

し成りたいには成りたいが、私等は成れぬと、自棄、自屈せるものが少なくない私はサウ云ふ人達にイヤ成れる、成れる方法があるとお話したのである。其の方法とは即ち精神修養に外ならぬのである。それだから修養が何人にも必要なのである。之れから、どうして精神修養で、サウなれるかを、一二の實例を擧げて、お話ししよう。

昔、房州から出て来て浅草の或札差の家に女中奉公に入つたものがあつた。此の女一二年儉約して金を溜め、やつとのことで日頃欲しいと思ふて居た美服を買つた。其後一度此の美服を着て外出し、ソレから暫らく出ずに居たが、或時、今日もあれを着て出ましよう、出して見るとコハ抑も如何に、大事の大事の美服の袂が鼠にかじられて居た。それから云ふものは此の女は鼠が憎い、鼠が憎いで其の頭が一杯になり、御飯を焚いてる時も、お掃除をしながらも、お洗濯の時にも、『鼠が憎い』を忘るゝことが出来なかつた。其の爲め仕事に身が入らず、主人の目にも『此の頃、あれは少し變だ』と見へる様になつた。

併し幸なことには、其の頃、或夜主人の家へ、心學道話の先生が見へて、家族一同に對し一席のお話があつた。其のお話は

泥坊に物を盗まれて後、惜しいことをした憎い奴だと、何時も其の事を氣にして氣を腐らして居るのは、云はゞ泥坊に追錢ぢや、それよりは泥坊に入られたのは、ツマリ我が戸締に油斷のあつたからだ、之れからは用心しましょう、先達のは『油斷をせぬ様』との教を受くる爲めの月謝であつたのだとて、感謝するがよい。

と云ふ筋であつた。此の女も障子の蔭から此のお話を聞いて、ハツト悟り、思はず一つの歌が出来た。

今までは鼠が喰つたと思ひしに、私が喰つたと思や嬉しい

今までは鼠が大事の大事の衣物を喰つたと、鼠ばかりを憎んで居たが、今のみ教で分つた私の不注意から鼠に喰はれる様なことをしたのであるから、ツマリ私が喰つたのである、之れを分らして頂いたのが嬉しいと云ふ意である。

此の一つの實例からしても、修養のお話を聞いたり、修養の書を読んだりすることの必要なことが分る。一寸、一事分らして貰つても、人間の心機は、一轉するものである。

バレアナ

數年前、米國で出版されて大評判になつた小説があるが、ソレは『バレアナ』と云ふ小説で、バレアナと云ふ少女を主人公として書いたものである。其の話の筋はカウである。

バレアナは幼ない時に母に死なれ、お父さんに育てられた人であるが、其の十一二歳の時のこと、或朝新聞の廣告欄で『手紙で欲しいと申込んだ方には人形を上げます』とあるを見出して、お父さんから切手を貰ひ、郵便を出した。スルト二三日してから、バレアナさん宛で小包が來た。バレアナさんは人形が來たのだらうと悦こ

んで受取つたが、人形にしては長い小包である。變だと思つて開けて見ると、松葉杖がでて來た。何んでコンナ間違をしたのでしよう、私、松葉杖なんか入らないわ』と、バレアナさんは大不平である。其の時お父さんは、バレアナよ、人形の代りに松葉杖を送られたのは悲しいが、併しお前が若しも松葉杖を必要とする身體であつたらどうでしよう。松葉杖の入りぬ身體に生れて居ることを思へば嬉しいではないか。此の事に限らず、今後は何事があつてもカウ云ふ風に御考へなさいとお教へ下さつた。

其後一年して、お父さんが亡くなり、バレアナは一人の伯母さんのお世話になることになつたが、此の伯母さんはバレアナのお父さんと大の仲悪でしたので、バレアナが伯母さんの家へ行くと伯母さんは第一に『之れからお前はお前のお父さんの名前を口から出してはなりません』と命令した。其の時にバレアナは亡くなつたお父さんの教訓を思出し、伯母さんの此の命令を『お父さんのお名前を云ふとツイ悲し

くなつて来る、伯母さんは、それでお父さんのことを一切口にしない様にと云はれたのでしよう』と解釋した。伯母さんの家には、キレイなお室が幾つもあるのに、伯母さんはバレーアナを屋根裏の物置同様の汚ない室へつれて行つて、之れからは之れがお前のお室だよと、そこへ入れた。其の室には鏡さへありません。けれどもバレーアナは『わたし、鏡の無い室へ入れられて、かへつてい、と思ふのよ。あると私の雀斑が見えるのですもの』と解釋した。

或時バレーアナは〇〇叔母さんの病氣見舞にやられたが、彼女は行くと思ふと直ぐ

『〇〇叔母さん、寝返りが出来て

『出来ますよ』

『そんなら喜ぶことが出来ますわ、ねえ叔母さん、△△叔母さんはリュマチで、寝返りさへ六つかしいの』

と云ふ風に話を仕向けた。

此の小説も心の持様の大切なることを説いたもので、ツマリ修養の大切なることを説いたものである。

○

若しも何と、何と、何とが人間を不幸にし、何と、何と、何とが人間を幸福にするとかやんと定つて居るものならば、不幸なものには出合せぬ様、幸福なものには出合せうとさへ心掛けて居ればよいので、事が頗る簡単であるが、ソレがサウとは定つて居ないのだから六つかしい。心の持様で何んでも有難がることも出来れば、何んでも不平の種にすることが出来るのである。して見ると修養によるの外、人間を幸福にする道はありません。

三、精神修養の必要 (二)

世の中には『私共の様なツマラヌものには、ドンナ尊い教も役に立たぬ』と云ふものがあるが、私は之れは理由のない自屈だと思ふ。人の賢不賢は、一は天性の優劣にもよらうが、二には其の違ひは心を研ぐことに氣が付いたか、付かぬかよりして生ずるものである。其の證據に、例へば

ベンジャミン・フランクリン

と云へば、寸分も間違つたことをしない、正直一方の人であつたとして、知られて居る。

けれども其の少年時代に、遊び友達と共に、石屋の物置から石を盗み出して、海中に魚釣臺を拵へソレが知れて、甚く石屋の主人に叱られ、歸つてから又、父に大に叱られたと云ふ話が傳はつて居る。之れによつて見ると少年時代に於ける彼の徳性は、普通の少年と同じであつたことが知れる。たゞ違ふのは他の少年は此の時叱られたの

を聴き流して仕舞つたが、フランクリンのみは父に云はれた。

善き目的は、善き手段で爲し遂げねばならぬ、若し悪しき手段で遂げようとするれば、善き目的も悪しき目的と異ならぬことになる

との一言を肝に銘じて忘れなんだ點にあるのです。即ち元は同じであつたが、彼の徳性は程よく生長して群をぬくに至つたものである。

救世軍の創設者

ウヰリヤム・ブリス

でもサウである。彼は實に立派な人であつた、けれどもソレは仕上げてからのことで、彼と雖もその少年時代には、遊び友達の玩具を誤魔化したことがあつたサウだ。

世界屈指の人物でさへも此の通りであるのだから、吾々の徳性の始めより完全でないのは、元より云ふまでもない。けれども偉人の傳記が示して居る通り、磨けば光り、

登れば登れるものである。自暴自棄すれば、たれも其の儘になつて仕舞ふが、努力すれば「三日見ぬ間の櫻かな」で、随分見上げた人物になることが出来る。以上とは反對に、「己れ達の如く、生れながら正直なものには修養なんぞは全く入用なしだ」と云ふものが又少なくない。カウ云ふ人達には私は一つ

子路の話

を致したい。孔子のお弟子に子路と云ふ方があつた。此の方は生れながら正直な方でしたが、自然ソレを鼻にかけて「己れの様に、生れながらの正直者には、修養の必要など少しも御座らぬ」と云はぬばかりの風が見えて居た。ソコで孔子は折を見て、先づ之れを碎いてやらねば爲めにならぬと考へられた。或日のこと、子路を召されて修養のお話を致しますと、子路は威張つて

南山に竹あり、矯めざるに直し

と申し、自分の様な正直者には、修養の必要なことを示した。ソコで孔子はけれども、其の南山の竹に、鐵をつけたり羽をつけたりすると、矢として更に大に役に立つではないか

と静かにお教へになつた。此の一言が深く子路の心奥に徹したので、それから子路は膝を折つて書を読むに至つたと云ふことである。水戸光圀公は其の少年時代には亂暴な方で、讀書など思ひもよらざりしが、或時子路の話を聞きて感動し、ソレから書を讀むに至つたのだと言ふことである。

四、精神修養の必要(三)

今一應、方面をかへて精神修養の必要を説かう。

辛抱が肝心

であることは、誰れでも承知して居るが、併し誰れでも亦しても
又しても

コンナ所にグヅ／＼しては居られぬ

なぞと、辛抱に裏切りする心持をするものである。それで精神修養の必要が起つて來るのである。

日本橋區横山町、或商店の支配人の話に

私は十二の歳に此の店に入り、二十八年辛抱して、四十歳で支配人になりました數へて見ると、此の二十八年間に私の先輩が二十五人失敗をして居ります。私も此の二十八年間には、カウ先きが支へて居てはと、心が動搖し、幾度もコ、を去らうとしたのですが、全く意外に早く私の順番が廻はつて來ました

とあつたが、此の邊はお互に、よく／＼考へねばならぬ點であらう。

氣をもみて河岸をかけるは釣の下手、落つきて居よ魚のよるまで

無くて七癖

「無くて七癖あつて四十八癖」とか申しまして、誰れしも癖のないものはない。而して其の癖が皆なよいものなら構ひませんが、中には悪い癖もあるから注意せねばならぬ。氣の付かぬ中に悪い癖が生長して抜くべからざるに至りますと大變ですから注意せねばならぬ。ソレで心掛のよい人々は、自分で時々自分の癖について考へて見るばかりでなく、親友にわざ／＼頼んで自分の癖を云つて貰ふと云ふことである。カウ云ふ風に心掛くことも、精神修養の一方法でありますから此の點から丈けにても、精神修養の必要は成程とうなづかれる。

醜い女學生

或時或所に、大層、顔の醜い女學生があつて、何時もソレを氣にして居た。親切な一女教師は之れを見て、深く其の心持に同情し、或時その女學生に

百合の球根を一個

授けて「之れをお持ち歸りになつて、お庭へ埋めて置いて御覽なさい、夏になつたら、芽が出て花が咲きますよ」と云つた。女學生は其の時、先生がドウ云ふお考へで、之れをくれたのか、察することは出来ませんでした。夏になると花が咲いたので、其の一本を切りて學校へ持て行き「先生、此の様に美しいのが咲きました」と云ふと、先生は一心に花を見つめながら

〇〇さん、あの醜い球根から、この様な美しい花が咲きました。貴女もお顔は氣にならずに、お心を研いて美しい花をお咲かせなさい

と、優しく云はれた、此の一言が、女學生の心に電光と閃きて、その時から彼女のとなりは一變した。コ、にも精神修養の必要が見える。

人の慾

人の慾、たとへんかたもなかりけり、富士の山にも頂きぞある

三國一の富士の山には、絶頂はあるが、人の慾ばかりには、之れが止まりだと云ふ所がないから物に例へようがない。されば人間と云ふものはどんなに、結構づくめにしつてやつても、ソレで満足するものではない。

炬燵には矢張り炬燵の寒さかな

で、朝から晩まで、炬燵に遊んで居てよい身體になつても、此の炬燵は「ぬるい」とか「熱つ過ぎる」とか、兎角小言のたえないものであるけれども、心の修めよう持ちようでは、ドンナ不幸の境遇に置かれても、満足を見出し難くはない。それだから精

神修養が大切だと云ふのである。

或時一人の盲人が、或御寺へ、五十圓寄附したいと云つてもつて来た。坊さんは盲人の貧乏そうな様子を見て、内二十圓丈けを受取り、餘の三十圓は返した。スルト盲人の云ふには

此の金は私が目あきでしたら出来ぬ金です、盲人に生れた幸福で、夜分油代が入らぬので、油代丈けづ、毎日預金して拵へた金ですから、全部お寺へ御納めしたい、どうぞ受取つて下さい

と、坊さんは之れを聞いて『成程』と感じ入つたと云ふことである。

四、精神修養の方法

一、志あれば道あり

人間は誰でも先づ志を立てねばならぬ、志が立つてカウ云ふ方向に進んで行くことと云ふことさへ、定まらば、所謂『志あれば道あり』で、段々其の方向へ進む道を見付けることの出来るものである。例へば米國の

ベンジャミン・フランクリン

此の人はワシントン、リンカーンに次いで有名な人であつて、その自叙傳は今も尙ほ、世界各國の青年に讀まれて居る。

彼の自叙傳によると、

彼は今から二百十五年前に、米國のボストン府に生れし者であつて、父は蠟燭の製造を業として居た。餘り収入が多からぬ上に、子供が先妻後妻のを合せて十七人もあつた其の生計の苦しさに到底筆紙のつくし得る所でなかつた。彼は十七人中末から三番目で、男の子の中では一番末子であつた。されば八歳にして小學校に入りしも、十歳の時にはモウ學校を止めて、蠟燭製造の手傳をさせられて居た。

のである。カウ云ふ境遇に生れても、書物を読みたくと云ふ志があつたので、彼は書物を読むことが出来た。どうして讀んだかと云ふに。自叙傳の中に

父の家に居る間も、其後兄の始めた活版所の職工となつてからも、貰つた金の殆んど全部は之れを書物の爲めに費した。知人の書物も借りられる限りは借りて讀んだ、けれども當時の私は収入も少なく、知人にも藏書家が少なかつたから、とても思ふ様には書物が得られなんだ。そこで私は一計を案じ、本屋の小僧さんと懇意に

なつた。そして小僧さんから毎夜閉店に際して店の書物を一二冊づ、借り、夜の間に讀んで仕舞つて、翌朝店の戸が開くと直ぐ返すを常として居た。其の頃は徹夜して讀書せしことも珍らしくはなかつた。
と出て居る。全く「志あれば道あり」です。

リンカーン

にしてもサウだ。

彼は開墾者の中でも、わけて貧乏な開墾者の子として丸木小屋の中に生れた人であるけれども彼には熱烈な知識慾があつた、一つの大きな志があつた。ソレで彼はペンや鉛筆や紙は買つて貰へないけれども、木の枝を折つて来て、砂の上に書いて見れば文字を覚え、或は樵夫の焚火した後の、木の枝の燃へさして、木の切株や、板の上を書いて見れば文字を覺へた。又其の讀むべき書物を求むる爲めには、一冊の本を借

りる爲めに十哩を歩く程の苦心をした。サウしてアブラハム、リンカーンと云へば誰れ知らぬものなき程、世界的に有名な大人物となつた。全く『志あれば道あり』である。

二宮尊徳

我國の二宮尊徳の如きもサウだ。

彼は相州小田原在柏山村の貧家に生れ、加ふるに其の少年時代に父を亡ふた人である。普通ならば學問なぞの、出来る身分ではなかつた。けれども志あれば、道ありです。

彼は晴天の日には、馬をつれて山に木を切りに行く時と、歸る時と、歩きながら書物を読んだ。雨天の日には、家の庭で麥を春きながら本を読んだ。

臼の傍きに、丁度自分の眼に具合のよい高さに、小さな棚を拵へて置いて、ソレに

書物を一冊開いて載せ、麥を春きながら臼の周圍を一度廻はる毎に、本を一行讀むと云ふ風にして勉強し、自から此の讀書法を、グルリ一偏と稱した。斯くして勉強し、彼は非凡の見識家となつたのであつた。

カウ云ふ實例はイクラでもある。『志あれば道あり』とは、全く疑ふの餘地なき真理である。されば若き人人よ。先づ之れを信せよ、之れを信じ得ば、修養の途に一步踏み込み得た次第である。

二、少年時代の大志の實現

志あれば道あること、上述の如くであるから、世には『少年時代の大志の實現』てふ實例も澤山ある。之れから私は聊かソレに就てお話をしようと思ふ。私は曾て

森村市左衛門翁

から左の様な話を承はつたことがある。翁曰く

私は、十三歳の小僧時代に、或御宮に休憩した際、神主が祝詞をあげて居るのを聞いたが其の終りの言葉は『人は萬物の靈、思ふこと成就せざるなし』と云ふのであつた。此の最後の一言が深く私の心を刺激し、此の時から私は『我れも貧乏人の子だが、六根を清淨にし、正しき道を踏み行かば、思ふこと成就せすと云ふことなし』と確信しました。そして其の時から七十餘歳となる今日に至るまでたゞ此の一つの確信を力として私は奮闘して來たのです。御蔭で智慧も何にもない私でも少しは思ふことも出来る身分になりました。

彼のスエズ運河の開鑿者として有名なる佛人フアヂナンド

レセツプ

に就ても同様の話がある。彼がスエズ運河の工事に成功して、黄海と地中海の水を通せしめ、歐羅巴から印度への交通を便利にしたのは、今より六十年前のことであるが、此のレセツプは少年の時に、一日其の友達に地圖を示し『君、コ、をカウ切れば、黄海と地中海との水が通じて、印度へ行くのに便利になるね、僕は大きくなつたら、必ずソレをやつて見せる』と力んだことがあると云ふが、後年果して其の通りにしたのであつた。

又

米國の或大學校長の書いたもの、中に

私は少年の時に、二人の友人と共に競馬を見物に行つたことがある。其の時一人は、

僕は將來騎手になると云ひ、一人は僕は將來競馬場の持主になると云つたが、後年二人とも果して其の言の如くになつたとの挿話がある。

三、目 標

天野屋儀兵衛

○ 弓の稽古をする時や、射撃の稽古をする時の様に、精神修養にも目標が必要である。精神修養と云ふ様なことは、まだ考へたことなく従つて精神修養には目標が必要だなどぞと氣付かぬも、知らず識らずの間に、目標になるものを見付けて、多少はそれを精神の修養の目標として居るのが普通である。例へば忠臣藏の芝居でも見に行つて

天野屋儀兵衛は男で御座る

なんて云ふ所を見て歸ると、しばらくはソレが目標になつて

男はア、ありたい

との念が消えぬものである。

新聞で

松本訓導が、生徒が、水に落ちたのを助けんとして溺死した

記事を見た場合なども、しばらくはソレが目標になつて

身を殺して仁を爲す

ことの尊さが思はるゝのである。

また私共は日常、友人の中に

非常な勉強家のあることから

何時もドレ丈け、その惰心を鞭撻されて居るか知れない。

○ 此の様に目標には力のあるものであるから、もし 過去なり、現在なりの人傑の中から、自分の理想とすべき人物を選び、其人のことを出来得る限り精細に調べて、絶えず其人を目標にして居れば、ソレからドレ丈け修養の力を得るか知れない。人間は段々其の崇拜せる偉人に似て来るものである。アシ、の聖フランシスの如きは、基督崇拜の結果、遂には其の両方の手首に、十字架にかゝつた基督の如き釘とがあるに至つたと云ふことである。

ソレが書物で

目標は人物に限つたものではない。ソレが書物であつてもよろしい。例へば、聖書でも論語でも佛典でも、何んでもよろしい。兎も角自分の一番信ずる書物を選び、此の書物に書いてある通りにやる、百難を排してゞもやるとの願を立て、何時も其の書

物を目標にして居ると、それから、また修養の力を大に得ることの、出来るものである。

昔、米澤の上杉鷹山公の家老の一人に、たいそう論語を尊信せる人がありましたが、此の人は毎朝出仕前に必らず論語の一節を黙讀するを常とし其の時間なき場合には、机の前に正坐し、論語をいたゞいてから、出かけるを常とした、と云ふことである。道徳や宗教の書物は、之れ位、信じて讀まねば效力を生じ来るものではない。私は、こゝに、曾て「體讀」と題して『自働道話』誌上に掲載したる一文を掲げて置きたい。

體 讀

別所先生が、美術織物の發明家龍村平藏氏を紹介せる文の中に

菜根譚の體讀

例へば彼の洪自誠の菜根譚を毎朝□□に持つて這入つて一節宛讀み、而して其の讀んだ事を實際の商業上、又は處世上の事に應用して見て、果してその實行が出来るかどうかといふ事を研究する。即ち目で讀まずに心で讀み、更に進んで身體で讀んで見る。而して其の解決が付かない中は、決して次ぎの章に移らないと云ふ筆法で、彼の澤山の菜根譚を全部體讀して了はれたのである。

とありましたが、此の程、山崎園藏先生を御訪ねして、左の如き話を承はりました。

聖書の體讀

私は米國で工學を研究し、歸朝の後、日本内地で七の燈臺の建築を引受けて成功し、其後朝鮮に行つて、彼地に十二年居ましたが群山港の重なる建物は、大抵私の監督の

下に建築されたものであります。

群山港の入口に烏食島あり、其の沖に、干潮の時に頭を出し、満潮の時には二丈五尺も水の下になる、一つの暗礁があるが、其の暗礁の上に燈臺を築くことを引受けて工事が半ば進行した際、大暴風襲來、甚い目に逢ひました。今お話ししようと云ふのは其の時の經驗談で、この甚い目に逢つたことから、私は實に、尊い教訓を得ました。工事半ばに、大暴風雨がやつて來て、足場は流されて仕舞ひ、マゴ／＼して居ると、私共も吹き飛ばされて仕舞ひサウなので、私は六人の工夫と身體を珠數つなぎにして、其の綱の端を燈臺の心棒に結び付け、兎も角も助船の來るのを待つことにしました。その中に、日はとつぷりと暮れ果て、星一つない眞暗の夜となりました。大きな波が沖から押寄せて來て、工事半ばの燈臺に打つかる度毎に私共の身體がブル／＼と震動します。心細いこと限りがありません。互に肌と肌とをくつけて、温をとつて一切を天に任せて辛抱して居りますと、烏食島の一番高い所

へセメン樽の空いたのを以て行つて積み重ね、それに火をつけて合圖をしてくれたものがありました。その火の燃へ上るのを見た時の私共の心持、それは到底筆紙につくせません。

その中に小舟に決死の若者が四人乗り込み助けに来てくれたが、波が荒くて近かよれません。サアどうして船に乗り込もうか。私はもつてきました綱を船に向つて幾度も投げたがとゞきません。それで船の方から綱を投げて貰ひました。それが幸に私の手に達したので、私はその端を確かりと心棒に結び付け、船の方から引張つて貰つて、その綱を傳ひ、サア己れに習へと云ひながら船に乗り込みました、他の二人は私と同様輕業をして成功したが、外の四人は恐れてヨウしません、サウカウして居る中に、船が危険になつて來たので、彼の四人に『辛抱して居ろ、助けにくるから』と言残して置いて綱を切り、やつこのことで鳥食島へ上りました。この經驗で私は、救の綱は自分の方から投げるものでないことを體讀しました。その

後モウ助け船が出せませぬので、心ならずも一夜を過ぎ、夜は明けたが波はナカ／＼静かになりません。午後になつて少しく静かになつたので、救船を出して見ると、四人居る筈の二人しか居ません、残つてる二人は老人でした若い二人は辛抱し切れなくなつて、泳ぎ渡るつもりで飛び込んだが、暫時にして波に吞まれて仕舞つたのであると云ふ。老いたる二人は『信じて待つて居た爲め』に救はれ、若き二人は信じて待つことが出来なくて、救はれななだのでした。茲で私は『信じて待つべし』との聖書の言葉を體讀しました。

この災難に合つたのは、十月十七日で、工事の期限は十二月一杯である、モウ期日まで日数が僅かしかありませんのに、足場は流されて仕舞ひ、足場を拵へようにも、此邊には材木がないのでどうもしようがありません。この時私は三日の間、事務所の後森の中へ入つて祈りました。一生懸命祈りました。スルト不思議なことに四日目の朝、私が鳥食島の海岸に立つて居ると、向ふから小船がやつて來て、二人の

水夫上陸し、私の方へやつて来た、見ると日本人である。君等どうしたのだと尋ねると、今此の先の暗礁へ船を乗り上げ危ぶなくなつたから、二人は小船で逃れたのである。モウ自分等の船に積んでる材木はコ、へ流れて来る、どうか人手を貸して材木を此の島へ上げ、暫らく置かせてくれないかと云ふ。自分は心中に不思議なこともあるものと驚きつゝ、悦こんで承諾した。話してる中に早や材木が流れて来たので、工夫に命じて上げさせました。そしてその材木を買取り、それで足場を拵へ、無事工事を了ることが出来ました。私はこの時からホントニ祈りの力と云ふことを知りました。

それ以來、私は聖書に書いてあることは、一言一句、日常生活の上に實驗出来るものと信じて居ります。

獨り菜根譚と聖書のみならず

凡て聖人の書は、之れを日常生活の上に實驗出来るものと信ずる。日常生活の上に實驗して見て、始めて其の書を體讀したものと云へます。

神 佛

併し人間にしても、書物にしても、縦ひ其の人、其の書が如何に尊いものであつても、到底完全な目標と云ふワケに行きませんから、完全を求めて止まぬ人心の要求から、神佛の如きを人間が描き出して、之れを完全な目標として掲ぐるに至つたものであらう。人間の信仰の一面には確かに之れを目標として進まんと心持があるものである。

四、無くてならぬ人

人間は何でも、其の居る所で『無くてならぬ人』にならねば駄目だ。それに就て私

村井保固氏の事

を思ひ出す、氏は森村組の紐育支店長である。聊か氏のことをお話しませう。彼れこれする中に、氏は犬養、尾崎などと塾（慶應義塾）を卒業することになった（明治十年前後）、當時、森村市左衛門翁は、獨力、海外貿易を営みて、日もまだ淺かつたが、一人手助けの人を要して之れを福澤先生に相談した。先生曰く、己れの處の卒業生は直ぐに七八十圓の月給をとる、お前の所は十圓の月給も出ないであら

う。翁曰ふ、いかにも十圓はさておき六圓がヤツトでゐる。先生曰ふ、それでは行き手はなからう、然し小幡（篤次郎）に相談せん、かくて先生が小幡（時の慶應義塾長）に話されたるに、左様、村井ならば行くかも知れぬと、よつて氏に話した、氏は悦んで之れを承諾した。併し月給は僅かに六圓であると云へば、氏は容を正して、コハ怪しからぬ。義塾で英語を習ふには月謝を要する、森村に参りて貿易を見習ふからは當方より禮を出して然るべし、月給など思ひもよらずと云ふ。そこで福澤先生は氏を連れて行つて森村翁へ紹介した。翁は其の人格が氣に入つて、店員に雇入れた。當時翁の營業は、まだ微々たるもので、誰も彼れも店の内外に立ち働さ、荷造りをする、車で積み出す、翁が前をいけば氏は後から押すと云ふ有様、ある日犬養が此の様子を見て歸つて、ア、村井もアンナ所へ行つて可愛そふなことをしたと話したこともあつた位である。併し一年／＼業務は繁榮し、擴張されて亞米利加に支店を設けることになつた。村井の學校英語など迎も役に立たぬ、英語練習かた

翁は氏を支店へやつた。それ以來今日まで何十年、氏は太平洋を六十幾回、往つたり還つたりして我國唯一の貿易商に、無くてならぬ大黒柱として、中外の目をひく大人物となつた。さらば氏は才氣煥發の人かと云ふに然からず、主人たる翁は云ふ、彼は賣るにも下手、買ふにも下手、口數少なくて華客の機嫌を取ること下手である、然らば何處が取得かと云ふに、彼は誠實にして慈愛深い、適材を適所に置き、誰でも彼の下には一生懸命働く、窮困の者あれば、人知れず恵んでやる。度彼の月給を増加すべく申渡せば、彼の答は、多數の事務員は彼の通り熱心に働いて居る、ドウか彼等の月給を増やして遣つて下さい自分は何の功もないと云つて辭退するのが常である。全體が斯かる人格の人なれば、その氣受は夥しいもので紐育などでは彼を在留日本人の大統領とまで云ふて居て、彼の命令は能く行はれてる云々

かくの如き、心掛けの人であれば、何處へ行つても、誰に使はれても、キツト無くてならぬ人となれる。

一 青年

或會社の事務員たる一青年が、一日十二時が鳴つて外の社員が食堂へ行つたのも知らずに一生懸命、何にか仕事をして居た。ソコへ社長が偶然やつて来て、青年の仕事に熱心なのに感服し、直ちに彼を昇級せしめました。斯くの如きの心掛けあれば、何所へ行つても無くてならぬ人になれる。

一 女事務員

或婦人が鐵道の事務員に採用された、その仕事には出勤中毎日二三時間の閑暇がありました。彼女の前任者は此の閑時に小説を読んで居たのであるが、彼女は何にか外に、モット有益に此の閑時間を利用するの道がありそうなものと考へ、隣室で忙がし

くして居る簿記方の手傳ひをした。

其後暫らくして、彼女は或貴婦人の祕書役に採用さるゝこととなつたが、先きに簿記方の手傳ひをして覺へたことが、茲に計らずも大に入用なこととなつた。斯くの如き心掛けの人は、何所へ行つても『無くてならぬ人』になれる。

讚美歌を謡ふ鑛夫

暗黒な地下數十尺の穴の中で、カンテラを點して銅を堀りながら、何時も讚美歌を謡ふて居る一人の鑛夫があつた。

或時一人の上役が鑛道を巡回中、フト彼の謡ふ聲を耳にして、甚く感動し、直ぐ様、彼を呼んで鑛夫取締の一人にした。

斯くの如き心掛けの人は、何所へ行つても、無くてならぬ人になれる。

五、檜 舞 臺

世の若き人達の中には『今こそカウぶら〜やつて居るが、僕だつて今に檜舞臺に立つ時が来れば、やるよ、やるよ』と云ふものが少なくないが、カウ云ふ心掛けの人は、何所に行つても『無くてならぬ人』にはなれない。で私は之れから少しく檜舞臺と云ふことに就いて話して見たい。假りに先づ

檜舞臺は將來にあるもの

として考へて見よう。

檜舞臺に立つのは五年なり、十年なり先きのことで、今は檜舞臺に立つて居ないとしても、現在の地位で最善の努力をして居ないものに果してその願ふ所の檜舞臺に立

つ日が来るであらうか。

太閤秀吉は、信長の草履取り時代には、草履取りとして天下一品であつた。馬飼ひになれば馬飼ひとして天下一品であつた。賄方になれば賄方として天下一品であつた。

安田善次郎さんは、其の少年時代に、故郷の富山縣の田舎に居た時分、人に頼まれて太閤記を書寫したことがあるが、其の時に太閤さんの草履取り時代の所を、幾度も讀んで感嘆しこゝにこそ出世の秘訣あると氣付き、太閤さんの通りにしようと思つて、江戸へ出て來たものであると云ふ。

江戸へ出て或商家の雇人となつた善次郎さんは、一日も太閤さんを忘れずに働いた。用事の合間／＼に客の下駄でも、同輩の下駄でも揃へ、繩切れでも、紙片でも、必ず拾ふと云ふ風であつた。所がソレが果して善次郎さんの出世の糸口となつた。出世の手本は口ハで見られる。そして信じて手本の通りにすれば間違なく成功する。

○ 然るに人間は兎角に信ずると云ふことが困難なのである。

米國のリンカーンと云ふ人は、同國の山奥の極貧の家に生れ、鉛筆やペンの買つて貰へぬ所から、木の枝で砂の上に字を書いて習ひ或は樵夫の焼火した後から木炭を拾ひ出して樵夫の切り倒した木の切株の上に字を書いて稽古をしたり、又或は一冊の書物を借用する爲めに十哩の道を徒歩したりなどして苦學し、遂に大統領とまでなるに至り、米國歴代の大統領中、此の人に及ぶものなしとまで云はるゝ人となつたのであるが。彼の傳記家の一人は曰く

リンカーンは一體どこで、彼の大政治家としての、手腕力量を養い來つたものであらうか。

彼は一商店の小僧であつた時代に、或夜モウ店を仕舞ふと云ふ段になつてから、秤皿の上に茶の葉が若干残つて居るのを發見した。はてなと考へた末、夕方或婦人に

茶を賣つた時、こぼれしを知らずに居たものと分つた。すると彼はソレを紙袋に入れて店を仕舞つてから、わざ／＼其の婦人の家まで持参したと云ふ逸話があるが、彼が他日大人物になるの内容は、此の時から作られてあつたのである。と、サウであらねばならぬ。見る蔭もない様な低い地位に居る時からして、其の人の行爲に立派な内容がある様でなくて、どうして其人が傑出するに至りましょう。況んや、一步をすゝめて云ふと

どこでも檜舞臺

なるに於ておやである。

地位の高い、低いは比較上の話で、高い方は低いより、少しはよいと云ふ丈けに過ぎない。地位の如何に係はらず、本人の心掛け次第で其の人としての價値を十分に發揮することが出来るのである。

基督にしても、孔子にしても、ソクラテスにしても、生前高い地位を得た人ではない、それでも大聖人たるの妨げにはならなかつた。二宮尊徳の如きも、生前屬官位の地位以上に登らなんだ人である。けれども今日から見るとどうです、時の老中は勿論將軍様よりも偉いではないか。

人物の價値は主として其人の内容によるもので、其人の地位や服装によるものではない。丁度お芝居では多くの場合、殿様や大將に大根役者がなり、下郎に千兩役者が扮するのに似て居る。

お互に、現在の地位を檜舞臺と心得、立派に其の役を勤めようではないか。

六、己を知れ

燈臺下暗し

精神修養の方法として、次に大切なるは「己を知る」ことであらう。イヤ此の方が

第一なのですが、お話の順序がつかうなつて仕舞つた。

さて何せ「己れを知らねばならぬ」か、土臺を拵へずに家を建てることの出来ぬ様に、先づ己れの長所短所を、知つて抑ゆべきを抑へ、伸すべきを伸さねばならぬ、からである。

一體自分の事は自分が一番知つて居らねばならぬ筈であるが、しかし意外にも、大抵な人は自分の事を一番知らぬものである。これは一には自分の事だと云ふので、始めから分つて居るツモリで一寸も氣を付けて見ぬからと、二には自惚れが妨げをするからであらう。

松影の黒きは

さて其の「己れを知る」にはどうすればよろしいか。たゞ自己を見つむればよろしいのです。自分で自分の事を調べて見れば段々に自分の事が分つて来る。

世の中には「自分の心には黒い陰が」ない様に思ふて居る人が少なくないが、サウ云ふ人は自分を見ないでサウ思ふて居るのである。

「松影の黒きは月の光かな」で、月の明かな夜でない地上に黒く松影は印せぬものである。丁度その様に、自分を見る眼が光らねば、自分の心の暗い影は、見えぬものである。

掘ぬき井

そして既に自己の心の黒い點を見た以上は、之れを拭い去る工夫をせねばならぬが、ソレはどうすればよろしきか。

淘宮術（淘はよなげる、宮は心、米を洗ふ様に、心を洗ふことを教へる、教であります）の元祖横山丸三翁の歌に

淘宮は掘ぬき井と心得て、同じ所を、よいさく

と云ふのがあつたが、之れはあの黒い點も、この缺點もと、一時に多くの黒い點を拭ひ去らうとすれば、大阪城の名將、木村長門守が、偉い人でしたけれども、年が若かくて、経験の足らざりし爲め、あちらにかけ、こちらにかけして、遂に不覺をとつた様に、勞して效なきことにならねばならぬから、その缺點の中の一つを選び、その一つに力を集注して、根限りソレを征伐せよと云ふことである。

誰でも此の通りやつて見て、一度、一つの缺點を拭ひ去つた経験を得ると、其人の心に「成程、精神修養に就ての古人の言は嘘でない」との自信が出来る。此の自信位、人間にとりて尊いものはない。

人間が其心を研いて其の人格が日に／＼立派になつて行くのは、之れを得て後のことである。

七、母の愛を思へ

忘れ勝ち

申譯ないことですが、お互に兎角、親の事を忘れようとしてゐるはないが、忘れ勝ちなものがあります。其の親の事を時々思出して、一體母の愛と云ふものはドンナに深いものかを、想像して御覽なさい。私共の中に自然と、やさしい、美しい心持が生じて来る。

歸れる子

先日或雑誌で、左の如き話を讀んだ。

一人の母を山の中の一軒家に残して、家出した娘が漂浪九年、つぶさに艱難をなめつくして改心し、母の赦しを請ふべく我家へ歸りました。彼女が歸りついて、我家

の門前に立つたのは夜半でしたが、軽く静かにコト／＼と扉を二度叩いても、内から何んの答へもありませんでした。

三度目に静かに押して見た所、扉はすうつと開きました。彼女は家の内へすべりこみ静かに歩みて母親の寝て居る枕元に座しますと、その物音に、母親の目が覺めました。母は一目見て「まあよく歸つてくれた……」と、涙を流しながら、彼女に抱き付きました。

しばらく無言の後、彼女は母に問ふた

「お母さん、この物淋しい山中に、なせにお母さんは今夜戸締をしなないでお休みになつたのです……」

すると老いたる母親は

「否とよ、今夜ばかりぢやない、お前が家出をしたその晩からこの九ヶ年といふもの絶えて戸締をした事はないのですよ、お前が夜半に歸つても差支のないやうに……」

……と答へたと云ふことであります。

小田原から来た友人が、私にコンナ話をしてくれた。

小田原に、老人夫婦で豆腐をこしらへ、其の獨り息子が之れを賣り歩く家がありました。其の息子が芝居が好きで素人芝居をして評判のよい所から、ホントの役者になりたいとの志を立て、度々両親に其の事を頼みました、しかし老夫婦は「お前が居ないとこの營業は續けられぬから」とて、夫を許しませんでした。けれども息子は役者になりたくて、なりたくて、仕方ありませんものですから、一日突然、家出をして仕舞ひました。茫然自失、數日の間、爲す所を知らざりし老夫婦は、數日の後、再び豆腐を拵へて、賣り歩きましたが、とても思ふ様に出來ませんので、數ヶ月の後、夫婦は家をたゝみて歸國しようかとの相談をはじめました。話變つて家出をした息子の方では、本望成りて役者になつて見たものゝ、下廻はりにばかりつかはれて、希ふ役はとても振り當てゝくれないので、失望し、失望する

と共に両親のことが氣になり、コンナことなら歸つて親に孝行した方がまだと考へました。しかし親は定めて立腹して居るだらうと思ふとつひ歸へる氣にはなれませんでした。

「何んと云はれても構はぬ」からと、息子が最後の決心をして、それも晝間は歸へれぬので、夜半に歸つて來ると、老夫婦は明日は家を疊みて歸國しようと、その準備も出來て寢た所でありました、息子はビク／＼しながら戸をたくと老母は「どなたです」と云ひながら戸を開けて、「どんなに叱られる」かと心配して居る息子を見て「ア、よく歸つてくれた」と、息子を抱いたまゝ泣入りました。

私は又本間俊平氏の「勞働と信仰」の中から、左の如き話を見出しました。

曾て徳島に在獄中の一青年があつた。彼は中々の難物であつた。然るに彼の母は永彼の不品行を憂慮し、人知れず流す涙に、遂に重き眼病に罹り、盲目同様になつて仕舞つた。母は遙かに在獄中の我子の身の上を思ひ遣り、暑熱酷しき日、田畑に

出で、鐵窓の下に呻吟する我子は今や暑を避くるに樹陰あるなく、浴する清泉の水あるなし、定めてかゝる烈しき暑熱を感じてあるならんと。又或る時には食を減じ、粗食して、我子がかゝる粗食をなしつゝあるならんと千々に碎く心は計らずも予の知る所となり幸にして予はその傳達者となるを得て、持ち扱ひ果てたる在獄中の一青年は、めき／＼と改悛する所あり云々

私は尙ほ或古書で、

驚にさらはれた、我子の行衛をたづねて三十年、家に歸らず、とう／＼我子が奈良で高僧となれるを發見した。(良辯上人)

と云ふ物語を見た。

自分の母のことを考へると共に、右の如き母の愛に關する物語を、時々讀むことにして居ると、之れが何によりも、情の修養になる。

親の生涯

又私はカウ云ふ方面からも考へて見たい。

若しも私共の兩親が、放蕩な人でしたら私共はドンナ人間として生れて来たであらうか、

と。カウ考へて来ると、親の生涯が兎も角も多少の規律あり、克己ある生涯であつたればこそ、私共は普通の身體で生れることが出来たのである。と氣付き、兩親に對し感謝の心起ると共に、自分も自制克己の生涯を送らねばならぬ。之れが自分の子孫に對する最大の責任だと感じて来る、父母には感謝し、子孫に對しては責任を感ずると云ふことになれば、人間はモウ何時の間にか無分別なことの出来ない人になつて居るものである。

八、品性建造の方法

品性を建造するにも方法ありと云へば、一寸異様に聞ゆるかも知れぬが、確かに方法があるのです。其の方法を手短かに御傳へしましょう。

最初の月

は一ヶ月間、『心の平和』と云ふことを問題とすべく定め、毎日、朝五分間づゝ、静坐し、今日は何時に何所へ行き、何時に誰れに面會し、何時に何々をする豫定であるか、如何なることがありても、心の平和を紊されまいと決心する。毎夜就寝前五分間づゝ、静坐し、今朝の決心の如く行きしや否やに就て吟味する。

或は毎日朝夕二回、三分間程づゝ深呼吸しながら『私の心は次第に平和になりつゝ、

あり』と考へることにしてよろしい。
或は毎朝十分間、基督教徒ならば基督、佛教徒ならば釋迦に就て考へることにして
もよろしい。

或は又、毎朝十分間づゝ『心の平和』と云ふことの意義を諸方面から考へることに
してもよろしい。

二月目

は『強くあれ』と云ふことを問題とすべく定め、毎朝五分間づゝ、今日はコレコレ
の仕事をする豫定であるが、その間に、何事か起つても、決して泣事は云はぬ、と考
へる。

或は毎日朝夕二回、五分間づゝ、静坐し、深呼吸しつゝ、『強い力が今自分に加はりつ
ゝあり』と觀念することにしてよろしい。

或は又毎日、朝夕二回、五分間程づゝ、『強いと云ふ事』の意義を諸方面から考へる
ことにしてもよろしい。

三月目

は荒い言葉に柔かき言葉を以て答へ、争ふものゝ間にありて調和者となり、敵に對
しても反語を以てすると云ふ協調の精神と云ふことを問題とすべく定め、毎日朝夕二
回五分間づゝ、協調の意義を諸方面から考へる。

或は毎日、朝夕二回、五分間づゝ、静坐し、深呼吸しつゝ、『自分は調和者である、協
調者である』と考へることにしてよろしい。

四月目

は美と云ふことを問題とすべく定め、此の月は人情美は勿論、天地萬物の美につき

時間の許す限り研究し、尚ほ毎日朝夕二回、五分間づ、美に就て考へる。
 或は毎日、朝夕二回、五分間づ、友人中から一人づ、選び、其人の美點を考へる
 ことにしてもよろしい。

五月目

は愛と云ふことを問題とすべく定め、一ヶ月間、時間の許す限り、愛と云ふことを
 研究し、尚ほ毎日朝夕二回五分間づ、愛に就て静坐して考へる。

六月目

は他人の思想を助けることを問題とすべく定め、此の一ヶ月間は毎日朝夕二回五分
 間づ、例へば友人の中に大酒家あらば、彼の心に禁酒の思想起る様にと其人を一心
 に思ふことにする。

「心の平和」「強くあれ」「協調」「美」「愛」「他人の思想を助ける」等を、以上の如き
 方法で、深く強く自分の心に印すると、確かに品性の高き人と成り得るのである。

一ヶ月毎に題目をかへるのを、一週毎にかへることにしてもよろしく、六個の題目
 終らば又元へ返り、何度も繰返すのである。或は是れ以外の題を加へて行つてもよろ
 しい。

例へば或は、或問題に就て、自分と極端に見方の違ふ人の意見を讀み、どうしてカ
 ウ見方が違ふのかと云ふことを、題目にするのも面白い。或はまた自分の最も嫌ひな
 人を選び、毎日朝夕二回五分間づ、其の人の美點に就て考へることにするものも有益
 である。一週間もソレを繰り返すと、週末には其人に對する、嫌惡の念が大概失せて
 居る。

五、頭腦の働きを優秀ならしむるには

私共が物を考へ、物を理解し、物を判断するの力は、第一に五感を通じて物を知ることの上で成立て行くのである。されば私共の頭腦の働きを優秀ならしむるには、第一に五感の働きを正確ならしむることを要する。それで私は先づ五感を訓練することに就て一言しようと思ふ。

一、視 感（眼の力）

鉛筆でも筆でもよい、一本をとりて暫らく見つめ、然る後にそれをかくして、それに就て今見た所、例へば長さ、色、其他に付いて書いて見ると、何人も自分の見る

力ちからの案外あんがい弱いことに驚く。併し幾度もして見ると、段々一目で微細な所まで見得る様になつて来る。外を歩いてる時に見た家、人などに就ても、歸つてから、其の見た所を思ひ出して書いて見ると、これもよい練習になる。

白色の玉十二と、赤色のを十二と、青色のを十二と買ひ、之れをませて置いて、グツト攪める丈け攪み、一目で白幾つ、赤幾つ、青幾つかと見る稽古をすると、之れも視感を優秀ならしむるよい練習になる。

二、聽 感（耳の力）

懐中時計を机の上に置き、一步づつ遠ざかりて、時計の音の聞へざるに至つて止まり、聞くことに注意を集中する、而して聞へると又一步遠ざかる。斯いふ練習を續けて居ると、段々聽感が優秀になつて来る。かねて意志集中の力も強くなつて来る。市

中で聞く諸種の音響、森で聞く諸種の音響に注意することも、聴感を優秀ならしむるの練習になる。

三、嗅 感（鼻の力）

小さい箱を澤山買つて来て、それへ少量づゝ匂のするものを包みて入れ置き、それから瞑目して手當り次第に箱をとり、嗅いて見てそれは何んの匂なるかを判断する。この練習によりて大に鼻の力を優秀ならしむることが出来る。

傘であらうと、煙草入れであらうと、書籍であらうと、それが知人の所持品である以上、之れは何某君のだと嗅ぎわかる人の折々あるのを見れば、人間の嗅感は本來サウ發達の見込のないものではないのである。

四、味 感（舌の力）

物、其物本来の味を味ふには料理せざる、若しくは成るべく簡単に料理した物を食べるに限る。而して何時もカウして居る人の味感是最もよく發達するのである。

五、觸 感（指先の感じ）

スベ〜、ザラ〜の度の違ふ色々の物品を蒐集して置いて、瞑目、指先で觸れて見て判断することを練習して居ると、段々に觸感が敏感になつて来る。

或金モール工場の熟練職工の話に『イクラ細い金線でも、一寸觸れると、それはドノ位の細さだと云ふことが正確に分る』とのことである練習の效は偉いものでないか。

六、記憶力

である。五感を通じてイクラ正確に、又廣く物を知ることが出来ても、それを忘れて仕舞ふては何んにもならない。記憶力の悪い人は優秀な學者にも、政治家にも、はた又實業家にもなれない。

その大切なる記憶力も、練習によりて強くすることが出来る、しかして、その練習の方法は

第一 途中ですれ違つた人なり、車なりに就て後でドレ丈け思出せるか思出して見ることである。この方法を繰り返して居ると、自然に物を精細に観察し又それをよく記憶して居ることの出来る様になる。

第二 毎夜就寝前に、今日一日の事を思ひ出して見ることである。

第三 好きな書物を一頁なり、半頁なり記憶することである。

第四 一見した繪なり、書物の頁なりを、眼目して其の通りを頭の中に寫して見ることである。音楽家は大抵樂譜のなき場合、樂譜の頁を其の儘胸中に浮べ出して、奏樂するのであると云ふ。

第五 聯想と云ふことを利用すると、一層記憶力を大丈夫たらしむることが出来る。次に大切なるは

七、想像力

である。如何程物を正確に見聞し、また記憶も強くても、想像力の劣等な人は考へる力にしても、判断する力にしても優秀であり得ることが出来ない。そして想像力を訓

練するには左の法によるがよいのである。

第一 善き小説をとり、其の一篇を讀みて後、瞑目して、その場の様子なり、現はれて来る人物の様子なりを、胸裏に描いて見る事である。

第二 夜、就寝前に、今日一日中にありし重なる出来事を、胸裏に描き出して見ることである。

第三 曾て聞きしことある、有名なる義太夫、浪花節、其他の一節と、其の聲の調子なり、其の場の光景なりを思ひ浮べて見る事である。

第四 自分の過去の出来事を思ひ出して、細かくそれを吟味し、批評して見る事である。

第五 曾て見た、風景の中、最も印象深かりしものを思ひ浮べて見る事である。

次に大切なるは

八 集注力

である。集注力の強弱は記憶にも至大な関係あれど、仕事の出来栄にも亦容易なる関係あるものである。其の集注力も訓練によつて發達さすことの出来るものであつて、其の方法としては

例へば、二、五、八、十一、十四といふ風に二からはじめて三を加へた數を敏速に數へ行くとか、百から三を引いた數を順々に數へ行くとか

の方法あれど、之れに就て何によりも大切なるは興味をもつと云ふことである。人間は好きなことをする時には、自然に其の力のそれに集注するものである。そして何事に對しても、それに對してまことの興味をもたうと云ふには、之れで一身を立てよう、之れは僕の事業だと思ひ込むに至らねば駄目である。

六、一生を愉快に暮らす爲めには

一、愉快に暮らすと不愉快に暮らすとの相違

何時も愉快な心持で暮し得る人は、幸福な一生を送ることが出来る。原因が何にかから来て居るにしても、不愉快な心持で居ると、左の如き悪影響が私共の身體の上にも、心の上にもあるものである。

第一 生活上に、どんな悪影響があるかと云ふに、不愉快な時には先づ呼吸が浅くなる、呼吸が浅くなれば酸素の吸入も、炭酸瓦斯を吐くことも少なくなるから、身體の健康が害されて来る、次には消化器の働きが不活潑になる、不愉快な時には、甘いものを、食つても甘くないし、食つたもの、消化も悪い、之れによつて又身體の健

247

康が害されて来る、次には血液の循環が不活潑になる。之れも亦た健康に害あることである。其他の内臓の諸器官も一として其の働きの不活潑にならないものはない。

第二 知識の働きの上にも悪影響がある、不愉快な時には、人は短氣になるから、例へば他人の話を聞くにしても、十のものを三まで位しか聞かずに判断したりして間違をする。詩篇に『われ惶てしときに云らく、すべての人はいつはりなり』とあるのは、コ、を云つたものである。又不愉快な時には、私共の頭の中が、例へば机の抽出の内がゴツチャになつて居る時の様で、入用の知恵が入用の時に出て来ない。

第三 道徳上にも悪影響がある、不愉快な時には、誰れしも親切氣のなくなるものである。例へば人に道を訊かれても、不愉快な時には、不親切な教へ方をする。甚しきはウルサイとさへ云ひたくなる、お母さんが其の子に對してさへも、不愉快な時には荒い言葉が使はれる。

二、心配の種を大きくするな

不愉快な心持で居ると云ふことには、斯くも恐ろしい悪影響のあるものであるから、どんなことがあつても、永く不愉快な心持で居ぬ様、出来る丈け早く愉快な心持に立ち歸る様、努めなければならぬ。

それにはどう云ふ心掛けが必要であらうか、不愉快な心持の起つた時には、應急手當として先づ之れを抑制し、少なくとも自分でそれを引き伸ばさぬ様、心掛けねばならない。

何にか一寸心配の種があると、大抵な人は自分で之れを段段に大きくして、其の苦しみを次第に大きくするものである。其の極端な一例を挙げれば、赤羽驛で線路に飛び込み、之を救はんとして飛び込んだ川島巡査と共に轢死した女囚鈴木ハマの如きが

ソレである。

鈴木ハマは郡書記鈴木某の妻であるが、本年（大正十年）の正月から流感にかゝつて臥床中、隣の女房が流感にかゝつて死んだと云ふことを耳にして自分も早晚、此の病氣でやられる、ものと定めて仕舞つた。それから云ふものは、五つになる一人の女の子のことが心配でならない。其の心配が嵩じて『私が死んだ後では、キツと繼母にイジメられる、であらう、いつそ連れて行こうかしらん』と思ひ續けるに至つた、或日の午後、五つになる其の子が、ハマの病室へ入つて來た、其の時は隣室で讀書をして居た。ハマは娘を見ると手まねぎして呼び寄せ。抱いで頬すりして居る中に、何時しか上氣して、思はず娘をべめ殺して了つたのである。

彼女は流感にかゝつても、死ぬと定まつてないのに自分で定めてかゝり、死んでも我子が繼母の手にかゝると定まつてないのに、之れも定めて仕舞ひ、よしや夫が後妻を貰ふにしてもそれが繼母となつて我子を虐待するかどうか分らぬのに、之れも

虐待されるものと定めて仕舞つて、斯の擧に及んだのであつたのだ。

コナ極端なのは、少ないにしても、多くは此の亞流である。

泥坊に物を盗まれて、何時までも、惜しいことをしたと悲しむのは、泥坊に追銭して様なものだ、早く思ひ切るのが上分別だ。

深夜に淋しい所を通る時など、バタ／＼と後から何にかついて来る様な気がする。

斯かる時に、恐ろしいと思つて、足を早めると、バタ／＼とついて来るものも足を早める、いよ／＼恐ろしくなつて駈け出すと、そのバタ／＼も駈け出す、けれども何にと臍下丹田に力を入れて立ち止るとバタ／＼が忽ち止んで仕舞ふ、それは其の筈、バタ／＼云ふのは自分の履いてる草履の音ではないか、恐怖心も斯の様に、抑へると少なくなり、抑へる力を失ふと、どこまで大きくなるか、知れないものである。

西行法師が或夜森の中を通りかゝると、木の上から大きな手がヌツト出て、其の坊主頭をグツト掴んだ。西行は少しも騒がず、頭を攫まれたまゝ、暫らく佇立して居た、

スルト攫んだ方で手を放して仕舞つた。

其の翌日、村の若者が三四人で、西行の所へやつて来て『法師さま、昨夜は何にか變つたことでもありませんでしたか』と尋ねると。

西『あつたとも、あつたとも、森の中で己の頭を攫んだものが、あつたぞ』

若『それは、ビックリな事つたことでしょう』

西『イヤ／＼、一寸も驚かなかつた、一寸驚いたがすぐ丹田に力を入れて、どうするかと攫まれたまゝ、静かにして居ると、向ふの方で放して仕舞つた』

若『何せチツトして居られたのですか』

西『ハツト一時は驚いたが、丹田に力を入れて、チツト立ち止まると、攫んだ手の温みか頭に感じられたので、人間の悪戯と知れたそれでいよ／＼落付いたのさ。ハツ

ハ……、悪戯をしたのは、お前達ぢやないかね』

若『實はその、私共なので、……どうかお許し下さい……』

之は恐怖心を、グット抑へて小さくした一例である。

三、周囲の人々との関係を正しくせよ

併し以上は云はゞ應急手當であつて、此の外に、一生の間成るべく、自分の心持を不愉快にする種に出合せぬ様、否その種を少なくする様、心掛ねばならぬ。此の方が根本的なのである。

父母との関係も面白く、兄弟姉妹との関係も面白く行く様、心掛けて居れば、家にあつて不愉快の生ずることが少なくなる、隣人との交りに注意すれば、隣人との関係を面白くすることが出来る、又その勤務先、其他一切の關係に無理のなき様、心掛けて、自分の周囲にあるすべての人々と争はぬ様に行けたら、どれ丈け不愉快の種か減少するかも知れない。

世を恨み人を尤めて、不愉快な日送りをして居る者の多くは、その周囲にある人々との關係を具合悪くして、自からサウして仕舞つたのであつて、實は世や人を云々出べきではないのである。

此の外にも方法があらう、何によつてもよいが、兎に角、何時も愉快な心持で暮らすことが何よりだ、そしてソレが無上の幸福なのだ、それより外に何所に人間の幸福があらう。

七、健康の基礎

一、自 健 (Self-health)

自己の生涯を有効ならしむる爲めには、自己の健康に注意することが第一である。自助 (Self-help) の第一歩は自健 (Self-health) であらねばならぬのは、元より云ふまでもない。之れ私が修養論の一節として、『健康の基礎』に就ても一言せんとする所以である。

二、土浴の效驗

土が御神體

古代から祭られて居る神社の御神體を調べて見ると、其の御神體は箱に土を入れたものであるが多いと云ふ。印度に於ては土を堅牢地天と崇め、御經には『地天を供養すれば七福來たる』などと説いてある、支那に於ても、土を祭つたもので、『社は土地の主也、土地潤して盡敬すべからず、故に土を封じて社と爲す』などとある。西洋では希臘の昔から “Mother Earth” と云つて、土を母親に比してある。

斯く古人は、太陽を神として拜すると共に、土をも神として祭つたものである。之れは勿論本能的に、日光や土の、人類の生命にとり、最も肝要なものであることを知つて、否、知ると云ふよりも直感してゐらう。今の人は古人に比すると、甚く其の本能が劣り、否、殆んど其の本能の力と云ふものが無くなつたかと思はる、程となつて居るので、従つて水、空氣、日光、土の如き、天然が無代で供給して呉れる、根本的の必要物に就ては、其の價値を認むることを知らず、日々左程、私共の生命に必要でないことの爲めに、却て其の心身を勞して居る、と云ふ有様となりしは、如何

にも悲しむべきことである。

それで今の人に向て土の宗教味などを談つた所で、到底分りますまい。今の人に土の效能を説くには、主として理知に訴へたものでなければなりません、所が、幸に獨逸のアドルフ、ユストの『土の福音』がある。其の大様を申せば左の如くである。

土の福音

兎や鹿は寝る時には、木の枝や草を搔分けて寝る、野猪も裸體の土の上に寝る。狐や穴熊は其の穴の中へ色々なものを引張り込むが、併し寝る所丈は裸體の土にしてある。病める豚を檻から出してやると、悦こんで土の上に寝て、病は之れによつて癒える。

私は樵夫から、野獸は傷を受けると、直ぐ其の所に泥を塗ると云ふ話を聞いたことがある。又獵夫から、犬が怪我をした時、其の場へ泥をぬつてやると癒ると云ふ話を

聞いたことがある。又或老農から『昔は傷をすると泥をぬつたものだ、殊に馬の傷には泥が効いたものであつた』との話を聞いたことがある。

私は右の如き事實から土に病を癒す力、健康増進の力がありはせずやとの考を起した。そして此の考は左の如き事實を耳にするに及んで、更に確かめらるゝこと、なつたのである。



私は或時或新聞で『或村で二十歳の女が蛇に咬まれて、見る／＼中に其の兩足が服れた、醫者に診察して貰ふと、もう駄目だと云ふ、其の時に其の女の父は數百年前に此の村で一人の女が蛇に咬まれた時、穴を掘つて土中へ數時間、首丈け出して埋め置きしに全癒したと云ふ話を想起し、其の通りにした所、六時間にして果して全癒した云々』との記事を見たことがある。

私は、或人から『自分は今より二十五年ばかり前、南亞米利加に居た時分、或日土

人を御者として散歩に出かけたが、途中で馬車が顛覆して御者も自分も足を折つた。自分は白人の醫者にかゝつて、之れを癒すに六週間を要し、其の爲めに千圓を費ひしにも係はらず、御者は穴を掘つて土の中へ折れた足を埋め、五日間で全癒した云々』との話を聞いたことがある。

私は又セサリヤの近くに住むベデユインスと云ふ土人は、熱病にかゝると、身體に泥を塗つて之れを日光で乾かし、やがて泥の乾く頃には病が癒へて居ると云ふ話を聞いたことがある。

そこで私はいよ／＼土に病を癒し、健康を増進する力のあるを信するに至り、之れを實驗して見ようとの念が強くなつた。

私は之れを我身に試みた上で、數人の患者にも試み、一の失敗もなく、悉く成功した。其の實驗の結果を発表すれば左の如くである。

(一) 土を冷水で濕して塗つて置くと、傷でも腫物でも、一切の皮膚病でも全癒する

と云ふこと

(二) 一切の熱病の場合に身體へ泥を塗ると熱が下る。肺の悪い場合には肺の上へ、心臓の悪い場合には心臓の上、胃の悪い場合には胃の上へ、又デフテリアの場合には首の周圍に泥を塗るとよいと云ふこと

(三) 頭痛の場合に、頭の頂へ泥を塗るとよいと云ふこと

(四) 眼や耳に痛みある場合にも、眼や耳へ泥を塗れば、痛みが直ぐに癒ると、云ふこと

(五) 腹へ泥を塗ると下腹部の病氣の場合によいと云ふこと

(六) 夏など裸體で土の上へ、毛布をかぶりて寝ると、大變身體の活力が増えると云ふこと

(七) 土を人間の身體の長さ及び幅よりも、長さも幅も少しく大きく掘り其の中へ患者を仰臥させ、首から上丈の外は、土で埋めて毎日三十分づゝ置くことゝし

たるに、患者は日に日に元氣になつたと云ふこと

(八) 足が冷えて困ると云ふ人を、毎日三十分か一時間づゝ、跣足で土の上を運動させ、冷水で足を洗はすことにせしに、暫時にして彼は足の冷えると云ふことを知らなくなつたと云ふこと

(九) 神經衰弱の人を跣足で、土の上を毎日三十分位づゝ歩かすこととせしに、此の人も暫時にして健康な人となつたと云ふこと

斯くして私は土の徳を高唱するに至つたのである。私は斯く信じて居るので、希臘の神話に

『ヘラキュースは巨人アテヤスと戦ふの時、アテヤスの足が地より離るゝと、彼の力の弱くなるを發見し、彼を空中へ抱き上げて倒した。』
とあるのを、意味深く考へさせられるのである。

* * * * *

以上はユストの名著『自然に歸れ』の一節に説いてある所である。之れを初めて我國に紹介したのは、斯く申す私である。續いて『自然に歸れ』の全譯なども出來、諸雜誌で土と健康との關係に就て論せらるゝ様になつて來た。

斯く、此の説の、響の聲に應ずるが如く受け入れられたのは、聞いて見ると、直ぐ何人にも成程と點頭かるゝからである。

土の民間療法

斯く土の效能を、聞いて直ぐ點頭かるるのは、一は古代人の如き土に對する信仰は無くなつて居るとは云へ、其後も民間療法の中に土の應用が引續き行はれて居るからであらう。

例へば東京府下大井町邊では、
『魚アタリ (鹽鯖、鹽松魚などに酔うて全身が赤くなり、熱が出るを魚アタリと云ふ)』

せし時には、清浄なる庭土、或は畑土を少し茶碗に入れ、それへ水を入れて攪拌して後、澄ませ、其のうは汁を飲むと、不思議に癒る。」と云つて居る。

河豚を食べて中毒した場合、

『其者の首丈け出して、土中へ埋めて置くに癒る。』と云ふ説があつて、これが各地で行はれて居る。美濃の國には、『エナを埋めし所の土を貫つて来て飲むと病氣が治る。』と云ふ傳説があり、又伊勢では、『マナンに中毒して、將に死せんとする犬を、穴を掘り、首丈け出して埋めて置くと治る。』と云つて居る。

跣足運動の獎勵

廣い庭をお持ちの方ならば、其の中の日當りのよい所、二坪ばかりを、二三尺も土をとりそこへ砂を入れ、其の砂の上を裸體でコロコロやつて、あとで水で拭くと云ふことは、左程面倒でもあるまいが、併し廣い庭のない方には、之れが實行を望むわけ

には行かない。けれども跣足で庭へ下りて運動せよと云ふことならば、何人にも出来る。

北米の詩人ワアルト、ホイットマンは一時甚しく其の健康を損じたが、田舎へ行つて十二年の間、毎日日光に浴しつゝ、野の鳥と遊び、或は水に入つて魚と遊んだ爲めに、其の健康を恢復した。此の人の詩の一句に

『曉の土の香ほどうれしいものはなし。』

と云ふのががあるが、實際早起して跣足で庭に飛び出し、曉の土の香を嗅ぐ位心地のよいものはありますまい。

殊に寒い時に、早起して跣足で庭に飛び出し、暫らく土の上で運動してから、足を冷水で洗ふことにして居ると、其の時に心地がよければかりでなく、直ぐ手の先や足の先が冷えて困ると云ふ様なことがなくなる。

神経衰弱の人々には、殊に此の跣足運動が妙です。私は幾人にも之れをすすめ、

其の人々から感謝された。

今一つ簡易なことで、私の何人にもおすゝめしたいことは、頭痛の場合、もしくは頭の疲勞した場合には、土を新聞紙にて包み、其の又上を手拭にて包んで枕にして寝るとよいと云ふことである。

團體としては、跣足運動をやらして居るのは、池袋成蹊實務學校位でせうが、個人では澤山之れが實行者がある。婦女新聞の社長福島四郎さんの一家なども、近頃之れを始められた。

私の家では、泥運泥運と云つて、子供にまでやらして居るが、次男には歩きかけからやらせし所、雨降りでも飛び出し泥足のまゝで臺所口から上つて來るので之れには困りました。併し頑是なき子供が母の目をさけてまで跣足で歩きたがるのを見て、本能が如何に土を愛するかを痛切に感じた。

三、日光浴の效能

衣服を着る習慣の起源

原始民の裸體で居たものであることは、既に學者の研究によりて明かになつて居ることである。さて此の裸體の原始民が、どうして衣服を着るに至つた、ものであらうか。

世には『それは、人間が繁殖して熱帯地方ばかりでは、生活が出来なくなり、だん／＼温帯地へ、寒帯地へと移住するものあるに従ひ、寒さから身體を保護する必要が起つて、衣服が發明されるに至つたものであらう』と云ふ人が多いが、今日寒帯に住めるエスキモー婦人が、満目雪に蔽はれた家の中で、なほ裸體生活をして居ると云ふ事實があるから、どうもさうとも考へられない。

『衣服は裝飾の觀念から生れたもので、野蕃人が自分の身體を彩色するのと同じ考へ

から、發明さるゝに至つたものである』とは、學者の云ふ所である。

野蕃人が文明人に接觸するに至ると、文明人が立派な衣服を着て居るを見て、好奇心や虚榮心から、之れに見習はんとするに至り、又傳道者などから、

『裸體で居るのは不道德だ』と云はれて、衣服を着るに至るのであるが、始めは如何にも窮屈、不愉快であるので、人前では着て居るが、人の居ぬ所に行けば、直ちに脱ぐのを常として居ると云ふ。そして着衣の習慣がつくに從ひ、土人の人口がだんだん減少して行くのを常として居ると云ふ。

人類學者として有名なるハンポルトの如きは、

『野蕃人が男女共に體格の立派なのは、裸體生活もしくは裸體に近き生活をして居る所から、お互に體格の缺點が能く見え、缺點あるものとは、誰れも結婚せぬ爲めだ』と云ふ、これも着衣の習慣と共に、土人の健康の衰へて行く一つの理由に數へて居るのである。

着衣が健康に害ある理由

何せ着衣の習慣がつくと共に人の健康が衰へ行くのであらうか。それは勿論、衣服によつて、私共の身體は、日光と空氣とに當ることが、不充分となるに至るからである。

日當りのよい所に育つた竹でない、刀の目釘に用ゐないと云ひ、日當りのよき所で飼へる鶏の卵は、よく孵化し、味も亦たよいが、日陰で飼へる鶏の卵は味も悪く、孵化もしないと云ふ程に、日光と生物との間には、深き關係があるものなれば、無論人間とも深き關係があらねばならぬ。日光に當ることが少なくなれば、先づ私共の皮膚が萎縮するに至ると云ふに何んの不思議もない。

また衣服で皮膚をつゝむと、丁度室内に居る人が、吐いた空氣を再び吸入する様に自由に呼吸排泄の作用を行ふことが出來なくなるから、自然に皮膚が萎縮するに至る

のである。

そして皮膚が萎縮して呼吸排泄が充分に出来ぬとなると、例へば肺が弱くなつた上に便秘を起して居る様なものであるから、自然に病氣にかゝり易くなり、罹るとまた治癒困難になつて来る。

水治法で有名な獨逸の師父ニツプが患者の皮膚を見て、其人の病氣の程度を知り、全癒の早きか遅きかを判断したと云ふ程に、皮膚の健康と、全身の健康との間には深き關係があるものである。

文明人と裸體の經驗

歐羅巴人で最初に最も熱心に裸體生活の福音を高唱したのは、丁抹のミユラー氏であつた。氏は其の三子と共に雪中に於いても、毎日五分なり十分なりづゝ、裸體で運動するを常として居たと云ふ、今日は既に文明人で事情の許す限り成るべく長時間、

裸體で居ようと云ふものが幾千人もあるに至つて居るが、昨年（大正九年）の十二月米國加州スタンフォード大學の學生で、裸體生活の崇拜者が我國へやつて來た。當時の新聞紙は同氏に就き斯く記載したことであつた。

「彼は醫學を研究した結果、人は藥の力を借らず、自然に依て健康を保つことが出来る」と信ずるに至り、自から「自然の人」と稱して、歐米人の様な肉食を避け、瓜、林檎、バナ、等の果實を常食とし、着物も寒暑を凌ぐだけのもので満足し、船中でも雪さへ降らねば甲板の露天に寝ね、頭は雪が降ても傘を翳さず、手も足も風雨の晒らすに任せ、水浴と日光浴に依て身體を鍊り鍛へ、絶えず新鮮な空氣を呼吸し、酒、煙草を口にせず、房事は三年に一度でよいと云ふ。

又曰く、自分は南海島に六年住み、その間、裸體で果實を食ひ、山に棲んで「天然」といふ書を著はし、體操、游泳、斷食等に依て次第に健康を保ち、曾て風車の水槽の上に六ヶ月眠つたこともある。空腹を感じた時だけ食物を取り、調理せない食物

のみで二年間生活したこともある。晴天には法律の許す限り、衣服を纏はぬ、方がよい云云

彼は暫らく神戸に滞在して、天然の健康法十ヶ條をカードに印刷し、自から土人生活を行ふた寫眞を添へて道行く人に頒ち與へ、絶えずニコ／＼として居たが、再び南洋に渡り、親しく土人の群に投じ、天然生活を研究し、支那から印度に入て佛蹟をも探究し、十年間の豫定で世界中を跣旅行するのだと云つて去つた。』

裸體生活の實行者

私共の知人の中にも裸體生活の經驗をして居るものがある。

中野區鷺宮に中村寫眞館と云ふのがあるが、其所の主人中村金藏氏は、奇特な人ありと聞けば、何所へでも出かけて行つて、こちらから頼んで其の人を撮影すると云ふ、風変わりな寫眞屋さんである。此の人熱心の裸體生活崇拜者で、だん／＼長く裸體

で居る稽古をして昨年（大正九年）の冬の如き、寒中裸體で一度に二時間も仕事を續けることが出来たと云ふ。

明治書院に勤務せる鈴木氏も健康のことには熱心な人で、自分の家の障子の上一段には紙を張らぬことにし、又帽子には穴を開けて被ぶると云ふ風に、注意をして居るが、此の人熱心な裸體生活の崇拜者で、毎朝起きてから三十分、顔を洗つて家の拭き掃除を済ます間、裸體で居るのを、年中行事の一として居ると云ふ、

角力取の皮膚の美しきは、主として裸體で居る場合の多い爲めであらう、私は川合式強健術の道場を見た時にも、川合氏はじめ一同の皮膚の美しきを見て、同様の感に打たれたことであつた。昔の雲助の皮膚は雪でも雨でも直ぐはちいて仕舞つたと云ふのも、彼等は殆んど年中裸體でばかり居た爲めであらう。

私自身は、朝起きた時と、夜寝る前と、暫らく裸體で居ることとし、其の間にも勉強中疲勞を感じる毎に、裸體になつて暫らく運動することにして居る。裸體になつて

運動すること三分ばかりで、氣分が清々して来る。

夜間安眠出来ぬ場合にも、蒲團の中から出て裸體で暫らく室内を少き廻ることにして居るが、斯くして再び蒲團の中へ入ると必らず安眠が出来ぬ。

子供が無理を云ふ時には、裸體にしてやるに限る。裸體にすると忽ち心機一轉する。それは頗ぶる妙である。

全身日光浴と部分的日光浴

朝起きた時に一度と、それから都合のよき時間に數度と、毎日裸體になつて身體を日光と空氣とに觸れしむべし。勿論戶外でするのがよい、止むを得ずして室内でする場合には窓を開放せよ。寒中ならば裸體で居る間兩手で全身を摩擦するがよい。暑中ならば頭に麥稈帽を被り、身體へ水をかけて日光で乾かすのが一番よい。裸體で朝の拭き掃除をするなども面白い思付きである。雨の降る日には仕方ないから、身體へ空

氣を當てる丈で満足せねばならない。

裸體で居る時間に就ては、制限はないが、寒中など、初めは三分か五分間で止め、だん／＼長く裸體で居る様にすべきである。はじめから長く裸體で居ると風邪に罹る恐れがある。但し三分か五分位ならば、どんな人が突然やつても風邪にかゝる様な恐れはない。心配せずに裸體生活を經驗せられよ。近年獨乙では、寒中でも、半裸體となり、ボール投げなどして遊ぶことが盛んであると云ふ。

帽子を廢止すること、シャツを廢止すること、だん／＼うすぎにすること、足袋を成るべく用ゐぬ様にすること、手袋、首巻きの廢止なども、裸體生活の部分的實行として、やつて欲しい事柄である。

終りに臨みて一言したきは『國名が日の本で、國旗が日の丸、そして昔から旭を拜する習慣がある、されば日本人たるものは世界で一番日光浴の好きな國民であらねばならぬ』と云ふことである。

四、思想と健康

「利己的であることが凡ての病氣の原因（直接間接）であつて、愛と無我とが其の療法である」との言は、如何にも明言である。私は病氣のことを研究すればする程、いよいよ深く此の言の明言であることを感ずる。それで此の言を、皆様に、手短かに紹介したく、説明を致したいのである。

エルマ・ゲテス教授の説によれば、「普通健康體の人が一時間激しき不愉快の下に居れば、八十人を殺すに足る丈の毒氣を分泌する」と云ふことである。

又ハク・チエツク博士の報告によれば、「赤ん坊に乳を飲せて居る最中、突然、母親が激しき嫉妬の情を起した、めに、忽ち乳の中に毒がまじつて出て、赤ん坊は中毒し

て絶命した」とのことである。

かく、嫉妬、憤怒、失望、煩悶等、あらゆる不愉快、悪思想、間違つた考、語をかへて云へば消極的の思想は、私共の身體に有害なものであるから、健康を欲するものは何によりも先きに、消極的思想を、自己の腦中より排除せねばならぬ。

「七年間で、全身の細胞が悉く新たになつてしまふ」と云ふ説は、段々訂正されて、今では七年説の代りに二年説が唱へられて居る。之れが眞理であるとせば、私共の身體は二年立つと全く新しく、全く別のものになつて居るのであるから、どんな病氣にかゝつたにしても、治つて二年立てば、モウ其の病氣には全然關係なきものと考へてよいのである。

一度病氣にかゝると、治つてから何年立つても、それをよく忘れずに居て、再發の心配ばかりして居る人の多いのは、二年立てば全く別の身體になつてゐるのだと云ふこ

とを知らないからである。

世に慢性病者の多いのは、主として此の間違つた考へを持つて居る人の多い結果であるといはねばならぬ。

○
之れに反し、正しき思想、積極的な思想、愉快な感情は、人間の身體に何よりも利く薬であるから、此等は多々益々腦中、心中へ取り込まねばならぬ。

健康と力を得る秘訣は、例へば大河の滔々として流るゝを見るときか、大木大山を見るときか、或は又快心の文章を讀むとかして、己が心を生々せしむることを、怠らぬにある。

○
新しき思想は新しき生命である。發明家が新なる發明の考案を得た時、詩人や著述家に新思想が浮びし時、彼等は實に悦びを以て充され、その血液の運動もいとゞ活潑となる。面白き芝居だの、好きな友人との談話だの、よき繪を見ることだのは、凡

て食物であり、滋味である、精神と身體との興奮劑である。

○
されば身投げしたり、鐵道往生したり、乃至は、縊死したりするもののみが自殺者ではない。消極的思想を排斥して、積極的思想を受け入れることを怠り、我れと我が身體の健康を害して行くものは、矢張り一種の自殺者である。

○
目的を定めて、精力をそれへ集注しさへすれば、何人も其の希望通りの人になれる、成功を例外的様に考へるのは、間違つた思想である。丁度、その様に、「人間は病の器だなど」と云ふのも間違つて居る。消極的思想を排斥して積極的思想を受け入れることに努力して居さへすれば、健康であるのが普通です。病氣であるところを、例外である。

五、心身の諧調と健康

病は氣から

俗に「病は氣から」と云ふ通り、心に何所か無理があり、もしくは、平調を失した所があると、色々の病氣が起るものである。

それで私は、アンニー・デイキス・ミリイツの説に、

△耳の病氣は、悦こんで聴くの心を無くすると起る。

△鼻の病氣は、私共の心に、私のある時に起る。

△口腔内の病氣は、私共の心に、私のある時に起る。

△觸覺の病氣は、人と協同することを好まぬ様になると起る。

△首の病氣は、人に首を下げる事がイヤな心の人になる。

△肩の病氣は、自分一人で荷ふに及ばぬものを、凡て自分一人で荷ふべきものと思

ひ込みてクヨクヨする場合に起る。

△腕の病氣は、自分の力ばかりで仕事をしようとする場合に起る。

△手の病氣は、人の爲に盡す心の無くなりし時に起る。

△肺の病氣は、廣く愛する心をなくした時に起る。

△心臓の病氣は、愛することの不足から起る。

△肝臓の病氣は、自分の心中、無念なことがある時に起る。

△胃腑の病氣は、凶報、恐怖、心配事、不親切、調子はづれの言行などが原因とな

つて起る。

△腸の病氣は、同情心の缺乏から起る。

△腎臓の病氣は、自分の心が悪い思想で充滿して來ると起る。

△足の病氣は、不安の念、不足の思ひある時に起る。

とあるを、一理ある説だと信じて居る。

(註) 天理教の病氣に對する解釋がミライツの説に似て居るから、一寸、天理教の説を紹介しておきます。

△腦病は、強き我の心遣より起る。

△トラホーム。「誠なき心遣」「きたなき心遣」より起る。

△ほし眼。萬事を見るにつけ「ほしいの心遣」が過ぎると起る。

△とり眼。何事に關しても取込む心遣のみ多いと起る。

△耳鳴は、何事も聞き入れず、先方を泣かしめし心遣を現はし、耳下腺の化膿は粕

の心遣の強きを示す、……

△臭鼻。「己れと云ふ高慢なる我を以て人をくさしたる心遣」が病の原因。

△鼻加答兒。「人をひやかし又はひや、かなる心遣」等が病の原因。

△咽喉加答兒。「云ひ過ぎの心遣」が病の原因である。

△肩のこるのは、我れと我が慈悲を粕とするから。

- △肺病。「強き不潔の慾の心遣」より起る。
- △心臓病。心に誠がなくなると起る。
- △胃加答兒。「誠を受くるに逆らふ心遣」から起る。
- △胃癌は「誠を受け入れざる、誠を突き返す、誠を腐敗せしむる、萬事の所置に不決斷なる」等の積り／＼て起る。
- △腸加答兒。「悪たることを知りつゝ、勝手にする心遣」より起る。
- △脊髄炎。天の則に逆らひ、神意を無にするから起る。
- △腎臓病。色情に就て心の慾の心遣を示されたもの。
- △梅毒。度外の卑しき不良の色情の心遣を示されたもの。
- △肺氣。爲さねばならぬことを、不足を以て爲したる心遣より起りしもの。

身體の無理から

病氣は又、身體の何所かに無理があると起る。一寸姿勢が悪い位からでも起る。例へば

△頭を垂れてる癖の人があるとすると、其の人の首は自然に前へ曲りて、首の部分に於ける血液の循環や神経の運動が不活潑になるから、頭痛がしたりなどする。また自然に呼吸が不充分になるから肺が弱くなる。

△或人が首に肉のない爲め、年よりも老て見えるのを氣にし、高いカラを選んでかけ、かつ首を引つこめる様にして居た所、首の無理が脊髄に影響して病氣になつた。

△或人は餘りに身長の大なるを氣にして、ひく、見せたいと苦心し、首をちぢめ、脊骨を丸くする様にして居た所、これも其の無理から病氣になつた。

△胸の引込み過ぎてる人は、呼吸の不十分から病になり、胸を突出し過ぎる人は、胸の筋肉の疲勞から病氣になる。

△脊骨の曲つて居る人は種々の病氣を起す。

△腹を細紐や帯で固く締める癖があると、胃が下り、胃が下ると、其の影響、内臓の諸器官に及び、色々な内臓の病氣が起る。

△坐骨神経痛患者に、腰のかけ方に無理があつて、腰部の神経の一部に壓迫を與へたのが原因で、此の病氣にかゝつたものがある。

かく心に無理があつても、身體に無理があつても、色々な病氣が起るものであるから、私共は健康の秘訣としての左の格言、

『心身の諸機關をして諧調に於てあらしめよ』を忘れぬ様、心掛けねばならぬ。

身體の故障から

今一つ申上げたいことは、心身に無理のない様心掛けて、意識的には少しも無理をしないでも、身體の何所かに故障があれば、其の影響が精神にも及ぶから、何んの原

因とも分らず、子供の精神が變調を呈して來た場合など、醫師をして、身體全部を診察せしめ、もし何所かに故障を發見せば、直ちに其の治療を請ふべきであると云ふことである。

(一例) 四歳の子供、物事に恐怖すること激しいので、母親が心配し、醫者の診察を受けさせしに。唇と舌とに故障があり、之れを治療すると、忽ち以前の如く物事に恐怖しなくなつたと云ふ。

六、不老秘訣と心の持方

ユスタス・ミル氏は、英國の倫敦で成功せる一實業家で、五十を越しても、少しも青年の時の元氣を失はない人であるが、彼が實驗上から確信すると云ふ、不老秘訣心得箇條の中に左の如きがある。私は今少しく註釋を加へつゝ、其を紹介する。

△疲勞を感じた時には、直ぐ仕事を止めるか、他の仕事に變更するかせよ。

之れはお互に經驗のあることです、疲れて居りながら、無理をした場合、後の疲れが恐ろしい。

△新思想を歓迎せよ、殊に自分の考に反對せる新思想を味ふことに努力せよ。新思想は自分の氣分を新しく元氣にするから、自然身體も壯健になる。

年よりも早く老いて行く人を見るに、そう云ふ人に限り其人の心が先づ硬化して、新思想を吸収して、自己及び其の周圍を改善して行かうと云ふ氣力を失ふて居る。

心が老ゆるから身が老ゆるのです。心老いざれば、身老いずである。

△見聞、讀書より得る知識を記憶し、整理して、忘れざる様、利用に便利なる様にせよ。それも亦た、自分の心を清新ならしむる一助である。

知識を記憶し、整理せざる人は知識の進歩せざる人である。知識の進歩せざる人の手では、其の人の心身なり、周圍なりが、絶えず改善されて行く筈がない。絶えず

心身と其の周囲の改善されぬ人は、流れぬ水の腐り易きが如く、老ゆることの易きは云ふまでもない。

△自己の仕事の趣味を發見すべく努めよ。毎日の仕事を愉快にすると、不愉快にすると、それ位、人の心身の健否に關係あるものはない。

あゝいやでいやで仕方がないが、せねば食へぬから、仕方なくして居る様な仕事では、仕事は其人に取り生命を削る鉋の様である。仕事の趣味を發見するにはどうすればよいか。或青年銀行員、初めは銀行員たることが、いやで仕方がないが、或先生にすゝめられて、貨幣の研究をはじめしに、其の研究のすゝむにつれ、銀行員たることにも趣味が生じて來たと云ふ。自分の仕事に關係あることを縦からも横からも研究せよ、さらば其の仕事が面白くなつて來る。

△失敗をたゞ悲しむのでは毒になる、失敗から教訓を得ようとする考へになれ。或婦人が其の病床から、友人に送りし手紙の中に「私は、はじめは、たゞもう、早

く全快したい〜一方でしたが、今ではもう早く治りたいとの念は寸毫もなく、病氣から出来るだけ、多くの賜物を得よう得ようとして居る。心持がそう轉じてから、はじめて病氣から自由になり、病氣に勝つことが出来る様になつた」とある。何にからでも教訓を得ようとの考へになり得らるれば、どんな境遇にも勝つことが出来る、常に勝利と満足とを以て我が心を満して居ることが出来る。

△笑ふ門には福來たる、よく笑ふべし。

五十一歳の時、百萬長者であつたが、五十二歳で無一文になり、死ぬまでに元の財産を取返した人がある。或人が彼に向つて『どうして再び財産を恢復した』かと其の秘訣を尋ねし所、『別に秘訣もないが、私は如何に落魄しても、愉快な精神だけは失ふまいと努力した、それが大變役に立つた』と答へたとのことである。

△急ぐな、心配するな。

靜かに急げ、急ぐ時程念を入れよ、心配すな、心配は生命を削る鉋である。人事を

盡して天命を待つべきである。

八、自助の教

英國のスマイル翁が自助論を出版したのは六十年前のことだが、斯書が、中村敬宇先生によりて日本へ翻譯されてからでも、モウ五十餘年になる。古い書物ではあるが、今なほ青年にすゝめねばならぬ良書であるから、私は手短かに自助論を紹介したいと思ふ。それには先づ

一、スマイルの略傳

から話さねばならぬ。

スマイルは千八百十二年に英國のスコットランドに生れ、死んだのは千九百四年である。と云ふから九十二歳まで長生した人である。四十五歳までは、開業醫をしたり、

新聞の編輯をしたり、鐵道會社の書記をして來たりしたが、云はゞ之れまでは無名の時代であつた。有名となりしは四十五の歳にジョン・ステフエンの傳を發行した所、ソレが大層に賣れた、それから彼は著述家として、人に知らるゝに至つたのである。是先、彼がリーズの市に居た時分、青年職工の一團が拵へてる夜學校へ招待されて、幾回か青年職工の爲めに講話をしたことがある。其の講話の草稿を、修正増補したのが自助論である。此の原稿は一度、本屋に斷られたが、ステフエンの傳が賣れた爲め、其の四十八歳の時に出版さるゝの運びに至つたのである。

スマイルが、ドウ云ふ感慨を以て、自助論を書いたかと云ふことは、自助論の卷頭に懶惰者を勤勞者に、浪費者を節儉家に、飲酒者を禁酒者に變ずることは、權利を一層擴張することによりて出來ず、之れは習慣を一層良好となすことによりてのみ成就す。

と云つてあるので分る。

日本の今日が、凡ての點に於て六十餘年前の英國と事情を同くして居ると云ふのではないが、少なくとも選舉權の擴張、制度の改革などに熱中し、各人自己の習慣を良好にし、自己の心を改造せねばならぬと云ふことを閑却せんとする傾きあることに於ては、相似て居る。それで私共は今、此の本を讀んでも古い本を讀むの感じはしない。今、私共の爲めに書かれたものとして讀むことが出来る。

二、中村敬宇先生

は幕府が英國に送りし留學生の監督として、慶應二年に渡英したのであるが、居ること僅か一年半にして、幕府瓦解の報に接し、驚いて歸朝したのである。その歸朝せんとする際、倫敦で知人になつた一英人からスマイルの自助論を送られた。先生は船中で之れを讀みて感嘆措く能はず、歸朝の後も静岡で幾度か熟讀し、翻譯を思立ちて、

明治四年に出版した。自助論は英國で出版した年に一萬、翌年一萬五千、スマイルの死ぬ年までに二十五萬冊賣れたと云ふが、日本でもトテも版元で製本間に合はぬ程に賣れたものであると云ふ。

立憲自由の政治思想よりも先きに、自助の教が日本に入つたことは、日本國民の爲めに悦ぶべきことであつた。併し今日よりして見れば、自助の教が、なほ日本國民に徹底して居ない。日本の自治政が健全ならぬのは主として、その爲めと云はねばならぬ。

私が今日なほ、青年諸君に自助論をおス、メしたいのは、以上の理由によりてである。前置は之れ位にして置いて

三、自助論の内容

に就てお話ししよう。

自助論は要するに、忍耐と努力、この二つの事を力説したものである。彼は先づ『天才は忍耐なり』と喝破してゐる。そして、それを斯くの如くに説明して居る。

人々は天才の事業を見て。天才だから出来たのだと軽く云つて仕舞ふを常とすれど、天才だから出来たのか、凡才だが一通りならぬ苦心をしたから出来たのか、それは分らぬ、私は凡才でも苦心のしようで大業を成就することが出来ると考へて居る。ジエンナが種痘法を發明するに二十年の苦心をして居るではないか。モンテスキューは『君は二三時間で此の書を讀了するであらうが、私は之れを書く爲めに頭髪を白盡せしめた』と云つて居るではないか。ミカエル・アンゼロは勤勉の時間の長さことに於て、其の時代の何人も及ばなかつたと云ふのではないか。サヴィエーの傳道に成功したのは『一人の靈魂の救済の爲めには、如何なる死と艱難とが我を待つとも、我は千萬回之れを忍ぶを辭せず』との覺悟によると云つたではないか。

斯く天才を見て居る彼にありては『我力を信ずるものは成功す』と云ふのは自然の推

理である。されば自助論の各所に

△最大の咒詛は努力を用ふることなく、たゞ欲望の満足を求むることなり

△努力を省略せんとするは最大の悪思想なり

と云ふ類の力強い文句が、又しても、又しても出て来る。

日本の今日も、『笑ひながら覚えらるゝ、算術』だの、『笑ひながら出来る修養』だのが歓迎されてる所を見ると、努力省略の悪思想が蔓延しつゝあることが分る。私共は先づ我心の中から、次には社會から、此の悪思想を排斥せねばならぬ。

四、品性論

若し人間の目的が、何にか一事業に成功し、若しくは一技術に上達せば、それでもないものであるとせば、以上の教で十分なのであるが、サウでないから、スマイルに、なほ、品性論、職分論などの著述があるのである。

人間は、事業に成功する外に、人として成功せねばならぬ。即ち人格の人とならねばならぬ。もし心の修養が出来て、如何なる場合に於ても、物を光明の側より見得るに至らば、そは實に、ジョンソン博士の云へるが如く『一年一萬圓の俸給を有すに優る』のである。ゼレミー・テイラーは、如何なる困窮に襲はれても『彼等は逆も予の温顔と樂しき精神と良心とを持ち去り得ざる也』と云つて居た。

と、スマイルは先づ、心の修養が如何に其人を幸にするかを説き、次に『品性の人』は社會の良心なり』とて、斯く述べて居る。

△ルーテルは、若かき時、花園の園丁たりしこともあり、時計屋の使用人であつたこともあるが、園丁たる時には園丁仲間の品性を向上せしめ、時計屋の使用人時代にも、仲間の品性を向上せしめた。

△フランクリンは、活版職工たりし時、既に職工仲間を感化して、國民教化の一端を盡しつゝあつた。

△アンドリュ・ジョンソンが米國の大統領に當選して後、一日或所で演説して居ると聴衆の中から『仕立屋の成上り』と叫ぶものがあつた。するとジョンソンは直ちに演説を止めて、聲する方へ向き直り、『如何にも私は仕立屋の成上りである。併し仕立屋時代に私は正直な仕立屋と云はれた』と述べた。

△世には後に大統領にならず、名士にならず、一生仕立屋で終り、活版工で終り、園丁で終るもの、中にも、品性の人としては成功せるもの少なくない。それ等の人達は社會の良心である、花である。もし見えざる所に斯かる人格無きに至らば、社會はどうなるであらう。

スマイルの四大名著と云はる、『自助論』『品性論』『職分論』『勤儉論』に説ける要旨は、勿論至極簡単に、述べたのであるが、以上に、紹介した通りのものである、私は諸君にスマイルの四大名著を熟讀せられんことを熱望する。

追記 『自助論』より後に世に出て、『自助論』にまけぬ程賣れた『プッシング、ツ、

ザー、フロント』(前へ突進せよ)の著者、オリソン・スウエット、マーデンは、米國の人で、青年時代に『自助論』を讀みて感憤し、『私も他日、青少年を刺激するのと斯くの如くに強い本を書きたきもの』との志を立て、其の二十五年後に、その志の書を完成し得たものであると云ふ。

九、ソクラテス

希臘の聖人ソクラテスの世に遺せし教訓に就て、少しお話をしてみたいと思ふ。

略 傳

ソクラテスは希臘アゼンスの人で、その生れたのは、紀元前四百六十九年であると云ふから、凡そ今から二千四百年近く前の人である。

父のソフロニスカスは彫刻家で、之れと云ふ程傑出した人ではなかつたが、母のフアナレテは産婆で、賢婦人であつたと云ふ。

ソクラテスは父から彫刻の仕方を習ふて、後には之を業とし、傍ら學問（正式に先生についてゐるはないが）をして居たが、哲學が其の天職であるとの自覺を立すると共に

凡てをすて、哲學の研究に没頭したらしい。そしてアゼンスの町の十字街頭にでも、市場にでも、其他人集りのする何所にでも立つて群衆と對話し始めた。彼は此の一種獨特の對話法によりてアゼンスの青年を教育せんとしたのであつた。

學校に行かねば人物になれぬ。學問は出来ぬと思ふ勿れ。貧乏な大工の子がイエスキリストとなり、貧乏彫刻家の子が哲人ソクラテスとなつたのではないか。

ソクラテスは少なくとも三十年間、カウした辻説法をしたらしいのであるが、然かる間に、段々弟子や崇拜者が出来ると共に、敵視するもの、數も増へつゝあつた。

或者はソクラテスは吾々の宗教を悪罵したと云つて敵視し、デモクラットの人人は、當時三十人暴政の後なりければ、『政治に就て何んにも知らぬものが、政治に干與するのは宜しくない』とのソクラテスの言には、反動革命の種子ありと云つて、彼を邪魔物視するに至つた。

かくて遂に、或者の告訴となつて、ソクラテスは死刑の宣告を受け、獄に在ること

一ヶ月の後、與へられし毒杯を傾けて、此の世を去つたのである。

二、ソクラテスの教訓

ソクラテスが世に遺した教訓の中、最も大切なのは恐らく

人間が悪事を働くのは、畢竟無知だからである。其の人の持てる過れる知識を排斥して、正しき知識を與へてやれば、何人でも善事を爲すに至る。

と云つた點であらう。而してコ、が、また最も議論のある所であらう。

或學者はソクラテスの教を評して

ソクラテスの教の缺點は、行爲に於ける知識的の要素を誇張せるにあり。彼は意志に就ては全く説かない。

と云つてゐるが、如何にもサウである。

併しソクラテスにありては、斯く説くのは無理もないことである。彼にありては、

其の爲さねばならぬと感じたことは、何事も直ちに行へたからである。哲學は所詮、其の人格の所産である。

ソクラテスは其の三十六歳の時に、ポエティア遠征軍に従軍したことがあつたが、其の從軍中、彼は餓に堪へ、寒さに堪へることに於て何人よりもエラかつた。彼はどこまでも自制克己の出来る人であつた。

ソクラテスは宴會に招かゝることがあつて、随分美味に接する場合があつたが、一度でも過度に食したことはなかつたと云ふ。そして常に

昔、女神サイルスは魔術を以て衆人を豚に變化したが、此時ユリセスのみはコルキユリ神の忠言に由り、食欲を節制したるを以て、豚になることを免れた。

と云ふ神話を引きて青年を戒められた。

アンチボンと云ふ人が或時、公衆の面前で

君の貧乏なのが、君の教に價值のない、何によりもの證據だ。と

ソクラテスを罵つたことがあるが、ソクラテスは靜かに之れに答へて。

君は私が金錢を求めないのを非難するが、金錢を受けしものは、時あつては、自己の欲せざることをも遂行せねばならぬ。金錢を受けざれば、何時も自由がある。君は胸中に自由の天地を有するものを、賤しむべきものと見るのか。

君は私の食物の粗末なることを笑ふが、自己の食ふ所に満足する人は其他の何物をも求めざることを知らねばならぬ。

私の衣服に對しても笑ふが、之れで氣候の變化に堪へらるゝものにとりては、之れで結構なのである。私には一枚の衣服しかないが併し寒いからとて義務を缺いて外出を斷つたことが、一度だつてありはしない。

自制克己の人たるソクラテスの面目が此の問答の中に躍如として居る。外物の爲めに心を亂されるなど云ふのが、ソクラテスの主張の一であるが、彼は其の言の如く何事があつても、其の心を亂されなんだ。或時、彼の妻ザンチイプが何事かに腹を立て

口やかましく彼を罵つて後、なほ怒りに堪へやらで、バケツに一杯の水をさげ來りて、彼の頭へざあつと、プチまけたことがあつたが、その時、彼は

雷鳴の後に急雨あり

と、平然たるものであつたと云ふ。

ソクラテスがどんなに落付き拂つた人であつたかと云ふことは、以上で略ぼ想像が付くが、其の最後の時に於て、それが最もよく現はれて居る。

彼は死刑の宣告を受けて後、一ヶ月、獄中で生活したのであるが、その間弟子はしばしば逃走の方法を講じ、『先生どうか逃げて下さい』と迫つたが、彼は承知しなかつた。

さていよいよ最後の日が來たので、クリトーはじめ弟子達が、獄中に彼を尋ねると、既に其の妻ザンチイプは、其の子をつれて來て居て、弟子達の來たのを見ると、泣きながら

お、ソクラテスよ。これがアナタのお友達とお話をする最後でせうと云つた。ソクラテスはクリトールに向ひ

お前の従者をつけて、家内を家へ歸らせてくれ

と頼んだ。やがて妻子が退出すると。ソクラテスは静かに、愉快げに、弟子達と、靈魂の不滅について語り出した。

しばらくして、夕日の西山に傾けるに氣の付いたソクラテスは、兎に角入浴しておかうと云つて立つた。入浴終りて歸つて來ると、丁度ソコへ獄卒が來て、『モウ少しの時間となつた』と告げた。クリトールは『まだ日没までに、大分ある』と主張した。ソクラテスは、クリトールに向ひ、『五分や十分、おそくして見たとて、何んになる』と云つて微笑して。それでクリトールは止むなく、獄卒に合圖をした。ソクラテスは獄卒の手から毒杯を受取りて、注意深く愉快げにのみほした。

其に時に、絶えず泣いて居たアホロドラスが大聲を出して泣いた。それにつれて皆

が泣き出した。冷靜なのはソクラテスのみであつた。彼は

泣かれては困るから、女を去らしめたのではないか。諸君は男子だ。何せ泣くかと云つて叱つた。

それからソクラテスは、話しながら兩足の重くなるまで、室内を歩き廻はつて、横になり、衣服を以て其の面を覆うた。而してクリトールに向ひ

アスクレピアスに鶏を一羽返へしてくれ。忘れなよ

と云つた。之れがソクラテスの最後の言葉であつた。クリトールは

外に何にか御遺言はありませんか

と問ふたが、それには何んの答もなかつた。二三分して衣服をとつて見ると、もう此の世の人ではなかつた。クリトールは靜かに半開の其の眼と口とをフタして上げた。時に年七十二。カウ云ふ人格の人だから、ソクラテスにありては知行合一は何んでもないが、多くの人々はサウは行かない。多くの人々の歎きは

善と信ずることの行ひ難きにあり

然らばソクラテスの教訓は、何んの役にも立たぬものであるかと云ふにサウではない。今も尙ほ道德の知的方面を閑却せる人あり、斯かる人の世にある限り、彼の教に價値があるのである。

道德に就て知ると云ふ丈では、足らぬと云ふのは無論であるが、併し道德の入門は知ると云ふことより始めねばならぬのは云ふまでもない。『論語讀みの論語知らず』があるからとて、ソレを口實にして、論語を讀むことすら、しないのは間違つて居る。論語讀みの論語知らずは例外であつて、普通は讀めば讀んだだけの益を受ける。努めて道德の書を讀むべし。努めて道德の話を聞くべし。讀んでる中に、聞いてる中に、自然に道德が自分のものとなり、其人の人格が向上して來る。下手に坐禪や靜坐の講釋を聞いて、道德の知的方面を閑却し、輕蔑するのはよくないことである。

特に、それは初學者に於て有害である。

一杯の水

孟子曰く、仁の不仁に勝つや猶水の火に勝つが如し。今の仁を爲す者は猶一杯の水を以て一車薪の火を救ふがときなり、熄まざれば則ち之を水火に勝たずと謂ふ。此れ又不仁に與するの甚しき者なり。

今の世の中にも、例へば一杯の水で、車一臺の薪が燃へてるのを消さんとし、ソレが出来ぬからとて、水は火に勝たぬ、善は惡に勝たぬと云ふものが多い、善をなすに、ソナ熱心のたぬことではならぬ。努力のたぬことではならぬ。

十、エピキュテタスとアウレリアス

はしがき

羅馬人が書き遺した書籍の中、今も尙ほ世人に最も讀まれて居るのは、エピキュテタスの語録と、アウレリアス皇帝の瞑想録とである。一は奴隸で、他は皇帝なれど、共にストアツク派の哲學者である。

私は之れから、右の兩語録に就て少しく語つて見たいのである。先づエピキュテタスの語録から紹介しよう。

我に損害を興ふるものは何にか

エピキュテタスの語録の中に

△意志が欲せざる事は、何者も意志を障碍し、或は毀害する能はず、たゞ自身獨り能く自身を毀害し得れば也……意見より外に、何物も我等に懊惱不安を來たし得る者なし

△人類を惱ます者は、事物其自身には非ず、事物に關する意見是れ也

△意志に由て左右されざる事物には大膽なるべく、意志に従屬する事物には小心なるべし、

△百事をして汝が望むごとく起らしめんことを求むる勿れ、却つて百事をして其の起る如くに起らしめんことを望め、庶幾くば汝、清榮に生活するを得ん。

△ソクラテス曰く『嗚呼クリトよ、そが神意に適はば、然らしめよ、アニタスとメレタス（ソクラテスを誣告せし人々）は實に我を殺すを得ん、されども決して我を害するを得ず。

自分の意志で左右出来る事に就ては、自分に責任あれど、然からざる事には自分

に責任がない。其の自分に責任のない、關係のないことから自分が損害を受ける筈がない。或人は自分を殺し得るも、自分の意志をどうすることも出来ない。人が自分を罵つても、それから自分は何んの損害も受けない。たゞ罵られたことを残念に思ひ、體面を汚されたりと思へば、そう思ふ意見から、自分は傷けらるゝのみである。以下引用せる諸句は、カウ云ふ思想から産れ出たものであつて、エピキユテラス哲學の中心思想である。

我の爲し得る事を爲せ

△吾人をして航海に出發する時に爲す如く爲さしめよ。何を爲すを得べきや。船長、水夫、吉日良辰を選ぶ、是れなり。かくて後、暴風忽然吹き起りて我等を襲ふ、然し乍ら我は何ぞ憂悶せんや。我は己れの爲し得べき事として、一も爲さざりしは無し、今は船長の考ふべき問題なり。

舟に乗つたら、凡てを船長に委せて、安心して居れ、汽車に乗らば、凡てを機關師に委せて平然たれ。自分の爲すべきことでなく、又爲し得ぬことに就て、氣をもむ位無益なことはない。

門は開きてあり

△室内煙らんか、未だ餘りに甚だしからずば、我留まるべし、餘りに甚だしからば、我去るべし。常に此事を記憶せよ。信持して忘れざれ、門は開きてありと……

何にかの不幸に、苦しめらるゝ時、モウ八方塞りだなどと思ふな。どんな場合にも、門は開きてあることを忘るな。自暴自棄に陥らざる限り、無繩自縛をせぬ限り、如何なる場合にも、進めば進み得る途があるのである。

これ尋常の出来事のみ

△一少年が他の人の杯を毀ちたらん時には、我等は「これ尋常の出来事のみ」と云ふを辭せず……他人の子又は妻死したらん時に、誰れか云はざらん、これ人間の常のみと。されども己が妻子死せん時には直ちに「あゝ不幸なる哉我や」と叫ぶ。但し、我等は同一境遇に於ける他人の事を聞くに當りて如何に感せしか、退いて自ら考ふるを要す。

他人に關する出来事ならば、尋常事のみと容易に判断し得ることも、さて自分の身に關して起れば、非常事としか考へ得ない。他人の問題でも、自分の問題でも、尋常事は矢張り尋常事と考へ得る様でなくては、哲人とは云へない。

感無量

△イウベア及びスバルタの石材を以て、汝が城壁の築造を絢爛たらしむるなかれ、ただ請ふ、希臘より來る訓練と教誨とをして、一般市民及び政治家の心に、秩序よく浸潤せしめよ

今日の我國には、訓練と教誨とを缺ぐ、市民と政治家が如何にも多い。此の語を誦して感無量ならざるを得ぬ。

善を爲す力

△寧ろ人は、善を爲す力の小なるに従ひてこそ、輕蔑せらるべき者なれ
 錢がないとか、キレイな衣服がないとか。學問がないとかで、輕蔑されても、それは輕蔑するもの、方が悪いのである。併し善を爲す力の爲めに、輕蔑された場合には、輕蔑する者が悪いのではない。

心魂の爲めに

△然らば閣下は其心魂のために、如何に考慮を勞したまひしか、我に告げ給はずや閣下のごとき賢明の士にして國家に聲望ある者、焉んぞ其の最良物を看過し之に關して何等の努力工夫をも用ひず、そが忽諸にせられて、荒廢するに委せらるべけんや

國家に聲望ある人の中にすら、自己の心魂の爲めに、考へざる人の少なからぬのは、今日我國の最大の憂である。

二重に損

△汝もし汝の力にあまる役割を扮するときは、汝の其役に於て恥辱を蒙むるのみならず、併せて、また汝が克く扮し得たらん役をも失ひたる者とす

虚名を欲しがりて、力に餘る仕事を、したがるのは、其の仕事が甘く出来なくて恥をかくばかりでなく、其の爲め自分に適する仕事をしなくなるから、斯かる人は二重の損をして居るのである。

エビキユテタスに就ての話は、之れ位にして置いて、以下、アウレリアスの瞑想録に就て語ることに致そう。

凡てに感謝する心

アウレリアス帝の瞑想録を開いて見ると、第一に

△我が祖父ヴェラスよりして、我は行を敏くし怒を遅くすることを學べり。

△我が父の品性を顧念して、我は謙讓にして且つ剛毅なることを學べり。

△我が母は、我に敬虔と仁愛とを教へ云々

と書き始めて、師匠の某々、友人の某々から、何にを得たか、と云ふことを、一ち一

ち書いて、何れにも感謝の意を表してある。

此の凡てに感謝する心、之れ則ち大人の心でなくて何んであらう。

小人は、感謝することを知らない。やゝともすれば、凡てを敵視し、凡てを恨まんとする。そこで自己が益々貧弱になるのである。大人は之れに反し、凡てに對して感謝するから、凡てから能く學べる（能く學ぶから、感謝の心が起るのだとも云へる）、そこで自己が益々豊富になる。

私共の胸中には、どうも小人の心が動き易い、注意を怠つてはならぬ。

汝自身の應援に奔せつけよ

ソクラテスは「己れを知れ」と教へた。他人の事には氣が付き過ぎて、自分の事は薩張り氣の付かぬ人間に對して、之れは誠に適切な教訓である。

アウレリアス帝は、自己が亡びつゝあるのに、呑氣な顔をして居る人の多きに、驚

いて

汝自身の應援に奔せつけよ

と其の瞑想録の中に書いてある。全く外出先で、我家が火事と聞き、飛んで歸る時以上の心持で、お互に私共は、自己の應援に奔せつけねばならぬのである。

此の一句を、シミ／＼味ふことの出来る人は、修養道に、入つた人と云へましよう。

アウレリアス帝は重ねて

汝は書を讀むには、或は暇なからん、されども、汝の驕傲を制するには、暇あらざらんや

とも云つてある。修養の時間が無いなぞと逃口上は云へぬ筈だ。

附加すること勿れ

瞑想録の中に、又コンナことが書いてある。

△汝は某が汝を謗りたりと聞かんか。それを信ずる、されども汝が其の爲めに危害せられたりとは、報告の傳ふる所に非ず、汝の想像のみ——また吾が子の病に臥すを見んに、そは眞なり、されども彼或は死せんも知れずと憂ふるは、これ吾が眼の見る所に過ぐ、されば、かく汝は最初見聞視聽する所に止まれ、汝の想像よりして何を之に附加する勿れ

芥子粒程の、心配の種を、富士山程に、するのは誰だ。自分ではないか。附加しちやいけない、柳は緑、花は紅、凡て有るが儘に受け入れなくてはならない。

以上はホンの其の一端を示したに過ぎない。私は皆様に、兩語録の愛讀をおすゝめします。

十一、修養寸言

立おくれ

相撲では立おくれ、劍道では受太刀を悪いとしてあるが、同じ理由から處世の上では、引込思案、イヤイヤ、濫面などは悪いと云はざるを得ぬ。

東洋に於ても、西洋に於ても、古來山林に退隱した人の多くは、墮落し、退化したと云ふ事實があるのにも見ても、半ば逃げ腰の態度である引込思案の人や、イヤ／＼仕事をして居る人や、乃至は絶えず濫面を作つて居る人の墮落の傾あり、退化の傾あるを、不思議とするには足らぬ。

臆病なる人の、屢々怪物に驚かざる、如く、引込思案の人は、ダン／＼外圍の壓力を強く感じて來るものである。之れに反し

斷じて行へば鬼神もさく

で、恐れずに進む人の眼には、障害は次第に小さくなつて来る。

『幽霊の正體見たり枯尾花』と云ふが、それは幽霊ばかりではない。初めて納豆賣となりし人の話に、初めの日は終日歩き廻りしもドウしても『納豆々々』の聲が喉から出なかつたと云ふ。二三日目からは平氣で聲が出る様になり、さて出る様になつて見ると、何んで初日には出なかつたのか、薩張り其の理由が分らぬと云ふ。數へ來ればカウ云ふ例はイクラもある。否、人間萬事、皆なそれではなからうか。困難があると見るのも心から、無いと見るのも心から、苦を樂と見るのも心から、主人や先生の小言を有難いと聞くのも心から、有難き主人や、先生の教訓を、また小言かと聞くのも心から。

當事者の苦心

此の間、或鹽煎餅屋の主人から『固からず軟かならず、齒當りのよい鹽煎餅、それを破れの出ない様にするには、ナカ／＼容易なことではなく、鹽煎餅などに就ても、當事者は毎日苦心して居るものです』との話を聞いて、成程と思つた。全く

たゞ見れば何んの苦もなき水鳥の

足にひまなき我思ひかな

である。さればお互に、我が職業に對する苦心を思ふにつけても、人の其の職業に對する苦心を思ひやらねばならぬ。互に此の思ひやりのあることが、即ち社會平和の一大要件である。

蜜柑を食べる時に

誰れしも、甘そうなのから食べるから、何時も終には一番悪いのが残る。丁度その様に我々は何にをする時にも、樂なこと體裁のよい事、割のよい仕事から着手しよう

とする。併し、それでは最後に一番イヤな仕事が残る。毎日イヤなこと一つ一つは、して行くことにせば、イヤなことばかり残らなくてすむ。

のみならず、苦しいこと、六づかしいことから手をつけることにすれば、我が力がダン／＼強よくなるから、他はいよ／＼樂に出来る利益もある。彼の有名な發明家エヂソンは、人に其の發明の秘訣を問はれた時『私は何んでも一番六づかしい事からします』と答へたと云ふ。

林間の茅屋

汽車の窓から林間の茅屋を見て、私は詩的だなあと思つた。

其家の主人は、或は不足不便の生活に、困りぬき倦きはて、成らうことなら、何んとかしたいと思ふて居るかも知れぬが、都會の生活者たる吾々には、彼等の生活の上にて天恵の豊かなるを思はずには居られなんだ。

丁度そのやうに、お互、自身にして居る仕事に對し永い間には、兎角不足不満の心の起り易いものであるが、自分の仕事をツマラなく思つて居る程、人は自分の仕事をツマラなくは見て居ないのである。しかして、其の他人の觀察が過つては居ないのである。

それにつけても、いよ／＼満足と誇りと自信とを以て、我が道を歩み、我が仕事をして居る人を、愈々尊く思はねばならぬ。

何者にか觸れると

小獅が或日、親獅の眠れる間に森から迷ひ出で、歸路が分らなくなり、悲しい聲で切りに鳴いて居た。それを我子を亡くした羊が聞いて同情し、我子として育てた。羊は小獅の身體の異常に大きくなるのを怪しみながらも、眞の親子の如くに暮らして居た。

所が或日、向の小山の上に、大きな獅が現はれて一聲高く叫んだ。此の時羊は恐れ全身麻痺せしも、小獅は未だ曾て経験せざる、異様の悦びを感じて、思はず一聲高く叫び、一目散に親獅の方へ馳けて行つた。

羊に育てられて居た小獅は、自分を小羊と思ふて居たものと見え、羊の如く弱く、臆病であつたが、此の瞬間からは、獅たることを自覺せしものと見え、獅の力と氣位が全身に溢れて見えた。

と云ふ寓話があるが、如何にも左様で、人は何物にか觸れて、深く感動すると、その瞬間から人物が全く一變するものである。

遊泳から思付く處世法

人間の身體は、水に投げ込まれても、平気でさへ居れば顔の一部分だけは浮きて呼吸には差支ない様に出來て居るのであるが、併しサウとは知つて居ても、游泳ぐこと

を知らないものは、もし過つて水に落つることでもあれば、狼狽して兩手を高くつき出すから、頭は自然に沈みて水を飲み、窒息して死に至るのである。

四五時間水に沈んで居たものでも、兩方の肺にコップに半分位の水しか入つて居ない。如何に少量の水で、人が窒息に至るものなるかは之れで分る。

世渡りにも之と同じ道理がある様だ、多くの人々は少し逆手に遇ふと、狼狽して無理をするから、益々失敗するのであつて、自然にさへして居れば、スラリ／＼と世渡りが出来るものであるらしい。

敗けて勝つ

或會社の集金人として、多年の経験ある人の話にイクラ無駄足を踏ませても悪い顔をせず、先方を善意に解して、自分の勞を惜まぬ人程集金人として成功す。無駄足を踏むまじとする人は、どうしても、無駄足をさせられると、衝突を起すことになり、

一度衝突すれば、何時までも意地悪く出られるし、どうもあれは酷な集金人と評判されるから、其の影響や甚大である。と、成程『敗けて勝つ』と云ふ處世の祕法はココを云つたものであらう。

先づ熱心なれ

ドンナ會社でも、それは社長の會社でも、株主の會社でもなくて、最も會社の仕事に熱心な社員の會社になつて仕舞ふ。ドウ云ふ舞臺でも遂には一番熱心な人の舞臺になつて仕舞ふ。されば自分の現在の地位はどうでもよろしい、地位が如何に低くも、其の關係せる事業に何人よりも熱心でありさへすれば、遂には其の事業は自分の事業となつて仕舞ふのである。先づ熱心であれ、熱心は打手の小槌である、之れから何でも生れて來る。

捨てて聖

一遍上人は、一米一麻をも蓄積せられず、一所不住に道俗化益を以て、己が天職とし給ひしより世人『捨てて聖』と稱し奉つたと云ふ、上人の歌に

旅衣木の根、かやの根、いづくにか、身の捨てられぬ所あるべき

とある。此の一切を捨て、かゝる所から、大きな力が出て來るのである。

本舞臺

『私は毎朝深呼吸もすれば、冷水摩擦もするが、それで居て風を引く』といふ人がある。

『私は何等の健康法を實行しないが風邪一つ引かぬ』と、云ふ人がある。

此の二つの實例は、何にを語るか、前者は健康に益あることをしても、精神がこもつ

てゐなければ、それほど効なきことを示し、後者は積極的に健康法を實行しなくても、無理をしなければ病氣をしないと信すれば、それでよいと云ふことを示せるものなからうか。

信念の有無で、斯程の相違が生ずるのであるから、何人も其の立場を本舞臺と考へ、其の爲さんとすることを、本がかりになつて爲さねばならぬ。

縦ひ如何程の才能、膽力ありとも、本舞臺とも思はねば、本かゝりにもなれぬ様では、とても、仕事が生ずるものではない。

事の大小はともあれ、事を成就する人は、皆な其の事に對して、信念ある人である、信念なき人が事を成就した例は、天下廣しと雖も、恐らくはあるまい。

一切が信せられなくなれば、最早や其人に生命あるなく、何等かの信念ある中は其人に生命があるのである。

低き地位の人にも

其の人の心の用ひ様によりては、社會改善に貢獻することが出来る。

曾て或貧民長屋に、一人の男が住んで居た、其の男、大變なキレイ好きにて、朝夕家の内外を掃除し居りしに、何時の間にか、長屋の人達が皆な掃除好きになり、長屋全體がキレイになつたと云ふ話がある。

英國倫敦の貧民窟に一少女があつた。其の少女は高い窓から、細くしか日光の入りぬ家に住み、其の家で内職して生活して居たのであるが、小さき鉢に草花の種子を蒔きて、毎日窓から入る細い日光の當る所へ、當る所へと鉢を移して、遂に美しい花を咲かせた。之れが毎年のものであるので、何時しか其の感化が附近の人々に及び、此の貧民窟の人達が草花が好きになつたと云ふ話がある。

フオドの忠言

ヘンリー・フオドは、一年の収益一億千八百萬圓だと云はるゝ、米國の大會社の社長である、氏、青年に教へて曰く

浪費することなかれ、貯蓄せよ、而して貯蓄をして貯蓄の爲めの貯蓄たらしむること勿れ、君の頭腦を養ふ爲めには、惜まずに之れを消費せよ。頭腦第一、手腕第一、貯金もよいが貯金を何時までも貯金としてもつて居る様なことでは、其の志小なりと云ふべきである。青年は第一に頭腦と手腕を練つて、怠らず將來の準備をせねばならぬ。貯金をするのは浪費を節して此の準備に其の金を費はんが爲めであらねばならない。

自信の力

地方の或富豪の十八歳になる娘が突然家出した。併し幸に上野驛を降りると直ぐ宗教家の手に救はれたので、墮落せずに済んだ。其の娘が後で家出した動機に就て云ふには「私は、何か事のある毎に、父母から、お前の様なものは、どうせロクなものにはならぬと、口ぎたなく罵られて居たので、何時の間にか自分でロクでなしにならねばやまぬ氣がして来て、遂に家出するに至つたのでした」云々

之とは反對に、父からなり、母からなり、「お前は偉いものになれる」と何時も云はれて居た爲めに偉くなつた人が幾人もある。佛蘭西の彼の有名な政治家ガンベツタなども其の一人である。父はガンベツタを商人にしようとして、其の巴里に遊學したいとの希望に反對したのであつたが、母が見所があるからとて百方父にすゝめて、彼を巴里へ遊學せしめた。其後も父は度々「モウ大概で歸郷しては」と言出したのであるが、其の度毎に母は父に説いてくれたガンベツタは母の信任に感激して、一層勉強に骨を折り、遂に名を成すに至つたのである。

以上とは趣を異にして、カウ云ふ話もある。『守銭奴』と云ふ畫をかいて有名になつたワエンチンマチスと云ふ畫家は、師匠の娘に懸想し、畫家として名を爲さねば娘の夫にさせぬと云はれたことから發奮し、とても大成の見込なかりしものが、不思議にも傑出の畫家となるに至つたものであると云ふ。

其他、動機は夫れ／＼異なれども、兎に角何にかの動機から、一心になり得た爲めに、凡才が大事を爲した例はイクラもある。

それで私は『無名で死んで行く幾多の人々、此等の人々でも、もし事を始むるの決心さへつけば、必らずや其の功績に依つて世界を驚倒せしめ得たに相違ない』との、誰れやらの言を其の通りに信ずる者である。

世の中には半決心の者が如何にも多い。彼等の云ふ所はやつてますが、出來ますかどうか。と異口同音である。それだから世に失敗者が多いのである。失敗者のことを、半決心の人、半分しか自分を信じない人とも云へる。

事に大小はあつても、兎に角何にか仕遂げた人は、何れも自信の人である。新大陸を發見した所のコロンブスの航海日記を讀んで見ると『此の日吾等は唯だ西へ西へと航行する外他事あらざりき』と云ふ文字が度々現はれて居る。此の一冊の航海日記の中に、彼が自信の化身であつたことが、アリ／＼と見えて居る。かの進化論を書いたダーウキンが如何に自信の人であつたかと云ふことは、彼は四十年間心地よき日とては一日もなかりし程の病弱の人なりしにも係はらず、あれ丈け澤山の著述を爲したので知れる。

彼の馬琴が晩年失明してからも、文字を其の子の妻に教へて、口述筆記せしめて、其の名著『八犬傳』を大成した根氣、彼も實に自信力の強い人であつた。

松源和尚の語に『大力量の人が、何が故に自分の脚をもたげて起たざる、足を擧げる事が出來ないのか』とあるが、之れは實に面白い語である。何人にも自分で自分の脚を擧げる力がある程確かに、何人にも自から信じさへすれば其の爲さんと欲するこ

とを爲し遂げ得る力が潜んで居るのである。

失敗の目録

若し失敗の目録を作つたら、コンナものであらうか。

△彼は彼の教育を消化すべく失敗した。

△心配が彼を殺した。

△彼には自制心がなかつた。

△彼には精力が乏しかつた。

△彼は決斷心がなかつた。

△彼は餘りに感情的であつた。

△彼は否が云へなかつた。

△彼は小成に安じて痲痺した。

△彼は忠言を入れなんだ。
△彼は餘りに利己的であつた。
まだあらうが、以上は主たるものである。

流汗地藏

高野山に流汗地藏あり、此の尊、常に汗をかき玉ふは、衆生濟度の爲めに毎晨、諸地獄に入り、衆に代りて苦しむを以てあると云ふ。石の地藏さへ汗をか、ねば、人の爲めには盡せぬのである。然るに生身の人間が、汗をか、ずに、口先文で人の爲めに盡したツモリで居るのは、全く虫のよい話である。

此の流汗地藏には、口先ばかりの善人に諷刺の意、見えて尊し。

善事をするにも力が入る

成田の粟羊かんは、一年に二百萬本賣れ、その半分は米屋本店の製造にかゝるものである。何せ米屋のが斯く賣れるかと云ふに、我が利益を主とせず、人を悦ばすを主として販賣して居るからである。何せ又米屋ではソナ方針で商賣するに至つたかと云ふに、主人諸岡長藏氏は其の不治の病を天理教によつて救はれ、其の因縁から入信し、入信と共に『我なし』になつて商賣する方針を立てたからである。斯く聞くと、多くの人々は『成程、それぢや、賣れる筈だ』と云ふであらう。けれども善事と雖もサウ無造作に出来るものではないのである。諸岡氏の話に、
 當時は亂賣時代で、どの店でも盛んに呼賣をし、競争の結果、十錢に五本の、六本のと云ふ店さへあるに至つた。サウなると品物に嘘のあるのは云ふまでもない。然るに私の店のみ、本物を拵へて

一切呼賣をせず、割引をせず

の方針で立つことにしたのです。スルト段々賣れなくなつて、一時は一本も賣れなくなつた。

併し三年も辛抱して居るうちに、客がポツ／＼よるようになった云々

私は此の話を訊いて、善事を爲すにも、力を要すと云ふことを痛切に感じた。

世に善事も悪事も爲さぬ人多く、善人も悪人も少ないのは、多くの人々は力を出すことを嫌ふからである。悪事も善事も造作なく出来るものではない。

善いことを、しようとの氣があつても、汗をかくなのが嫌ひ、辛抱がイヤでは、とても善事は出来るものではない。

思案の頂上

蓮如上人の申された言葉の中に

思案の頂上といふは、彌陀の五劫の思案にすぎたるはなし、この御思案に同心せば

佛ほとけとなるべし

とあるが、私は此の言葉から、思付きて斯く申したい。

思案の頂上といふは、代々の聖人君子の、思案に過ぎたるはなし、この思案に同心

せば人物になるべし

さて、代々の聖人君子は何にを思案されたか

道徳を行ふのが、安全第一だ

と思案したのである。それに淺墓な吾々が一二年の思案で疑を入れ、利口になつたつもりでヅルク出ると、必らず馬鹿な目にあふ。一年よりも千年永く、吾々一身の身勝手からの思案よりも、代々の聖人君子の思案の方が優つて居ることは確かである。されば一點も疑ふべからざるが、徳であり、仁であり、義であり、愛であり、恕である。此の疑ふべからざるものを疑ふ人の多きは、如何にも嘆息の至りである。

私ばかりに對してでない

或日或商店へ、買物に行つた所、その主人の態度が如何にも不遜であつた。何故私に對してカウ不遜であるかと、一時は腹も立つたが、見て居ると、他の客に對してもサウである。「ハ、ア私ばかりに對してゝはないなあ」と思ふと、立つた腹も横になつて。反て彼を憐れむに至つた。

あ、云ふ風では、店は繁昌しまい

と。凡て特殊の原因なくして、人が自分に、失敬な場合には「之れは私ばかりに對してゝはあるまい」と考へ、怒る所でなく、反て彼を憐むべきである。

一滴大きな熱い涙が

越後の良寛さまの話を、私はツイ先刻聞いて來ましたがの、えらア面白い話でがす。

何でも一人放蕩息子がありましての、誰れに何と意見をして聞かして貰つても、チツトも效驗がゴワせんでしたがの、一ツ良寛さまに頼むがよからうと謂ふ人があつて、無理に良寛さまを呼び込んで意見して貰つたところが、良寛さまはの、エライ話下手での、口をモグ／＼させて、何かその息子に云ふて聞かそとせられたけれど、何も得言はんでの、その儘歸りかけたゞ、息子はヤレ嬉しやまた耳の痛い言を聞かされると思つたに、マア助かつたと思つての玄關まで見送つたゞ、スルト良寛さまは、その息子に藁履の紐を結んで呉れろと頼まれたから、息子は易い御用と、早速紐を結んでゐると、ポトーツと一滴、大きな熱い涙が息子の手の甲に落ちたゲナ、その時息子は何とも云へぬ氣になつての、それから良寛さまのお弟子になつて、放蕩などを忘れて了つたゲナ（岡田播磨氏の殺哲學から）

何にか愉快なことはないか

昔々、或所に王様があつた。その王様は金銭で得らる、快樂と云ふ快樂は、味ひつくして了つて、或時『何にか珍しい愉快なことはないか』と仰出され、臣下に命じて領内の各所に立札を出し、その立札に

何んでも一つ、王様の心をよろこばす、一新案を出すものあらば、その者に王女を賜はるべし

と、大書せしめた。

その立札が出て、幾日かしてから、一人の青年が、王宮に出頭して、私に新案があるまを申出た。そこで臣下のもものは、早速、王様に此の事を申上げた。青年はすぐ王様の前に呼ばれた。

王様、私に新案が御座ります、つきましては明日一日、私の申上ぐる通りにして頂けるでムりましようか。

王は

よろしい

と、うなづかれた。

青年は翌朝、暗い中に王様をお起し申してつれ出した。そして田舎の方へ〜と歩いて居ると、やがて東天紅して旭日現はれた。王様は日の出を見て『ア、美しい』とお悦になった。小川を渡つたり、森をぬけたりして居る中に王様は『どうも腹の具合が變だ』と仰出されたので、青年はそれは『お腹がお空きになつたので御座いました』と申上げて、早速持參の辨當を差上げた。王様は我をお忘れになつて。切りにお上りになり、思はず

ア、こんなにおいしく、こんなに澤山食べたことがない

と呟かれた。食事が済むと、又々歩いて、夕方、御殿へお歸りになつた。王様はその夜、死んだ様になつて眠られた。

翌朝、お目ざめの時

ア、よくねた、前夜位、心持よく眠つたことはない
と、獨語された。そして彼の青年には約の如く王女を賜はつた。

この昔噺の中から、王様ならぬ吾々も、教へらるゝ所がある。どんなに結構な身の上となりても、人間である以上は、旭日よりも美しいものを見ることが出来ず、空腹をおぼへてから、食べると云ふ以上に、ものを甘しく食べる、方法はないのである。

夢想家だと笑ふてはならぬ

寧ろ自分の夢想の足らぬことを恥ぢねばならぬ。先づ夢想せよ、然る後に君の進歩はあるのである。夢想の足らぬ人々は、その一生を平凡に終つて仕舞ふ。夢想家は遂に何にかを爲し遂げる。

熱心

若し汝に、唯一物を其子に與ふることが許さるゝとせば、彼に熱心を與へよ。何事かを仕遂げるには、何者にも優りて熱心が必要である。

之れも過ぎ去るべし

リンカーンは、ドンナ災難に襲はれても『之れも亦過ぎ去るべし』と云つて、ヂツト辛抱するのが常であつたと云ふ。

愚者の世界に驚異なし

此の世界を平凡だと云ひ、此の社會を無意味だと云ふのは、その人愚なるを以てである。天才から見れば、此の世界は、此の社會は、依然として驚異を以て充されて居

るのである。

天才ならざる私共でも、もし敬虔と謙遜の心を以て世界に對し、社會に對すれば、段々に驚異を發見して教へらるゝ所があるのである。

おれの前身は

米國オハイオ州コロンブス市に『オハイオ新聞賣子協會』あり、會員は何れも相當に成功せる實業家で、少年時代に新聞賣子たりし人々である。彼等は成功後の今日も、毎年一度づゝは新聞賣子となり、その收入を會の財産とすることになつて居ると云ふ。私は、この話を聞いて實に愉快であつた。

自分の前身をかくす様なケチな量見が、毛頭もないばかりか何時になつても、年に一度は抑々の最初の商賣をして、それを會の財産として行くことは、如何にも面白いではないか。日本人も早くかう云ふ量見になつてくれるとよい。何時になつたら我國に

もかう云ふ會が存在するに至ることであらうか。

落付きのある人

希臘の大哲學者アリストオトルの言葉に

學者として成功せんと欲せば、急いでは駄目だ。ゆつくりとして心に落付きあり、話をするにも聲を下腹から出して、ソロ／＼語ると云ふ風の、人でなくてはならぬと云ふのがあるが、之れは他の事業に成功せんとするものにとりても、同じく眞理である。何んにだつて心に落付きの無いものは成功した、ためしはない。

山に登るのだつて、急ぐ人程、早く疲れる。登山に經驗のある人程、始めから終まで、息も足も同じ調子であることを心掛けて居る。司馬溫公の言に『山に登るに道あり徐行すれば困せず』とある。

處世の道に於てもカウあらねばならぬ。一生涯同一歩調で、落付き拂つて歩いてる

人は、どんな方面でも、その志した方面で必らず成功する。

お互に反省して見ると、成功を急ぐ、仕上げを急ぐ、何んだか氣がせくと云ふ場合が多い。恥かしいことである。落付かねばならぬ。

その日／＼の美しさ

一生の間に、金を幾萬圓拵へたと云ふよりも乃至は一生の間に、幾度か國家の大事に力を致したと云ふよりも、尊きは、一生の間、其日々々を清く美しく送ることである、お互にその日／＼を清く美しく過すことを第一に心掛けたい。

生命は一つ

美しい人にも、醜い人にも、富める人にも、貧しい人にも、生命は一つしかない。

君は此の生命をどう用ひるつもりか。

折角人間に生れて居ながら、その心掛の悪い所から、自分を野獸の如くにして、了つたとせば、申わけが立つと思ふか。

本氣になれない

昔、ナーマンと云ふ將軍があつた。彼は其の癩病の癒されんことをエリジャに請ふた。エリジャは彼に斯く七度せよと、頗る簡単なことを教へた。彼は何んだ馬鹿々々しいと思ふて、本氣になつて其の事を實行しなかつたので遂に其の病は癒へなんだと云ふ。

『本氣になれない』と云ふことは、實に病氣よりも恐ろしき病氣である。

獨創

人の畫は一切見ず、自分の見た事實を寫すことのみにて稽古し、書いては破り、書

いては破りして居る中に、遂に自得する所ありて認めらるゝに至つた一美術家がある。之れはツマリ其の獨創を堀り出すことに成功したのである。

己れに優るものを師とするは、悪いことではないが、一生を摸倣で過ごしては、つまらぬ。私共は此の美術家から學ぶ所あらねばならない。

汚ない話

或時、紳士が四五人集まつた席上で、その中の一人が、茲には婦人が居ないから、面白い話をしようかと、話しかけると、他の一人があはて、之れを制し、『よし玉へ、併し紳士が居る』と云つたと云ふ話がある。汚ない話を聞くと云ふことは、悪魔に降服の第一歩である。されば、此の紳士の如く嚴格に如何なる場合にも、汚ない話は己が耳に入れぬ覺悟がなくてはならない。

失敗

失敗者は失敗するのが當り前で、成功が例外であると考ふるのが常であるから、成功者を見ると『彼奴は僥倖だ』と云ふ。併し成功者自身は僥倖で成功したものは思ふて居らぬ。成功者は云ふ『一生懸命に働きました、随分前途の暗い時もありました、信じて疑はず、我道を一心不乱に駆けました』と。

成功の道は成功者の方が知つて居る筈。かうと一度び信じた道を、百難を排して突進すれば必らず成功するものに相違ない。

失敗者を友とし、その人達の考へ方に傳染されるな。

見へざる所に力を入れてる

先達、或所で辨當の御馳走になつたが、その時主人の言葉に

この辨當は別に甘いと云ふわけではないが辨當屋の夫婦ともキレイ好きで、毎日必らず二度づゝは、辨當箱をキレイに洗つて干すし私はその見えざる所に力を入れてるのに感心して、ヒイキにして居るとあつた。

見えざる所、實は見ゆる所であつて、お互に見えざる處に力を入れるの有無を、意外な所で噂されてるのである。

何に職業の人達も、之れを忘れてはならんのだ。

身の程

昔は身の程を知つてゐるものが多かつた。それで偶々不心得者があると、身の程を知れと云つて叱られたものである。

ところが、今日は身の程を知らぬのを名譽とする様になつて來た。誰れでも平氣で

否、少少自慢氣味で

此の節は、百圓や二百圓の収入ぢや食へない……三百圓や五百圓の収入ぢや食へない

なぞと、他人から見ると高々月五十圓か六十圓、もしくは百圓か二百圓の價值しかないと思ゆるものが、かう云ふ様になつて來た。

身の程を知らぬ人が増へて、身の程を知らぬ世の中が出現すると、その結果はどうなりませう。これが果して人間全體の爲めになるでせうか、どうかは。云はずして明かではないか。

勿論、古い階級思想からしての身の程論には間違もあらう。併しながら天地に對し、神佛に對しての身の程論は、どこまでも眞理である。人間が之れを忘れて競ふて物資を濫費するに至れば、天罰必らず至るに定まつて居る。

大人

理想高き青年の中には、實社會に觸れるに従ひ、世間の存外低きを知り『自分ばかり眞面目でも仕方がない』との氣になるものが少なくない。私は斯かる青年に

諸君は今一つのことを知らねばならぬ。その存外低い世間の中に、社會のあらゆる人々と交はり、一人一人に新なる人生を與へんとして倦まざる大人あることを知らねばならぬ。之れを知つて諸君も大人となるべく努むべきである。何んぞ世間に同じて、自からを低くするを要せんやと申上げたい。

時間は有り過ぎる

『私ちやとて、時間があれば、するのだが、どうも時間がなくて』と云ふ人あれど、

嘘だ。時間は有り過ぎる、時間のないのは、志がないからだ、エリサベス・フライは十一人の母であつた、しかも尙ほ、彼女に監獄改良の大恩人となる丈けの時間があつたではないか。

日新の工夫

汽車にのりて旅をすれば、誰でも手軽に日新は愚か、時々刻々に気分を新にするこゝとが出来来る。けれども毎日々々同じ仕事をしながら、日新の工夫をせよと云はるゝと、之れは如何にも六づかしく、はては不可能のことだと考へさせらるゝ。

世人の大多数は、自己の業務にあき／＼し、「仕方ないから、カウして居るので、日新の工夫どころぢやありません」と云つて居る。

併し斯かるは畢竟凡人で、非凡の人においてサウではない。伊藤仁齋は、四十年論語を講義した人であるが何時も

昨日既に讀む所、今日又始めて讀むが如し、言々新に句々新なり

と云つて居たと云ふ。佛蘭西のフアブルは五十年間、蜘蛛の研究に没頭して倦まず、蜘蛛に就て幾多有益なる發見を爲したりと云ふ。

私共は斯かる非凡人に倣ふて、我が日々の業務の上に日新の工夫を爲すべく、最善を盡さねばならない。我が日々の業務の上で、日新の工夫が出来ない様なことでは、人としてのホントの力が出ない。

○
誰でも自分の事業を發展させたいと希望して居る。併し大抵な人は其の發展を計るに就て、どこから手を着けたらよいのか、分らなくて困つて居る。それに就き、米國のマーデンは

それは、自分の事業の各方面に、少しづつ、でも絶えず改善を加へて行くことが、事業發展の秘訣たることを知らないから困るのだ。それを知つて「今日はドノ點を改

善すべきか』と云ふを、毎日の標語とせば、其人の事業は必ず發展、又發展どこまでも發展を續けて行くことが出来る。と云つて居るが、如何にも至言である。日新の工夫と云ふことは、『今日はドノ點を改善すべきか』であらねばならぬ。

潔　　め

個人としては一家の衣食住に就て、公人としては國家の財政經濟に就て、夫れ々心勞せねばならぬのは無論であるが、それ丈けでは足らない。

私共は先づ自分自身を潔め、次に家庭を潔め、更に國家、社會を潔めねばならぬ。

我國では、神代から、潔めと云ふことを、何事を爲す際にも第一にすべきこととしてあるが、之れは大に理あることである。

斯道が今日廢りて、之れを忘却せる人の多きは如何にも嘆すべきである。

自己の心身を潔めてる貧人は、汚れて富める人よりよろしく、潔められたる貧家庭は、汚れたる富める家庭よりもよろしく、潔められたる國家社會は、縦ひ物資に缺乏して居ても、潔められざる富める國家社會よりもよろしい。

潔め第一。之れは日本に於ては、最古の道であるが、今後に於ける私共の標語でもあらねばならぬ。

昔、ブルーターク。トラジャン帝に『陛下は須らく御身の胸中に政治を始め、己自からの情慾を抑ふることを以て政治の基礎となし給はざるべからず』と言上したと云ふが、今後は一切の人、皆自然からねばならぬ。何人も皆な自己を潔めることより始めねばならぬ。

偉人に試験さるる心持

世間普通平凡な人が、人を使つて見て、何れも『ア、感心な人、確かな人の少ない

のには驚く』と云つて居る。此の事實は一體何に語つて居るのか、世には凡人に試験されても、落第する人の多きことを示して居るのである。

もしカウ云ふ連中を、堯に試験されて及第した舜、孔子に試験されて及第した顔回などと比較したら、どれ程の相違であらうか。

カウ云ふ考がフト頭に浮びしところから、端なく自分が今、或偉人に試験さるゝとしたら、どうだらうと思つて、忽ち全身に冷汗が出た。

光榮ある仕事

に、携はらんとするよりは、ドンナ仕事でも、仕様で大きくなると考へよ。釋迦は乞食をさへ光榮ある仕事としたではないか。

盗まれしに劣る費ひ方

舊幕の頃、那須藩に三田地山と云ふ人ありしが、或年の暮に、藩主から年末賞與を貰つた。すると其の日の歸りに、同僚が『今夜は一つ飲みに行こうでは御座らぬか、お互にいたゞいた金もあることなれば、大に一つ行うでは御座らぬか』とすゝめた。地山は之れに應せずして歸つた。ところが、その夜その金を盗まれて仕舞つた。その翌朝之れを聞いた同僚

それ見玉へ、吾々が、すゝめた時に、飲んで仕舞へば、よいものを、惜しいことをした

と、冷笑した。地山はすかさず

イヤ有難い賞與金を遊興に費ふよりは、盗まれた方が心持がよいと云つた。負惜みでなく、眞實サウ思ふと云ふ面持ちで。

普通、誰れでも、遊興費にして仕舞つても、惜しまぬが、落したり、盗まれたりする。と惜しいことをしたと云ふ。併し考へて見ると、遊興費にするのは、人を益せず、我

身に費つた金高以上の損害を及ぼすも、盗まれたのは人を益して、我身に金を失ふた
 丈しか損害を與へないから、盗まれた方がよいに定まつて居る。けれども、それがナ
 カナカさう思へない。地山の如くサウ思へる人は、確かに心の修養の出来てる人に相
 違ない。

幸福になると云ふことは

働かなくても、苦勞しなくても、濟む身分になることではない。どんな勞働も、ど
 んな苦勞も厭はずにする様に、せらるゝことである。と云つた丈けでは、何んだか分
 らぬことを云つて居る様であるが、その意味はカウ云ふ例を以てお話しするとよく分る。
 赤ん坊を産むと云ふことは、婦人にとり大きな苦痛であり、また産んでから後の苦
 勞と云ふものも、並大抵ではないが、殆んど、凡ての婦人は、赤ん坊の爲めにはどん
 な苦勞も悦こんで爲し、以前よりもヨリ幸福にされてるのを常とする。

赤ん坊の場合とは少し違ふが、家庭に病人のある場合にも、家中の凡てが病人の爲
 めには、何んでも悦こんでしてやる様になり、その爲め家庭の氣分の和げらるゝのは
 事實である。

凡て愛することの出来る者の、幸福なるは、右と同じ道理で、國を愛するものは、
 國家の爲めには何んでも悦こんで爲すことが出来るからである。親を愛するものも、
 友を愛するものも、乃至は職業を愛するものも、その愛するものゝ爲めには何んでも
 悦こんで爲すことが出来るからである。

普通の日

人間の一生の中、非常の日と云ふものは極めて少なく、多くは普通の日である。そ
 の普通の日とは、別に嬉しいことも、悲しいこともなく、又之れと云ふ出来事もなく、
 たゞあるものは、人をアキ／＼せしむる、單調な感じのみである日を、云ふのである、

それ程の人でなくても、感激した場合には、随分立派な事を爲し得るも、普通の日の行動が立派であることは、眞に品性の高い人でなくては出来ない。その人の品性を計る最良の尺度は、普通の日に於けるその人の言行である。

且又世を驚かす様な、花々しい行動を爲すものがなくなりても、此の世は別に寂しくならないが、もしも普通人の普通の日に於ける百千の小さな美しい、行爲がなくなつたならば、此の世はどんなに寂しい所となるか知れない。

生きた記念碑

自分で自分の記念碑を建てようとする場合、石の記念碑はホントの記念碑でない。

その事業を記念碑として遺せ、それがホントの記念碑である。

その崇拜せる偉人の爲めに、記念碑を建てようとする場合には、石や銅の記念碑はその最上のもではない。最上の記念碑は自分等が、其の崇拜せる偉人の言行を實行

して。生きた記念碑となることなるを忘れな。

青年よ、西郷南洲を崇拜するならば、西郷の如くなれ、之れが西郷の爲めの何によりもの記念碑である。乃木將軍を崇拜するならば、乃木の如くなれ之れが乃木の爲めの何によりもの記念碑である。

後悔の種

誰れしも、後になつてから思出して、一番残念に思ふことは、言ひ過ぎをしたとか、間違つた行ひをしたとか云ふよりは、せねばならぬことを、せずに済んだこと、か、自分の親切の足らざりしことに就てある。

友人などが死んだ場合、後悔するのは、自分の彼に對する親切の足らざりしことに就てあるが、この感は父母に對する場合、殊に深い。

今さらに石に蒲團もきせられず

ドンナ不孝者でも、父母の墓石に對した時、心に湧くのがこの後悔の情である。
 ジョンスン博士は、晩年故郷に歸省せし折、その昔、お父さんが、毎夜古本の夜店を出して居た町筋を通りかゝりて、フト亡父のことを想起し、お父さんが夜店を出して居たと思はるゝ地に、靴をぬぎて佇立し、帽をとりて頭を垂れ、凡そ二時間も泣いて居たと云ふ。彼はその昔、少年の時、或夕方にお父さんから
 今夜は少し身體の具合が悪いから、お前代りに、夜店を出しに行つてくれ、私は休むから

と云はれた時に、イヤだと云つて、父の頼みをきかざりしことを、數十年経つてから後に思出して、悔恨の涙に咽んだのであつたと云ふ。

○
 後になつてから何によりも私共を責むるものは親に對し、友に對し、乃至は他人に對しても彼の時、此の時、自分の盡し様の足らざりしことに就てゝあるから、私共は

何時でも、せねばならぬことに突當つた場合には、骨を惜まずに、十分、その事をせねばならぬ。
 骨惜しみをするものは、その度毎に、後悔の種蒔をするものである。

愛の力

日々の仕事を悦こんでしない人が多い。悦こんでしないから骨が折れるのである。もしも日々の仕事を愛することが出来たら、骨が折れなくなる、愛情のあると云ふことから何事でも容易に出来る様になるものだ。

請ふ意を強くせよ

死する者あれば、生るゝ者もある。併し新聞紙には死亡廣告は出るが、出産廣告は出ない。丁度その様に、世の中には、墮落する者もあれば、改心する者もあるので

あるが、墮落の方は新聞紙に書き立てらるゝが、改心の方は書き立てられない。餘りに日々の新聞紙上、腐敗、墮落、罪惡の記事多きを見て『世も末だ』と悲しむ人々よ、見えざる所、氣の付かざる所に、改心し、向上しつゝある者も、少なからざることを思ふて、請ふ意を強くせよ。

私は地方を巡廻する毎に、四五年前までは大酒飲みなりしが、今は一口も飲まぬとか。以前會つた時には、修養談には少しも、耳を傾けざりしものが、今回は不思議に修養談を聞く人に變つて居るのなぞを見て。何時も、勇氣づけられつゝある次第である。

アミエルの言葉

▽如何なる場合にも、希望を失はず、愛の心を失はず、人の爲めに盡して何時までも冷却せず、
疲れざる人こそ、尊き人である

▽社會は科學の上に於てなく、良心の上に於て最も安寧であり得る

▽自己改造を怠らぬ間は、その人に生命ありと云へる

成る程

何人の云ふことでも、靜かに聞いて、『成る程』と、澤山云へる人程、偉大な人である。

小人程、小理窟を云ふて、『成る程』とは云はぬ。

一生偽を言はざりし人

昔、今川の家に、一生偽をいはぬ人ありしが、此の人死する時我一生いつはりを云はざりしは、一朝事ある際、國のために、大嘘を云はんとしてである。併し今まで其の機會なく、とう／＼我は一生、偽を云はずに濟んだと、大に残念がつたと云ふ。

一朝大事の起りし場合、我言に力あらしめようと思はゞ、平常慎んで妄語するこ

と勿れ。

目下の者には無禮となり易し

誰でも、目下の者には無禮と成り易し。ソレで私は
梶尾の明恵上人は、犬のねて居るソバを通る時にても、『ハイ御免よ』と必らず挨拶
した。
と云ふ逸話を、時々思ひ出すことにして居る。

人生には行詰ると云ふことなし

人生には行詰ると云ふことなし。研究心あるもの、前には何時も新天地が開ける。

活路

自分が困つて来ると、誰でも『脊に腹はかへられぬ。人のことなど考へておれぬ』
と云ふ氣になりかけるが、併し人に對して眼をトヂれば、トヂる程、我は孤立するの
である。されば何んば困つても、眼を大きく開いて、他人を見よ。そして他人の爲め
に盡せ。ソコから我が活路が開けて来る。

不幸の重荷を軽くする法

或令嬢は、天性美聲なりしも、どう云ふものか、彼女の歌は、少しも聴者を感動せ
しめなんだ。併し其の後、數年間、彼女の身の上に、諸種の不幸の重なり來つてから
は、非常に聴者を感動せしむる様になつたと云ふ。

悲しみが彼女に、ヤサシミを教へた爲めであらう。

後になつてから考へて見ると、大抵な不幸や悲しみは、感謝の種である。不幸な目
に會ひし時にはサウ考へなさい。サウ考へることによりて、ドンナに不幸の重荷が軽

くなるか知れない。

錨を擧げよ

他人の爲めに盡す心を起さば、例へば船が錨をあげしと同様である。船は錨をあぐれば、段々廣い沖へくくと出て行くに定まつて居るやうに、人も一度び他人の爲めに盡すの心を起さば、段々深く廣き交渉を社會に有するに至るに定まつて居る。そしてサウなれば、次第に爲すべきことは多くなり、其の人の身邊は賑はしくなること請合である。之れに反し、利己的であればある程、孤立となつて、爲すべきこともなくなつて來る。従つて其人は寂しき憐れな人となること、之れ又請合である。

苦しむものに近づけ

出來る丈け、氣の毒な人々に近づけよ。さらばソコに汝の爲すべきことが、限りなく見出されるであらう。

新發見

何時でも笑つて居ることは、泣いてるよりは、いゝに定まつてる。何時でも歌つて居ることは、不平を云つてるよりは、いゝに定まつてる。誰にも「ア、そうだった」と、コンナ定まつたことが、新發見と思はゝる時がある。

濟んだことは速かに忘れよ

事已往、不追最妙

(事已に往く、追はざる最も妙)

濟んだことは速かに忘れよ、別にせねばならぬこと、考へねばならぬことが、澤山

にある。

好問の士たれ

孔子は、最も、問ふことを好まれた方で、其の理想の人、舜帝を禮讚さるゝに際しても何によりも先きに舜、問ふことを好みと云はれてあります。

司馬溫公は、孔子の此の教を體得されて居た人で、如何なる人に面會する時でも、必らず先づ筆、紙、墨を用意し、何にかと質問して苟くも善事あれば、手に隨て之れを録するを常として居たと云ふ。

我國では二宮尊徳翁が、丁度、此の様な人であつた。問ふを好めば、得る所多し。古人が『問ふを好め』と獎勵せし故あるかな。

和の一字

和氣ある人には、災禍と云ふものが少ない。古人、和の一字を人生の至寶と云ふ、ゆゑあるかな。

勤、苦を言はず

オイ／＼『苦しい』などと云ふな。古語に勤、苦を言はずとあるよ。

異つて居るものとの交際

昔の老僧は、青年僧と一緒に住むことを心掛けたと云ふが、ソレは勿論、左の如き

道理によりてあらう。

林檎栽培家の話

同じ畑に、同種類のものばかり植ゑておくと、いゝのが出来ぬから、異種をまぜて植ゑることにして居る

とある。

男女、老幼、貧富、學の有無、等々、何にかの意味で異つて居るもの、交際は、相互に益を受くるものである。

生活の潤ひとなる工夫

△清風明月、一錢買ふを用ひず

△唯だ江上の清風。山間の明月と。耳之を得て聲を成し。目之に遇ふて色を成す。之を取るも禁なく。之を用ふるも竭す。是れ造物者の無盡藏なり。

かう云ふ句を讀むと、誰でも「ア、そうだ」とうなづく。して見ると誰にでも此の邊の消息は分つて居るのである。

けれども實際は、コンナ句を見た時に思ひ出す丈であつて、常は大抵忘れて居るのであるから、之れが一寸も其の人の生活の潤ひになつて居ない。

ソレで私共にとり、何によりも大切なことはカウした句を壁間にかゝげて置いて、常に眼にし、之れが我が生活の潤ひとなる様、工夫を怠らぬことである。

從へ。從へ

親に從ふ。先輩に從ふ。聖賢の言に從ふ。神に從ふ。從ふことの出来る人は幸福である。

どうしたら善事が行ひ易くなれる

たゞ毎日小善を行ふに勤勉なれ。さらば次第に善事が行い易くなつて来る。

昭和十五年一月十八日印刷
昭和十五年一月二十日發行

増補 社會奉仕の仕方
定價一圓五十錢

著者 西川 光 二郎

發行者 和田 利 彦
東京市日本橋區通三丁目八番地

印刷者 白 井 赫 太郎
東京市神田區錦町三丁目十一番地

發行所 東京・日本橋・通三 春陽堂書店

振替東京一六一七番
電話(24)五一・一九四八番

◆ 筆 隨 と 行 紀 ◆

齋藤清衛著 文學博士	全	はてしなく歩む	飄々武蔵國より因幡國までの行脚記	四六判 特紙裝	一・六〇 一・二四
全	全	東北の細道に立つ	芭蕉の先蹤を追ふ現代人の東北紀行	四六判 特紙裝	一・六〇 一・二四
全	全	糸魚川より	歐洲の都市と田園を下駄穿で歩く記	四六判 函入	一・八〇 一・二四
相馬御風著	全	大愚良寛	郷土生活の三昧に盡きぬ感懐を綴る良寛研究の第一人者の描く人物風格	四六判 布裝	一・八〇 一・二四
鐵道省編	全	紀州	史蹟と名勝と保養地の隈なき案内書	四六判 函入	一・二〇 一・二四
後藤朝太郎著	全	支那游記	動亂と歡樂の老大國を游歴し盡す記	四六判 函入	三・五〇 一・二二
全	全	滿支旅行案内	滿支の風土民情をさながらに描く書	四六判 函入	三・五〇 一・二二

◆ 記 戰 ・ 說 小 事 軍 ◆

山中峯太郎著	向井潤吉裝	鈴木御水繪	日本振天記四部作	戰へ驅立てるもの	ロシアの東方侵略は傳統的的政策である。吾等は既に三十年前に於て國家の總力を傾けて彼と戦つた歴史を持つ。
山中峯太郎著	草むす屍	聖戰一路	戰に次ぐもの	此の四部作こそは、軍事小説の巨擘たる著者が、日露役の勝因から説き、開戦當時より海陸の血戦、最後に講和外交の結末までを事實に即して綴られたもので、血湧き肉躍るの快小説であり、刻下の時局に對する一大警鐘である。	
前山賢次著	新支那の感情	泥濘二百八十里	中國人―抗日知日インテリ共産黨ら各要人の印象記	四六判 輕美裝	一・五〇 一・一四
今次事變實戰記中の白眉だと思つてゐる(菊池寛氏序)	四六判 函入	一・六〇 一・一四			

四六判輕美裝
各册 一・三〇 一・一四

支那語講座

全五卷

菊判洋紙裝
平均二五〇頁

各册
一・二〇
一・四〇

第一卷 發音・會話篇

東京外語教授
前大阪商大教授

杉武夫

布四六裝
一・二五〇

第二卷 文法・作文篇

東京外語教授
前大阪商大教授

杉武夫

布四六裝
一・二五〇

第三卷 讀本篇

東京外語教授
大阪商大教授

神谷健之助

布四六裝
一・二五〇

第四卷 時文篇

早稻田大學講師

渡俊治

布四六裝
一・二五〇

第五卷 書簡文・論文篇

大阪商大講師

中田謙一郎

布四六裝
一・三〇〇

支那語基本語彙

日常會話用語と單語を網羅、譯語簡明、總畫索引を附して新字索出至便

洋四六裝
一・三〇〇

支那語獨習書

難解なる支那語を要領よく短時間に定評ある此良書得するに定評ある此良書

洋四六裝
一・一五〇

支那語會話獨修

支那語の活用は先づ會話から、本書一冊あれば支那四百餘州何處でも安心

洋三六裝
一・一五〇

獨習軍用滿洲國語

類書中最も好評ある名著を通過しての專門の獨習書

洋三六裝
一・一〇〇

◆ 醫 學 ・ 保 健 ◆

醫學博士
小酒井不木著

新版 鬪病術

結核をはじめ總ての慢性病に向つて火蓋を切つた快著。鬪病問答を加ふ。

布四六裝
一・二五〇

醫學博士
山田部莊三郎著

健 康 新 道

古今の保健強壯法の學理を研究した成績に鑑み簡易有効なる健康法を完成

洋四六裝
一・一五〇

肥田春充考按
平田内藏吉編

國 民 體 育

「正中心」を基本としたる理想的の保健體育を一々圖解し保健法應用自在

洋四六裝
一・一八〇

早野 實著

頭 腦 明 快 法

頭腦の經濟的使用法、氣分轉換法、記憶増進法、治療法、頭腦疾患治療法等。

並洋六裝
一・一三〇

石原保秀著

漢方 乾 浴 療 法

醫學の功罪、藥物攝取、先哲と養生、乾浴強健法及乾浴療法原理効果應用等

新布四六裝
一・一七〇

平田内藏吉著

國 民 醫 術 心 療 法

灸と鍼を結合した健康幸福への唯一絶対の道。精巧なる心療器を添附す。

特三六裝
一・一八〇

肥田春充考按
平田内藏吉編

國 民 醫 術 天 眞 法

多年の研究實驗を基礎とし有ゆる病に互り無藥無器家庭治療の養生法を公開

洋四六裝
一・二五〇

和 田 啓 十 郎 著

增訂 醫 界 の 鐵 椎

歐米崇拜の時代は過ぎ、漢方醫術が重視され出し、た、本書は漢方の第一書。

菊布六裝
一・三六〇

額田 豐著
藤原秋 光著

絶 對 安 價 生 活 法

厚生大臣は學理に照し實際に徴し健康を保持し、實貯蓄する方法として推奨

並洋六裝
一・一〇〇