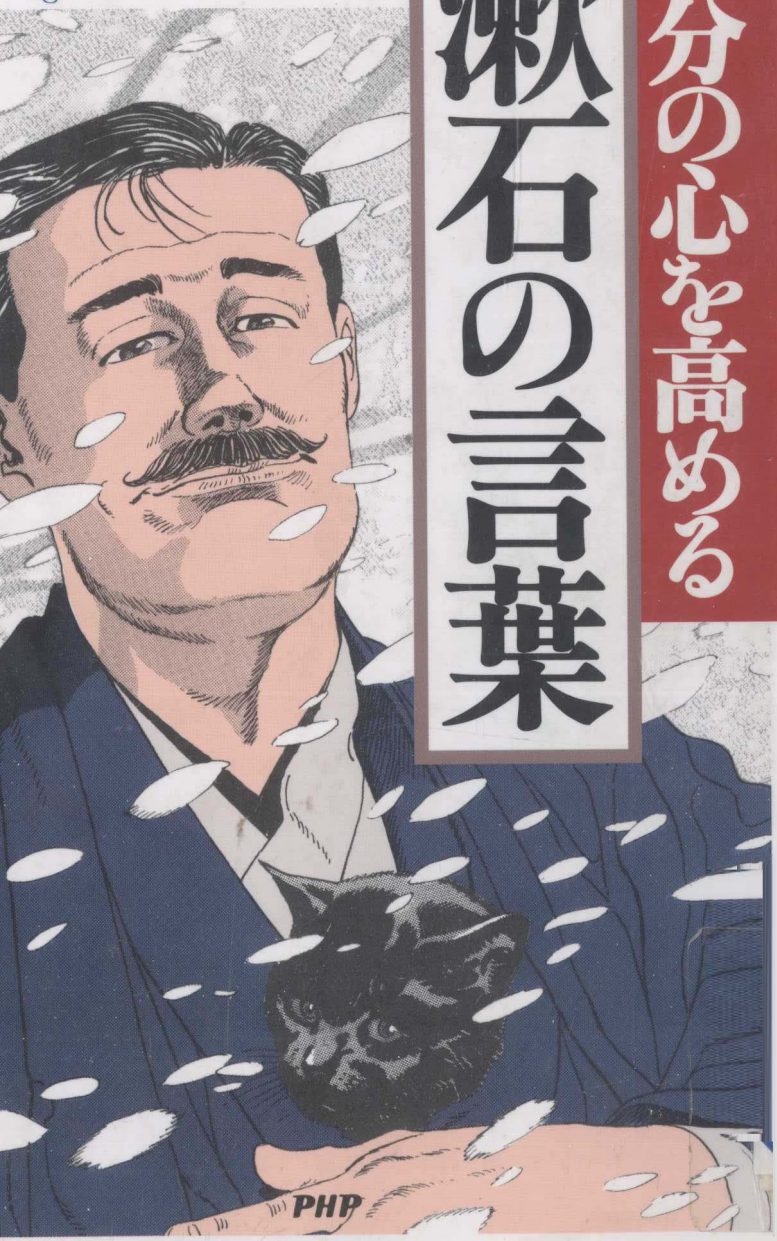
尾剛
Nagao

自分の心を高める
漱石の言葉



PHP

自分の心を高める
漱石の言葉

〈著者略歴〉
長尾　剛（ながお　たけし）
1962年東京生まれ。東洋大学大学院修了。著書に『漱石ゴシップ』（文春文庫）、『もう一度読む夏目漱石』（双葉社）、『漱石のちょっといい言葉』『誰も知らなかった漱石こぼれ話』（以上、日本実業出版社）、『心が強くなる漱石の助言』（朝日ソノラマ）など多数がある。

自分の心を高める　漱石の言葉

2000年3月23日　第1版第1刷発行

著　者　長尾　剛
発行者　江口克彦
発行所　PHP研究所
東京本部　〒102-8331　千代田区三番町3番地10
第三出版部　☎03-3239-6256
普及一部　☎03-3239-6233
京都本部　〒601-8411　京都市南区西九条北ノ内町11
PHP INTERFACE　http://www.php.co.jp/

制作協力
組　版　PHPエディターズ・グループ
印刷所
製本所　図書印刷株式会社

© Takeshi Nagao 2000 Printed in Japan
落丁・乱丁本の場合は送料弊所負担にてお取り替えいたします。
ISBN4-569-61049-8

まえがき

我々は日々の暮らしの中で、様々な喜びを見つけようと努めている。そして、様々な苦しみにぶつかっている。生きることの意味を考え、より良い生き方を求めようとする人ならば、誰しもが、多かれ少なかれ人生に悩みを抱えている。

そんなとき、思いやりのこもった良きアドバイスを与えてくれる人がいてくれればと、我々は願う。迷っていることにヒントを与えてくれる、漠然とした考えをはっきり示してくれる、そして、苦しさ辛さを理解して癒してくれる……。そんな声が欲しいと、我々は思う。

そうした我々の願いに応えてくれる人の一人が夏目漱石ではないかと、筆者は考えるのだ。

漱石は、慶応三年（一八六七年）に生まれた。その翌年が、明治元年。つまり彼は、近代日本の歩みとともに生き、近代日本を支える文化人として、また、人々を楽しませる小説家として、当時の人々に尊敬され、親しまれた。

漱石は、深い洞察力と明晰な論理性、さらに何よりも大きな優しさを持った人で、しかも生涯、庶民の立場から離れなかった人だった。彼が文章や講演などの形で示した多くの言葉が、人々を励まし、良きアドバイスとして歓迎されたのは、そうした彼の人間の大きさによる。

ところで、漱石が明治三十年、三十一歳のときに詠んだ俳句に、こんなものがある。

「菫程な　小さき人に　生まれたし」

目立たずひっそりと咲くすみれの花。つぎに生まれ変わったときは、そんなすみれの花のように目立たず平穏に、どこかで小さく暮らしたい。そんな漱石の想いが込められた句であろう。

故・司馬遼太郎もまた漱石が大好きで、とくにこの句が好きだった。司馬はこの句をエッセイや講演などでよく紹介し、この句に漱石の「基本的な悲しみが読めるんです」と語った。

人の幸福とは、おだやかに生涯を全うすることだ。たとえ、大きくて派手な喜びは得られなくとも、苦しみを小さく過ごせるならば、苦しみのために嘆いたり憤ったりすることから解放されるならば、それが幸福なのだ。――と、漱石は思ったのだろう。しかし彼は、そんな幸福を得るのがいかに難しいかをよく知っていた。だから悲しいのだと、司馬は語っているのだ。

しかし漱石は、そんな人生の悲しみをはっきり自覚できたからこそ、他者の生きる苦しみをよく理解できた。そんな人物から発せられる言葉には、こんにちの我々にとっても色あせることのない大きな魅力がある。だから、彼のアドバイスは、現代の我々の心にも染みるのだ。

本書は、そんな〝良き人生のアドバイザー夏目漱石〟の言葉を百個厳選し、解説をくわえて現代の読者の方々に贈るものである。読者の方がそれぞれに、ここに納められた漱石の言葉を味わい、楽しみ、何らかの生きるヒントを得てくださればと、筆者は切に願っている。

自分の心を高める　漱石の言葉＊目次

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

まえがき

第1章　人間関係について

考えが変わることは決して恥ずかしいことではない　14
正直になれば、人は手を差しのべてくれる　16
友とは、旅行の重い荷物のようなものだ　18
他人に負けたからといって、自分の過去まで否定するな　20
敵どうしでも、いざという時、人は優しくなる　22
利口といわれる人ほど、人の心がわからないもの　24
人はみな善人であり、同時に悪人でもある　26
親切はめぐりめぐって自分に返ってくる　28
友の嘘に、嘘と知りつつ感謝する　30
いつまでも無邪気な人間でありたい　32
ほんとうの友情に言葉はいらない　34
人間としての尊厳は、地位や肩書きには関係ない　36

第2章　家族について

夫の肩書きなど気にしないのが真の妻である　40
夫婦の間では、相手を思いやるフリをすることが大切である　42
子供が親を誇るのは良いことだ　44
所有するということが愛情につながる　46
賢い夫人ほど夫と衝突するもの　48
一家の主人の見えない戦いのおかげで、家庭の平和がある　50
母親は、子供を持つ幸せと手放す不幸を背負っている　52
子供は無条件の母の愛のもとですくすく育つ　54
自分の子供を失ったときの悲しみ　56
大人の俗事に染まらない子供の純心さは尊い　58

第3章　男と女について

結婚とは狭い社会の作った窮屈な道徳である　62
異性と触れ合うことが人間としての活力を生む　64

女性の価値観は時代によってガラリと変わる　66
恋に自分の全てを賭けられないのが男　68
異性を見るのに自分の眼ほどたしかなものはない　70
比べることで初めて愛は確かめられる　72
魂と魂が触れ合う悦びは肉欲に勝る　74
自分が相手を幸福にしているという自信と安心感　76
自分に「人を愛する資格」はあるか　78
少年時代の淡い恋心は一生の宝物　80
過去の男女の思い出は、そのままにしておくのがよい　82
男女の間にこそ「正直さ」が必要　84

第4章　教育について

怒るのは心が温かい証拠である　88
型にはまったルールはいつか破綻する　90
「理想」を持たぬ者に教育する資格はない　92
教育者には時にハッタリも必要である　94
田舎者の精神に教育をほどこすと立派な人間が出来る　96

下の者が上の者に、はむかうことも時として必要だ　98
難しい本は、書き手が下手な場合もある　100
武士道の精神は教育にとって不可欠なもの　102
教え子に〝信じているよ〟と声をかける　104
せっかくの長所が、短所によって見えないことがある　106

第5章　孤独とのつき合い方

独りぼっちとは崇高なことである　110
徒党を組むのはやさしい、それだけに孤高は価値がある　112
坊っちゃんは決して空想の産物ではない　114
自然の中に独り我が身をゆだねる至福　116
孤独という最高の喜びを味わう境地　118
青く、高い空と一体になる瞬間の幸福　120
人格が磨かれていくと、独りが平気になる　122
戦うより許すほうが人間として立派なことだ　124
時間は心の病の最良の医者である　126
俗世を離れ、空想の世界に遊ぶたのしみ　128

人よりも空、語よりも黙　130
味方あればこそ、孤独の中でやりがいが生まれる　132

第6章　老い、病、死について

食事の旨いことがなによりも幸福である　136
黒髪を懐かしむより、白髪を「自分の看板」だと思うほうがよい　138
病気とは、人生の休息期間だと思えばよい　140
病人にとって、看病してくれる人の好意ほど心強いものはない　142
理不尽な死に対しては断固「NO！」と言う　144
十年生き延びられれば、十年後に別の自分が出来る　146
病気になったら、我が世の春をたのしめ　148
人生とは、談笑しつつ死に向かって歩き続けるようなもの　150
病床の心細さを癒してくれた猫　152
「尊い死」など、そう簡単に得られるものではない　154
人は毎日毎日、恥をかくために生まれてきた　156

第7章　学問や芸術について

本と対話することが読書の醍醐味である　160
世の中に迎合しようとする人を、芸術家とは言わない　162
学問を極めようと思えば、カネ儲けから遠ざかる　164
美しいものをさらに美しく見せようとすると、逆に醜悪になる　168
「できないものはできない」とあきらめると道が開ける　170
優れた芸術作品は、時代の流れを軽蔑する　172
なるべく「安っぽい涙」は流したくない　174
収入だけが人生の価値ではない　176
世間の流れから一歩退いた学びの場所を持て　178
己れの良心に恥じないことが芸術の意味である　180
新時代を切り拓くのは常に素人である　184

第8章　仕事について

天職を見つけたとき、真の心の平安がおとずれる

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

権力をありがたがるような人間にはなるな 186
嫌な世の中でも、飛び込まなければ何も始まらない 188
新しいルールを創る者にのみ、古いルールを壊す資格がある 190
とにかくやり遂げてみないと、自分の実力は解らない 192
世間の評価で自分の仕事を決めるのは愚かである 194
表彰されたものが良いものであるとは限らない 196
他人に提供するものは、まず第一に面白くなくてはならない 198
疲れと癒しがほどよくあることが幸せである 200
役人は往々にして自分を権力者と錯覚する 202
世の中に貢献しない仕事では意味がない 204

第9章　日本人としての誇り

日本人は素晴らしい人々の子孫である 208
隣人への悪口を喜ぶのは下劣なことだ 210
西洋を模倣しても、日本人としての矜持は持ち続けたい 212
日本人は風流や雅を解する国民である 214
東洋の芸術には、西洋より優れたものがある 216

人は「自分の故郷」を裏切ってはいけない　218
日本は自力で近代化したと慢心するな　220
伝統は、無理せず気楽に守っていけばよい　222
日本には四季折々の幸福がある　224
自らを客観視できない国はいずれ亡びる　226
日本には「武士魂」という素晴らしい伝統がある　228
「則天去私」――あとがきに代えて

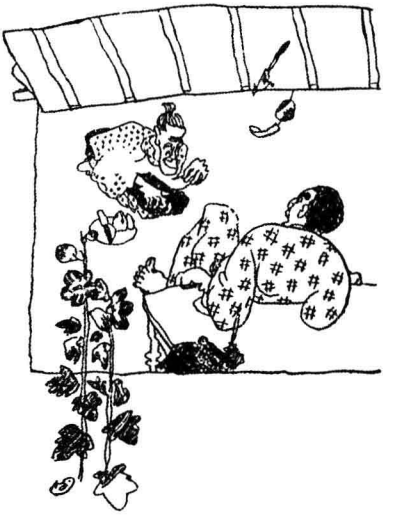
コラム

漱石は浮気をしたか？　38
じつは犬好きだった漱石　60
落語から学んだ文体　86
遅かった夏目家の近代化　108
小泉八雲の後任だった　134
悪ガキだった少年時代　158
建築家を目指した漱石　182
『坊っちゃん』のモデル論争　206
『明暗』の次に書くはずだったもの　230

（註記）
本文中の引用箇所は一部、漢字をかなに直し、現代かな使いにあらためたほか、句読点、ルビ、カギカッコを補った。また必要に応じて（　）内に著者による注を補った。

装幀――石澤義裕（装画着色も）
装画――谷口ジロー
©関川夏央・谷口ジロー／双葉社
「『坊っちゃん』の時代」より
章扉画――岡本一平（『坊っちゃん』『門』『三四郎』
『草枕』各場面の漫画）

第1章　人間関係について



考えが変わることは決して恥ずかしいことではない

せんだってはせんだってで今日は今日だ。自説が変わらないのは発達しない証拠だ。

（小説『吾輩は猫である』）

『吾輩は猫である』の中で、主人公猫クンの飼い主である中学教師・苦沙弥先生が、友人と議論しているときに堂々と述べた一言。友人から、今日の君の意見は以前と違っている、と責められ、だが苦沙弥先生すこしもひるまず、こう答えたわけである。なお、この苦沙弥先生は、漱石が自分自身をモデルにしたキャラクターだ。

人間、その時その場では正しいと信じて述べた意見でも、あとで考え直すとまちがっていた、訂正したい、と思うことがままある。そんなとき、しかしなかなか「あれは誤りだった。今ではこう思う」と、素直には公表できないものだ。「一度口に出したことには責任を持たねばならない」という、いわば〝「武士に二言はない」式〟の昔からよくある美意識が、そこにブレーキをかけるからだろう。

だが、誤りをそのままにズルズルと引き延ばしても、結局は状況を悪くするだけだ。それまで示していた自説を「変えたい」と考えたのなら、スパッと訂正してしまうのが一番である。

この『吾輩は猫である』以降、漱石は様々な名作を発表し続ける。それらはしかし、作品ごとに作風も文体も変わっていく。もし漱石が、『吾輩は猫である』の人気を失うのが恐くて、作風や文体を変えたくても変えないでいたら、後に続く作品は生まれなかったろう。

過去をくよくよ後悔したり、過去にこだわって「何かを変えよう」という意欲を自ら押し殺したりしては新しい未来は開けない。「考えが変わることは発達である」と、肯定的に捉えるようにしたい。その精神さえあれば、物事は万事前向きに進めることができる。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com