

トピックス 江戸川区教室交流会開催！ 14教室140名参加

第5回となる江戸川区教室交流会は2月21日(土)、北葛西コミュニティ会館ホールにおいて、区内14教室から約140名が参加して開催されました。会は土田亮東京都支部副支部長、初参加の水口睦子支部理事のご挨拶に始まり、教室担当の各先生がたの先導により、準備運動、八段錦前半、二十四式太極拳を全員で演舞しました。ついで3グループに分かれての、教室紹介と不老拳競演、水口師範のリードによる百花拳、後半の八段錦などをカリキュラム通りに演舞して、松浦美恵子支部理事の閉会のご挨拶で、再会を約して閉会いたしました。色とりどりの各チームのTシャツが華やかで楽しい雰囲気を醸し出していました。

この会は江戸川区代議員の茶木登茂一、宇留野良子、佐藤隆夫【新任】の3名で企画しましたが、当日は清流クラブ、チームマトリカ(指導松浦美恵子師範)、瑞江鶴の会(指導茶木師範)、の有志の方々にお手伝いいただきました。ありがとうございました。【写真左；百花拳、右；集合写真】



寒さにめげず早朝太極拳

私の居住地の老人会組織、「清新くすのきプロバンス会」の活動の一環として5年前に始めた土曜日早朝の野外太極拳は、おかげさまで次第に参加者が増えて、現在では毎回二十数名が参加するイベントに成長しました。朝7時から約1時間、四季の自然を感じながら、心地よくからだを動かしています。雨の日は、マンションの通路を利用しての練習です。ご夫婦での参加も数組あるのも、地元密着型の会ならではの光景です。江戸川区教室交流会にも前回に続き有志が参加しました。



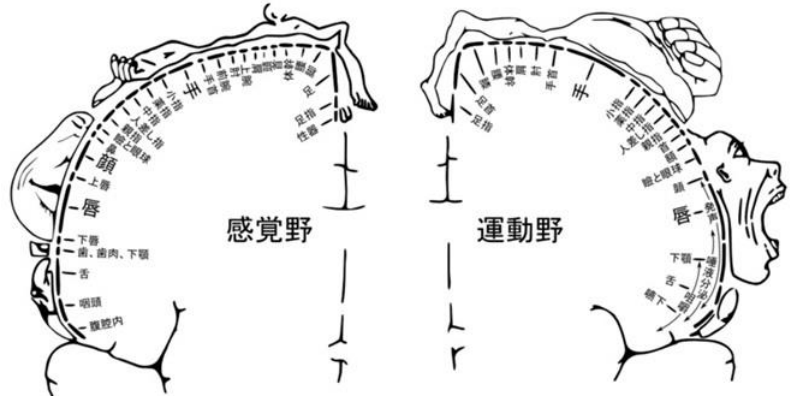
閑人閑話

親指刺激の効用

最近読んだ『親指を刺激すると脳がたちまち若返りだす！』(サンマーク出版)という長い名前の本を読みました。著者の長谷川嘉哉先生は認知症の専門医で、認知症患者の治療に効果の高い「親指刺激法」をこの著書で紹介しているものです。

要するに、①ヒトの親指はサルの親指とはその機能性において大いに違い、複雑な動き、複雑な仕事をする事が出来る。②手の指の中でも、親指の果たしている役割は格段に高い。③感覚神経と運動神経が鋭い。だから大脳の運動野、感覚野において、手の指、特に親指の占める面積が大きい。(次頁図；ホームクルス図参照)④親指を刺激すると脳の血流が改善され、働きが活発となる。⑤ボケ防止、および認知症の治療には親指刺激法が大変有効である。——というもの、たいへんわかりやすく納得的です。

私の担当教室では、準備運動の初めの部分で、手指を刺激する運動を十分にやってから、次第に全身の筋肉をほぐす運動、それからストレッチ運動へと進むカリキュラムとなっていますが、手指を刺激する運動については本部道場中野教室で行っているものを、ほとんど取り入れさせていただいています。



この本を読んで、例えば、掌の労宮のツボをもみほぐす運動について言えば、それが、同時に親指の刺激(大脳の刺激)にもなっている、一石二鳥の運動であることに気がきました。当たり前といえば当たり前のことですが、従来にも増して、手指の運動、あるいは手指を使っての運動を念入りに行うように努めたいと思っています。

と書いてきて、突然思い出したのは、故浪越徳治郎氏【写真】のことです。新婚旅行で来日中のマリリンモンローの胃痙攣を治したとかいうエピソードや、“指圧の心は母心、押せば命の泉湧く”の名文句を覚えていらっしゃる方も多いのではないのでしょうか。つまり、彼の異常とも思えるほどの太い親指による指圧は、あまたの患者を治しただけではなく、同時に彼自身にも健康長寿をもたらしてくれたということですね。彼は2000年9月に94歳の天寿を全うしました。



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19回 阿倍仲麻呂と唐の詩人たち

唐の時代に創られた約49000首もの漢詩をすべて収録したとされるのが、清朝康熙帝勅撰の『全唐詩』です。その中に二人だけ日本人の歌が取り入れられています。一人は長屋王(天武天皇の孫)の作である「山川異域 風月同天 寄諸仏子 共結来縁」ですが、これを千枚の袈裟に縫い取りして唐に贈った(第8次遣唐使によって)ことが、かの鑑真和尚が渡来するきっかけとなったものとして、たいへん有名ではありますが、正確には漢詩ではなく「偈(願文)」です。

ですから、漢詩、それも“中国で”“日本人が”作った漢詩としては、唯一阿部仲麻呂の次の漢詩だけが、取り上げられている、ということです。今回はその漢詩をご紹介しますとともに、彼を取り巻く詩人たちの作品も取り上げてみたいと思います。

衛命還国作 命を衛んで国へ還るに作る カッコ内は口語訳(ウイキペディア事典より)

衛命将辞国 非才恭侍臣 命を衛んでまさにこの国を去らんとす 非才侍臣をかたじけなくす

(皇帝陛下の命令を受けて今から国を出ようとしている 才はなかったが、ありがたく陛下にお仕えしてきた)

天中恋明王 海外憶慈親 天中 明王を慕い 海外 慈親を憶う

(陛下は天下から賢明な君主として慕われ 海外からは、慈悲深い親のおもわれている)

伏奏違金闕 駢駢去玉津 伏奏す金闕*1に違うを 駢駢*2玉津に去る *1 宮殿の門 *2 四頭立馬車衛

(陛下に伏して奏上して、宮殿を辞すのお許しを得た 馬車に乗り、立派な港から旅立つ)

蓬萊郷路遠 若木故園隣 蓬萊 郷路遠く 若木 故園の隣

(日本へ帰る道は遠いが 未熟な若木のような日本は、立派な園である唐の隣にある)

西望懷恩日 東帰感義辰 西望し恩を懐うの日 東帰して義に感じるの辰(あした)

(西を望んで、陛下のご恩を懐かしむ日があり 東の日本に帰って、義に感謝する時もある)

平生一宝剣 留贈結交人 平生の一宝剣 留めて交りを結びし人に贈る

(私が平素から大切にしていた一振りの宝剣を 親しく交わった友に贈ろう)

阿部仲麻呂は 717 年、第 8 次遣唐使節団の留学生として唐に渡りました。現地で最高学府である「太学」に学び、24 歳にして進士に合格して、その後は高級官僚として玄宗皇帝に重用されました。733 年に帰国を願ひ出るも許されず、ようやく 752 年の第 10 次遣唐使節団(遣唐大使・藤原清河)の帰国船に随伴しての、つまり唐側の送使団長としての、帰国が認められました。玄宗皇帝は、自らも、『送日本使』と題して送別の詩を贈っているほどです。

上に掲げた歌は、親交のあった中国の友人知人たちとの送別宴で、畏友の王維(詩人にして高級官僚)から贈られた送別の漢詩に対する答礼詩であったと言われていています。ちなみに結句にある“宝剣”を贈った相手は王維だということです。

王維はその歌で、想像を絶するような遠い国へ、恐ろしい海を越えて帰る仲麻呂を「別離方異域 音信若為通」(別離してまさに域を異にす いかにして音信することが出来ようか)と、別離の哀しきで結んでいます。

ご承知のように、753 年 11 月に蘇州の港を出帆したこの遣唐使船団 4 船のうち大使藤原清河、送使阿部仲麻呂ら約 170 人を乗せた第 1 船だけが、日本に到着しませんでした。半年を経ても消息が分からないことから、唐側も日本側も、沈没して全員死んでしまったものと判断したのも無理からぬことです。(ちなみにこのときの第 2 船に便乗して来日したのが鑑真和上です。)

親友の一人、李白がそのニュースを聞いて詠んだのがあの有名な哀悼詩「哭晁卿衡」^{こくちやうけいこう}です

哭晁卿衡 晁卿衡を哭す

日本晁卿辞帝都 日本の晁卿帝都を辞し

征帆一片巡蓬壺 征帆一片蓬壺を巡る 蓬壺；ほうこ・神仙が住む伝説上の島「蓬莱」のこと

名月不帰沈碧海 名月帰らず碧海に沈む

白雲愁色滿蒼梧 白雲愁色蒼梧に満つ 蒼梧；湖南省の山名、舜帝死亡の地とされる

第 1 船は、じつははるばる安南(ベトナム)に漂着したのですが、治安の乱れから、団員、乗組員の多くは殺され、ようやく、大師の清河と仲麻呂ら要人だけが、そこからはるばるとまた長安に戻ることが出来たのです。仲麻呂はこうして再び唐王朝に仕えることとなります。766 年には安南節度使に就任していますが、この官職は「正三位」というとても高い位です。2 年後解かれて長安に戻りますが、歳はすでに 71 歳、結局再び日本の地を踏むことはできず、73 歳で死去しました。唐王朝は「潞州大都督」(従二品)を追贈して、彼の永年の功績をたたえました。

蘇州の港を出港する前夜、753 年 11 月 15 日に、仲麻呂が望郷の思いを込めて詠ったのが、百人一首にも入っているこの和歌です。

天の原 ふりさけ見れば 春日なる 三笠の山に いでし月かも

この歌はその後中国の詩人たちによって漢詩に翻訳されていますが、西安にある阿部仲麻呂記念碑には、李白の哀悼詩「哭晁卿衡」と並んで、その漢訳詩が刻されているということですから、もって瞑すべしでしょうか。蛇足ですが、楊貴妃の信頼も厚かったところから、仲麻呂が楊貴妃を助けてはるばる日本へ連れてきて匿ったというような伝説やその足跡があちこちに残っていることも、面白いものです。

アーカイブス「雲の手通信」 (再掲・昔のコラム)

遊印遊語 とうこうそうどう 東皋艸堂印 (2006年10月第28号)

2000年の晩秋に江南の蘇州や周庄を旅した時に、朱家角^{しゅかかく}という水郷にも立ち寄ったのですが、その町の迷路のような路地の中の土産物屋でひょっと目についたま



まに購入した古印です。「東臯草堂」と彫ってあります。臯（コウ）は臯（サツキ）の別字です。漢和辞典によると「東臯」は“東の丘”の意とありますから、丘の上に建つ小さな隠宅か草庵の名前ででもあったのでしょうか。



左の写真(読みやすい画像に入れ替えました)は印材の側面に彫られているいわゆる「側款」です。「落花飛絮茫茫古来多少愁人意 戊寅春月孟亭」とあります。

十二支でいう「戊寅」とはいつの年かというと直近は1998年、その前は、60年周期ですから1938年、その前なら1878年です。実はこの印は購入した時には真っ黒だったのですが、日本に帰ってきていつものとおり印面の汚れなどを洗い落としていたところ、あれよあれよといううちに印材の地の色が現われてきたのです。つまり印の持ち主が長い間この印を玩弄し続けたがために手垢で真っ黒になっていたからに違いありません。全く惜しいことをしました。印面の磨耗度や印材の疵の具合から見ても相当古いものであることはたしかですが、この「戊寅」は果たして1938年(昭和13年)なののでしょうか、1878年(明治11年)なののでしょうか、誰がどこで彫り、どのように使っていたものなののでしょうか。想像はとめどなく広がってゆきます。

驚きの発見！258年前の古印でした！ 今回これを再掲するにあたって、あらためて中国語版『緯基百科』で検索してみたら、おどろくべし！疑問はすべて解明しました。

まず、「東臯草堂」ですが、清時代の書房（出版社）の名前であることが判明しました。

また「側款」の最後の「孟亭」は「馮浩」という官僚・文人の号であることも判明しました。『馮浩(1719~1801)、号は孟亭、清朝桐郷の人。進士で、官僚を務めたが病を得て帰郷。その後唐の詩人「李商隱」研究に励む。『孟亭詩集』を上梓。』などとあります。

推測ですが、「東臯草堂」のオーナーが馮浩（孟亭）自身であったのか、あるいは、草堂の主人に頼まれて孟亭が「側款」を刻したのか、いずれかでしょう。しかし、「戊寅春月」の戊寅は紛れもなく、1758年（乾隆23年）、孟亭39歳のとき、つまり今から258年ほど前に彫られた、たいへん古い、しかも、由緒のある印であることに間違いありません。江戸で言うところの9代將軍家重のころですから、驚きです！大感激です！



なお、孟亭の故郷、桐郷とは現在の浙江省桐郷市のことで、私がこの印を手に入れた朱家角【写真上】とは80キロほどしか離れておりません。乾隆23年と言えば清朝最盛期の乾隆帝の御世ですが、それから、清朝の滅亡、日中戦争、国共内戦、共産革命、文化大革命などなど幾多の戦禍と混乱波乱の時代を、この小さな判子はどのように潜り抜けてきたのでしょうか。21世紀のいま、日本人の私の掌中にある不思議を思わずにはいられません。

旅をうたい亭を詠む ブリスベンにて詠む

川へだてシティのビル群見やりつつホテルのベランダに朝の風受く
走る人自転車の人歩む人こもごも行き交う朝の川べり
孫娘二人の踊りし晴れ舞台カーテンコールに思わず涙す
十三と十五の姉妹すくすくと育ちて蝶に変わらんとする
思わぬにパームツリーの葉末より南の満月ぬっと出でたり

