悩み・苦痛の逆療法
第１部 解脱の真理の発見

(48)「美しく老いる」ことと「悩みの三療法」の関係

この項では、悩み・苦痛を噛み締め更には強めて解脱することが容姿、特に老人になったときの効果について述べたい。

多くの人、特に女性にとって、「美しく老いる」ということは、永遠の願いであろうと思われる。これについて、ある実例に沿って説明したい。

私の遠い親戚に、箏曲の山田流の師匠の老婦人が居られた。この方は、箏・三味線の名手であり、多数のお弟子さんに教えていた。

そしてこの方は、七十歳前後になっても、上品で美しい方であった。多少しわが見られたが、背筋がいつもすっきり伸びていて、歩く姿も、座った姿も様になっていた。また、穏やかで優しい笑みを湛えていて、さらりと単刀直入な言い方をするが、淡白な人柄は、多くの人に好かれていた。

私が、今まで、お会いした老婦人の中で、後にも先にも、この方に匹敵する佳人は見たことがないのである。まさに「美しく老いる」ことの典型的な老婦人であった。

さて、この老婦人が、極寒の冬の日に、薄手の和服を着ながら、「冬は、身体が引き締まって気持ちが良いね」と言ったのである。私は、その当時寒がりであったので、「この人の体は、一体どんな具合になっているのだろうか」と訝ったものである。

しかし、私が、「悩み解決法」、及び、「悩みの逆療法」を会得してみて、この老婦人は私と同じ解決法を会得していたのだと、分かったのである。そのことは、その婦人のいくつかの言動がそれを表しているのであり、例えば、極寒の冬の日に、前述の「身体が引き締まって気持ちが良いね」と言えるのは、寒さ

をしっかり意識し噛み締め味わい消失させていることを会得している証拠である。

「美しく老いる」の典型的な、この老婦人について、いくつかの疑問が生じると思う。この方は、素質的、あるいは、生活的に恵まれていたのではないかという疑問である。

これについては、まず最初の資質についてであるが、この方は、若いときに絶世の美人であったことは確かである。しかし、この方には、数歳下の妹が居り、この方も、若いときには絶世の美人であり、そのために戦地の兵士のためのブロマイドにもなった方であった。しかし、七十間近の妹さんは、失礼ながら、姉とは似ても似つかない、猫背で醜悪に近い老婦人であった。私は、この方がブロマイドにもなった絶世の美人だったのかと我が目を疑ったものである。

この姉妹に比較で明白なように、「美しく老いる」とか老醜は、必ずしも、若い頃の美醜とは、密接に関係しないことである。

次に、生活的に恵まれているか否かが「美しく老いる」ことに関係するかどうかの点の検証であるが、姉の方は、箏曲の山田流の師匠になるについては、その師匠から厳しい訓練を受けて、大変な苦労をしているのである。

家庭生活的にも、姉の方の夫の働きが悪かったために、箏・三味線の多数のお弟子さんに教えて生計費を自分で稼がなくてはならなかった。また、姉の方は、五人の子供を出産して、一人で養育しなければならなかった。余りに次々と出産するので、お腹に妊娠していないと、自分のお腹ではないような感じであったと言っていた。結局、姉の方は、決して家庭生活的に恵まれていたわけではなく、相当に苦労したのである。

その当時、私は七十前後のこの老婦人を見て、苦労の痕跡もないので、この方は、本当にそんなご苦労をなさったのだろうかと訝しく思ったものである。

次に、妹の方であるが、その美貌のために、東大教授に望まれて結婚して、裕福な生活を送ったのである。子供も一人だけであり、順調に成長して大学教授になっているのである。従って、この妹の方は、家庭生活的にも恵まれていたのである。

以上説明したように、「美しく老いる」ことは、素質的にも、家庭生活的環境にも、必ずしも関係しないのである。

それらのことよりは、心の在り方が、「美しく老いる」ことに大きく影響を与えているのである。

姉の方は、箏曲の師匠から厳しい訓練、家庭生活上の苦労を修錬の機会として、悩み・苦痛の解決法を会得し実践したことにより、「美しく老いる」ことを実現したのである。

このことは、前項の「苦痛を噛み締めることは態度・表情に表れる」と考え合わせると、意義深いものである。

一方、妹さんの方は、素質的にも若い頃には、「美しさ」を持っていたし、生活環境的にも恵まれていた。しかし、逆に言うと姉のような、箏曲の厳しい訓練、家庭生活上の苦労に基づく修錬の機会がなかったこともあり、悩み・苦痛を解決する心の在り方を会得しなかったのである。

しかしながら、一方において、家庭生活に恵まれていても、人生においては、無数の悩み・苦痛の種は転がっているのである。そうすると、悩み・苦痛を解決する心の在り方を会得していないので、それらを抑制することによって、その悩み・苦しみは増殖してしまうのである。その結果として、長年蓄積され増殖した悩み・苦痛が加齢とともに容姿に老醜として現れるのである。

私は、身の回りの老人の幾人かが、死亡して数時間の間に、人相が見る見る変わり穏やかなきれいな顔になったいくつかのケースに遭遇した。これは、死亡することにより、その人が持っていた煩悩が消失して、煩悩により歪められていた醜悪な表情が、本来の穏やかできれいな顔に戻ったと考えている。

これにやや関連した言葉に、「外面菩薩の如く　内面夜叉の如し」という言葉があるが、これは、「顔は菩薩の如く柔和だが、心は夜叉の如く険悪で恐ろしい」という意味である。この夜叉の心を煩悩と置き換えてみると、意義深いことが分かるのである。

若い頃は、外面は菩薩の如く柔和できれいであって、そして内面は多少の煩悩を持っていても両立するのである。しかし、長年蓄積され増殖した悩み・苦

痛が加齢とともに外面の容姿に老醜として現れるのである。

　他方において、箏曲の老婦人のように、悩み・苦痛の解脱法を会得した人にとっては、それらが消失しても内面も菩薩の如く柔和であるから、どんなに苦労しても、それが外面に出てこないのである。

　また、若い頃に、おかめ・ひょっとこであっても、老齢期に内面において菩薩の心、すなわち、煩悩を解脱して心満ち足りた人の外面には、穏やかで柔和な容姿が現れるものなのである。

　この項でもテーマは、「美しく老いる」ことであるが、これにも程度があって、最高は「美しく上品」であり、最悪な場合は老醜であるが、中間としては、普通の容姿になることがある。しかし注意しなくてはならないことは、普通の容姿になることも容易なことではないことである。これが容易でないことは、このように言っては失礼なことであるが、世の中には、老醜な方のほうが普通の容姿の老人の方より、はるかに多いことからも分かることと思う。

　従って、普通の容姿になるためにも、悩み・苦痛を「悩みの三療法」で解脱しなくては実現しないのである。

　ちなみに、多くの人、特に女性は、自分が年を取っても、自分の両親のような容姿にはなりたくないと願っている。しかし、例外はあるが、願っている人にとって残念ながら、男性は父親に、女性は母親に似た容姿になっていくのは、世の常なのである。なぜならば、老醜が悩みの抑制により増殖された結果であることが多いために、その悩みの抑制という性癖を受け継ぐ限り、親の老醜も引き継がれてしまうからである。

　これを打ち破るのは、「悩みの三療法」による、悩み・苦痛の緩和・消失しかないのである。

　これを短歌でまとめれば以下の通りとなる。

美しく　老いるためには　悩みをば
噛み締め味わい　強めるべし