

勤儉尚武 勤儉尚武

Vol.17

真剣勝負

【新年のご挨拶】

明けましておめでとうございます。昨年も様々な行事に参加していただきまして、有難うございました。心よりお礼申し上げます。仕事が忙しくなり、この勤儉尚武も1年間お休みしてしまいましたが、新年を迎え、再開することにしましたので、ご意見ご感想などをホームページにお寄せください。

平成十九年もあつという間に過ぎてしまいました。1月大寒に行われました寒修行に始まり、春夏秋の合宿、子供合宿、昇段審査、学生合宿、護身術セミナー、ワークセンターフェスティバル、第8回発表会、12月の昇級審査まで様々な行事に多くの方々が参加されご協力いただきましたことを改めて御礼申し上げます。

年末に各道場で、「修行に休みはありません。年末年始に約10日間の冬休みがありますが、その間も体力が落ちないように自主トレと呼吸法を冬休みの宿題にします」と申しましたが、如何でしたか。私の座右の銘は「生涯修行、生涯現役」です。年老いて尚技を磨き、心を磨き、意気軒昂とした人生を歩みたいと思います。そのためには、努力の積み重ねが大切です。私はまだ人生半ばですが、人生は後半戦が面白いのです。若い皆さんは、面白い後半戦を楽しみに修行に励んでください。若いとはいいい難い方は、これから面白くなる、あるいはもう既に面白さを発見された方もいらっしゃるかもしれませんが、後半戦を楽しんでください。

今年の行事予定の概略は以下の通りです。

1月	寒修行
2月	合宿
4月	第1回昇級審査
5月	昇段審査(大島先生来日) オーストラリアでセミナー

7月	一般合宿・子供合宿
8月	第2回昇級審査 学生合宿
10月	護身術セミナー ワークセンターフェスティバル
11月	第9回順心会合氣道発表会
12月	第3回昇級審査
* 毎月日曜セミナーも開催	

一つでも多くの行事に参加して、心と技を磨きましょう。

【修行の心構え】

仏教の経典で説かれている「無常」とは、「移り変わり少しもとどまらない」という意味です。仏教の経典から少し引用しながら考えてみたいと思います。私たちの身体も心も、また、世間にあるすべても、永遠に変わらないものは何もありません。このあり様に気づくことが何より大切なのです。

*「生まれた者に、死を免れる道はない。
人は老い、死んでゆく。これが実に生まれた者の定めである。」*

私たちの肉体は絶えず年をとって弱くなり、死すべきものです。また、心には色々な煩わしい煩惱が詰まっています。煩惱とは「自分の思い通りにならないことへの執着」だと思っています。そこから「苦しみ」が生ずるのです。四苦「生老病死」即ち、「生」(産まれる時、親や家を選べたらいい)、「老」(いつまでも若いままでもいい)、「病」(いつまでも健康でいたい)、「死」(死にたくない)、などを望むがゆえに苦しむのです。更に人間には無限の欲望があります。

*「世間は無明によって覆われている。
世間は貪りと怠惰ゆえに輝かない。欲心が世間の汚れである。苦悩が世間の大きな恐怖である。」*

苦しみがあるのは「煩惱」があるからです。この引用文にある「無明」「貪り」「怠惰」「欲心」というのは、私たちが持っている煩惱の代表です。「無明」とは物事の道理を知らないことで、根本的な煩惱の一つとされます。「貪り」とは好ましい対象をむさぼり求め

る心、「怠惰」とは怠け心のこと。「欲心」とは激しい欲望のことです。世間から輝きを奪っているのも、世間を汚しているのも、その大きな原因は、自分の中にある煩惱なのです。

「もっとお金がほしい」「もっといい車が欲しい」「もっと良い服が欲しい」「もっと美味しい食べ物が食べたい」もっと、もっと、もっと…その結果が、殺伐とした人間関係を生み、かつての日本が持っていた「家族の絆」「地域社会の助け合い」「たくましく、輝く目を持った子供たち」が喪失し、失ったものは数知れないと思います。誰もがその欲望を満たせる訳ではないし、欲望を満たせば満たしたで、また新たな欲望が際限なく湧き出てくるのが人間です。人間の果てしない欲望の結果、地球環境の破壊で、世界中が危機に瀕しています。地球温暖化で排出ガスの規制に世界中が取り組もうとしている中、世間ではクリスマスだからといって華やかなイルミネーションを楽しみ、個人の家まで飾って競い合っています。全国レベルで考えれば相当な電力消費になることに誰も気づかないのでしょうか。気づいてはいるのですが、欲望のほうが勝っているのでしょうか。そして、地球温暖化が益々進み、やがては想像も付かないことで苦しむのです。そして、富める者は益々豊かになり、貧しいものは益々貧しくなっています。この「格差社会」の先には紛争や戦争があり、更に地球環境を蝕んでいくという悪循環が待ち受けています。歴史は繰り返すのです。漫画「ドラえもん」の「愚かな人間どもめ！」という言葉がぴったり当てはまるでしょう。

そもそも「格差社会」が生まれたのは、米国型の市場原理主義の導入により様々な分野で規制緩和や民営化が行われ、その結果正規雇用者数が減少し、この10年で正規雇用者が460万人も減少しました。小泉政権の下で構造改革が進み、社会の様々な「規制」が取り払われ、限りない人間の欲望も解き放たれたのです。やはり、人間の欲望にも「規制」が必要であることの証でしょう。ホリエモンこと堀江貴文や村上ファンドの村上世彰などが良い例です。

では、その「無常」ということと「無限の欲望」を見極めたうえで、私たちに何ができるのでしょうか。

先に挙げた四苦は「四苦八苦」という熟語の語源でもあります。人間は時間と共に必ず老いてゆくわけで、どうにもならないことですから、「無常」を知

り、受け止めて、苦しみとしての「老い」と「死」を乗り越えることだと思います。

自分こそ老いてゆく者で、同様に老いるのを免れないのに、老衰した他人を見ては、悩み、恥じ、嫌悪するであろう、——このことは私にふさわしくない、と言って。私がこのように観察した時、青年時における青年の意気は全く消え失せてしまった。

この言葉は、ある時ブツダが弟子に向かって、若い頃の自分の経験を思い出しながら語ったものです。「若さ」も無常です。時間と共に必ず老いてゆくのです。ただ、若い頃は、なかなかわが身が無常であることを実感できないものです。同時にそこに「おごり」の気持ちが生まれます。老衰した人を見て嫌悪して、自分の若さにおごり、思い上がってしまう。そのような時がいつまでも続くと思っている。しかし、全ては変化し、この瞬間にも確実に老いている。その現実を知った時には、おごる気持ちは消えてしまうのです。

そのことに気づいて修行に励んで頂きたいと思います。

1. 肉体面

稽古の中で腕立て伏せ、腹筋運動、足挙げ腹筋などの筋力トレーニングや受け身の回数を増やすことは、正に「老い」の進行を緩和するものです。辛いと思ってする筋力トレーニングではなく、自分の肉体にエネルギーと若さを維持するための運動だと思って取り組んで欲しいものです。「若さ」も無常です。

2. 精神面

「無限の欲望」が人間の心を煩わし悩ます(煩惱)ということに気づき、「唯我足るを知る」生き方をしたいものです。向上心と欲望は全く別の次元です。

「心こそ、心迷わず、心なれ。心に心。心許すなかれ。」(古歌)

わが師、藤平光一先生と丸山維敏先生が好んでお詠みになる詩をご紹介して、念頭のご挨拶とさせていただきます。