

トピックス 第5回・江戸川区教室交流会は2月21日開催

本年度の江戸川区教室交流会の日程が下記の通り決まりましたのでお知らせいたします。

開催日；2016年2月21日(日) 午前10時から12時まで

場所；北葛西コミュニティ会館(前回と同じ)

おって、申込み用紙を添えた詳しいご案内状を各教室の先生宛に送付する予定です。

太極拳なんでも勉強会終了

第2期太極拳まるごと勉強会を終了された方々を中心に、本年1月から、22名の参加者により開催しました『太極拳なんでも勉強会』は、11月までの全10回で無事終了いたしました。皆さんからはもつと長く続けてという声もあったのですが、だんだんと種が尽きてきましたのと、資料作成のための負担が大きくなってきましたので、ボロが出ないうちに幕を下ろさせていただいたというのが本音です。私自身はこの勉強会を通じて自分自身大いに勉強することが出来まして、ありがたいと思っております。

太極拳なんでも勉強会

回	実施月	テーマ	概要
1	1月	息ほど安いものはない	呼吸の生理と、各種呼吸法。
2	2月	白隠禅師の健康法に学ぶ	前月の続き。
3	3月	肥大化する欲望の正体を探る	欲望の起源と展開。根源は腸にある。
4	4月	黄河を辿る	その恵みと災害。直面する諸課題。
5	5月	ブッダのこぼれ	原始仏教の紹介。大乘佛教との違い。
6	6月	空海と真言密教	空海のもたらした真言密教とはなにか？
7	7月	チベットの神秘・チベットの悲劇	チベット仏教の神秘、悲劇の歴史。
8	9月	中国の歴史の要点 その1	古代文明から漢王朝まで。
9	10月	中国の歴史の要点 その2	異民族による制覇、宋の滅亡まで。
10	11月	中国の歴史の要点 その3	元王朝から清王朝の滅亡まで。

「楊名時師家を偲ぶ会」に参加

さる11月4日(水)に中野サンプラザにおいて、“楊名時師家を偲んで「健康友好平和を未来へ」という会が1500名の参加者を得て盛大に開催されました。楊名時師家没後10年の節目を迎え、楊名時太極拳創生55年の歴史を振り返るとともに、師家生誕100年となる10年後に向けて「2025ビジョン」が発表されました。詳細はいずれHP、機関誌などで報告されると思いますが、たいへん創造的で感動的な催しでした。小生も当日のスタッフの一人として参加させていただきました。

東京都支部下期講演会に参加

11月22日(日)本部道場にて開催された、「楊慧先生、佐藤如風先生の講演会」に瑞江鶴の会、東大島鶴の会の有志とともに出席しました。これは支部研修計画の下期分として設営されたもので、まず楊慧先生が「楊名時太極拳の歴史」と題して、パワーポイントを使いながら、楊名時師家の懐かしい映像とともに、その長い歴史をわかりやすくお話しされました。ついで、宮城県支部顧問の佐藤如風先生

から「楊名時先生の目指したもの」と題して、楊名時師家のご著書を引用しながら“健康の源は心です”
“太極拳は体と心を通して舞う論語です。”“太極拳を舞いながら体がお経を読む”などたいへんユニークでかつ含蓄のあるお話がありました。詳細は教室でご紹介いたします。

閑人閑話

今日は休載します。

さこうべん

左顧右眄 (再開) 【第17話 漢詩に学ぶ・漢詩を楽しむ】

第16回 異色の詩人たち

早いもので、この連載も第16回を迎えました。それで、これまで取り上げられなかった、異色の詩人たちの人生と詩をご紹介しますこととします。

則天武後に仕えた陳子昂(ちんすこう)の末路

陳子昂(661~702)は四川省の大地主の息子として生まれ、放埒な暮らしをしていましたが、18歳にして一念発起して勉強に励み、見事進士に及第して上京し、則天武后による殿試にも合格して、「麟台正字」という皇室の秘書役に相当する官位に就くことも出来ました。しかし則天武后やその取り巻きの行く横暴不正な行政や刑罰に対して正直に直言する性格であったため、疎まれたり、獄に入れられたり、再度則天武后によってさらなる要職である「右拾遺」にまで引き上げられたりしました。

則天武后の横暴はさらに強まり、ついには唐王朝李氏の一族をことごとく抹殺したうえ、自ら「周王朝」を開き女帝となりました。こうしたことに耐えられなかったのでしょうか、陳子昂は698年に退任して故郷に帰ります。しかし無冠となった彼に故郷の貪欲な県令の段簡が目をつけて、謀略で罪をかぶせて投獄。陳家の莫大な財産をわがものにしてしまいます。彼は獄中で憤死しましたが、享年42歳の短い人生でした。死の数年前、乱れに乱れている国家の行く末を案じて歌ったのが有名な「幽州台登歌」です。

幽州台登歌

幽州*台に登る歌

*戦国時代の燕国の首都(河北省涿県)

前不見古人

前に古人を見ず

昔の燕の昭王のような名君はもういない

後不見来者

後に来者を見ず

これから果たして名君が出るのであろうか

念天地之悠々

天地の悠々たるを念い

天地の悠久たる様を見るにつけ

獨愴然而涕下

獨り愴然として涕下る

獨り悲痛の涙を流すのだ

李白、杜甫の詩友「高適」の成功人生

高適(702?~715)は、河北省滄州の出身で、若いころはもっぱら任侠と放浪の生活を送ったとされていますが、中年には官僚として名を挙げるとともに、詩人としても名声を得ます。同時代の李白、杜甫とも親交が生じ、3人で江南の地を周遊したとも伝えられています。【右の写真は開封市禹王廟内にある李白・杜甫・高適三詩人の塑像です。】

杜甫と李白は、安祿山の乱で、人生が暗転してしまいますが、逆に高適は高級官僚としての地位を安泰とします。杜甫が家族とともに流浪の旅を続け、成都に落ち着いた頃、高適は蜀州刺史として赴任しており、何かと面倒を見てやったとされています。このころ杜甫を詠った詩にも、



“老耄の身(高適本人)で知事の任を汚しているが、あちこち放浪できるあなた(杜甫)がうらやましい”と、気配りを見せています。ただし、杜甫にとってはここも居心地が悪かったようで、(戦乱が起きたこともあり)さらに揚子江を下る旅に出たいいきさつは前に書きました通りです。

李白と高適の関係はさらに劇的です。安祿山の乱により、玄宗皇帝が退位して皇太子の肅宗が皇帝に就きますが、高適はその幕閣の一人に出世していました。このとき肅宗の異母兄弟である永王は、江南の地を治めていたのですが、たまたま李白はその名声を買われて永王軍の参謀となっていました。永王は肅宗から反乱軍とみなされて、殺されてしまいます。当然李白も逮捕され、貴州省へ流罪となります。途中恩赦で罪を解かれましたが、おそらく高適の口添えがあつてのことでしょう。李白の胸中は察するに余りあります。

ともあれ、高適はこの難しい時代を無事勤めあげて、幸せな余生を送ったとされています。ご紹介するのは代表作の一つ『除夜』です。長旅の異境の地で迎えた大晦日の感慨です。

除夜

旅館寒燈獨不眠
客心何事轉悽然
故郷今夜思千里
霜鬢明朝又一年

除夜

旅館 寒燈 獨り眠られず 宿舎の冷たい灯りの下で眠れずにいる
客心 何事ぞ 轉た悽然たる 旅先での想いはますます悲痛である
故郷 今夜 思い千里 千里の彼方の故郷を思い巡らしながら
霜鬢 明朝 又一年 白髪頭は明日また一年齢を取るのだ

官僚詩人・袁板の優雅な人生

時代は下りますが、清朝時代の詩人・袁板(1716~1797)の優雅な人生をご紹介します。袁板は錢塘(浙江省杭州市)の生まれで、1739年に進士に合格、主として各地の県知事を歴任しました。時は清朝の絶頂期、乾隆帝の御世です。40歳で引退して、南京の名勝地小倉山の「随園」という山荘を手に入れて、悠々自適の暮らしを続け、81歳で大往生しました。

つまり、官僚としてたっぷり財産を作り、早めに無事に引退して、風流人として優雅な余生を送るといって、もっとも典型的な“官僚詩人”の成功例なのです。彼はまた、食通としても有名で、「随園食単」という料理書まで上梓しています。ちなみに「随園」という名前の中華料理屋さん結構多いですね。

ご紹介する詩は退官して半年後の作です。彼の本音がよく出ている歌として有名ですが、毀誉褒貶のある歌でもあります。

銷夏詩

不著衣冠近半年
水雲深处抱花眠
平生自想無冠樂
第一嬌人六月天

銷夏の詩

衣冠を著けざること半年に近く
水雲深き処 花を抱いて眠る
平生自ら想う 無冠の楽しみ
第一 人に嬌る 六月の天

銷夏；夏の暑さをしのぐ

役人暮らしをやめて半年あまり
自然豊かな山里で美女を抱いて眠り
隠居暮らしを満喫している
とくに自慢できるのは真夏のしのぎやすさだ

アーカイブス「雲の手通信」 (再掲・昔のコラム)

健康妄語録

極楽往生の秘訣

【2006年2月第21号】

この歳になると、否応なしに「死」について考えるようになります。同年や年下の友人、知人との別れもまれではなくなりました。お釈迦様は“人間は生まれ落ちれば、みな「病・老・死」に苦しめられる”と喝破されています。苦しみの総仕上げがまさに「死」であるのですね。「人間は必ず死ぬもの」とは分

かつてはいても、一日でも、一瞬でも長く生きたいと執着するのも、やはり死の先が分からないことに対する恐怖が根底にあるからだと思います。

いろいろなものを読んでみると、そもそもお釈迦様は来世とか靈魂の存在などを認めていないのですね。その後時代が経ってから、大衆を死の恐怖から救う布教の口説くせつとして、輪廻転生とか、靈魂とか、地獄極楽とか、極楽往生とかが、用いられるようになったようです。

確かに「信じるものは救われる」ので、肉体が減びても靈魂が離脱して永遠にあるとすれば、或いはもつと良い転生があるとすれば、或いは極楽浄土へ行けるとあれば、なかなかこれは魅力的ではあります。（誰でも地獄へ落ちるのはイヤですから善行を積む、或いはお布施を積む、ということにもなるわけです。）

面白いのは、同じ仏教でも禅宗は真っ向から靈魂や死後の世界の存在を否定しています。有名な禅の言葉、「身心一如しんじんいちにょ」や「性相不二しょうそうふに」は“体が滅びれば、心も無くなる”ことを語っています。

私自身は、現在のところ「靈魂あり」説を信じています。死んだ後も永遠に楽しめるとあれば（まさか地獄に落ちるとは思っていませんので）、「死」はむしろウエルカムです。そんな境地で準備してあるのが次の辞世の一首（まあ習作のようなものですが）です。

朽ち果てし わが身さらりと 脱ぎ捨てて あの地かの空 永久の漫遊

世界中あちこち70ヶ国ほどすでに行きましたが、この歳ではもう行けそうに無い秘境の地、たとえば、チベットの「カイラス山」や、ベネズエラの「ギアナ高地」なども、“たましい”だけなら旅費も掛からず、ただふわふわと飛んで行けるのではないかという魂胆です。

でも、もし靈魂が存在しない場合にはどうなるかということ、これは死の瞬間には全く無に帰してしまうのですから、恐怖したり、後悔したりするひまもありません。

ですから生きているうちに信じていて、楽天的に死を迎えただけ得をした、ということになります。これが私流の「極楽往生の秘訣」ですが、如何でしょうか。

現時点で追加すべきコメントはとくにありませんが、チベットの聖山「カイラス山」の画像【右】をご紹介します。「カイラス山」はチベット西部に聳える独立峰で、標高は6656m、インドやアジアの各宗教の聖地として古くからあがめられています。登頂は許されない山ですが、中腹をめぐる巡礼路が有名です。チベット仏教では須弥山(スメール山)であり、ヒンズー教徒のリンガ信仰の対象でもあります。



青梅と御嶽を歩く

10月下旬に、青梅の街と御嶽神社、そして沢井と奥多摩を歩いてきました時の歌です。

青梅 人影もまばらな猫町1丁目昭和レトロはわびしく哀しも
御嶽 千年の年輪重ねて節くれてねじれて太き神代櫓は
 天空に薨を八重にかさねる宿坊集落秋色早し
沢井 清流をバックに映える浅もみじさらなる華やぎ予感させつつ
 原色のカヌー三艘浮かばせて川の淀みの深き藍色
 茅葺の母屋残して今もなお栄え続ける多摩の酒蔵