

ゼン・マクロビオティクス (第1回) (新しき世界へ 1970年 11-12月号)

The philosophy of oriental medicine (Vol.1) — ZenMacrobiotcs —

米国版・東洋医学(1)

By G. Ohsawa

村田鶴彦訳

(序文)

人類の偉大な宗教というものは、すべて、東洋の光の中で生まれました。そのため東洋の人たちは、数千年の間、比較的ほとんど残酷な戦争というものを知らずに生きてきました。

(久しく長寿と平和の国と唱われた日本の人たちも同様です)

しかし、私たちが住んでいる、このつかの間の浮草のような相対の限りある世の中ではすべてが移り変わります。西洋文明の輸入によって、それまでに植民地化されたアジア、アフリカの国々は、伝統的な生活を捨て去って、いとも簡単に西洋の生活マナーを取り入れました。

西洋文明は、以来ますます強力な発展をつづけ、戦争手段は更に暴力化し、私たちが賛美にやまない近代科学は、人間の新しい宗教として抬頭にいます。

この驚くべき新しい量産の文明と古来の健康、自由、幸福、平和の文明とが、一つなるものの両手の如く、相補の役目を果たすことがのぞみ得るか? 過去 48 年間、私の目的はこの実現にありました。そして、ついに私はその実現への道を見つけたと信じます。

西洋のあなたは、私たちの古い 5 千年の東洋哲学を学ばなければなりません。この、一見矛盾ともみえる、辯証法的、非暴力的方法によって、あなたは、科学的、社会的、医学的諸問題を解決するのみでなく、幸福と自由の道を見出すことができるでしょう。私た

ちの簡素で実用的な、鼓舞興奮を与える観点を理解するため研究して下さい。

自主的であるなしにかかわらず、私たちはもう百年以上、西洋の全てのものを輸入しました。こんどは、あなた方が、尽きることなき貴重な宝庫を東洋から輸入する番です。

まず第一に、健康と幸福の基礎構造であるマクロビオティック、東洋の飲食について学ぶことです。たとえば、日本ではかつて、飲食は最も神聖な生活芸術とみなされました。思慮深い、完成された原理にもとづく調理法を私たちは発展させましたが、一方、米国では、飲食はたゞ味覚や楽しみにもとづく習慣と見なされています。マクロビオティックは、日本の禅寺では精進料理と呼ばれ、最高の判断力を養う飲食の基本的な調理法です。このことは、生理は心理に先行し、それを決定するという考え方と両立します。これと対照的に米国の日本料理や中国料理で普通だされる飲食というものは、味覚の要求のみに応じ、高い判断力をくもらせません。東洋では、純粹の料理の名人はマクロビオティックの原理にもとづき、味覚はもとより、健康と幸福を創造する食事を調理することができるのです。

一般の家庭やマーケットやレストランの料理とちがい、健康と幸福を高めるよう考案された変化のある調理法をあなたも学ぶことができます。

もし米国の食品産業がマクロビオティックを採用し、その飲食品の量産化をはじめとするならば、人間史上はじめての不幸に対する全面的挑戦を意味する、人類史上はじめての食品革命を実現することになるでしょう。

(米国の読者へ)

無限の自由、永遠の幸福、絶対の正義を体得するため、あなたが、私たちの古い五千年の東洋哲学を学ぼうと決心するのであれば、全ての動物、鳥、虫や魚の如く、独立独歩、自ら他に頼ることなく実行するのでなければなりません。まず第一に、かれや、かの女の病気でなく、あなた自身の病気を征服する、という決心をつけなさい。

あなたの病気の原因、性質をつきとめなさい。もし、あなたが、たんに苦しい痛みや症状を取りのぞくことにのみ興味があるなら、この本を研究する必要はありません。この無双哲学は、対症医学を目的といたしません。PU(無双原理)を十分理解し、消化して下さい。日々それを生きるものでなければなりません。(東洋医学、哲学、これだけで十分です。他の数百、千の複雑な本を読む必要はありません)

この本で説明するマクロビオティックの食事
を実行してみてください。あなたが、いま治そうとする病気に対する特別の療法が見つからなければ、その症状に応じて、この本の第五章の説明にある、どれか一つ、又は数種の方法を適用してごらんください。注意深く、規則正しくです。そうすれば成功いたします。あなた自身が、あなた自らの生命、健康、幸福の創造者になるのです。

(前文)幸福への二つの道

幸福はこの世すべての人々の目標です。然し、西洋特に米国では一体幸福とは何か?東洋では数千年前、聖人たちによって幸福は次のように定義されています。

- 1.健康で、生産的で、エキサイト(興奮)に富んだ長命の結果としての喜び。
- 2.金銭のウレイからの開放。
- 3.不慮の死の原因である事故や困難を未然に防ぐ直感力。
- 4.無限の宇宙を支配する秩序に対する溢れるような理解力。
- 5.永遠に先んずる者は前後でなければならない、という事実に対する深い洞察力。

ということは、勝者たらんとする目的を放棄すること。首位の座はやがて、いつかは最後のそれに転化することが約束されている。事業、政治、科学、結婚一すべての生活では、

常に新しい勝者があらわれ、いま流行のトップ・モードは、あすの時代遅れとなる。謙讓で最後であることに不安を感じない者は、幸福の本質である"足る"を知っている。

生物的、生理的、社会的、経済的、論理的構成において、上記のような幸福を達成するための実際的方法を教える一これが東洋哲学です。然し、無限の宇宙の構造とその秩序の深遠な意義を説明することは、いかなる教師にとっても禁じられています。生徒は、幸福への道、その意義を自分で発見しなければなりません。したがって理論のための討議でなく、たゞ実行です。奴隷を生産する学校や職業的教育は不必要だと考えられています。更に、奴隷心理というものは、全ての困難、不幸の原因であると見なされます。(大体、偉大な人物というものは、自生、自ら達成するものです)

この本では、天国への鍵、最高判断力、幸福への陰陽哲学の概念を説明することは省きます。その理由は、一つは、それらの問題について多くの解説書がかかれていること。二つには、実際的効果のあがらないかぎり、哲学の知的、概念的理解だけでは無益であること。理論づけるだけでは足りません。不断に充実する幸福な生活を実際手に入れるのであればなりません。

どんな小さい魚でも泳ぐためには水の中へ入らなければなりません。上記五項の幸福を約束する東洋哲学を身につけることに興味を持つならば、どうか、この本にあるマクロビオティックの技術を1週間～2週間実行してみてください。48年間これを教えつづけてきて今もなおこれをおすすめすることができます。この道が幸福への基礎であることを確信するからです。その代りの方法として、哲学的、知的、概念的、論理的学習を通じて行うということは、困難で、退屈で、果しなく、実りのない失望となります。

第一章 マクロビオティックと東洋医学・哲学

健康から幸福への道は万人に開放されていなければなりません。その道は実用的で、又

理論的でもなければならぬのです。どんな理論も、それが科学的、宗教的あるいは哲学的であれ、理解するのに余り困難であったり、日々の生活に実用性がなければ益がありません。と同様に、芸術や実行や技術も確固とした理論的基礎がなければ危険です。

マクロビオティックは、経験的郷土治療であったり、神秘的、緩和剂的、宗教的、科学的、心霊的、対症的技術でもありません。それは無限宇宙の辯証法的認識である東洋哲学及び医学の生物学的、生理学的応用です。五千年の歴史をもつこの方法は、健康から幸福への道を教えるものです。その実行はまことに簡単です。もし、人が心から、すべての生理上、心理上の困難から自由になりたいとのぞむならば、誰でも、どこでも、いつでも日常生活に取り入れることができます。

老子、孫子、孔子、シャカ、ナガルジュナ、神道諸家の教えとしたマクロビオティック及びそれ以前のインドの聖人たちによる医道の影響をうけた東洋の多くの人たちは、幸福、自由、文化、比較的平和な生活を楽しむことができました。古代ギリシャの人たちと同様、健全で澄んだ心というもの、乱れた緊張のからだの中には宿らないことを知っていました。

とはいえ、全て始めあるものは終りがあります。古来諸家の真の教えは、その影をひそめ、神秘化されたり、職業化したり、迷信化してしまいました。そこで私は、マクロビオティックの生活化を、新しい現代語に翻訳して提供しようというわけです。これは、東洋の全ての哲学を理解するための基礎的な必須条件です。

(つづく)