■禅と私

「私はたとえ癌でも幸せです」　田中　進一郎
司法と禅　坂本　倫城
剣道で生きる　岡根谷　睦男

「私はたとえ癌でも幸せです」

田中　進一郎

今回の摂心が始まる前の週にいきなり、閑徹支部長から摂心で法話をしてくださいという話があり、何を話そうかなと思ってそれなりに話題を用意していました。しかし、昨日私の気功教室の参加者で、今回の摂心で仮入門されたSさんが初関を通過されたということで、急遽話題を変えて心と健康そして禅という演題で話をしたいと思います。

Sさんと初めてお会いしたのは昨年の十二月でした。状況としてはまず、五年間うつ病と甲状腺がんを患っておられるというものでした。甲状腺癌の方はいったん切除手術をしたのですが、また転移して発症したということで動くのもままならない状況でした。Sさんとお会いしたきっかけは、九州大学の高尾先生のホームページに私の事が紹介されており、それをSさんのお父さんが見て連絡をされてきたのが始まりです。最初お父さんから実の娘のSさんの状況説明が電話でありました。甲状腺がんの場合は有効な抗がん剤や放射線治療が無いので、経過観察といって状況を定期的に検査しているだけの状態との事でした。

これは禅の話とは直接関係が無いのですが、私は生まれつき妙な能力がありまして、私の手を体の具合が悪いところに当てると、その不具合が改善されるの

です。一応気功と呼んでいますが、実際に皆さんがテレビとかで見られる気功とは全く違うものだと思っています。例えば、ぎっくり腰で動けない状態でも腰に手を当てると約十分から十五分で痛みが完全に取れてさっと歩ける状態になります。そういう能力があると気付いたのは今から七年くらい前でした。私は会社員として仕事をしておりますので、週末に私のまわりで縁のある知人だけに、プライベートな気功教室を開き、その中で手当てなどをしていました。ある時九州大学の高尾征治先生とご縁ができました。高尾先生は国立の大学では珍しくこのような超自然現象の力とかパワーとかを研究されていて、私のパワーは大変ユニークなので是非ともホームページで紹介したいとの事で高尾先生のホームページに紹介されることになりました。Sさんのお父さんはそのホームページのファンで私のことを知り、たまたま家が近くなので是非とも気功教室の参加をお願いしたいという事で連絡されてきたのです。

その時にお父さんからは娘は最初うつ病を患って、それから癌になったと説明がありました。私は自分の考えとして、「心が病になったので体も病にかかったのです」とお答えしました。「効果があるか無いかはお約束できませんが、本人が希望されるのならどうぞ教室に参加してください」という事になりました。最初にSさんのお宅へ行った時、体には全く力が入らないし、自分の家の一階から二階へも上がれない状態でした。初めに私の自説である心と体の関係の話をSさんにして、心が病むと体も病むという事を説明しました。病気というのも一つの「気」の状態なのです。これは東洋医学独特の考えと思われがちですが、カナダにあるストレス研究所のハンス・セリエ博士という心理学者の研究によって心が及ぼす体への影響は西洋医学でも広く認知されています。ハンス・セリエ博士は世界で初めて始めてストレスという言葉を作った人です。大学などで心理学を専門に勉強する人には一度は耳にす

る有名な理論です。

セリエ博士が確立したストレス理論によると、体がストレスを感じると身体症状となって現れてきます。それは軽い胃潰瘍かもしれないし単なる肩こりや頭痛かもしれない。人間の体はストレス状況が続くとそのストレスに慣れてきます。ストレスを受けている本人は自分がストレスを受けていると感じなくなるのです。しかしその間にも体は正確にまた敏感にそのストレスを感じ、胃潰瘍が悪化するなどの身体の部分死が始まるそうです。体の部分死が始まってもストレス状況が続くと胃潰瘍から胃がんに発展し、それが転移していったりして体の全体死につながっていくようになるとのことです。このような科学的研究が従来東洋医学で体験的に体系付けられてきた心と体の密接な関係について、西洋医学でも、このストレス理論によって証明されているように思えます。したがって、Sさんの場合はうつ病を発症して五年間の間、生活している自分の周りの環境が変わらなかった。要するにストレスを受け続ける状況が変わらなかった。それが、次に身体症状として表れ癌を発症していると思われました。

お父さんは「娘は今、片足を棺桶に突っ込んでいるようなものです。西洋医学の療法では状態は悪化する一方です。何とか助けてあげたい」と言っておられました。私は初めてSさんを見た時に、このままいけば危ないと思いました。体から生気がほとんど感じられない。要するに生きるために必要な「気」が感じられなかったのです。最初の教室の時に私が心と体の関係について、自分の考えを説明するとSさんは熱心に聞いておられました。それから毎週土曜日に教室をすることになりました。また、自分の経験を通して私なりの考えをまとめた「心のトレーニングマニュアル」を作って毎日読むようにしてもらいました。最初Sさんにお会いした時に気付いたのは、本人が使っている言葉がほとんどマイナス、消極的な言葉だということ

でした。辛い、悲しい、しんどい、苦しい、腹が立つ、助けて、などマイナスの言葉が非常に多かったのです。私の作ったトレーニングマニュアルは「言葉」を基本にしています。私は心身ともに元気に過ごすのには、日々の生活で使っている言葉が大きく関係していると思います。常に生活の中で自分の心を積極的にするには自分が使う言葉に気をつけることです。言葉にはそれ自体にエネルギーがあります。これを昔の人は言霊と呼んでいました。私は禅をやっておりますから、坐禅をして三昧になることが心に良いのはよく理解しています。もちろん、自分自身が充分三昧になっているかというとまだまだ足りないことも認識しております。しかし、いきなり何も知らない一般の人に「坐禅はいいから坐禅をしろ。三昧になれ」と言っても、それはなかなか理解していただけません。したがって私がマニュアルでSさんに伝えたのは、一切消極的な言葉は使わないようにということでした。戯れにも苦しい、しんどい、嫌だ、助けて、など消極的な言葉は一

切使ってはいけないよと伝えました。

禅ではよく徹するという言葉を使います。悲しいときには悲しみに徹しろと言うわけですが、禅とは関係なかった人にいきなり徹しろと言ってもその意味を理解してはもらえないでしょう。ましてや、うつ病の人に悲しみに徹しろと言えば、本当に自殺するかもしれません。Sさんの場合、あまり時間が残っていないように思いました。坐禅で三昧になるところまで来るには大変な時間と体力が必要です。その間にも、彼女の体はストレス理論どおりに全体死に向かって進んでいくと思いました。だから、まず、「消極的な言葉は一切使わない。積極的な言葉だけを使うように」と言いました。これは今日からでもすぐに始められます。それから取り越し苦労は厳禁とも言いました。普通人間は「こうなるのではないか。ああなるのではないか」と将来を心配してびくびく生きているのが現状です。特にSさんの場合は五歳の男の子がいます。私が死んだらこの子はどうなるのだろうと、色々心配になるのは当たり前でしょう。何としても元気にならなければいけない。自分に向かって積極的な言葉のみ使うようにとマニュアルで伝えたのです。

また、Sさんの場合は子供の頃から自分の母親となかなかうまくコミュニケーションがとれないということでした。Sさんにはマニュアルの他に内観をしてもらうことにしました。内観の仕方は「お母さんにしてもらったこと」「お母さんにしてあげたこと」「お母さんに迷惑をかけたこと」を静かに自分を振り返りながら一つ一つ調べていくのです。最初Sさんはかなりの抵抗を示されました。「そんなことはしたくない。あなたなんか嫌いだ」などと言っていました。私はそれでそのままにしておいたのですが、数日してメールがあり、実は言われたとおりに内観をしていますということを伝えてきました。その時に私は「よくやったね。これで貴方は随分救われると思うよ」と言いました。

実際にお母さんからしてもらったこと、してあげたこと、迷惑をかけたことを書き出してみると、お母さんからいっぱいしてもらっていることがあるのに、自分はほとんどお母さんにしてあげたことも無く、迷惑ばかりをかけてきたことに本人が気付かれました。心のトレーニングマニュアルを実践することで、不思議なことに体のほうも徐々に元気を取り戻していったのです。彼女を取り巻く嫁ぎ先の厳しい状況は続いていましたが、三ヶ月くらい経ったところ、普通に車も運転できるようになりかなり体に力が戻ってきました。最初会ったときの彼女はうつ病のために、一日に三十錠近い抗精神剤を飲んでいる状態でした。それが五年間以上続いていました。教室を始めて三ヶ月経った時点で睡眠薬も含めて薬が五錠に激減しました。彼女は劇的に心の健康を取り戻していったのです。

それまで教室で私が坐禅をやっていることや禅の話を機会あるごとに彼女にしてきましたが、かなり回復した状態を見てあなたも坐禅をしてみたらどうですかと勧めました。彼女の場合、嫁ぎ先で苦しんだのが病気の原因です。しかし、私が彼女に言ったのは「このような状況になったのには貴方にも非がある。そのような家を選んで嫁いで行ったのはあなたであり、誰に頼まれて行ったわけでもない。やはりあなたに人を見る目や、物事の本質を見極める目が無かったからこういう状況に陥ったのでしょう」と話しました。また、私も人に言える立場ではないのですが、彼女を見ているとなかなか自我が強い。だから「坐禅は我を殺す修行だよ。自分にはまだよく分からないけど、我が強ければ強いほど坐禅で自我が無くなっていくと、人間も大きく変わるらしい」という話をしました。彼女も僕の話に興味を持ち、それではやってみようかということになり、彼女は坐禅を始めました。

また、彼女は絶対音感を持っています。過去に絶対音感を持っておられる何人かの人に相談を受けるこ

とがありましたが、私の非常に限られた経験では、絶対音感を持っている人は、敏感で感性豊かである一方、自我が強いという傾向があるのではないかと思います。彼女の場合、特に頑張り屋さんだったので、そのような嫁ぎ先の状況でも自分が頑張ってしまった。普通なら逃げ出してしまうようなところでも、逃げずに頑張ってうつ病になり、癌まで発症してしまったという状況ではないかなと思いました。彼女には「自分は嫁だからこうであらなければいけないという思いから自分の心を過度に抑圧してきたのかもしれないね。心は抑圧をすると抑圧した事柄が、心の奥深くもぐりこんで行って自分でも気付かないところで色々とウジウジ悪さをするよ。たとえば山から湧き水が出ていたとする。その水を止めてしまうと水は必ず他に水道を作って表面に出ようとする。この表面に出ようとする水をまた、ことごとく止めてしまうとどうなるだろう。山全体が水でズブズブになって、土砂崩れで山の崩壊が始まる。これは私の考えだけどそれがまさしく今あなたの心が置かれている状況だと思うよ。だから自分の心は抑圧をしてはいけない。自分の心に素直になれば」という話をしました。そうして彼女は坐禅を始めたのです。最初「どれくらい坐ればいいですか?」と聞いてきたので「朝晩二十分くらい坐ることから始めたらいいよ。睡眠障害があるので、眠いときは睡眠を優先していいよ」と話しました。

彼女はその日から毎日坐るようになりました。ある程度坐禅が続いたので、ころあいを見計らって、「近くに僕が行っている岳南道場という坐禅の道場があるから、一緒に行ってみたらどうかな。他にも禅の修行をしている人たちが道場にいるから話してみたら」と勧めたら、「行ってみます」という事で岳南道場の月例会に参加するようになりました。今までに二回くらい月例会に参加して今回の摂心を迎えたことになります。その間にも薬の量は減り、今は睡眠薬を含めて一日三〜四錠までになりました。精神科の医師も「ここまで

来ると今のところは病気と言える状態ではない。一般に言われる不眠症の状態までに回復しました。しかし、昏睡に到るかなりひどいうつ病をしているので今は大事をとって最低限の一日三錠の薬でいきましょう」という事になっています。うつ病は今や社会問題にもなっています。特に今の社会はメールやインターネットで情報が世界を一瞬にして飛び交い、仕事のスピードも上がってきて人間にとっては大きなストレスを抱える社会になってきました。それに伴い、前述したセリエ博士のストレス理論通りに心を病みそして体を病んでいく人が多くなってきているように思えます。

うつ病で怖いのは、うつ病とは死にたくなる病気であるということです。自殺したくなるのですね。彼女もひどいうつ病でしたからまさしくそのような状況でした。だから周りにいる人が気をつけてあげなければいけない。月例会への参加や今回の摂心でもその辺を考慮に入れて、なるべく余分なストレスがかからない状況で参加してもらうことに気を配りました。いずれにしても彼女には「よく坐禅をする決心をしたね。自分なりに一生懸命やったらいいよ」と伝えました。また、「禅には見性というものがあり、なかなか口で説明するのは難しいのだけれど、老師との禅問答で開いていく心の境涯だよ」という説明もしました。

私はもし彼女が入門して本格の修行を始めれば見性が近いのではないかと密かに思っていました。それは、彼女の場合、死に到るぎりぎりのところまで行ったことが過去五年間に何回もあるからです。したがって彼女は常に死と隣り合わせになって坐っているのです。死に近い経験が無い私には、いくら座布団の上で己を殺し尽くせ！死ぬ気で坐れといわれても、死というものはまだ頭の中のシミュレーションなのですね。ところが、彼女の場合臨死体験も含めて死というものが現実のもので、それを踏まえて坐っている。ここに根本的な坐禅の深みの違いが出てくるのではないかと思っ

ていました。

しかし、私もびっくりしたのですが、坐り始めてからまだ三ヶ月くらいの彼女が初めての摂心で二日目に初関を通過しました。これはやはり禅というのは年数だけではなく、また知識でもない。本当に実体験の上で真剣に、また切実に肌で感じる死というものを見つめながら坐るとここまで真剣に坐れるものなのだなと思いました。まだ甲状腺がんは残っているのですが、先日彼女が静岡のがんセンターへ行って検診を受けました。肺への転移も無く最初の頃に比べると見違えるように生気に満ちてきました。岳南道場の人は一月ごとに彼女を見ているので彼女の回復にお気付きのことと思います。やはり心が治ってくると体も治るのだなと改めて認識しました。それどころか、心が治れば今回の摂心で、ほんの四回くらいの参禅で見性に至ってしまう。本当に素晴らしいことだと思います。

しかし、密かに期待はしていたとはいえ実際に二日目で見性されてしまうと、私は度肝を抜かれてしまいました。私は坐禅を始めて二年で見性したのですが、「俺はいったいあの二年間、何をやっておったのかな?」と正直思いました。さすがにいざとなれば実体験がものをいうのだなとも実感しました。彼女が下山する前に禅子寮の前で話しました。そのとき彼女が「私は五、六年前から本当にこの世の地獄にいました。子供は生んだものの自分ではあまり育てられなかった。体も動かなかった。病院への入退院も繰り返してきました。でも昨日見性して思ったことは、この世の中は何も変わっていない。自分が地獄だと思っていたこの五年間にも、太陽は照っていたし、雨も降ったし、この時期になるとアジサイはきれいに咲いて、木は緑に茂り、鳥は空を飛びさえずっていた。それでも私は地獄の中にいました。それが今日、見性した後は同じ世界なのに本当に極楽にいるような気持ちです」と言ってくれました。その時、私は「彼女を禅に誘って良かった。禅とはなんて素晴らしいものだろう。すごいもの

だな。地獄の苦しみと思って、のたうち回っている人でも、心の持ちようで同じ景色がそのまま地獄にもなり極楽にもなる。」坐禅和讃で、【当処すなわち蓮華国、この身すなわち仏なり】とありますが、知識で分かっていたつもりのものが、彼女のおかげで目の前で実感することができました。

私は彼女の苦しみをこの目で見てきただけに、彼女の見性が自分のことのように本当に嬉しかったです。この体験を通して私は一つの確信を得ました。坐禅で人を引っ張っていけば間違いはない。坐禅を人に勧める。坐禅を広めることは、なんて大事なことなのだろうと。私も坐禅で救われた一人です。世の中にはもっと多く苦しんでいる人がいるわけですから、一人でも多くの人を坐禅に引っ張っていく努力をもっともっとしなければいけないなと思いました。

後日Sさんと会いお話しする機会がありました。その時彼女は「今、私はたとえ癌でも幸せです！」と嬉しそうに言ってくれました。そして、この一言は私の一生涯の宝物となりました。

合掌

■著者　略歴

田中進一郎（道号／仏光）

昭和三十二年、京都市生まれ。米国留学後、米上場企業の役員、日本現地法人社長を歴任。現在、化学メーカーに勤務。平成十五年、人間禅中村信堂老師に入門。

禅会広告

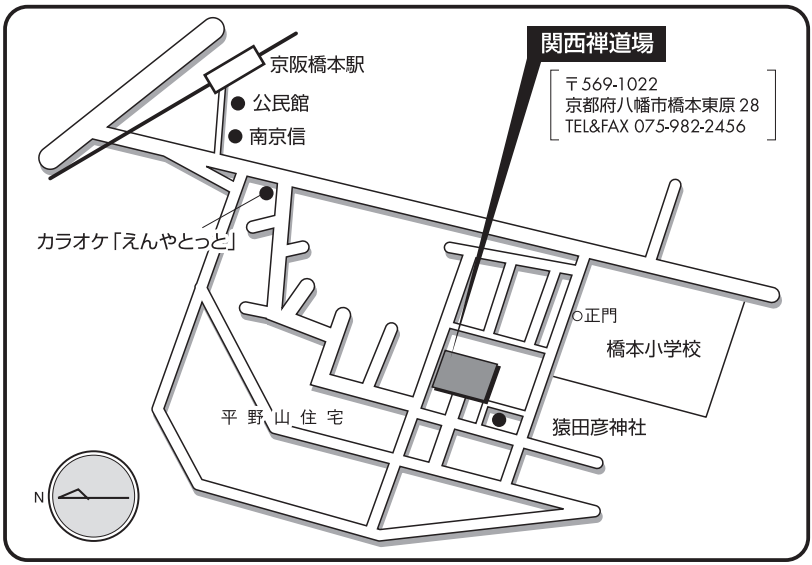
関西坐禅道場

お問合せ先：上田信也（TEL 072-844-1577）

摂心会：3回／年（原則、年5月・8月・11月）
例　会：1回／月（原則、第4土曜19時～日曜12時）
静坐会：・道場土曜静坐会（19時半～21時）
・西山田地区坐禅会・大阪大学静坐会・住金静坐会
一泊（または一日）**静坐会：**2回／年（春・秋）、俳句の会

［道場への道順］

1. 京阪橋本駅（各停のみ）より徒歩約15分、カラオケ「えんやとっと」を右折し住宅地の中の細い道をたどる
2. 京阪樟葉（くずは）駅（急行・各停）よりタクシー12分、橋本小学校正門前で下車し（約千円）、道場を見ながら細い道に右折する



www.eonet.ne.jp/~gettan

司法と禅

坂本　倫城

一　はじめに

私は、昭和五十三年ころ岡山で、私の母と一宇庵老師の奥様が知己であったという御縁を得て人間禅教団に入門しましたが、それ以来早くも約三十年が経過してしまいました。私は幼いころ重病で、すんでのところで死にかかり、死に直面して言いようのない絶望感と恐怖感を感じ、愕然としたことを記憶しています。ある御縁により九死に一生を得たこともあって、若いころから様々な宗教や哲学などに関心がありました。また、人間関係で苦汁を嘗めたこともあって、入門したのは何か絶対的な真実の救いを強く渇望していたころのことでありました。それから、磨甎庵老師、雲龍庵老師、千獣庵老師に師事して参りましたが、裁判所に奉職する裁判官という私の仕事は思った以上に多忙であり、摂心などでも土・日に参加するのがやっとであります。老師や多くの道友の厚意と温情に支えられて、何とか禅を断絶することなく続けることができたというのが実体であります。

二　司法の仕事

私の仕事とする司法は、主に弁護士、検察官と裁判

官により運営されていまして、その分野としては、刑事、民事、家事・少年に分かれ、前二者を地方裁判所が、後者を家庭裁判所が担当し、その上級審として高等裁判所、最高裁判所があります。また、裁判では、当事者（弁護士や検察官）から裁判所に申立て（訴え提起、起訴）があると、当事者の主張した事実の有無を裁判所が認定し、認定した事実に法律を当てはめて、裁判所（裁判官）が結論（判決）を出すことになりますが、民事では判決による解決だけではなく、当事者がお互いに譲歩しあって和解により解決することも多いのが現状です。

そして、現実の裁判の実務に携わっておりますと、紛争の両当事者（民事では原告と被告、刑事では検察官と弁護人）が厳しく対立し、全く正反対の相容れない事実を主張し正反対の相互に全く矛盾する証拠を提出し合って、相手方を激しく罵り合うことも多いものです。つまり、民事・刑事事件を問わず、紛争当事者は、えてして自我に囚われ、自己の利益・要求を守るためにまた自己の主張を通すために、他の人の利益を顧みることなく、死に物狂いで他と争い、そのため平気で、あるいは心ならずも虚偽の主張をすることもよくありますし、またそうであるからこそ訴訟になっているわけです。

当事者の主張、供述の裏にある虚偽と真実を見抜き、利己的な思慮・欲望に支配された言葉と、真実の言葉とを、正しく識別していくことが肝要ですが、このことは実に困難なことであって、裁判に課せられた永遠の課題であるといえると思います。またそこまでいかなくても、紛争当事者は、多かれ少なかれ自己の物の見方に囚われていて、たとえそれが誤解であっても自己の考え方に固執し、他者の言葉に耳を傾けないことが多いといえましょう。

このような紛争当事者のあり方は、まさに病を患い悩み苦しむ病人に似ているといえると思います。裁判の審理を通じて、真実を明らかにし、紛争の相手方の立場に思い至り相手方の考えを理解し、相手方の立場

に立って物事を考えることができるような方向で審理を進めることが大切なことであります。

相手方に対する誤解を解き、感情を鎮め、自己の考えの至らなかった点に気付いてもらい、冷静に物事を見つめ、寛容さと賢明さを喚起することによって、紛争当事者が相互に自己の立場と同様に相手方の立場を理解することができるようになれば、自然に紛争は収拾に向かうことになる事例も多くあると思われます。

ただし、人の縁は不思議なもので、縁無くどうしても紛争当事者が自我に固執して納得せず、事実に目を塞ぎ、裁判所の説得にも耳を貸さないことが生じます。このような場合には、やむをえず、誤っている当事者に判決という判断を下さなければならなくなります。それは、その人が憎いからではなく、また、その人を殺すためではなく、関係当事者らを真に大きく生かし、救い取るために行わなければならないと思いながら、またそのように念じながら行っています。法律に則って判決を下し、金銭の支払を命じ、離婚や物の引渡しを命じ、刑事であれば刑務所に行くことを命じて、強制的に法に従った結果を実現しなければならないことも当然ながら多くあります。

三　司法と禅

白隠禅師門下の或る商人は「商いをするなら隻手音声を聞いてからにしろ」と言ったということでありますが、これはすべての人の営みに通じることでありまして、司法でもまったく同様であります。先ほど述べたように、裁判所は、厳しく対立する紛争当事者の間に身を置きつつ、人及び事件との真剣勝負をしなければなりません。あらゆる予断と偏見、一切の構えを捨てて、己を空しくして人及び事件に立ち向かい、紛争当事者をあるがままに受け入れ受容しなければなりません。

その上で、法律に従った適正な解決を図っていくわけでありますが、解決の方向は、あくまでもその人を

憎み殺すのではなく、その人や周囲の人を可能な限り生かしていくことが根本であると思います。偏狭な自我に囚われている紛争当事者のしがらみを解き放ち、正しい物の見方に気付き覚醒してもらい、その人が元々持っている自然の治癒力を生かす方向に持って行ければ一番良いと常日頃思っています。

人は皆本来のあるべき姿に目覚めれば、自ずから然るべきあるべき姿になっていくものではないかと思いながら仕事を行っています。

このような裁判所での仕事を行っていく上で、私にとって、裁判と禅は、切っても切れない関係になってきているように思います。禅の修行をすることがなければ、到底満足な仕事も行うことができなかったのではないか、これまで曲がりなりにも仕事を継続することができたのは禅に支えられてきた面が大きいと考えています。

どのような人の営みであっても同じであると思いますが、毎日が体当たりの連続であり、答えのない問題に取り組んでいるようなもので、公案の工夫三昧と同じであって、数学のように決まった一つの解答があるのとは大きく異なると思われます。

禅の公案を死に物狂いになって工夫して参禅しても、老師に叱られ、今回もまたダメだったかと絶望の淵に沈みながら参禅から帰ってくるという経験や鍛錬を日ごろ繰り返していることによって、解答のない問題に取り組むことがさほど苦にならなくなり、何度もめげながらも再び裁判における解を求めてチャレンジしてゆくことができる原動力になっていると思われます。

その原動力の根源には、数息観によって形成される三昧の力があると思われます。とても満足できるものではありませんが、ただ年数を重ねているだけの禅歴であっても、年を重ねるとともに次第に、若いころに比べて何がしかの自信と確信が少しずつ芽生えてきているのを感じます。思えば足かけ三十年、ただただ一日一炷香だけを死守するべく努力して来ただけのことではありますが、わずかずつですが確実に何かが自分

の中で変わりつつあるように思われます。

最近では、自分も当事者と同じ立場にいれば同じようなことをするかもしれないなどと平気で思うことも多く、欲望や煩悩に囚われた当事者が悲しく、かつ、懐かしくさえ感じることが多くなりました。

法律による正義や善悪の世界はまったく相対的なものであり、もっと絶対的な世界から見れば勝訴も敗訴も紙一重で、全くもって取るに足りないことであり、また、そうであるが故になおさら皆が深く納得できるようなよりよい解決をしなければならないと思うように、自分自身も少しずつ変わってきているように思います。

禅の修行を更に深め、自己だけでなく、司法の世界において、様々な紛争解決を通してできるだけ多くの人の助けになればと願うのであります。そして、真に正しく・楽しく・仲良くすることができる世界の実現に力を尽くすことを目標にし、それを今後も生き甲斐としたいと思っています。

■著者　略歴

坂本倫城（道号／法燈）

昭和二十四年、岡山県生まれ。東京大学法学部卒。現在、大阪高等裁判所判事。昭和五十三年人間禅小野円照老師に入門。人間禅輔教師。

剣道で生きる

岡根谷　睦男

タイトルの「剣道で生きる」は、私が職業をどうしようか悩んでいる折りに小川先生（無得庵小川刀耕老居士）からお伺いしたお話「職業に貴賤はない、仕事で食べて、剣道で生きていけばいいのだ」からいただきました。

私は、昭和三十二年東京都に生まれ、小学校二年生のときに（人間禅教団付属）宏道会のある千葉県市川市に引っ越してきました。小学校四年生になるときに、「おまえはちょっとぼーっとしているので、剣道でもやれ」と、父親が宏道会に連れてきてくれました。

宏道会の剣道は、小川先生が耕雲庵立田英山老大師から「子供たちに本当の剣道を教えてあげてほしい」と依頼されて作り上げたもので、人間形成のための剣道として日本で最高の質を持っていると自負しています。

具体的には、一般に行われている剣道のような競技性は無く、道場ではまず坐禅や掃除を行い、剣道の稽古の前後には五戒（嘘をついてはいけない、怠けてはいけない、やりっぱなしにしてはいけない、我儘（わがまま）をしてはいけない、人に迷惑をかけてはいけない）を唱えるというものです。

小学生の間は、「人間形成のために剣道をやるんだ」という自覚などなく、稽古は辛いのですが、長野先生（長野善光老師）と諸先輩が必死で稽古されているのに引っ張られて続けていました。

中学生のころに、最高師範である小川先生が警視庁

の剣道師範を引退されたのですが、九十一歳で亡くなられるまでの約二十年間、毎週私たちに稽古をつけて下さいました。小川先生は、剣道の稽古とあわせて、「剣道で生きる」を自ら示され、私たちの成長の時期に応じて丁寧に教えて下さいました。

地元の高校と東京理科大学を卒業後、会計事務所系のコンサルティング会社に就職しました。プロジェクトを組んで、企業・組織の業務の仕組みを改革するという、人が中心の仕事で、信頼関係を作れるか否かが決め手となります。

剣道の稽古と同じ心構えで、仕事・人に対してきて、失敗もありましたが、多くの人と信頼関係を作ることができ、また最近では難しい状況下でも自在に対応できるようになってきました。働き始めたころは数十人であった会社も今では、数千人規模になり、経済的にもゆとりを持てるようになりました。

小川先生と肝胆相照らす仲であった故石田和外先生（元最高裁長官、日本剣道連盟会長）が「世の中剣道なんだ、皆、知らないだけなんだ」と仰っていたそうですが、全くその通りで、本当に剣道が社会生活で役に立ちました。

『稽古風景（左／著者）

以下、小川先生、長野先生から示された教えの語句

等を織り交ぜながら、宏道会で学んだことを振り返ってみます。

〈平等〉

「平等」の本当の意味について、小川先生から何度かお話を伺いました。そしてある日、小川先生と剣道で真剣に対峙している時に、「あ！　これが本当の平等なんだ」と分かりました。それ以来どんな人ともまっすぐに対応できるようになりました。おかげで、就職のときなど、私の学歴が示す専門分野からは畑違いだったのですが、私を信頼していただき採用されるに至ったと思っています。

〈事の未だ成らず小心翼々、事の将に成らんとす大胆不敵、事の将に成る油断大敵〉

これは勝海舟の座右の銘ですが、社会人になるときに、小川先生はこの言葉を書かれた色紙を私に手渡され、「何か大事なことをやろうというときには、この三つが出来れば完璧だ。岡根谷君は、気の強いところがあって、大胆不敵はいいが、小心翼々と油断大敵が苦手だね。これを知って気をつけてやっていくといい」と言われました。

小川先生は剣道を通じて私の性質などお見通しで、正鵠を射たご指摘でした。大きなプロジェクトなどに挑戦するときには、綿密な準備や完了後における作業漏れの点検等、苦手とするところに特に気をつけるようにしてみたところ、「岡根谷さんって意外に細かいんですねー」と評価を受けるようになりました。

同時に、小川先生との地稽古で、まず蹲踞（そんきょ）をして思わず油断なくズーっと立ち上がるようになったら、「岡根谷君、いいところを覚えた」とほめていただきました。

〈して見せて　言って聞かせて　させてみて　ほめてやらねば人は動かじ〉

山本五十六のこの歌は長野先生から教えていただきましたが、日々の仕事の上で最も役に立っています。

自分で見本を示すのは苦労します。また、綿密に丁寧に話をするのも、人がもたもたとやっているのをじっと見守ることも忍耐が要ります。その上でほめるのは、心情的に難しいことです。

しかしその結果、信頼関係も出来上がり、時間をかけて見守っている私を「岡根谷さん立派です」と周囲の人が立ててくれ、うまくいっていなかったことが、見事、解決してしまうことがよくありました。

同じことが剣道でもありました。私は楽しく剣道をやっているように見えるようで、後輩からは、「笑い鬼」と評されています。

仕事のことも一段落し、「さてこれからどうするか」と考えていたところに、宏道会創立五十周年を迎え、葆光庵丸川春潭総裁老師から「小川先生の剣道を宏道会で継承しろ、そのためには本格の坐禅の修行が必要だ」と指導を受けました。これを機に、本格に坐禅の修行を始めましたが、まさに、小川先生が私達に「これからの修行の段階は、坐禅をした方が早い」と仰っていた通りでした。

小川先生の辞世の句「わが胸に剣道理念抱きしめて死に行く今日ぞ楽しかりける」は、本当なんだ、小川先生の域に到達できるかは分からないけれど、同じ道を楽しく行けそうだ、というのが今の心境です。

平成十九年八月から、宏道会第五代会長を私が務めることになりました。宏道会の剣道を一緒に楽しみませんか？　お待ちしています。

合掌

■著者　略歴

岡根谷睦男（道号／無刀）

昭和三十二年東京都生まれ。東京理科大学理学部卒。現在アビームコンサルティング株式会社プリンシパル。昭和四十二年、人間禅付属宏道会入会、昭和六十一年より宏道会妙位（教師）。平成十八年人間禅丸川春潭老師に入門。