれますが、私が障害者の開放とあらゆる人の幸せを願って精進し、仲間よりも論文を少し多めに書きますと、業績を上げたがっているとか、有名になりたがっていると言いますし、質素儉約に勤めていますと、けちで金を貯めたがっているとか主義でやっているだけだと言います。健康に気を付けてたばこもやめ、付き合以外では、酒は酔うほどは飲まず、カロリーも低く抑えていますと、命や金をおしがって、ああまでしなくてもと笑いとばします。さらに、「下土」にあたるような人では、あの人は自分が言っていることと、していることは違っている。ただ、学者だから口でよいことを言うだけだ、と悪口を言っています。

悲しいかな、人間は自分の内的な枠組みを通して外界をみる以外にはないので、自分の内部にないような、あるいは執らわれの垢のために覆い隠されてしまっているような、真実は見えなくても仕方ないので、ですから、老子も言うように、そうした人が笑いとば

したり、悪口を言ったりしなかったら本当に善いこと（道や真理）をしたり、言ったりしているとは言えないのだと思えばよいというわけです。

次に、こうした真実が見えないことのたとえとして、古人の格言をあげています。

「明るい道は暗いようにみえ、進む道は退くようにみえ、平らな道はでこぼこにみえます。高い徳は谷のように低くみえ、真白いものは汚れてみえ、広大な徳は欠けているようにみえます。堅固に確立した徳はその場かぎりのようにみえ、真実な徳は変わりやすく、無節操のようにみえ、この上なく大きい四角は隅がないようにみえます。この上なく大きな器はできあがるということがなく、この上なく大きな音は聞こえるということがなく、この上なく大きな象（かたち）にはこれという形態を見るのができません。」

これらの格言はとても抽象的なものです。どれも、見え方と真実（道）とは違う、つまり矛盾していることを述べています。ですから、感覚や認識で捉えることが、難しいものばかりです。具体的なことと思って読んだら分かりません。それぞれ自分の人生の体験（内的準拠枠）に照らして分かる以外にないので、一種の禅問答、禅の公案のようなものです。

例えば出だしにある、明るい道が暗く、進む道が退き、平らな道がでこぼこ、とはどういう事なのでしょう。言っていることは全くの矛盾です。

これに対する、私の一つの解釈を上げてみれば次のようなものです。

明るい道は暗いとは、人間の無明の闇、弘法大師さんも言われた「生まれにくらく、死にくらい」その人生の闇を明るく照らす道は、その暗い闇自体（無）の中に存在している、だから明るい道はもともと暗いところから出てくるのだと言っていると解釈できます。

逆に言いますと、このこと分らない大多数の世の人にとっては、いま自分が歩いている人生の道は、自分では明るい道だと思っっているのですが、行き詰まったとき立ち止まってよくよく見れば、本当は恐ろしい、たどり着きたくない、暗黒の、死に至る暗い暗い道であると言えるわけです。

次の、進む道は退くとは、例えば、何度も言っ来て来ましたが、人間は自分は生きていますと思っっていますが、それは実は死んでいる、ということ。進んでいると思っっていたら、いつの間にか人生から退いていたのです。老年になって引退するのは当たり前ぐらいに思う人が大多数でしょうが、若くして死ぬ人は、では不幸なのでし

ようか。私はそれも当たり前と思えるのです。それは、自分で決められることではないからです。だとすれば、人間は生まれた途端に退いているのです。進んでいる積もりが、退いているのです。大切なのは、その真実（道）に気付くことです。「こころ」と「からだ」でこのことが分かることです。「あたま」で分かっても大して意味はありません。人生ではほとんど役に立たないからです。

次の、平らな道はでこぼことは、例えば、いま言った人生の行き詰まりです。自分では平安な人生と思っただ途端、不幸にであい、悲嘆にくれてしまふ。そうしますとその人生の道は、実は険しいでこぼこ道であつたということになります。逆に言いますと、私の場合のように、現在の人生はきわめて平らで、平安な道なのですが、他人から見れば波瀾に満ちた、何が起つても不思議に思われないような、言わば危なっかしい、でこぼこ道を歩いているように思えるようです。

格言の残りの解釈は省略します。ご自分で考えてみて下さい。大切なことは、最後にありますように、真実なもの、道は隠れていて見えないということです。矛盾しているものの中に真実があるということです。その真実を知るためには、老子の言うことを信じて、ただひたすら修行する以外には道はないのです。

自作詩短歌等選

語る人多し

悟る人少なく
語る人多し

季節感

夏に蝉時雨

秋にコオロギ
讃岐路

白き月
巡り帰れば
明き月

こころを感ずる者

こころの垢の
少なき者ほど
ひとのこころ
感じられける

こころの垢の
すくなき者は
赤子に子ども
に清心者なり

その者たちの
幸わせなるは
社会のひとの
心にとぞよる

信じる

宗教を
信じ執らわれ
一つ増え

放逸の戒め

智慧乏し
愚かな人は
放逸に
ふけるけれども
こころある
人はたからを
守るごと
つとめはげみを
守りて生きる

精進かさねて

誰でもが
こころを発し
その上で
おもい慎み
さらにまた
行い清く
自らを
制して行為
慎んで
法に従い
どこまでも
精進かさねて
生きるなら
名声自ずと
高まり来たらん

自作随筆選

米長邦雄将棋前名人談

敬老の日（木）のNHKホリデーインタビューで、将棋の前名人、米長邦雄氏が出演しました。現在五十一歳で、初めて名人位をとったときは四十九歳だったそうで、中年の星と言われたといいます。面白い話でしたので、以下、談話をメモしたものを紹介します。

名人就位式がすんでも、色紙は書かなかつたが、奪回されて初めて書いた。その言葉は「中年よ大志を抱け」という言葉だった。

歳をとらないようにするために、若者と付き合ってもらっている。でも、若者には二種類ある。模範的なのと、だめなのと。きつと将来、中年が何人かで、老人ではなくぐうたらな若者を養うことになるのではなからうか。

将棋は十八歳までは、指せば指すほど強くなるが、それを過ぎる頃から弱くなる人が出てくる。それは、かすがたまってきて、そのかすがいとおしくて捨てられない

勤め励む者

道もとめ

勤め励まず

自らを

制御もできず

煩惱に

打ちひしがれるは

風により

弱き樹木の

倒れるがごと

道もとめ

勤め励みて

自らを

制御ができて

煩惱に

打ちひしがれぬは

風により

いわおの山の

動じざるがごと

自己の統合

言うは易く

行は難し

知ること

行ふことは

べつのこと

知ることは

成ることなりと

ほとけの偈

人がいるから。誰でも歳をとればとるほどそうなるが、
そうなる程度が強いほど、将棋は弱くなっていく。
だから、弱くならない方法は、かすを捨てることだと
思う。

（番組の終わりのあたりで）

傲慢と思われるので、あまり言いたくないし言いもし
ないのだが、今日は言わせて頂くと、これは釈尊と同じ
ことで、自分への執らわれをすてることだと思う。自分
をすてることができれば、頭を柔軟に保てる。そうでき
れば弱くならなくてもよい。

将棋を引退したら仏門に入るかも知れない。

釈尊のことば（二九）

法句経解説

（一一〇）素行が悪く、心が乱れていて百年生きる
よりは、徳行あり思い静かな人が一日生きるほうが
すぐれている。

（一一一）愚かに迷い、心の乱れている人が百年生
きるよりは、智慧あり思い静かな人が一日生きるほ
うがすぐれている。

この二つと、続いて取りあげる四つの偈は、文章の組
み立てが全て「百年生きるよりも、一日生きるほう
がすぐれている」というようになっています。多くの人
は、これらの偈を読みますと、大げさな、そんなことが
あるか、と思われるかも知れませんが、でも本当なのです。
できるだけ分かって頂けるように、解説してみたいと思
います。

まず、はじめの「百年生きるよりも」という条件を
見てみますと、前の偈が、「素行が悪く、心が乱れてい
て」百年生きるで、後るのが「愚かに迷い、心が乱れて
いて」百年生きる、です。

二つは、心が乱れているという点は同じですが、素行
が悪いのと、愚かに迷っているのと違ってきます。

実は、これは人間の二つのタイプを示しています。一
つは、心の乱れがすぐ行動に表れていくタイプであり、
もう一つは心の乱れが自分の心の中をめぐっているタイ
プです。ユングという心理学者が言った外向と内向に対
応しているように思えます。

この対応は、「一日生きるほうがすぐれている」と
いう条件の方にも見られます。「徳行あり思い静か」と
「智慧あり思い静か」です。「思い静か」は同じですが、
「徳行がある」と「智慧がある」のところが異なっていま

す。つまり、前者は外的な行動であり、後者は内的な心の状態です。

さて、徳行や智慧があり、思い静かな人が一日生きる方が、心を乱して、素行を悪くし、愚かに迷って百年生きるよりもよいとは、どんなことなのでしょう。

このことは、実は解脱の境地に達してみないと分からないことなのです。つまり、解脱に達して一日生きますと、もういつお迎えが来てもよいという充実した気分になつてくるのです。つまり、勝手に生きる喜びがわいてきて、生にも死にも執らわれなくてもよくなつてくるのです。生死を超えることができるのです。そうなりますと、もう何万年も生きていく気がしますし、死んでもいつもまでも生きつづけていられるような気分になつてくるのです。「あなたのお歳は」と聞かれれば、「如来さまと同じ年です」と答えたい気分になつてくるのです。

でも、これは体験しないと幾ら口でいつてもわかりません。食べたことのない食べ物の味を説明するようなもので、結局は分からないのです。でも、そうした境地になりますと、そつなつていない人の心が、すみずみまで分かつてきます。どこにどんな執らわれをもっているのかがよく見えてくるのです。そうしますと、この法句經に出てくるような、人生の眞実を表すいろいろな偈が作

れるのです。

行動でいつも間違つては、人に迷惑をかけ、反省ばかりしている人、自分の心の内に悩みをもつて苦しんでいる人、そうした人に自分を信じ、修行して、救われて欲しいと釈尊は望んでおられるのです。老子の解説でも述べましたように、この言葉を信じて、自分が修行していく以外に人間の人間らしい生き方はないのです。そうした境地にどれほど修行したら、いつ達するのか保証のないことができるか、と現代人はすぐ取引をしたがりませんが、仏さまと取引してもそれに答えては下さいません。ひたすら修行する人だけに、死ぬまでにはいつかそうした境地を恵んで下さるのです。これが、人間に課せられたお勤めであり、それに対する超越者（仏・神）のお慈悲なのです。

（一一一）怠りなまけて、気力もなく百年 生きるよりは、堅固につとめ励んで一日生きるほうがすぐである。

人間は、超越者から課せられた使命として、ひたすら修行しなければなりません。そうした勤めを、ここにあらうように「堅固につとめ励んで」生きる人生は、一日生

きれば一日生きた価値があります。しかし、使命を忘れて墮落し、ここにあるように「怠りなまけて気力なく」生きる人生は、何万年生きようと死せる人と同じことなのです。

私が、最近知った人に、七十歳ばかりの男性がいます。

その人は太平洋戦争で負傷し、いまは後遺症はほとんどありませんが、軍人恩給をもらって生活には困りません。交通が不便なところでもあり、自動車も運転できませんし、年とともに脛をいたため足が少し不自由ということもあって、歩いて近くの商店街に行くにも一時間はかかります。そんなことがあってか、滅多に家から出ません。

連れ合いは、田畑を一人で耕しています。自分は全く手伝いをしません。朝寝して、起きたらお酒を飲み、新聞を読み、テレビを見て過ごします。自分が座る席の回りに何でも積んであって、立ち上がらなくても手がとどくといった暮らしです。傷痍軍人ということなのか、葉が只だとか言って、もらったのを一斗缶に一杯貯めていて、入らなくなったらまとめて捨てるのだと言っています。医者にもつけさせてやらなくては、とうそぶいていました。

趣味はなく、時々外へ出て、近所の家に酒をねだりに行くのと、昔の遊び仲間がきて一杯飲んだり、エロ話を

したり、裏ビデオを見たり、人の噂話をしたりするのが楽しみなのです。

この人は、殆ど運動らしい運動をしないものですから、年齢の割りにはとても老けて見えます。歩き方もペンギンのようです。

この偈を読んだとき、私はすぐこの、現代人の典型のような、深い業を背負って、業のままに生きてきた人のことを思い出しました。いまは社会福祉が充実し、暮らしただけは保証されていて、結構な世の中なのでしょねえ。

(一一三) 物事が興りまた消え失せること わりを見ないで百年生きるよりも、事物が

興りまた消え失せることわり見て一日生きることのほうがすぐれている。

(一一四) 不死の境地を見ないで百年生きるよりも、不死の境地を見て一日生きることのほうがすぐれている。

(一一五) 最上の真理を見ないで百年生きるよりも、最上の真理を見て一日生きることのほうがすぐれている。

「物事が興りまた消え失せることわり」と「不死の境地」と「最上の真理」が、ここではキーワードになっています。

まず、物事が興りまた消え失せることわりとは、何のことでしょうか。それは、この世が因縁で成り立っている、ということなのです。この世のあらゆるものは、有限で、時間的、相対的で相互に依存し合って存在している、ということを行っています。現代人は特にそうですが人間だけが最高で、自然は自由に享受すべき対象として考えていません。そして今や科学技術で生活が豊かになり、みんな傲慢になっています。自分がこうしたものに生かされて生きているとは思っていないのです。自然のしっぺ返しがそのうちくるでしょう。また、傲慢になっていますから、こんなに豊かになっても、人間同志の攻め合いも止むことがないでしょう。

次に、不死の境地ですが、これは先月号でも老子解説のところ（八頁）で取り上げました。そこで言及したのは、偈（一一）の「つとめ励むものは不死の境地である。怠りなまけるものは死の境地である。つとめ励む人々は死ぬことがない。怠りなまける人々は死者のごとくである。」でした。これは偈（一一二）で言ったことと深い関連をもっています。

最後の、最上の真理ですが、これは、一言でいえば、人間は修行して行けば誰でもが「生かされて生きる喜びを感じる」ことができるようになる」ということです。それを信じて修行の結果達した境地は、仏教でいえば解脱ですし、老子でいえば道の体得、つまり徳ですし、教育基本法の言葉でいえば、人格の完成であると言えます。どうか皆さんもこれらの偈を信じて、修業に励もうではありませんか

読者とのエコーコミュニケーション

お便り

健康のもと（九）昭和五十九年二月二十日西新宿のワシントンホテルで私個人のタンニン学発表会を行い、特にアサヒビールの技術者も出席下さった。内容は食品中のタンニンで、ビール中のホップタンニンも説明した。その後時を待たずしてアサヒドライが生まれた。この夏の炎天つづきでは、アサヒビールは断突の伸展を証明した。ここ二、三年のうちにアサヒビールが世界制覇すると予言する。次号はタンニンの制癌作用を報告します。

（阿南市・片田一郎）

タンニン学復習クイズ

(問題) Q1 ビールのコク風味の素は? Q2 日本酒の
コク風味の素は? Q3 上級ウイスキー、ウオツカ
のコク風味の素は? Q4 運転に三悪あり発癌三食
は? Q5 犬や猫は時々なぜ草を噛むか? Q6 モグ
サの灸はなぜ辛抱できる? Q7 上級の和洋水は化粧
水? Q8 昆虫採集のコツ、秘伝は? Q9 泉重千代
氏長寿の理由は? Q10 児童の骨折が多くなるわけ?
Q11 タンニンは何から生まれるか? Q12 酸化防止力
はビタミンCとビタミンEとタンニンで強度の比は?
Q13 葛根湯はなぜよく知られるか? Q14 タンニンで
強化された実例? Q15 タンニンが強い日常野菜食
品? 以上、八題解ければタンニン優等生、十題で修士、
十四題で博士です。

(解答はこの欄の最後。)

短歌

古家に 移り来し娘は 床みがき

二畳多しと 声はずませぬ

みどり児を 抱き見送りて くるゝ娘の

赤きセーター 夕闇ににじむ

つぶしがゆ 娘はみどり児に あたえつつ

やはらかき声す 陽のさす縁に

(千葉県・中西美江)

手話を

もて 悔しき思い 伝え得て

笑みたる友よ 友よ笑みたる

みみしいて 一途な瞳 風見ゆる

音も見ゆると 頷き給え

豊汝(なれ)が 指揮者見つめて 腹に手を

置くや胎児に 曲流れけむ

(東京都・高木由紀子) 俳句

はじかみの一片の紅箸を染め

雲海の知ることもし草の絮(わた)

(徳島県・須藤一樹) 山焼け

る紅葉にまさる朱色なく

薬湯に紅葉浮かべて露天風呂

(徳島県・小原白峰) (タンニ

ン学復習クイズ解答)

A1 麦芽タンニンと適度のホップタンニン。A2 米タンニ

ンと清澄用の微量タンニン。A3 櫂の樽から出る櫂タン

ニン三十ppm以上。A4 喫煙、飲酒、牛肉(皮革、角、

蹄の成分)。A5 草の汁にタンニンがある、健康維持。

A6 もぐさタンニンの鎮痛、皮下のツボの活性化。A7

その通り、タンニンが強力なら百葉の長。A8 前日に古

いくぬぎの樹皮にナタ傷を入れる。A9 黒砂糖タンニン

(焼酎も無害になる)。A10 インスタント食、牛肉の無

タンニン食。A 二植物中の葉緑素＋太陽紫外線の助け。
A 一 一番タンニン、二 一番ビタミンE、三 一番ビタミンC
(だからタンニンは癌を予防する)。A 三 漢方六百種中
タンニン度が最多最強だ。A 四 絹の乾し、洪うちわ、
多種のなめし皮。A 五 しそ、くこ、ほうれん草、ふき、
小豆、よもぎ。

後記

一、大東出版社から出して頂いた『ひとで悩みたくない人は』が、九月十四日付け毎日新聞の新聞案内で紹介されました。一人でも多くの方に読んで頂いて、一人でも多くの方に本当の幸せを知って頂けたら、こんなに嬉しいことはないと思います。それが、障害児・者が真に開放されていく道でもあると信じます。

二、先月号の随筆「教育の機会均等と能力」を発展させた論文を大学の紀要に書きました。来年三月に出ます。題は「知的障害者に人格の完成はあるか」です。三、知的障害者は、経済に役立つ「人材」としては能率が悪いかも知れません。でも、人間の値打ちは経済だけで決まるわけではありません。精神文化への貢献こそ、真に人間にふさわしい価値だと思います。実は、ありがたいことに、知的障害者が人格の完成(解脱)という素晴らし

い人間的価値を生み出したことが、仏教の古い經典に載っているのです。それを例として取り上げながら、知的障害者の人格完成の可能性について、私の心理学モデルに基づいて論じました。

四、その例ですが、それは、釈尊のお弟子さんの一人の周梨槃特という、偈が覚えられないだけでなく、自分の名前も覚えられなかった人が、ひたすらな「掃除」によって解脱に達し、釈尊の十六大弟子の一人になったという例です。

五、お詫び 先月号で高木さんのお名前を間違いました。正しくは高木由紀子さんです。ワープロで一発目に出たものですからついで。申し訳ありません。

<p>月刊 こころのとも 第五巻 十一月号 (通巻 五十九号)</p>	<p>平成六年十一月八日 (発行人) 中塚 善成<small>ぜんじょう</small> (制作) ユニオンプレス (発行所) ひびきのさと エココミュニケーション研究所 〒771 43 徳島県勝浦郡勝浦町星谷 星の岩屋</p>
<p>本誌希望の方は、郵送料として郵便振替で年間千円を次の口座にお振り込み下さい。加入者名 ひびきのさと 口座番号 01610 8 38660</p>	

