

## Constructive Living Reflections on the Hojoki CL 版方丈記



David K. Reynolds, Ph.D.

[dkreynoldsjapan@gmail.com](mailto:dkreynoldsjapan@gmail.com)

(日本語対応返事英語)

[dkreynolds@juno.com](mailto:dkreynolds@juno.com) (英語)

<http://constructiveliving.org> (英語)

<http://constructiveliving2.weebly.com/>

方丈記—13世紀（鎌倉時代）に鴨長明によって書かれた日本三大随筆のひとつ。鴨長明は、一丈四方（方丈）の庵に隠棲し世情を観察して記録したので方丈記と呼んだ。無常観の文学とも言われ、乱世をいかに生きるかという自伝的な人生論ともされる。

<http://www.manabu-oshieru.com/daigakujuken/kobun/houjyouki/05.html>

人生は間違いなく続きます。それなのにどうして私たちはこの今に完べきを求めのでしょうか。この瞬間は次の一瞬、そして次の一瞬に入れ変わって、様々なことが起きているだけです。それでいて私たち人間はこの成功、この愛、この痛みからの開放、この車、この家、この仕事を今、欲しがります。

今から百年もの間私を覚えている人などいるのでしょうか。名前を知っていたとしても、実際とは違うどんなイメージを名前から持つのでしょうか。本当の私についてではなく、言葉についての言葉のイメージになるでしょう。今日も私は人たちにではなく、頻繁に言葉たちにEメールを書き込みます。今まで会ったことのない人たちや私が知った時とは違う人たちからの言葉でメッセージが来ます。その人たちの名前の言葉がコンピュータ画面に現われます。一度も訪れたことのない、以前訪れてから変わってしまった世界（言葉）の遠い場所にメッセージを読んでもくれると期待して返事します。

やりとりするメッセージで使う言葉も変化しました。今までとはちがう意味を持つもの、すでに受け取れないもの、私が老人とわかるもの、言葉からイメージがわからないもの、変化…変化…もちろん。

息子や娘たちに自分の富や成功を手渡したいですか。本当にこのようなはかないことを望みますか。あなたの土地を相続する子供たちは今あなたが知っている子供たちとは違っています。今、遺産を子供たちがこの先どうするかを考えたり、支配できません。世代毎に「あなたの」土地が栄えるか衰退するかわかりません。「あなた」の面影はもちろん薄れていくでしょう。

もちろん、あなたは死にます。そしてもちろん、新しい言葉は生まれます。

変化し、死ぬとわかっていても人は諦めません。変化している他の人たちと自身のために何度もベストを尽くします。努力の結果が時に悲惨で空虚でも、良い努力に向かって力をそそぎます。ですから成功したときはどれほど嬉しく、良い評価と称賛のメロディーに満たされ、ささやかれる愛と尊敬の言葉を大切にすること

とでしょう。このような人生の喜びの感嘆詞や短い言葉は私たちに励ましてくれます。

即死とインスタント・リッチは世の中に起こります。インスタント食品、急病、緊急治療、一瞬の名声が待ち受けています。カジノの賞金の話、一目惚れ、突然の地震、交通事故、列車事故、手軽なローン、ファーストセックス、すぐにつく電気製品の話をよく聞きます。それなのに時間を節約せず、時間が救出されることはありません。常に次のなすべきことをするための十分な時間はあります。

もちろん、なすべきことはそのときの状況でさまざまです。タキシードを借りる、パンクしたタイヤを修理する、寄付をする、あるいはお金を借りるなど…。私はあなたが考えるなすべきことを理解ができることもあります。が、あなたの行動はあなたにとって特別な意味があります。心理学者と社会学者が行動の理由について理論を立てます。その理論をたてるのが学者らにとって特別な意味があるのであって、あなたがなすべきことをなぜするか、しないかわかる人はいません。

激しい、突然の痛みでも普通は、長い間に弱まっていきます。同じように、怒り、悲しみ、嫉妬、当惑も薄れていきます。感情はとても親切ですね。ところが生憎、嫌な感情も消えていくという教えも薄れていきます。新しい希望、新しい欲求、新たな知らないことが心に少しずつ広がっていき、自分自身を新しくし続けます。

人は写真とか他のメディアで過去を捕えておこうとします。あなたはアルバムでその夏の旅行気分を奮い起こせますか。今から百年の間それらの写真はどこに残っているのでしょうか。なぜ押入れの棚に大事にしまわれるのでしょうか。今の思い出は見る人が違っているのです。過去の経験したことと同じではありません。

どの本も同じように見えてきます。知らないこと、知らなくていいことがたくさんあります。人生がシンプルになってただ繰り返すように思われます。私は、本当に、誰かを喜ばせなくてはならないのでしょうか。ただ今することと次にすることがあるだけです。人によく知られていてもいなくても、美しいものはやはり美しい。年を取ってきても、絵葉書の花、優美な手、美しい瞳、白いモミの木、子供の笑顔、霧の中の月に感謝をおぼえます。

嘘をつくか本当のことを言うかというようなことから、歯磨きや無駄な電気を消すことまで、すべての行動に対して責任があります。責任をとりながら、他の人たちから「していただいたこと」、「して差し上げたこと」がどれほどあるか考えなくてはなりません。自分の行動が愛する家族や知らない人に、ニンジンとダリアとクモに「ご迷惑をかけたこと」を考えなくてはなりません。それでももちろん、しょっちゅう行動の効果や害を忘れます。すると自分はちゃんとしていると信じこみ、自己中心と余計なプライドにはまりこんでいきます。


私たちは皆、ほかの人たちや人間の努力、他のものがあるおかげで生きています。植物や家、上着が私たちにとても大事なサービスをしてくれます。ときどきこのようなものは必要がないと、他の人たちに頼ることになります。駐車場を横切って近道をしたり、水道の蛇口をきちっと閉め忘れたり、多忙な人生にさらに数分を得ようとしてだいたいな恵みを無駄にするのです。

植木屋を頼んで、スポーツジムでトレーニングをする人がいます。手の込んだ食事代を稼ぐために残業する人がいます。納得のいかない仕事のために高級車を運転する人がいます。結婚してしまうと相手をほとんど見ない人がいます。睡眠を十分にとらないで、眠らないよう刺激剤を使う人がいます。休暇中に自分をへとへとに疲れさせる人がいます。毎日便利というだけで交通戦争の市街に住む人がいます。どこのだれでしょう。

事実のメッセージに注意を払って、自分の身体をうまく使ってください。新しい技能を身につけながら、維持してください。あなたの体はこの一瞬に自分を合わせるための唯一の伝達手段です。

私はあなたの夢や苦しみ、愛を本当に知ることはできません。あなたがどんなに表現しようとしても、苦しみ、愛や夢はあなたのだけのものです。あなたの道はこの森（世の中）を私と平行して走るかもしれません。互いに手を振って、手描きマップ（生き方）をシェアできます。私の CL の地図はあなたのためものです。明るい樹木が開かれた場所に到達しますように。

アメリカ・オレゴン州 CL センター 所長)

 [目次へ戻る](#)