

## 第117回 三方限古典塾（'16, 7, 21）

### 洪 自誠（1561～1616）「菜根譚」（その3－34）

1 世味に飽き諳んぜば、覆雨翻雲に一任して、総べて眼を開くに慵し。人情を会し尽さば、牛と呼び馬と喚ぶに随教して、只是れ點頭するのみ。 後集 80

（意識） 人の世の酸いも甘いも飽きるほど味わい尽すと、ある時は雨、ある時は雲というように簡単に変わる人の心など気にならなくなり、眼を開いて見るのさえ面倒になる。

また、人の心の動きをすっかり知り尽くしてしまったならば、牛といわれようが馬といわれようが、勝手にさせておいて、ただ、はいはいとうなずくばかりである。

（余説） 覆雨翻雲は、杜甫の詩「貧交行」にあります。莊子天道篇には、老子がある人からバカ呼ばわりされた時「あなたが牛と言われるなら牛だと思ひましょう。馬だと言われるなら馬だと思ひましょう」と静かに答えたとあります。くだらぬことで人と争わぬ無為自然の老子の心境を表すものですが、そこまで達観するのは「日暮れ、塗遠し」（徒然草）の感がありますが、可能な限りは一つの理想の状態として心に留めたいものです。

（参考）杜甫・貧交行「手を翻せば雲と作り、手を覆せば雨、紛々たる軽薄、何ぞ数うるを須いん」（雨になり曇りになるように簡単に変化する人情には、関係を持たない。）  
莊子・天道篇「老子曰く、夫の巧知神聖の人は、吾自ら以て脱せりと為す。昔者、子我を牛と呼ぶや、而ち之を牛と謂い、我を馬と呼ぶや謂へり。苟くも其の實有り。人之に名を與へて受けざれば、再び其の殃を受けん。」

2 今の人は、専ら念い無きを求む。而れども念いは終に無すべからず。只是れ、前念滞らず、後念迎えず、但現在の随縁を將て、打発し得去らば、自然にし、漸々に無に入らん。 後集 81

（意識） 近頃の人、もっぱら無念無想を求める。しかし、いつまでたっても無心になることはできない。しかし、過ぎ去ったことは気にせず、先のことをあえて取り越し苦労もしない、ただ現在、目の前に起きていることを留めず片付けていく。こんな生き方を心がければ、自ずから次第次第に無の境地に到達できるのである。

（余説） 武芸や宗教などの厳しい修行に耐えた人であれば、無念無想の境地も可能なのですが、凡人には難しいことです。朱子学や陽明学・禅などでは、心の本来在るべき姿を「明鏡止水」のイメージで捉えますが、古学派の儒者・伊藤仁斎は「その語は論語や孟子にはなく、鏡も水も無機物であり、心は生き生きと活動しているもの」だとして、明確に否定しています。歌にも「心こそ心まどはす 心なれ 心に心 心ゆるすな」（鈴木正三）や「こころこころ ころころ変わる」とあります。

中野孝次は「生きるのは『今 ココニ』しかないと心得よ」と、様々な古典を根拠に書いています。 閑のある生き方（新潮文庫） 今ここに（文春文庫） 清貧の思想（文春文庫）

（参考） 原始仏教経典「過去を追うな。未来を願うな。過去はすでに捨てられた。そして未来はまだやって来ない。だから現在のことがらを、それがあるところにおいて観察し、揺らぐことなく動ずることなく、よく見きわめて実践せよ。ただ、今日なすべきことを熱心になせ。」

3 意の偶会する所、便ち佳境を成し、物の天然に出ずるに、纔かに真機を見る。若し一分の調停布置を加うれば、趣味は便ち減ず。白氏云う、「意は無事に随って適し、風は自然を逐うて清し」と。味有るかな、其れ之を言うや。 後集 82

(意訳) 自分の気持ちに偶々ピッタリあったものにこそ、最高の味わいがある。また、手を加えない自然のままの姿にこそ、本当の味わいが見られる。もし、少しでも人為的な作為を加えたならば、せつかくの妙味は損なわれてしまう。

白居易も語っている。「快適はなにごともないところにこそあり、風は自然に吹いてくるものこそ清々しい」と。なんとも味わいのある言葉ではないか。

(余説) 白居易(楽天)の「適」の語に深い意味があります。莊子に「其の適を適とする」があり、「世俗や他人の価値観に振り回されず、本当に自分が快適だと思ふことを心の底から楽しむ処し方こそすばらしい」との意味です。これこそ老年の特権だと思います。

幕末の大阪で適塾という蘭学塾を主宰した緒方洪庵は号を「適々斎」といい、橋本左内や福沢諭吉・大村益次郎等を輩出しましたが、その名の由来はここに 있습니다。

(参考) 莊子・大宗師篇「…伯夷・叔齊・箕子…の若きは、是れ人の役を役とし、人の適を適とし、自ら其の適を適とせざる者なり。」(他人の仕事に使われ、他人の楽しみofの道具となり、自らの楽しみを楽しまない人間たちである。) 伯夷・叔齊・箕子は、通常は清廉な優れた人物として評価される著名人ですが、莊子はそれを「世俗の価値観にとらわれている」と批難しました。

4 人の心に個の真境あり、糸に非ず竹に非ずして、自ずから恬愉し、烟ならず若ならずして、自ずから清芬あり。須らく念浄く境空じ、慮忘れ形釈くべく、纔かに以て其の中に游衍するを得ん。 後集 84

(意訳) 人は皆その心の中にそれぞれに真実の境地があり、琴や笛の音楽などなくても、自然に心安らかに楽しむことができる。また、香の煙や茶の湯がなくても、心を清らかな境地に浸ることができる。このような境地に達するためには、全ての雑念を捨てて心を清くし、思慮分別や自分の存在さえも忘れてしまうことだ。そうなってこそはじめて、悟りの境地に自由に遊ぶことができであろう。

(余説) 雑念を捨て去り自分の存在さえも忘れてしまうなど、修行の足りない身にはできそうには思われませんが、一つの究極の姿として思い描くことはできそうです。

臨床医として40年、患者と向き合ってきた徳永進氏著「どちらであっても」(岩波書店)の反対言葉についての考え方は、莊子の座忘や程明道の両忘に通じ、日々の生き方に生かせるのではと思います。禅語入門(大法林閣)には「両忘とは、生と死、是と非、善と悪、苦と楽、愛と憎、内と外の両者の対立を忘れること」とあります。「止揚」(矛盾する諸契機の発展的統合)も、哲学用語でやや難しいですがこれに通じるものを感じます。

(参考) 莊子・大宗師篇「肢體を墮し、聰明を黜け、形を離れ、知を去り、大通に同ず。此を坐忘と謂う」(手足をだらしとし、耳や目を働かさず、体から離れ、知を捨てて、大同と一体になること。これを座忘と言う)

程明道・定性書「内外を両忘するに若かず、両忘すれば則ち澄然無事」(両者の相対的な認識を断ち切ったならば、清風去来のさっぱりした心境が現れてくる)