

# 的外



みのる法律事務所  
弁護士 千田 實  
〒021-0853  
岩手県一関市字相去57番地5  
TEL : 0191-23-8960  
FAX : 0191-23-8950

みのる法律事務所便り  
第341号  
平成30年9月

みのる法律事務所 <http://www.minoru-law.com/> ✉ [minoru@minoru-law.com](mailto:minoru@minoru-law.com)

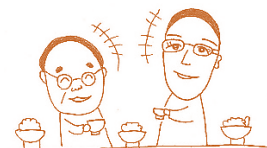


いなべん だべんく  
田舎弁護士の駄弁句 ③

長生きし  
多くのことを  
学んだが  
中でも一番



「それは、それとして」



平成30年8月31日  
青空浮世乃捨

とことん突き詰めて考えなければ気の済まない性格です。子供の頃には、「理屈っ  
ほい子で、かわいくない」などと叔母などに疎まれたこともありました。

思春期になり、一層その傾向が強まり、「萬有の真相」を究明しなければと、煩悶  
しました。大人になっても、その思いは消えず、悩んで、もたえ苦しむことが少なく  
ありませんでした。

長生きをし、大病を患い、臨死体験らしきことをはじめ、自分自身が直接そのこと  
がらにぶつかった体験から多くのことを学びました。その結果、「こういう場合は、  
こう考えた方がよい」という経験則が生まれました。この世を楽しく生きる知恵が  
つきました。それが『いなべんの哲学』です。生きるうえでの知恵です。

中でも一番役立っているのは、「それは、それとして」という考え方です。何事に  
関しても、あまり拘らない生き方をすることです。「分からないことは分か  
らない」、「病気になるならなった」、「負けたら負けた」、「金かなければい」と  
して、つまり「それは、それとして」受け容れて、そのあとどうするかを、前向きに  
考えればよい。という思いに至っています。

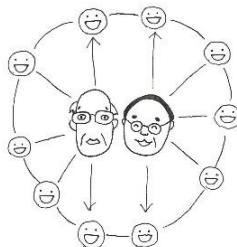
## 飲み薬

医師が処方し

患者が飲む

その功罪を

知るは患者ぞ



平成30年9月10日

青空浮世乃捨

血圧が低下し、体が急はるくなったり、声こゑが掠すれたりしています。今日、9月10日から永仁会病院（宮城県大崎市所在、理事長宮下英士先生）で点滴してもらっています。

何故こんな症状となったかを考えてみました。年々高齢化は進んでいますし、今年の夏は格別暑かったのでバテたのだらうとも思いました。でも、それだけではなく、血圧が低くなっているのに、血圧降下剤を飲み続けたことと、脱水症状が出ているのに利尿剤を飲み続けたことが原因ではないかと気付きました。医師に処方してもらった薬を体調の変化等を考えずに、そのまま飲み続けるというミスをしていたのです。

薬は効きますが、効きすぎることもあります。体の大きさや、体力によって、飲む量を加減しなければならぬことは、同じ薬でも子供は大人の半分にするなどということによく分かります。

同じ人が、同じ薬を、同じ量使っていても、その効果と副作用はその時々体調や環境によって、絶えず違ってきます。一度処方された薬を、いつまでも体調や環境の変化に関係なく使い続けることは危険です。

薬は、医師が処方してくれますが、使うのは患者です。薬の効果と副作用を身を以って実感できるのは患者自身です。薬が効いているか、効きすぎていないか、誰よりも患者自身が知ることができるのです。

今回は私のミスでした。夏バテと、一日一日老化し体力が落ちているのに、これまで通り血圧降下剤と利尿剤を同量飲み続けていたというミスをお犯してしまいました。

1か月に1回、それも数分の診療だけで全てを医師に知ってもらうことは無理です。普段、自分の体の様子を見れるのは、患者自身です。食事療法に限らず、薬物療法においても、「患者も主治医」ということを改めて知らされました。

## いなべんの哲学 その2



人生は、  
いまの一瞬を、  
まわりの人といっしょに、  
楽しみ尽くすのみです。



前号で、『いなべんの哲学』の「はじめに」と「第1段 16才の少年の遺書」の部分の原稿を転載したところ、意外にも好評でした。調子にのり、「第2段 少年の早世を悼む」の部分の原稿を転載します。好評だったことありますが、本当の理由は、老化と夏バテと私の判断ミスによる薬の飲みすぎで入院し、点滴をしながら書いていますので、「省エネ」というか「手抜き」をしたいということにあります。お許してください。

### 第2段 少年の早世を悼む

前段の文は、「巖頭之感」という藤村操<sup>ふじむらみさお</sup>（1886. 7. 20～1903. 5. 22）の遺書の全文です。藤村操は日光の華厳<sup>けごん</sup>の滝に身を投げて自殺しました。満16才という若さです。

現在なら高校1年生です。開成中学から1年飛び級で京北中学編入を経て、第一高等学校1年在学中だったとのこと。秀才<sup>こな</sup>と言ってもいいのではないのでしょうか。文章力もあり、難しい漢字も使い熟しています。内容も短い中で言いたいことを伝えています。素晴らしい能力だと感嘆してしまいます。今の高校生でこれだけの文章を書ける子は少ない気がします。

「秀才」とは「学業成績のひいでたもの」との意味もありますが、「優れた頭脳を持ち主」という意味もあります。彼は学業成績もひいでたものだったので、優れた頭脳を持ち主だったと思います。

蛇足ですが、「優」という字は、分析すると人を憂<sup>うれ</sup>える、つまり心配するとい  
うことになります。作家の太宰治（1909～1948）が好きな字だと語ったそうです。  
優れた頭脳とは、人を憂<sup>うれ</sup>えることのできる頭脳ということになりそうです。自分が  
中心ではありますが、人つまり人間のことを何よりも大事に考える人が優<sup>やさ</sup>しい人  
であり、優れた人ということになるのではないのでしょうか。自分を大事<sup>ひと</sup>にし、他人を  
大事にする人が優秀な人と言えるのではないのでしょうか。



暗記勉強<sup>た</sup>だけに長けていて、知識<sup>た</sup>だけ他の生徒より勝<sup>まさ</sup>っているという生徒を秀才  
だとは思いません。暗記する努力は評価しますが、暗記しただけで満足してしまう  
ということには大反対です。

これでは、録音機みたいなものです。心が感じられません。物事を深く考え、さ  
まざまに思いをめぐらす思慮深さこそ、真の秀才だと思います。そのように思うも  
のですから、普段から暗記力を試すような偏差値教育には大きな疑問を感じていま  
す。学校で覚えた知識<sup>い</sup>だけでは、社会においてはそれほど役に立ちません。知識よ  
り、考えたり感じたりする力の方が大事です。

操の「巖頭之感」の文章力、感性、思慮深さと比べれば現代の暗記偏重の偏差値  
教育にはどうしても問題があると思えてなりません。

教育の現場は、もっと思慮深さを身に付ける教育を追求しなければならない気が  
します。考える癖を修得させなければならないのです。そのためには、教える立場  
の先生方が知識<sup>い</sup>を切り売りするようなスタンスではなく、生徒といっしょに真理を  
探究する姿勢を取らなければならない気がします。生徒も、先生から知識<sup>い</sup>を得よう  
とするに止まらず、考える癖を習得しなければならないのです。勿論、そのために  
は、まず先生が考える人でなければならないのです。

2018年の現在から遡<sup>さかのぼ</sup>ること115年前、16才の操はさまざまなこと<sup>い</sup>に思いをめ  
ぐらしていたのです。暗記勉強<sup>い</sup>だけに集中しがちな現代の高校生とはどこか異質な  
感<sup>い</sup>がします。

当時の教育内容や教育方針などについては全く無知ですので、語る立場にはあり  
ません。ですが、操のような少年がいたことから推測すると、当時の教育の現場は、  
現在の暗記偏重の教育より、考えることを重視していたのではなからうか、という





気がします。いかなものだったのでしょうか。それはともかく、現在の暗記勉強中心の教育については、どこかおかしいという気がしてならないのです。

16才という若さで、自ら人生に終止符を打った操の早世を惜しみます。それは、私自身の76年間の人生を振り返ってみての実感です。頭で考えた理論ではなく、体験に基づき、心の底から湧いてくる気持ちです。彼にはもっと長生きをし、もっと人生を体験して、経験による心のはたらきの変化を味わってほしかったと思います。16才の死は早過ぎます。

彼もあと60年生きていて、76才の私の年となっていたら、多くの体験を重ねて「大なる悲観は、大なる楽観に一致する」という境地を超越し、「大なる悲観は、大なる楽観に変わる」という境地に辿り着いたのではないかと思うのです。さらには、悲観も楽観も超越した境地、つまりあるがままを受け容れるという境地まで達したのではないか、という気さえするのです。16才までの人生では、人生を語るには、経験が足りない過ぎます。彼の早世を惜しみます。

彼が76才まで生きたとすれば、16才で書いた「巖頭之感」は76才にはどのように変わっていたのでしょうか。彼は「萬有の真相」を完全に解決はできなかったと思いますが、「それは、それとして」人生の意味を理解し、納得して人生を楽しんでいたのではないか、などと希望的な想像をしています。埒もない話ですが、そんな思いを強くする昨今です。

16才から76才の60年間の彼の体験から得た経験則によって、彼の人生観がどのように変わっていくか、という点に興味は尽きないのです。「少年の早世を悼む」というこの段のタイトルには、そこを知りたかった、という思いを込めたものです。

16才では、経験が少なすぎます。色々なことを経験して、たどりつく境地に至るには、経験が足りません。ですが、彼の前記遺書に書かれている「不可解」という思いは、76才まで生きて多くの経験を重ねてもいまなお共鳴します。

私も中学1年生の1年間だけは、暗記勉強に熱中しましたが、中学2年生頃からは、「萬有の真相」ばかりが気になりだし、暗記勉強などは取るに足らない問題という心境になりました。暗記勉強に熱中している成績を上げることなどでは何の解決もできない、という問題意識で一杯となり、他のことは眼中になくなりました。

いま目の前にあることに集中できなくなりました。それは操の『巖頭之感』に語られているところとほぼ同じ思いだったような気がします。

この問題の解決には、同級生はもとより、親も、そして先生さえどうせ答えられる筈がないとの思いが先立ち、相談相手にはならない、と思っていました。いつも一人で、うつうつと過ごしていました。

頭の中には、四六時中「時間はいつから始まり、いつ終わるのか」、「宇宙は、どこまであるのか」、「死後の世界はどういう世界か」などということばかり気になって他のことには身が入らない状態となったのです。



気分を転換しようと中学2年の後半に入った野球部でも、ピッチャーとして試合のマウンドに立っていても、それらのことは頭から離れませんでした。何をやってもそのことばかりが気になり、他のことは頭の中から飛んでしまいました。ボールは捕らなければ投げられないのに、捕る前から投げることを考えているという状態になっていたのです。これではエラーします。

ついには、ややうつ病状態となり、無気力になり、ものごとを悲観的に考えてしまうようになりました。いまにして思うと、「それは、それとして」という一つのことだけに拘らない考え方ができればうつ病状態にはならなくて済んだと思います。15、6才の少年には「それは、それとして」などという知恵も余裕もありませんでした。76才まで生かされたおかげで、「それは、それとして」という知恵が身につけ、悩みにぶつかってもそれだけに拘ることはなくなりました。悩みは解決しなくても、それはそれとして前向きに進めるようになりました。

高校生となっても、大学受験勉強に一生懸命となっている同級生とも、進学指導の先生とも、一線を画していました。大学には進学しないで遠縁の社長に拾ってもらいました。

この間、いくら仏教の本もキリスト教の本もかじりました。しかし、「キリストはたかが2000年前、釈迦は2500年前のこと、『悠々ゆうゆうの天壤てんじょう、遼々りょうりょうの古今』を語れる筈がない」という思いが先立って、解決の糸口さえ見付けられませんでした。目の前には、今やらなければならぬことがあるのに、そのことに身が入らないのです。「どんなにやっても、いずれ死ぬ身だ」とか、「どんなに覚えた知識も

死ねばなくなるのだ」などと、いまやらなければならないことに一生懸命になれなかったのです。生きてることがさっぱり面白くないのです。



それでも会社で仕事の真似事をするようになり、学問と学歴の必要性を痛感する現実もあり、就職して1年後に大学に籍を置くことにしました。大学でいくら勉強しても、前記の煩悶、苦悶は解決されませんでした。ここでも、解決の糸口さえ見つけられなかったのです。まだまだ、仕事にも勉強にも一生懸命にはなれません。ですが操少年のような自殺を決行しようとする勇気もありません。せいぜい夜の街をウロウロするだけです。お茶を濁すという程度の生き方をしていました。オーバーな言い方になりますが、半ばうつ病という精神病のようになり、悶悶という時代が過ぎました。

この時代は、「生まれてこなければよかった」という思いが強く、親に対しても世の中に対しても感謝の気持ちが湧いてくるということはありませんでした。砂を噛むような毎日でした。

ある時、仕事で空調（冷暖房などの空気調節）の工事現場に行きました。その頃の仕事は空調の設備工事の設計でした。現場打合せの合間に一服しました。その休憩時間に中年の現場作業員が「千田さんは、いつも難しい本を読んでいますか」と声を掛けてくれました。砂を噛むような毎日の中でも、どこかに真相を知ってやろうという思いは残っていたのです。

「時間のことや、宇宙の果てのことやら、死んだ先のことなどが気になって仕方がなくてね」と話したところ、その男の方は、「いいなあ！余裕だなあ！私なんて今日一日妻子をどうやって食べさせたらよいか、この現場の作業をどう処理したらよいか、という今日のことで、その先のことなど考える余裕はありません」と心の底から羨ましそうな声を出しました。

この一言は効きました。釈迦やキリストに関する本より、大学の授業より、法律の本より、効きました。たまたま、そういうタイミングだったのかも分かりませんが、この日のこの一言に深い感動を覚えました。血糖値が下がっている時は甘いものがほしくなります。そんな時のチョコレートやようかんの旨さは格別です。そういうタイミングだったのかも知れませんが、この時のこの一言はインパクトがありま



した。



「そうか、皆、いまのことに一生懸命なんだ。先のことばかり考えているのはどこかおかしいのかも知れない」という思いが湧いてきたのです。それまで、ポーッと生きているように見えていたまわりの人達が急に輝いて見えてきたのです。この人達の生き方こそ本当なのかも知れない、という思いが湧いてきました。

「仕事や受験勉強など、『萬有の真相』の解決とは何の関係もない。仕事や勉強に熱中している人は、大事なことを忘れているのだ。自分が死ぬことを忘れているのだ。呑気な人達だ」、という考え方から、「遠い未来を考える前に現在がある、宇宙の果てを考える前に会社があり、学校がある。いまのことに熱中するのは当然のことかも知れない」、「この人達こそまともなのだ」、「自分の方がおかしいのかも知れない」という考え方が湧いてきたのです。

この一言はターニングポイント（転機）となりました。これもタイミングとか縁だと思いますが、たまたま、間もなく中央大学の法学部の卒業が迫っていたときでした。「いま、何をすべきか」を本気で考えました。その結果、スタートは遅いが司法試験に挑戦しようと決めました。



そこから2年間、司法試験の勉強に熱中しました。受験勉強などしたことがないので、受験勉強疲れなど全くありません。これまでの反動だったのでしょう。やる気になったら、集中出来ました。1日14時間は机から離れない、銭湯の中でも本を読むという生活が続きました。10年かけても取れない人もいる中で、丸2年の勉強で合格できました。全てが縁です。心身共に最高の状態で集中して受験勉強ができたのです。タイミングが良かったのです。運が良かったの一言です。

それから、「萬有の真相不可解」という問題は解決していませんでしたが、それでも、「それは、それとして」という考え方で、いま、この場を、まわりの人といっしょに大事にするといういまの一瞬に、身の入った生活ができるようになりました。

ここまでの時点における私の人生を振り返っただけでも私は操少年の16年の人生よりは10年くらい長生きをし、人生を経験したことになります。操の言う、「不可解」という限りない時間、限りない空間に関する疑問は解決されていませんでし





だが、「それは、それとして」という考え方もいくらかできるようになっていました。先のことばかりが不安で仕方がないという考え方から、「いま、ここに集中する」という生き方への方向転換の切っ掛けを見付けた気がしていました。

16才から約10年の人生経験がなければこの糸口は見付けられませんでした。操が16才で早世せず、後10年人生を経験していたら、自ら命を断つことはなかったかも知れません。のみならず、秀才と思える優れた彼の頭脳、行動力、人を思いやる優しさは、彼の身の回りの人のために役立つ仕事や立場を見付け出していた気がします。16才の早世を悼みます。

彼の16才から10年の人生経験を経た上での彼の哲学を知りたい気がします。まだ、悲観論から楽観論が変わってはいないかもしれませんが、悲観論一点張りではなくなっていたかも知れません。もう少し、多様な考え方ができるようになっていたかも知れません。

目の前にある今、目の前にいる人、目の前のこの場所、目の前のこの仕事などに興味が湧き全力投球していたかも知れません。先のことや宇宙の果てのことよりも、目の前の問題に一生懸命取り組めるようになっていたかも知れません。彼の才能なら、そのような生き方をしていれば、何かを得ていた筈です。

私は、20代の半ば過ぎから、弁護士業に専念しました。1人の弁護士が同時に担当できる事件数は50件くらいと言われているのですが、最も多いときには500件位の事件を同時に担当していました。さすがに忙しすぎ、愚痴を零すこともありました。それを知った長兄は、「そんなに沢山のクライアントがついてくれることにまず感謝しなければならぬ」と言い、「短い時間に多くの仕事を熟すことが実力をつける上では最も効果的な方法だ」と諭してくれました。

そのようなアドバイスのお陰もあり、自分でも驚くほどの仕事をしました。仕事だけではなく、朝は朝野球で投げ、昼は裁判所でテニスをし、夜は妻や事務員と家庭バレーボールを楽しみました。仕上げはいつも焼肉とビールパーティーとなりました。そんな生活の中で、いつの間にか、「萬有の真相不可解」などということでも悩む機会も少なくなっていました。



ですが、萬有の真相不可解という根本問題は未解決のままですから、時々頭を持

ち上げてきました。未だに 16 才当時と変わらない疑問が湧き、今でも、一時的にうつ病的気分になることがあります。特に、疲労が激しかったりしますと、その傾向が強くなります。

ですが、16 才の少年とは違います。ものごとくに拘らなくなっていますので、その都度「それはそれとして」という考えで、現実に戻り、いまのことに集中することができます。「萬有の真相不可解」という頭で考える問題は、未解決のままなのですが、「それは、それとして」という心のはたらきで、頭の悩みを超越できているというのが、現実です。

42 の厄年から、生活習慣病が発覚し、その後の約 20 年は薬物療法をしましたが、62 の厄年からは慢性腎不全症となり、それからの 15 年間は人工透析療法や 10 数回に及ぶ手術と入院の繰り返しとなりました。病気とは手の切れない生活となりました。70 才の時に妻から腎臓をもらい、生体腎移植を受け、奇跡的とも思える経験をして健常者と変わらない生活ができるようになりました。

この闘病生活の経験が、人生に対し、「大なる悲観は大なる楽観に一致する」という自殺直前の操の境地を超越し、「多くの人のお陰で生きていられるのだ」という感謝の心と「いつか誰かのために役立ちたい」という気持ちが湧いてきました。悲観、楽観を超え、ただ現実を受け容れ、現実に感謝し、恩を返そうという境地に至りました。そのような気持ちが湧いてきたら、「人生は生きていだけで楽しい」という思いと、「人生は、いまの一瞬を、まわりの人といっしょに、楽しみ尽くすのみ」という気持ちになってきました。これが、いまの心境です。

「大なる悲観イコール大なる楽観」というレベルではなく、「人生は奇跡的な縁で生かされている、楽しむチャンスをもっている、こんな幸福なことはない」、と思えるようになったのです。

「大なる悲観は、大なる楽観に一致する」と思えたのは、自ら命を断とうと決意した時点で辿り着いた操少年の心境のようですが、生きること自体を楽しむという心境は、多くの体験を積み重ねて後期高齢者になって生まれた私の心境です。自殺しようと思った一瞬の心境ではなく、普段いつでもそう思えるのです。この心境に辿り着く直接の糸口は、病気が切っ掛けとなって体験した経験則だったと確信しています。





何回もの手術中の体験の中で、臨死体験と思える体験をしたことと、何度か死を覚悟しましたが、それを乗り越えやれているいまの人生は、余禄というかお負けというか、儲かったような心の余裕が、「人生は生きているだけで楽しい」という気持ちにしてくれたのです。

「人生は、いまの一瞬を、まわりの人といっしょに、楽しみ尽くすのみ」といういなべんフィロソフィー誕生の源泉は、そこからさらに日々の経験を重ね、まわりの先輩や、友人の生き様を見せてもらい、いよいよ確信となり、私の心の大河となり流れ続けています。

もし、藤村操が76才まで生きていたなら、それでも「萬有の真相は唯一言にして悉す、曰く、『不可解』」と言ったでしょうか。

多分、その部分については、彼はそう言ったのではないかと、思います。何故なら、私の体験では、76才となっても自然科学的というか、物理的には萬有の真相は不可解であるという問題は解決していないからです。しかし、体験に基づく経験則は、「それはそれとして」という考え方、心のはたらき方を生み出してくれました。操は、76才まで生きていたら、「それは、それとして」という考え方となっていたでしょうか。なっていたのではないかと思いたいです。彼の早世を惜しみます。

そもそも、この問題は自然科学的思考・物理的思考では解決できない問題なのです。いくら科学が進歩しても、解らない部分は残ります。ですから、いつでもこの問題は残ります。

問題は、自然科学的思考・物理的思考では解決できないことがあることを前提にしたうえで、人間はどう生きるべきかということになるのではないのでしょうか。分からないことは分からないとした上で、「それは、それとして」どう生きるかを考える、それが哲学、つまり生きる知恵だと思えます。

---

『いなべんの哲学』は、第3段「知識と知恵」、第4段「悲観、楽観、諦念」、第5段「近代自然科学理論の忘れもの」、第6段「臨死体験」、第7段「いなべんの哲学とは」、第8段「いなべんの哲学の実践」、第9段「7才の孫娘の哲学」、「おわりに」と続きます。



# 『病を楽しむ生き方を語る その1』



一心を前向きにして楽しむ』が発刊されました。

前記、田舎弁護士の駄弁句③でも紹介しましたが、東京女子医大で処方してもらっていた高血圧の薬レザルタスを血圧が下がっているのに飲み続けていたため、血圧が上で 80 位まで下がり、体が怠<sup>だる</sup>くなっていました。また、脱水状態となっているのに利尿剤ラシックスを飲み続けていたため、声が掠れるなどの脱水症状が出ていました。どちらも、「年のせいだ」とか「今年の夏の猛暑のせいだ」などと思いつ込んでいました。

ですが、ふと気が付いたのです。「血圧が低いのに、血圧降下剤を飲む馬鹿がどこにいる」、「脱水なのに、利尿剤を飲む馬鹿がどこにいる」と。その馬鹿がいたのです。ここに、自分という馬鹿がいたのです。そのことに気付き、己の馬鹿さかげんに笑ってしまいました。自分で気が付けば笑えるのです。病さえ笑えるのです。長い闘病生活体験の中で、医療もゲーム感覚で観れるようになりました。

今日から、血圧降下剤であるレザルタス、利尿剤のラシックスはストップします。その結果は「凶と出るか、吉と出るか」を賭<sup>か</sup>けてみます。多分「吉」と出るだろうとワクワクしています。凶と出たら、それはそれでいいのです。そうになったら、次の手を考えます。

まるで、「丁半ばくち」を楽しんでいるみたいです。人生そのものが二個のさいころの目の合計が偶数(丁)か奇数(半)かにかけるばくちみたいなものです。病気の治療だって同じようなものです。病気の治療を賭け事と一緒にするのは不謹慎と叱られそうですが、それくらいの気持ちでなければ病という最も辛い局面を楽しむなどということはできないのです。

いろいろやって失敗を繰り返す中で、たまにいい結果が出ることもあります。それを見つけ出すことは、宝探しみたいなものでワクワクします。出浦先生は「私といっしょに、試行錯誤をしてみませんか」と語ってくれました。そこから診察治療を受けることが楽しくなりました。先生は亡くなりましたが、自称弟子の一人であるいなべんが、病でお悩みの方に「私といっしょに、試行錯誤をしてみませんか」、「病を楽しみませんか」と誘い掛けているのがこの本なのです。病で悩んでいる人に読ませてやって下さい。

