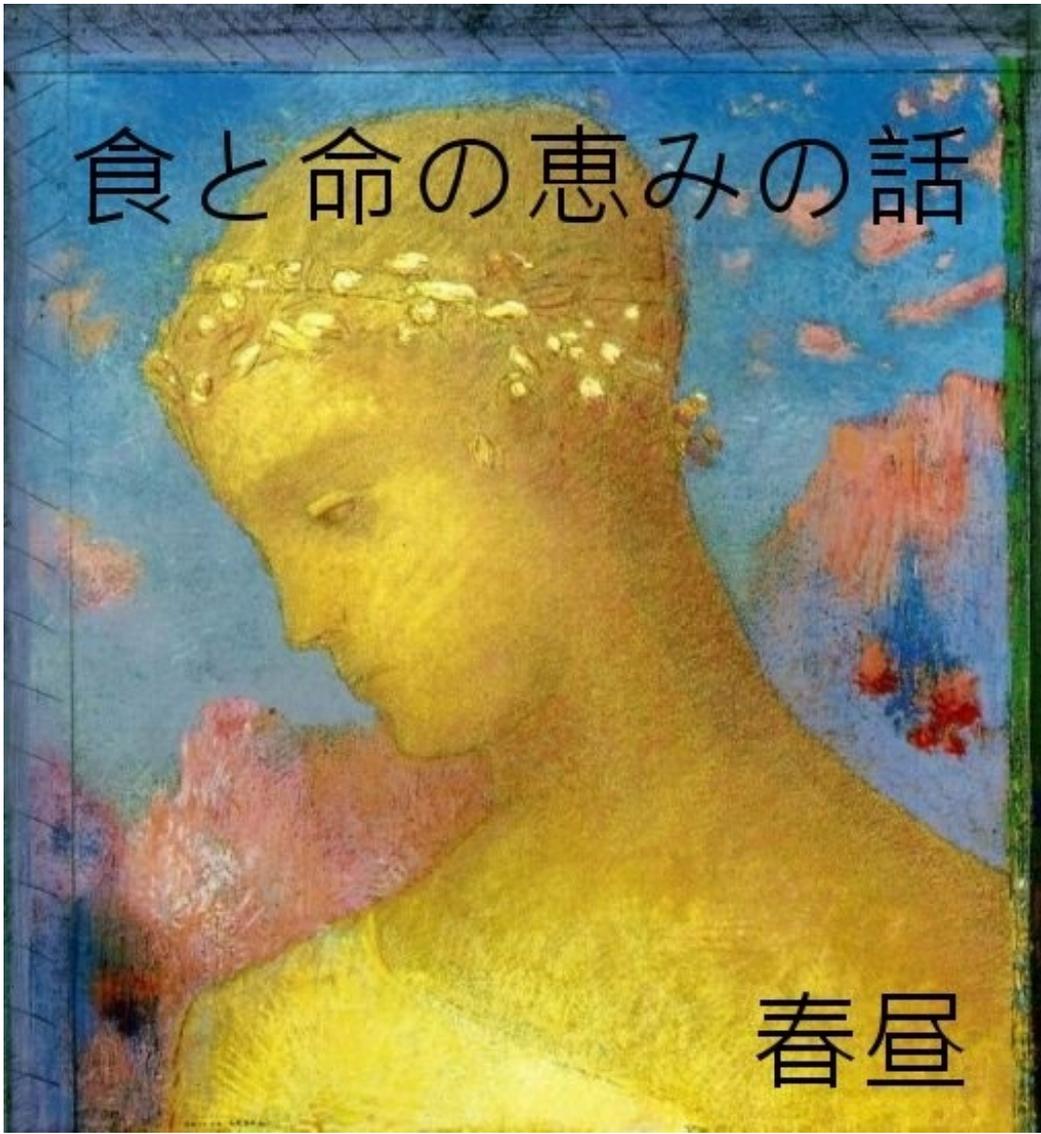


食と命の恵みの話

春昼



<最近の更新内容>

2011年1月30日：新章4つ（「寛容の精神、対話の重要性」、「仕事」、「犀の角と隣人愛」、「存在を愛しなさい」）を追加しました。これにて完結です。ありがとうございました。

今後は同様のテーマで、別の電子書籍を新たに出版予定です。ご期待下さい。

表紙画像は、オディロン・ルドン（1840-1916）作「ベアトリス」（1885）です。

今日からまた食と命の恵みについての話を書き始めよう。食と命の恵みについて書くことは、とても大切なことだと思うのだが、人気はない。それでもいい。書き残して、伝えることが必要だと思うから、毎日書き続けるのだ。これは僕にとってのライフワークであり、生きて食べている限り、続ける必要のある仕事なのだろう。

ゆっくりと、時間をかけて、急がず焦らず、毎日の食事について、丹念に想いをはせること。これが僕のライフワークである。

今朝は、コンビニで買った二百五十円のそばを食べた。いつもは二百九十八円だが、五十円引きセールが実施されていて、二百五十円で購入できた。ありがたいことだ。

誰が作ってくれたそばかはわからない。どこで育った植物が原料になったかもわからない。産地も調理者も詳しくは知らないけれど、僕は今朝そばを食べた。そばを育ててくれた人、そばを作ってくれた人、そばを販売してくれた人たちの仕事に感謝しよう。そして何より、今朝僕の体の中に入って、僕の一日の生活を支えてくれたそばの命に感謝しよう。

続いて昼は、近所のスーパーで購入した三百九十八円のうな重と、百九十八円の湯豆腐を食べた。うな重と言っても、薄いうなぎの皮が四枚だけ入ったものだ。それでもうなぎの命をいただいたことに変わりはない。ご飯は味つきご飯だったし、うなぎのたれ、山椒にも、たくさんの命が入っている。

うなぎのたれに何が入っているのか、グーグルで検索でもしないかぎり、すぐに頭に浮かんでこない。グーグルで検索して、ウィキペディアでも閲覧すれば、うなぎのたれにはどのような原料が含まれていたのか、確認することができるだろう。うなぎのたれが入っていた袋にも、原料表示があったはずだ。色々なカタカナの化学調味料に混じって、原料となった動植物を確認することもできただろう。

うな重を食べていた時の僕は、皮がうすいののにこれでうな重かと、不満ばかり思っていた。三百九十八円のうな重の中に、ご飯や、のりや、しょうがも含めて、どれほどの命の恵みが入っていたのか、想い馳せることはなかった。今、思い出しておこう。グーグルで検索する必要はない。昼に口にした食物の中にどんな命が入っていたのか、米、油、海苔、うなぎ、豆腐、全ての命に想いを馳せるまでだ。

もちろん、うなぎと一緒に食べた豆腐も柔らかく、大変おいしいものだった。スーパーでレジを打ってくれた人に、感謝の気持ちを表現することもなく、僕は買い物をすませていた。もったいないことをした。ただエネルギーを得る為に食べていただけだ。

午後にはおやつとして、とうもろこしの揚げ物のおかしを食べた。低糖のアイスコーヒーとウーロン茶も飲んだ。どれもスーパーで買ってきたものだ。低糖のアイスコーヒーを飲んだせいか、とうもろこしの揚げ物のおやつを食べたせいか、脂肪で膨れているお腹が、夕方にはまた少し出てきた。こうしてお腹が膨れると、だらしのない体になったものだと自分を批判したい気持ちが沸き起こってくる。しかし、お腹が膨れるほどに脂肪がついたということは、大変恵まれた暮らしをしているということの証だ。

太るのは、暮らしが平和だからであり、食物に恵まれているおかげだ。自分を醜いと批判する手をやめて、まず自分が置かれている状況に感謝すること。自分の体にとりこまれ、余分な脂肪となった栄養に感謝すること。

揚げ物なんか食べたから腹がふくれたのだと、とうもろこしを敵視してしまった。袋に入れて、揚げられているから、とうもろこしが、農場で生い茂っていた頃の姿を想像することは難しい。いや、やっぱり難しくなんかない。食べる手をやめて、ほんの一秒でも、とうもろこしの姿を思い浮かべれば、それですむ話だ。もったいないことをした。反省しよう。

夜は、百五十円の枝豆と、百十円の大根のおひたしと、百九十八円の肉詰めなすの天ぷらをいただいた。どれもこれも、低価格でいただいたスーパーマーケットの恵みだ。安いことは、大変ありがたいことだ。

食事をしながら、赤ワインもいただいた。枝豆は百五十円という低価格なのに、豆がたくさん入っていた。冷たくて、おいしい。ワインともよくあう。緑の恵みに感謝しよう。食べることに精一杯で、感謝する余裕もなかったから。

大根のおひたしは、何に浸されているのだろうか。醤油だろうか。作り方、原料もよくわからないものを、僕はスーパーマーケットで低価格で購入し、食べていた。僕は、大根のおひたしを作ることもできない。

もちろん作ろうと思えば、グーグルで作り方を検索して、スーパーで材料をそろえて、家で大根のおひたしを作ることができる。けれど、大根のおひたしを作ってくれる人は日本にたくさんいるから、作り方を知らずとも、僕は、大根のおひたしを食べることができる。当たり前なことほど奇跡なのだ。珍しいことを喜ぶ必要はない。当たり前、大根のおひたしを百円程度で食べられること。この奇跡に感謝しよう。

肉詰めなすの天ぷらは、甘いたれもついていて、大変おいしかった。なす、豚、天ぷらとなった植物の命に感謝し、油にも感謝しよう。これでまたお腹が膨れるかと、食べている最中は不安だったが、不安に思う必要などないのだ。お腹が膨れる不安な未来を想像する前に、箸をつけている天ぷらが、天ぷらになる前どういう姿だったのか、想像する方が、必要だ。

結局、僕はスーパーマーケットやコンビニから、毎日たくさんの命をいただいている。僕のように生活している人は、日本にたくさんいる。日本の生活は、スーパーとコンビニの店員さん、関係者が支えている。僕が会ったこともない農家の人たち、今日僕の胃袋に入って、僕の体を支えた動植物の命に感謝しよう。

今日食べた食事について、一日の終わりに振り返ること。これは瞑想によく似ている。ゆっくりと時間をとって、食事の恵みに想いをめぐらせること。グーグルもテレビも不要だ。頭の中で想像するだけ。僕はこの営みを食想と名づけることにした。瞑想でもない、反省でもない。食事について、想像すること。

こうして食事について毎日書くことで、大量の食物が浪費されている現実が変わるとは、思えない。しかし、何もせず、無力でいるより、毎日少しでもいいから、世界の変革に関わる努力を続けること。無力さをはねのけるためには、継続的な呼びかけが必要だ。

朝は、いつものコーヒーショップで、バナナマフィンとアイスカフェラテをいただいた。バナナマフィンを食べている最中、美味しさ、命の恵みに感謝することなく、甘いから食べたら太るかなと思ってしまった。バナナマフィンには、バナナの形も、小麦の面影もない。それが以前植物だったとは想像をめぐらせなければ、思いつけない。朝で忙しい、時間がない、眠気がとれないと思っていると、一日の力となったバナナマフィンとアイスカフェラテに感謝する気持ちが消えてしまう。忘れないでおこう。

昼は、駅前近くのベーカリーで、カレーパンとアイスカフェラテを食べた。レジで店員さんが、間違ってパンをつかむ金属製の器具を取り落としてしまった。器具が僕の体の方に落ちてきた。店員さんは「失礼しました。申し訳ありません」と謝ってくれたし、おつりを渡す時も、「大変失礼致しました」と謝ってくれた。僕は特に怒ることも、ねぎらいの言葉をかけることもなく、作り笑顔でパンとアイスカフェラテを受けとった。

店員さんが取り落としたパンをつかむ金属製の器具は、トングという名前らしい。グーグルで「パン つかむ」と入力したらすぐに答えが出てきた。便利なものだ。しかし、トングと言う器具の名前を知っているのは、店員さんか、よっぽどパン好きの人だけだろう。知れば知識になるが、知らなくても、「パン屋さんでパンをつかむ金属製の器具」と書けば、それで通じる。トングという器具の名前を知ることより、お昼時の忙しい時間、店員さんが器具を取り落とした時、どう優しくねぎらいの言葉をかけるか、そちらの方が大事だと思う。僕は器具の名前を知らなかったし、食事を用意してくれた店員さんに感謝の気持ちを述べることもなかった。今日ここにこうして書きとめて、感謝の気持ちに変えることにしよう。

夜は、コンビニで買った納豆や海藻の入ったそばと、サラダと、きりもちを食べた。食事を取る前、仕事仲間から、「顔に疲れ出てるね」と言われた。確かに今日は、月曜日ながらぐったりして、疲れていた。お腹が出すぎたからと、いつもより食事量を落としたせいで、疲れが出たかもしれない。目の下にくまはできているし、ひげものびている。疲れを取ろうと思って、きりもちを食べた。甘く、冷たく、夏バテ気味の体に一時元気が戻った。

夜、部屋に帰ってからも疲れが続いた。体が疲れているのは、夜眠る前に食想をして、パソコンで文章を書いている性かもしれないと思った。ただそうした迷いは、食想をやめるための理由づけだ。

僕は過去、何度も食想を書き続けようとして、こんなの書いていても何にもならないと思って、書くのを途中で放棄していた。もっと面白くて、刺激的な話を書いた方がいいんじゃないかとか、より哲学的で重要なテーマで書いた方がいいんじゃないかとか、次々迷いが生じていた。それらは全て、食想をやめるための口実だった。必要なことは、ゆっくりと、丹念に続けることだろう。

ただ、疲れていて、無理に想像力をめぐらせても、あまり体のためにならない。元気がある時に、少しずつ仕事を進めること。

夜に体のマッサージをした後、あんずのチューハイを飲んで、マッシュポテトも食べた。またお腹が膨れた。ずっとお腹の中性脂肪が気になる。そのために食の命に恵みに感謝することができなくなっている。

食べるたびに太るではないかという不安、恐怖が頭にもたげてくる。その割には甘いものとか揚げ物とか、太りやすいものを摂取してしまう。気をつけよう。マッシュポテトと、あんずと、お酒のもとになった命の恵みに感謝しよう。そして、食事を用意してくれたコンビニエンスストアの関係者のみなさんに感謝しよう。当たり前前に利用している店が存在することこそ、かけがえのない奇跡なのだから。

食事に限らず、今日体験したことのうち、記録しておきたいこと、つまりいつまでも記憶しておきたいことを書いていった方がいいと思った。今日この瞬間大切だと思っていることでも、気をつけていなければ、いつのまにか忘れてしまうものだから。

今日幸せだったこと。

三食食べることができたこと。お腹いっぱいになったこと。お腹が膨れるのは恥ずかしいことではない。満たされているのだ。生活が保証されているのだ。幸せが確保されているのだ。メタボリックになることは不幸なことではなく、幸せなことだ。ダイエット、やせること、魅力的な体になること、それよりももっと重要なことは、自分が恵まれた存在であることを思い出すこと。

周囲の人と比べていては、自分が恵まれた存在であることを忘れてしまう。テレビや雑誌やネットの情報を真に受けてしまっただけは、自分が幸せだということを忘れてしまう。メディアは、「あなたは不幸ですよ」という情報を発信している。不幸だから、不満だから、欲望があるから、何かを買う必要がある。何かを手に入れる必要がある。

嘘だ。本当は何もいないのだ。すでに十分に豊かで、満たされているのだ。そう気づいてしまっただけは、何も買う必要がなくなる。だから、メディアは人を不幸に導こうとする。だまされる必要はない。気づいてしまえばいい。メタボリックは、豊かさと幸福の象徴なのだ。

今日食べた食物について思ったことを書き留めること。電子書籍で書こうとすると、肩に力が入ってしまう。仕事で疲れた日は書けなくなる。一回書くのを飛ばすと、ライターズ・ブロックがかかって書けなくなってしまう。これからは、肩に力のかかる不安がないツイッターで食想を書くことにしよう。ツイッターなら文字制限があるから、肩に力が入らない。

では、この場で何を書くのか。ごくたまに、肩に力が入らない日、時間的にも精神的にも余裕がある日に、食想の積み重ねをまとめる場にしようと思う。

さて、食事について感謝するうち、自分が行っていることは、消費しているものについて感謝することと同じことだと思えるようになった。食べ物は、生きていくために、毎日消費することが必要だ。だから、僕は毎日食べ物を購入して、消費している。

僕は食べ物を消費しているだけではない。その他にもたくさんのもを消費して生きている。

例えば、ゴミ箱の中を見ると、食べ物の包装ラップ、容器が入っている。これも、今日僕が消費したものだ。インターネット経由で色々と動画も見た。これも今日僕が消費したものだ。インターネット経由で音楽を聴いた。これも僕が消費したものだ。

インターネットで、ブログやツイッターや電子書籍を書いた。これは、今日僕が生産したものでしょうか？ それとも、消費したものでしょうか？

僕は毎日たくさんの情報を摂取し、消費している。楽天でも、昨日腕時計、靴を注文した。それらはまだ消費していない。部屋の中に、読んでいない本、動画がたくさんある。購入したけど消費していないものは、冷蔵庫の中にもあるし、パソコンの中には、大量にあるだろう。一回ダウンロードしただけで、よく聴いてない音楽もたくさんある。

安い、もしくは無料だからといって、実にもったいない話だ。

食品は、僕らが消費しているもののうち、代表的なものに過ぎない。毎日消費せざるを得ないのが、食品。消費する必要はないけど、消費しているのは娯楽物。

僕は毎日毎日食品を消費しているのだから、その分何かを作り出して、世界にお返しをしたいと思う。それがこの食想の営みだろうか。僕が今書き残しているこの電子書籍は、僕が今日食べたコンビニのそば、ファストチェーンのグリーンカレー、スーパーのチリ産サーモンに含まれていた動植物の命の恵みと同じほどの価値、恵みを世界にもたらずだろうか。

商品価値、市場価値という言葉は、無機質だから嫌いだ。消費、生産という言葉も、日常生活から乖離した漢字だ。ひらがなで書ける言葉にすると、日本語は、生活に密接した内容を持つようになる。

価値ではなく、恵みだ。価値あるものから、結局僕は、恵みを受け取っている。

消費ではなく、何だろう？

生産ではなく、何だろう？

どのような言葉で消費や生産を、語りなおしたらよいだろうか。今週1週間考えてみよう。焦る必要はない。肩に力が入らないよう、余裕がある時に、考えていけばよい。毎日たくさんの動物と植物の命が消費されているし、情報も大量に生産され、消費され、デリートされているけれど、僕が焦ったところで、世界はもう変わらない。ゆっくりと、長く続く思考を生み出そう。

生産と消費をどう表現しようか、思考を重ねてみた。

生産という言葉は、日常生活の実情からかい離している感覚がする。日常会話で、生産という言葉は使わない。学者言葉だ。生産は、「もの作り」と言えるだろうか。いや、ものだけではない、生産とは、何かを産み出すことだろう。

「生きているものを産み出すこと」。これを生産だと一旦定義しよう。

消費とは何だろうか。消して費やすことだろうか。違う、消費とは、「恵みをいただく」ことだ。

ならば生産は、「生きているものを産み出すこと」ではなく、「恵みを授ける」ことではないか。「恵みを授けること」と書くと、ひどく難しいことのように思える。けれど、きっとできるはずだ。授けるという表現が、大仰すぎるかもしれない。「恵みを増やすこと」としてみようか。

世界に対して、恵みを増やすこと。これならみんなできそうだ。

世界に対して恵みを増やしつつ、世界から、恵みをいただくこと。

今日もまた、たくさんの恵みを世界からいただいた。僕にできるのは、恵みを返すことだ。あれ、生産は「恵みを増やすこと」でなく、「恵みを返すこと」かもしれない。生産を「恵みを増やすこと」だと定義づけると、消費とは「恵みを減らすこと」になってしまう。それは避けたい。生産は「恵みを返すこと」、消費は「恵みをいただくこと」だとしよう。あ、順番が逆だ。いただくことが、全ての始まりにあるのだ。いただかないと、始まらない。いただいたからこそ、返すことができる。始まりには、恵みが存在したのだ。

答えが決まった。消費とは、恵みをいただくこと。生産とは、恵みを返すことだ。恩を受けること、恩を返すことだとも言える。

この世に生まれてきたのは、恵みが最初にあったからだ。毎日動植物の命の恵みをいただいているから、僕らは生きている。この恩を返すには、働くことだ。

いただいた恵みを言葉で返そう。

いただいた恵みを行いで返そう。

今日も生きている。みんなにお礼をしよう。

生きていることは恵みである。

毎日の食事は、海と大地の恵みである。

そんなことは、物質的に豊かになった社会では、忘れられてしまう。

コンビニやスーパーに行けば、食べ物が溢れている。

ゴミ箱の中にも、まだ食べることのできる食事がある。

豊かだから、食のありがたさがわからない。

当たり前、サービスとして提供される食事に対して、感謝の気持ちを抱くことは難しい。

どこのお店にも、同じような商品が並ぶ。1円の差で安売り競争をしている。

安売りされている商品がかつて生命であったことに、想いがいたらなくなっていないか。

想像力を駆使してみよう。

忘れずに記憶しておこう。

なんだか同じことを何度も繰り返しているようだ。

僕自身も、命の恵みを忘れている。

忙しい、やるべきことがある、食事の時も仕事のことで頭がいっぱい。

もう終わりにしよう。

食事の時は、テーブルに並んだ食べ物に注意を向けよう。

彼ら彼女らが生きていた頃の姿に想いをはせて、感謝の気持ちを向けてみよう。

例えば今僕がこの電子書籍を作成しながら飲んでいるアイスカフェオレには、お母さん牛から出た母乳と、コーヒー豆の命が入っている。

本来なら、子牛が飲むはずの命をいただいたのだ。

本来なら、木になるコーヒーの命をいただいたのだ。

ありがたくいただいて、感謝の気持ちをしめそう。

ただおいしいと言うだけでなく、命をいただいたことのありがたさに想いをむけよう。

かけがえのない命をいただいたのだ。

僕自身の命も、今日いただいたたくさんの命に恥じないように、かけがえのないものにしていこう。

NHK朝の連続テレビ小説『ゲゲゲの女房』を見ていたら、水木しげるは、妖怪に発注されて、妖怪大事典を作成したというエピソードが出てきた。出版社でなく妖怪が発注元だから、利益は出ないかもしれない、それでも本を作るという話だった。

僕が今書いているこの食想の発注元は、僕たちが今まで食べてきた牛、豚、鶏たちかもしれないと、ドラマを見た後に思った。出版社から頼まれて書いているわけではない。というか、人間に頼まれて書いているわけではない。

食用の動物、植物に頼まれて、書いていると思うのは、僕個人の妄想かもしれない。けれど、そうだと確信できる。僕たちは、たくさんの動物と植物を食べて人口を増やしてきた。食べただけでなく、調理されずに捨てられた動物も植物もたくさんいる。彼らに頼まれて、今これを書いている。人間たちから反応がなくても、書き続けようと思う。声なきものたちの代わりに書くのだ。

食べた食事に反省し、感謝するだけでは、食品の大量生産、大量消費、大量廃棄のサイクルは変わらないかもしれない。食想の記録は、無力な試みかもしれないが、亡くなった動物や植物の供養にはなる。忘れたわけではないのだと記録すること。何も考えず、生き延びるために食べたわけではないのだという想いを残しておくこと。

先週、卵を冷蔵庫や屋外に放置していて、ひよこが生まれてこないのは何故かとふと疑問に思った。友人に聞いてみたら、「無精卵だから孵化しませんよ」と言われた。

確かに無精卵という言葉、小学生の頃に聞いたことがある。小学生の頃の僕も、冷蔵庫の卵が孵化しないことを不思議に思って、親にでも質問したのだろう。あるいは、理科の授業で教わっていたかもしれない。大切なことを忘れていた。スーパーで売られている卵は、孵化してひよこになることはないのだ。

卵を僕が食べなかったら、この卵はひよこになるかもしれないと思っていたが、そうではなかった。僕が食べなかった卵が、無事ひよこになることはない。無精卵には、食べられる道しか残されていないのだ。

毎日、たくさんの鶏が、無精卵を産んでいる。日本だけでなく世界中で、人間の胃袋を満たすために無精卵が生まれている。食べられずに捨てられた無精卵、殻を割って、調理もされたが、結局食べられなかった無精卵にも、感謝の祈りを捧げよう。「もったいない」とはこのことだ。

安いから、命の価値がわからなくなる。大量にあるから、浪費しても問題ないと思えてしまう。命は次から次に生まれてくるとしても、「もったいない」ことに変わりはない。

国内大手牛丼チェーンが安売り競争を繰り広げている。円高が進展しているが、牛丼一杯二百八十円の時代だ。

二百八十円の中には、牛の命、米の命、たまねぎの命、味噌汁の命、水の命、そして牛丼チェーン店で働く労働者の命が含まれている。店員さんたちは命そのものを差し出しているわけではない。牛丼屋で働くことで、給料をもらっている。時間とエネルギーを差し出しているだけだ。しかし、動物と植物の命は、二百八十円の中にたくさん詰め込まれている。こう考えると、二百八十円とは大変価値のある値段だ、命に満ち溢れているのだから。

大量生産、グローバリゼーションの経済が、牛丼の安売りを可能にした。競争の進展により、一匹あたりの動物と植物の価値はどんどん下がっていく。労働者の価値、給料も下がっていく。安くおいしい牛丼が食べられて便利になったようだが、食べているお客さんたち自身の価値も下がっているのだ。

命の価値全体が下がり続けていることになかなか気づかない。日本では安いお金でたくさんの命が手に入るから、円高になっても不思議ではない。二百八十円の中に詰め込まれた命の価値、命の恵みに感謝しよう。

ありがとうございます、たくさんの恵みをいただきました。いただいた恵みを忘れずに、私たちは明日からも生きていきます。恵みの価値をたくさんの人に伝えられるよう、言葉を述べ伝えていきます。

(2010年9月12日)

2010年11月28日：ある日曜日の感謝の記録

今日嬉しかったこと。朝新宿でハンバーガーを食べたこと。パンツのすそ上げを当日仕上げでお願いしたこと。遊ばなくなったゲームソフトを売ってお金をもらったこと。カラオケに行って歌ったこと。カラオケの店員さんたちの対応が笑顔で素晴らしかったこと。ネットカフェに行って、ブログの文章や小説を書けたこと。

新宿駅前の駅ビルにパンツを取りに行ったら、駅ビルの中に若者がたくさんいたこと。魅力的な人間がたくさんいることに気付けたこと。世界は広いとわかったこと。近所周りだけで生活している、世界が狭いと勘違いしてしまうこと。自分の可能性さえ萎めてしまうことに気付いたこと。

ゲームをしたこと。カレーを食べたこと。夕方眠って疲れがとれたこと。

不満ばかり語ってはいは、不満ばかりが募る。一日、嬉しかったことを書き綴っていけば、感謝したい出来事がたくさんあることに気付く。

感謝すべきなのではなく、感謝したいと自ら望むから感謝する。日常に幸せはたくさんある。ニュースやテレビや周囲には不幸そうに見える出来事が多いと思っていたけれど、それは僕がそういう出来事をキャッチしてただけだ。僕が悲しく不幸な出来事に遭遇することを望んでいた。僕は自分が望むとおりの出来事をキャッチすることができる。

2010年11月30日：月曜日の感謝の記録

月曜日嬉しかったこと。朝起きたこと。電車に乗って、無事に仕事場まで行けたこと。朝食をいつものコーヒーショップでいただいたこと。店員のお姉さんが、いつものごとく、僕が注文する前に「アイスカフェラテ」と言ってくれたこと。彼女はよく注文する人のメニューを暗記している。僕は毎回アイスカフェラテを注文するから、アイスカフェラテを出してくれる。実にありがたいことだ。一人暮らしの僕は、コーヒーショップから朝のエネルギーをもらっている。

一日、平和に働くことができたこと。体は疲労で痛かったが、栄養ドリンクを飲んだり、おいしい食事をいただいたりして、なんとか乗り切れたこと。僕の体の痛みなど、他の人が感じている痛みと比べたら、矮小な自己憐憫の痛みだ。世界には苦しみが多い。今日も一日、平和に働けたことを喜ぼう。そして、自己満足で終わることがないように、僕の仕事の時間を世界の喜びのために使っていこう

夜、家に帰って、風呂を浴びれたこと。眠る前にお酒を飲めたこと。ブログの記事を更新できたこと。電子書籍の執筆に取り組めたこと。電子書籍は、人を自由にする。カフカやプルーストやジョイスの時代には、考えられないほど、僕たちは自由だ。けれど、自由を実感することは少ない。この喜びに感謝しよう。そして授けられた権利を有効に使って、世界の平和と幸福のために仕事をなそう。

平和、幸福、文学では使い古されえた言葉だ。けれど僕は、インターネットで自由に書くことができる。使い古されたとか、気にする必要はない。この表現する自由を有効に活用しよう。

苦しくなったら、自分より苦しんでいる人がたくさんいることを思い出すこと。自分がどれだけ恵まれた、自由な環境にいるかを思い出すこと。愛されていない、さびしいと感じる時は、自分がどれだけの人から愛されて生きてきたかを思い出すこと。今も愛されていないわけではない、誰からも相手にされていないわけではない、自分の人格は否定されていない。書こう、書き続けよう、新しい道へ。より開けた道へ。愛が足りないと思う時は、自分が接している隣人たちに感謝の心を表現しよう。

僕は毎日誰かが創った食事を食べて生きている。命の恵み、料理の恵み。愛されていないならば、生きることができないということ。

2010年12月1日：火曜日の感謝の記録

月曜日は体が痛くてきつかった分、火曜日は楽だった。二日連続痛みが続くことはない。辛い日の後には、快適な日が訪れる。火曜日に嬉しかったことを書きとめておこう。こうして書きとめること自体が喜びになる。

今日もコーヒーショップで朝食を食べたこと。今日も注文する前からアイスカフェラテを用意してもらったこと。昼間無事働くことができた。僕が働くことで、世界のためになっていると、あまり実感することはできない。けれど実際世界のためになっているから、給料が出るのだろう。

月末で給料をいただいた。ありがたいことだ。僕が社会に対して役立っていないと反省された時は、傲慢だと思ふことにしよう。給料をもらっているだけで、社会に役立っていることの証明になる。何の役にも立っていないのなら、給料は出なかったはずだ。そう認識を改めて、明日からは身を入れて働こう。僕はひょっとしたら誰の役にも立っていないのではないかと思いながら働くことは、お客様に対して悪い行いだ。

昼も夜もおいしい食事をいただいた。夜も、無事部屋に帰ることができた。テレビをつければニュースや面白い番組を入手できるし、パソコンからインターネットの情報源にアクセスすることができる。僕自身毎日、リアルタイムに情報を発信することができる。この自由と権利を活用して、少しでも世界のためになる働きをしよう。

自分をもっと働けるのではないか、まだまだ自分は自分の命を他の人に役立てていないのではないかと思っているのなら、うだうだ悩んでいないで、よりよい仕事をしようとして活動することだ。よいこと、悪いこと、この二つは、二十一世紀では決定しがたい価値だと言われる。だからといって行動停止におちいるのはよくない。よい悪いについて十分吟味する役目を担うか、自分がよいと思う価値の正しさを信じて、活動し続けることだ。何がよいことなのかわからないのなら、悩まず、よく考えてみよう。どうしてもわからないようなら、まず近くの人によいと思える行動をとってみることにしよう。

感謝すること。働いてお給料をもらうこと。自分は何の役にも立っていないという自己否定感は思い込みにすぎない。

2010年12月2日：お世話になったこと、お世話をしたこと、迷惑をかけたこと

今日お世話になったこと。地下鉄のサービスにお世話になった。コーヒーショップで朝食のお世話になった。職場でみんなにお世話になった。昼飯の蕎麦屋にお世話になった。昼食後コーヒーショップでコーヒーを世話してもらった。夜も外食店のお世話になった。帰る時はまた地下鉄のお世話になった。家では電気、ガス、水道のお世話になったし、テレビ、インターネットのお世話になった。みんなからお世話されているから、こうして夜に文章を書き、すぐさまネットで発表することができる。大変お世話になりました。

今日お世話したこと。働いたこと。それほど力にはなれなかったかもしれない。明日はもっと人のためになるよう働こう。昼間の仕事からは、お給料がいただける。夜の書く仕事からは、まだお給料が出ない。昼の仕事ほどは、みんなのためになっていないだろう。本人は、より多くの人々の力になるために書いているつもりだが、昼間の仕事よりも働けていないのだ。もっと書く仕事で多くの人をお世話できるよう、書き続けていこう。

今日迷惑をかけたこと。たくさんの人に迷惑をかけた。より親切に、より真摯に、より愛嬌をもって、人に接した方がよかった。疲労がたまっていたせいか、頭が痛く、仕事に身が入らなかった。健康を維持して、多くの人々の力になれるようにしよう。そしてまた、書く仕事に力を入れて、多くの人に喜びを与えられるようにしよう。

寛容の精神、対話の重要性

一日書くのをやめたら、ずるずると書かずに過ごしてしまった。やはりほんの少しだけでも、毎日続けることが必要だ。

何故食について書くことをやめたのか。こんなことを続けていても、何の意味もないのではないかとまた思ってしまったせいだ。

そう思うのは何故か。この仕事を通して、名声を得たい、評価を得たい、お金を稼ぎたいという個人的欲望が僕にあるせいだ。欲望があるから、欲望がかなえられないと絶望が生まれる。毎日仕事をするためには、欲望を抱かないこと。簡単に結果が出ないからといって、すぐに仕事を放り出してしまわないこと。

僕の仕事はまだ完成してもいない。そしてまた、僕が仕事を中断している間にも、毎日たくさんの牛、鶏、豚が殺され、野菜は刈り取られている。

結局問題なのは、人類が産業革命以降、爆発的に増大してしまったことだ。人類が大量に繁殖したから、動植物の命が大量に消費される。そう、食事ではない、消費だ。

食べられもしないのに、命が削り取られる。食べられなかった命は、無駄に殺された命となる。食卓に出てくるのは食事ではない、これから食べられる動植物の死体なのだ。

毎日毎日、死の行進が続いている。個人的欲望を抱いて、願いがかなわないからといって、絶望している暇などない。事態の進展を意識したなら、一秒も立ち止まっていることができなくなる。

もっとより強く主張して、声をあげること。激しく怒鳴りたてる必要はない。寛容の精神を持って主張し、大勢と対話を繰り返すこと。強引に相手を説き伏せても意味がない。強引な主張は、暴力の変種である。寛容こそが、必要だ。

僕が個人的に満足することを目的にして、仕事をする必要は全くない。仕事から生み出される僕個人の満足は、仕事の副産物でしかない。

僕は外部に評価を求めることをやめて、内部を完成させる必要がある。僕の人格は、決して完成にいたることがないけれど、だからといって、自己を吟味する営みを放棄する必要はない。自分自身の心を観察し続け、不安や怒りの萌芽を感知すること。心にただ気づきを与えること。

人々は豊かになったのに、嘆きと暴力が世界を覆っている。何故か。人々が手にしたのは物質的豊かさに過ぎず、精神的には貧しいままだ。その物質的豊かさも、所詮は人類と動植物の死体の山の上に積み重ねられた虚像の豊かさでしかない。

精神的な豊かさを手に入れるためには、何を行えばいいのか。自己の外部に満足を求めないことだ。自分が何かを成そうとしても、何も成すことはできない。全て誰かが、過去に成し遂げたことである。やってみて、一見成功したと思えることでも、将来から振り返れば、失敗だったと反省されることもありえる。ならば個人的には何も求めず、望まず、生きていくことだ。毅然とした態度と寛容の精神をもって、仕事にあたるだけだ。

これは個人的な幸せよりも、社会集団の幸せを尊べというファシズム的な哲学ではない。幸せは自分の心の中にしかないのだから、外に求めても意味がないというストア派の哲学だ。ストア派、イエス、仏陀、古代から、俗世に幸せを求めることのむなしさを説く哲学は数多くあったのに、何故世界は今日現在でもこんなに、無益な争いに満ちているのだろうか。それは結局、哲学の怠惰が原因である。よりたくさんの人に伝え、広めるという伝道の行為を軽視してきたためである。哲学は広告に席を譲った。広告がひたすら個人的な欲望の充足を鼓舞するならば、哲学は自己の外部に欲望を投影しても絶望にいたるだけだということを宣伝しよう。

何故哲学者は内気になって、世界の隅にうずくまるようになったのか。知によって世界を改革するという啓蒙主義の理想も、マルクス主義の理想も、独裁者が支配する全体主義国家という醜悪な怪物を生み出す結果に終わってしまったためだ。何か理想を実現しようとしても、現実の歴史においては、醜悪な結果に終わる。そう気づいたから、哲学者は内気になって、世界の奥底に引きこもった。

何故啓蒙主義もマルクス主義も、新古典派経済学も、科学万能主義も、醜悪な結果を招き寄せたのか。それは、己の主張が正しいと過信してしまったためである。独善的に、強引に、世界を改革しようとしたためである。寛容の精神、対話を忘れては、物事は全て失敗に終わる。引きこもりをやめて、世界に言葉を投げ出すこと。

仕事

週末に近所で祭りがあった。毎年一回の祭りだ。和太鼓の音、阿波踊りの音でうるさくなるから、ネットカフェで時間をつぶした。ネットカフェからの帰り道、自転車で帰る途中に、また焦る必要もないのに焦ってしまった。

何故急ぐ必要は本当はない場面で、毎回急いでしまうのか。それは受験勉強の過程で、少しでも早く目的地にたどりつくことの重要性を学んだ為ではないだろうか。合格試験など人生にとって重要な場面なら、最短距離で目標を達成する脳力は必要だが、ネットカフェの帰り道、自転車でなかなか進めないからといって、焦ったり、怒りを感じたり、体を緊張させるのは貧しい。だいたい、歩道は歩行者優先だ。何をそんなに焦る必要があるのか。

条件反射は恐ろしい。毎日繰り返して身に着けた振る舞いが、出す必要のない場面で出てしまう。注意しよう。

寛容の精神を持って、協調的な対話を繰り返すこと。これが重要だと先週気づいた。しかし、これでは方法論を述べているだけだ。寛容の精神を持って、何について対話することが必要なのか。その何を見定めることこそ重要だ。

世界には紛争、飢餓、貧困が満ちている。日本にも貧困と社会格差が広がっている。哲学はこうした問題について、考えることをやめてしまったかのようだ。こうした世界規模で進展する問題について考え、対話することこそ、必要ではないか。問題について学び、知識を深め、解決策を練る。当たり前の話だ。しかし、哲学はこうしたアクチュアルな問題に手を触れることを、やめてしまった。

もちろん、多くの学者が粘り強く、哲学的営為を続けているだろうが、俗世の世界にその言葉が響いてこない。哲学も文学も、社会的な影響力を失ってしまった。というより、専門家がかつて持っていた社会的影響力は力を失った。代わりに台頭したのが、ネットに渦巻く集合知の力である。

アマチュアたち（実際は、何らかの分野の専門家たち）が、ネット上で意見の主張と対話を続ける。知識は集合的議論によって練りこまれて、最適な形で、社会に広まっていく。集合知が、哲学や文学を不要にしたのだ。専門的な知識の価値は落下し、その代わりに、とめどないつづやきの集合が、世界を覆いつくそうとしている。この変化に抵抗するのは、権威にしがみつこうとする保守の動きであり、革新者は、新しい媒体を使用して、情報を広めている。

いつでも新しい媒体技術は、知の促進を広めた。より早く、よりたくさんの人に情報を届ける。情報伝達のスピードアップだけを目指して、出版、映画、ラジオ、テレビ放送、メール、インターネット、グーグル、ツイッターは生まれた。より早く、より生の情報を届ける。生きる現在の伝達こそ至上の価値であり、情報の遅延は、できる限り避けたい失敗になる。しかし、結局情報は、遅延する運命にある。新鮮で生々しい情報が、世界中に同時発信されたとしても、その情報に触れる時には、情報は腐敗している。何をそんなに生き急ぐ必要があるのか。ゆっくりと歩みをとめて、過去、失われた言葉に耳を傾けてみる。遅延から、哲学が生まれる。

過去哲学が生み出した知識体系は、ことごとく失敗した。かといって、怖気づく必要はない。情報の洪水に怯える必要もない。全く独自の歩み続けること。

ただ一人、犀の角のように歩みなさい。

犀の角と隣人愛

「ただ一人犀の角のように歩みなさい」と仏陀は言った。

「汝自身を愛するように、汝の隣人を愛みなさい」とイエスは言った。

仏陀とイエスは、全く異なることを言っているように思える。仏陀は、誰かへの愛情を執着だとして否定する。欲望、執着、依存関係から脱して、ただ一人、犀の角のように歩めと言っている。対してイエスは、自分自身を愛するのと同じように、隣人たちに愛をふりまきなさいと言う。

自分自身を愛みなさいという言葉の意味が、僕はわからなかった。自分自身を愛することもできないのに、隣人を愛することはできないと思えた。けれど、違った。僕は自分に対する愛に満ちていた。

例えば、狭い通路を歩いていて、前から人が歩いてくるとする。目上の人、と自分自身感じたら、道を譲る。自分の方が立場が上だと感じたならば、僕は強引に狭い通路の真ん中を歩いたことだろう。相手がどけるのは当然と思って、行動しただろう。

自分を中心に世界を解釈することこそ、自分を愛している証拠にならないだろうか。狭い通路で他者とすれ違う時、見知らぬ他者の価値より、自分自身の価値を優先すること。これは自己愛がなせる業だ。しかしその時、自分よりも、他者を優先すること。通路の壁に身を寄り添って、どうぞ先にお通り下さいと道を譲っている時、その人は、自分自身を愛するのと同じように、他者を愛していると言えないだろうか。

目上だと思える人なら、自己よりその人を優先することができる。自分より目下だと思える人に対しては、冷たくあたって、問題はないと思ってしまう。どんな人にも、愛の光をふりまくこと。「汝自身を愛するように、汝の隣人を愛みなさい」とは、そういうことではないだろうか。

僕はたいてい自分の我を優先させて生きてきた。自分自身を愛していないなんて、口が裂けても言えない。自分を愛しているからこそ、他者より、自己を優先させてしまう。「汝自身を愛するように、汝の隣人を愛みなさい」というイエスの教えは、己への執着を断つ道を教えてくれている。

結局、仏陀とイエスは、同じことを言っているのだと思う。仏陀には、慈悲の教えがある。悲しいとは、何をさすだろうか。「悲」という文字は、心非ずと書く。心のない行いこそが、悲しい行いである。心のない行いを見て、助けたいと思うこと。そこに私心があれば欲望であり、執着にすぎないが、私心がなければ、愛である。

「慈」という文字は、いつくしみと読む。かなしみ、あわれみ、いつくしみ、これらの言葉は、私以外の他者に心を向けることをさす。仏陀による慈悲の教えは、隣人を愛するようにすすめるイエスの言葉と共鳴する。

「ただ一人犀の角のように歩みなさい」という言葉だけを取ると、優しさが足りないと誤解されかねない。「汝自身を愛するように、汝の隣人を愛しなさい」という言葉だけを取ると、自己愛と執着が強すぎるように思える。二つの異なる思想を束ねてみよう。すると、「ただ一人犀の角のように歩みつつ、汝の隣人を愛しなさい」という新しい言葉が生まれる。

誰にも染まらず、執着せず、犀の角のように歩みつつ、優しさを忘れずに、隣人たちを愛すること。例えば、自分の家族、仲間だけが愛おしいとすれば、神風特攻隊や自爆テロを許容することにも成りかねない。隣人とは、自分のごく身の回りの人をさすのではなく、世界中の存在者をさすのではないだろうか。世界中の存在者が、汝の隣人だとすれば、自爆テロは不可能だ。

自分の仲間を守るために、敵の仲間を傷つけたとしよう。しかし、その敵も、敵の中も、自分の仲間と変わりなく、隣人であったとしたら？

仲間執着することなく、犀の角ようにとがって、隣人を愛すること。実際の自爆テロの現場では、長年つづいた集団的憎悪が強く、綺麗ごとではすまされないだろう。けれど、世界中の人が、わけ隔てなく自分の隣人だと思えば、周囲の人に執着する必要がなくなる。誰をも歓迎し、誰をも欲望の対象としないで生きることが可能になる。

「ただ一人犀の角のように歩みつつ、汝の隣人を愛しなさい」それは、聖人しかできない振る舞いだろうか。ほんの少しでいい、考えてみよう。

存在を愛しなさい

仏陀とイエスの教えを重ねた言葉「ただ一人犀の角のように歩みつつ、汝の隣人を愛しなさい」という言葉を思いついた。この言葉を胸に刻むことは簡単だが、日々実践することは難しい。一日生活していれば、親しい人に心が執着してしまうことがあるし、隣人を愛さずに、無碍に扱うこともあるからだ。

言葉を突き詰めて実践していこうと努力するうち、「汝の隣人を愛しなさい」では、人間以外の存在を無碍に扱うことにならないかという想いが、浮かび上がってきた。

僕の周囲には、人間ではない物質がたくさんある。ベッド、テレビ、パソコン、自動車、電車、道路、コンビニ、スーパーマーケット、コーヒーショップ、食堂、ファストフードショップ、冷蔵庫、食品。これら無数の物質を思考から遠ざけて、隣人のことばかりを頭に浮かべるのは、失礼に当たらないかと思うようになった。故に、言葉を変えてみた。

「ただ一人犀の角のように歩みつつ、周囲の存在を愛しなさい」これが新しい言葉だ。

「周囲の物質を愛しなさい」では、おさまりが悪い。存在という言葉がぴったりだと思えた。存在という言葉には、人間も、人間以外の有機的生命も、無機質の物体も、全て含まれる。自分が毎秒取り入れ、吐き出している空気も、存在の中に含まれる。自分の体から外に吐き出される尿、唾液、糞もまた、存在に含まれる。それらを分け隔てなく愛そうと思った。隣人を愛することより、さらに難しいようにも思えるが、実践を心がける必要のある言葉だ。ものが大切に扱われない時代なのだから。

さらに突き詰めると、「ただ一人犀の角のうに歩みつつ」という前置きは不要だとも思えたし、「周囲の存在」という名詞も、ふさわしくないと思えた。より言葉を切り詰めて、必要最小限の成句にしてみよう。そうした蒸留過程を経て、「存在を慈しみなさい」という言葉が出てきた。

「愛しなさい」という表現は、「慈しみなさい」という表現に変わった。存在を愛するのではなく、慈しむこと。慈しむという言葉には、愛することも含まれていると思う。

仏陀とイエスの教えを重ねようと思い立って始めてみたものの、最後には結局「存在を慈しみなさい」という仏教的な言葉になった。これでは仏陀の教えと変わらない。キリスト教のモチーフがなくなってしまったようだ。けれど、人間のことだけを考えていては、壁にぶち当たる。人間以外の存在を考えること。呼吸のうちに生きること。

こう書き留めている今日の僕の人生もまた、「存在を慈しみなさい」という言葉からは程遠い人生となった。存在を嫌い、怒り、不安を感じ、疲れをおぼえた一日だった。この一日から脱出するためには、何をするのか。書いて、思考するだけでは出口が見つからない。日々実践すること。実践できて初めて、生の様態が変わる。

『食と命の恵みの話』

—了—