

真宗大谷派 光福寺 川西市笹部二丁目十六ー十六

令和七年 九月発行 TEL ○七二ー七九四ー〇一八九

「人の過惡を、なだめ、ゆるして、とがむべからず。いかり、うらむべからず。」

貝原益軒（えきけん 1630-1714）は、江戸前期から中期の儒学者、本草（ほんぞう）学者であり、さらに医学にも精通していました。幅広い分野で才能を発揮した貝原を、幕末に來日したかの有名なシーボルトは「日本のアリストテレス」と評したほどです。「民生日用の学」を志していた貝原は、難解な本草学をわかりやすく要約し、それを大勢の人々に有益な形で伝えたいと考えていたようです。そうした学風のため門弟は多くなかったものの、出版物を通じて、人々に大きな影響を与えたといわれています。

貝原益軒は八十五歳で没しましたが、『養生訓（ようじょうくん）』は、その晩年に執筆されたものです。世人後生（せいじんこうせい）のためを思つて著した遺作ともいわれています。『養生訓』では、貝原の実体験から得た「養生」について詳しく解説されています。養生とは、日々の生活に留意し、健康の増進を図ること、そして、摂生に努め、病気を予防することです。貝原もまた、若い頃から徹底して養生に努めたといわれています。さらには、単に身体を健康に保つための養生にとどまらず、精神面での養生にも言及されているところに、大きな特徴があります。

『養生訓』では、「当たり前のこと——早寝早起きや腹八分目など——を当たり前にできないと、心と身体が病気になる。与えられた命と身体に感謝し、慎み深く、そして自分の人生を楽しんで生活すべき」という精神のもと、生活の心得が全八巻を通して書かれています。また、「人としてどう生きるべきか、どう在るべきか」など、自分の心や考え、生き方を整理することが人生で最も大事なことで、何度も強調されています。このように、現代医療の課題である「心のケア」が説かれているところに本書の先見性があり、それが現代でも本書が愛読される理由のひとつになっています。標題に掲げたことばは、「年をとってからは、いつも日を惜しんで一日も無駄に暮らしてはならない。世の中の人とありさまが、自分の心になわなくても、凡人だから無理もないと思つて、子弟や他人の過失や悪いことには寛大にすべきで、とがめてはいけな。怒ったりうらんだりしてはいけな。自分が不幸で貧乏であつたり、他人が自分に対して無茶なことをしても、うき世のならいとはこうしたものだと思つて、天命に逆らわず、憂いてはならぬ」との意味です（松田道雄訳『日本の名著 貝原益軒』中央公論社、5頁）。これは何も、年をとった人に限らず、誰にでも関係することだと思います。特に「他人の過失や過ちに対して寛大にすべきで、とがめてはいけな」ことは大いに参考になります。残念ながら最近の社会の風潮として、特定の人を批評したり非難することが絶えない世界が拡がっています。他人を非難したい気持ちもあるかもしれませんが、人々には人の考え方や事情があるかもしれないと考え、寛大に接したいものです。相手の思いやる気持ちのよさがあります。そうした社会生活を取り戻したいものです。

聞法会
永代経法要

9月22日
10月25日

(月) 午後1時～午後3時迄
(土) 午後1時半～午後4時迄

お参りをお待ちしております

涅槃堂永代経納骨・墓地受付中

