

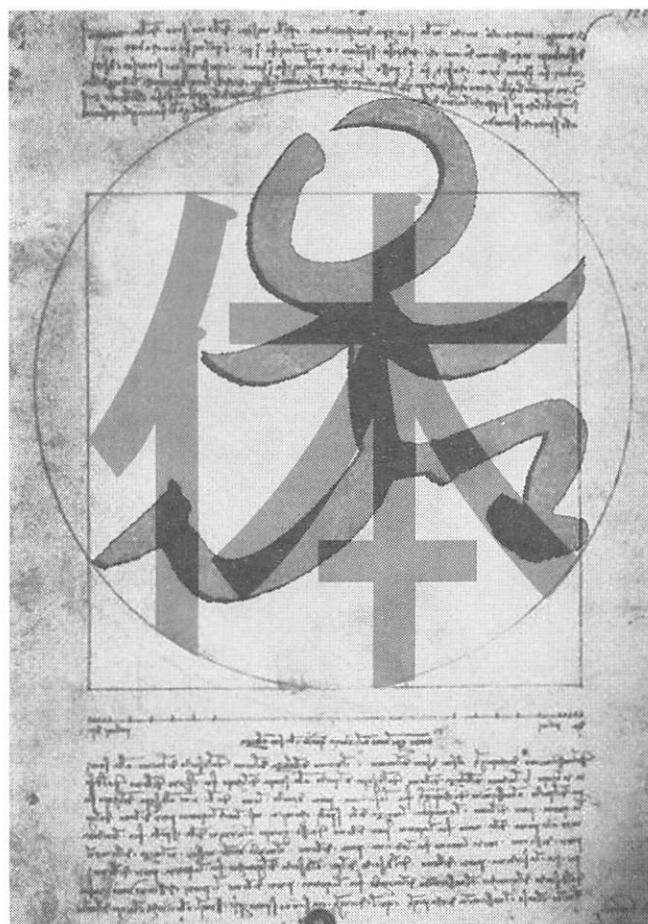
平成18年
10月号

250円

やすらぎ

人と人をつなぐ月刊総合誌

「短い睡眠をとることについても、いくつかの要素があります。昼寝の為に最も適した時間帯は、専門家によると正午です。深い半時間の昼寝は、夜の2時間の睡眠に値します。従って、正午に眠れば、夜にはより少ない睡眠時間で足りることになります。」 p.19



生命と魂

シュクル(感謝)

ここにも福はあろう

いかに眠るべきか

胎内にある世界



このところ、なんとなく体調不良を感じていました。未経験の症状で、どこかおかしいと思いながら様子見が続いていたある日のこと、これはもしかしたら何らかの重病の兆候なのではないかという思いに突然駆られ、そのとたん闘病生活を送っている自分自身のイメージが脳裏を横切ったのです。そして様々な想像が次から次へと浮かんで消えていきました。死期を目前にして、体が持つ機能や役割を適切に使ってこなかったことに気付कि悲嘆にくれる私。主人や周囲の人々に対して行ってきた不義理を悔やみ、許しを求めずいられない気持ち。お金やあらゆる所有物の価値が無と化して虚しいものに成り下がったような感覚など……。しばらくしてようやく、私はまだ生きているし普通の生活が送れている、明日にでも病院に行けばいいし検査しなければ何も分からない状況だという当たり前のことに気付いて落ち着きを取り戻しました。

病氣や怪我をして体が不自由になったときに、誰もが健康のありがたさ、体の精巧さを実感します。また同じような苦しみを味わっている人々に対する思いやりも生まれます。ただいったん症状が回復すると、「喉もと過ぎれば熱さを忘れる」のが人間です。大病でなくとも、頭痛で集中力が格段に落ちたり、喉の痛みで飲食がままならなくなったりと、ごくありふれた症状でさえも非常に辛く日常生活に支障をきたすことが分かります。それが無い状態、つまり体が正常に機能し特段の問題も感じず、元気に動けることは幾重の恵みでしょうか。決して当たり前のことではなく、感謝してもし尽くせない素晴らしいことではないでしょうか。

ハディース（預言者の言行録）に、「朝には夕べを期待するな。夕べには朝を期待するな。病のために健康をふりあて、死のために生をふりあてよ」という言葉があります。大げさなまでに広がった私の空想は、体や健康の大切さを知っているようでいながら熟慮し実感しようとしなかった私に、圧倒的なまでの無力感を味わわせてその意味を考えさせようとする力が働いたのかもしれませんが。



編集部より	2
生命と魂	3
祈りのある毎日へ	4
ローストチキン	4
シュクル（感謝）	5
預言者ムハンマドが教えた予防医学	9
心と身体的一致	10
ここにも福はあろう	11
年老いた人々へのメッセージ	13
いかに眠るべきか	17
胎内にある世界	21
リュックの先生 東へ西へ 8	23
『Rock You!』 A Knight's Tale	25
通訳はすごい!	27





生命とは一つの神秘です。アッラーの神秘を知る者だけがその本質を知るのです。

純粋な生命とは、一つの肉体的生です。肉体における温もり、生命感は完全に生来与えられているものであり、得られた糧が血やエネルギーに代わっていく流れの中で出現するのです。

物質的な意味で、生の目的は活動すること、そして肉体的ないくつかの役割を果たすことです。このような生き方は動物と何も違いがありません。本当に人間らしい生とは、そこに意識や意志、そして来世へも開かれているものであり、これこそが真の生なのです。

命は、魂ではありません。それは物質的な一つの活動です。魂は分解されることもばらばらになることもありません。物質的尊さとはまた異なる、繊細で優美な存在です。そしてアッラーの命令を知る存在でもあるのです。

魂は、物質的な命と共にこの世界に存在し、それが去っていくと共に、魂自体も去っていきます。命は消えてなくなりますが、魂は、アッラーに生かされ、永遠に生きるのです。

生命はフィトラ(生得、本然)を源とするもので、自然界という次元に属するものです。魂は神聖なそよぎであり、自然界を超越する本質を持つのです。生命には限りがあり、死があります。魂は永遠で不滅なのです。

魂は、知能のメカニズムを超越したところで物事を理解し、感じ、求め、望む、一つの存在です。魂と肉体との関係とは、一時的な隣人であり、運命共同体であるようなものなのです。

魂は死の影響を受けず、墓の穴から容易に抜け出すことができます。墓場や復活の為に集められる場の起伏に引っかかってしまうこともなく進み、地獄や天国の無限さに至る、不滅の存在なのです。

魂は、時には人間の形のように、時には細かな蒸気のように、時には何か別の尊いものとして、例えば鏡、あるいは夢、白昼夢等にうつし出されます。そして天使のようによいことや恵みと、シャイターンのように災いや罪と共にいるのです。

真の生命とは、精神的、物質的生が肩を寄せ合い、一緒にいるというものです。このような生命は同時に、この世で真の人間の命をもたらす種であり、あの世で成長し発展していく天国の民の命となります。

意識と純粋さは、心の生命がもたらすものです。

真剣さを伴わずに生きる人には、心の生命がないのです。彼らの嗚咽すら、偽りの一つなのです。

この世に初めてやってきた時以来、真の生命は、動物的生命を覆うもの、そしてそれ自体発展させられていくものとして私達に預けられています。魂と肉体の関係が終末を迎える瞬間まで、それはずっと私達の責任の範疇にあるのです。

人はその動物的生によって動物に、精神的生によって天使に等しく、緊密な関係にあります。自らの本質としてある能力や力を生かすことのできる人達は、時には天使ほどに尊いものとされます。同様に、この能力を役立てることなく、さらには悪事に利用し、破壊に用いる人は、遠からず動物以下の状態に陥り、さらにはシャイターン化することを免れ得ないのです。



避難を望む者をまもり給うお方

恵みを求める者に恵みを与え給うお方

援助を求める者に、援助し給うお方

秘密を保とうとする者を保持し給うお方

もてなしを望む者をもてなし給うお方

正しい道を求める者に道を示し給うお方

困難な者に恵みを与え給うお方

救いを求める者を救い給うお方

助けを求めて叫ぶ者を静め給うお方

罪の赦しを乞う者を赦し給うお方

あなたは完全無欠なお方、あなたに栄光あれ、あなたの他に真の神は存在しません。私達を地獄の炎からお助け下さい。*



ローストチキン

材料：骨付きの鶏のもも肉 2本

塩 コショウ 少々

油 大さじ2

(たれ)オレンジマーマレード・酢 大さじ2

ニンニク・しょうがのみじん切り・蜂蜜 小さじ1

作り方：

1ーもも肉に、塩、コショウをすり込みしばらく置き、ぶつ切りにする。

2ーフライパンに油を引き皮を下にして並べ小さめの鍋のふたで押さえながら焼く。たれを作り、はけで肉に塗る。グリルで15分焼けば出来上がり。

*偉大なる鎖帷子（ジャウシャヌカビール）には、祈願（きがん）、唱念、救いを望むことが記されています。それは、真の主アッラーの多くの御名を知らしめ、それらの御名と共にアッラーへ祈願し、近づく方法を示す大変貴重な意味深い書です。鎖帷子は戦いの時、身を攻撃から守るために着ます。人間の靈魂に授けられた善美を守るためには、偉大なる鎖帷子のような精神的鎧が必要です。本来、偉大なる鎖帷子（ジャウシャヌカビール）が精神的世界のみではなく、物理的世界においても守りとなると伝えられています。



シュクル(感謝)*

シュクルは、自分に対する良いことに感じる喜びや感謝の気持ちを意味する言葉ですが、スーフィーたちは、それによって自分が創造された目的を達成するために自分に授けられた体や能力、感情、思考を使うことを意味します。つまり、創造主に与えられたものについて創造主に感謝するということです。このような感謝は、すべてはアッラーから直接もたらされることを認め、それについてありがたく感じることで、個人的な行動や日常生活、言葉や心に反映されます。人は、アッラーから与えられるもの、もしくは与えられずにいるものと同様に、アッラーのお力と強さのみ頼り、すべての良いことや恩恵はアッラーから来るということを確認することで、口頭でアッラーに感謝することができるでしょう。アッラーのみがすべての良いこと、美しさ、恩恵を創られ、それを得る方法も創られるため、アッラーだけがそれらを適切な時にお与えくださるのです。

アッラーのみが「天のテーブル」として私たちに用意されたものすべてを決定し、配分し、創造し、広められるので、彼だけが私たちが感謝するのに値されます。アッラーの恩恵を得ることを自分や他人の力に依るものだと思うことは、実際にはそれによって、アッラーは真の所有者、創造者、すべての恵みを与えてくださる御方ではないと考えていることを示してしまっているのです。そしてそれは、私たちの前に荘厳なテーブルを置いた従者に莫大なチップを与えて、それを準備させ私たちのところへ持ってこさせるようにした主催者を無視するようなものです。このような態度は、次で述べられているように、まったくの無知と忘恩を反映しています。『かれらの知るのは、現世の生活の表面だけである。彼らは(事物の)結末に就いては注意しない。(聖クルアーンビザンチン章 30:7)』

心からの真の感謝は、すべての恩恵はアッラーから来るということに確信を持ち、そしてそれに相応しく生きることを通して現れます。すべての恩恵と同様に、自分の存在や人生、体、外見、そしてすべての能力や成果は、アッラーから与えられたものだと、自分自身で確信を持ち、進んで認めなければ、言葉で、そして日常生活を通して、アッラーに感謝することはできないでしょう。これについては次のように述べられています。『あなたがたは思い起こさないか。アッラーは天にあり地にある凡てのものを、あなたがたの用のために供させ、また外面と内面の恩恵を果たされたではないか。(ルクマーン章 31:20)』『またかれはあなたがたが求める、凡てのものを授けられる。たとえアッラーの恩恵を数えあげても、あ

なたがたはそれを数えられないであろう。(イブラーヒーム章 14:34)』

* この文章が “Key Concepts in the Practice of Sufism” よりの訳です。

身体的な感謝は、自分の器官や機能、能力をそれらが創られた目的のために使うことや、しもべとしての義務を果たす中で可能になります。一方、口頭による感謝とは、日常的なクルアーンの読誦、礼拝、祈願、アッラーの美名を言うことだと言われています。心による感謝は、イスラームの信仰とまっすぐであることの実質について確信を持つことを意味します。実践のもしくは行動の感謝は、すべての崇拜行為をまっとうすることだという人々もいます。感謝は信仰と崇拜のすべての側面もしくは枝の部分に直接関係するため、信仰の半分だと考えられています。包括的には、忍耐と合わせて考えられ、感謝と忍耐は信仰生活の半分ずつだと考えられることもあるのです。

聖クルアーンの中で、『必ずあなたがたは感謝するであろう。(雌牛章 2:52)』や『アッラーは、感謝(してかれに仕える)者に報われる。(イムラーン章 3:144)』のように、全能のアッラーは感謝するように繰り返して命じられ、それが創造と宗教をお与えになったことの目的だと示されています。『もしあなたがたが感謝するなら、われは必ずあなたがたに(対する恩恵を)増すであろう。だがもし恩恵を忘れるならば、わが懲罰は本当に厳しいものである。(イブラーヒーム章 14:7)』というような章句では、アッラーは感謝する者に豊富な報奨を約束なされ、感謝しない者には悲惨な罰で脅されました。アッラーの美名の1つは、感謝される御方であり、これはすべての恩恵を得る方法は、感謝を通してであり、それにはアッラーがたくさんの報奨を返してくださるのです。アッラーは預言者アブラハムとノア(彼らに平安あれ)を、次のように言われて称えられました。『かれは主の恩恵を感謝する。(蜜蜂章 16:121)』『本当にかれは感謝するしもべであった。(夜の旅章 17:3)』

感謝は非常に重要な宗教的行為であり大切な「資本」ですが、本当の意味でそれを行っている人はほとんどいません。『われのしもべの中で感謝する者は僅かである。(サバア章 34:13)』ほんの少しの人だけが、「アッラーに感謝するしもべであるべきではないのか?」と言って、感謝の義務を完全に自覚して生活し、感謝の義務を果たすために最善を尽くそうとし、それに沿って生活しようとしているのです。

預言者ムハンマド(彼に平安と祝福あれ)は感謝においても無比の存在であり、義務ではない夜中の礼拝(タハジユド)を長くされていたため、足が腫れてしまっていました。あるとき、彼は妻のアーイシャに「私はアッラーに感謝するしもべであるべきではないのかね?」とおっしゃりました。常にアッラーに感謝し、信者たちに感謝することを勧められ、そして「アッラーよ。私をあなたの名を言い、あなたに感謝し、可能な限り最善の方法で崇拜できるように助けてください。」と言って毎朝毎晩アッラーに祈られたのです。

感謝は、アッラーの恩恵や愛情を受けて、これらの祝福をもたらして下さった御方へと向ける深い報恩の念と愛情であり、そして愛情や感謝、お礼の気持ちでアッラーに向かうことです。前述のハディ

ースはこれを最も直接表しています。

私たちはたくさんのもに感謝するでしょう。食糧や家や自分の愛する家族、富と健康、信仰やアッラーの知識や自分たちにもたらされた精神的歓喜、そしてアッラーが自分たちを愛してくださっているから、自分たちは感謝しなければならぬということを受け入れられるという認識です。もしこのような認識に対して感謝する人が、自分の無力

さと「資本」の貧困さのために常にアッラーに感謝するのであれば、彼らは真に感謝する人々の仲間になれるでしょう。アッラーの使徒(彼に平安と祝福あれ)はおっしゃられました。

「預言者デービット(彼に平安あれ)は全能のアッラーに尋ねられました。『主よ。あなたに感謝できるということは、それ自体が感謝すべき事柄なのに、どうやったら私はあなたに感謝することができるのでしょうか。』アッラーは答えられました。『お前はたった今それをした。』」

これが「私たちは、それに足るほどにあなたに感謝することはできません、感謝されるべき御方よ。」で表されていることなのではないでしょうか。

人はアッラーの恩恵を認めそのありがたさを感じることで、感謝することができるようになります。それは、恩恵をもたらしてくださる御方に感謝の気持ちを感じるのが、恩恵について十分に認めありがたさを感じることに依るところが大きいためです。信仰とイスラーム(聖クルアーンなど)によって恩恵を認めありがたさを感じるように導かれるため、人は感謝の気持ちでアッラーに向かえるようになります。信仰とイスラームの実践においても、私たちは無力無能でありアッラーのお慈悲を必要とすることを、またこれらの恩恵について、アッラーから与えられるものだということを私たちはもっと認識すべきなのです。これを認識することができたら、私たちは私たちが必要としている恩恵や愛情を与えてくださる御方を称えるようになるでしょう。そして、『あなたの主の恩恵を宣べ伝えるがいい。(朝章 93:11)』の意味に気づいたら、感謝する必要があるということを感じる事ができるでしょう。


誰もが自然に、良いことや自分に良いことをしてくれた人を称えたい気持ちになるものです。しかし、魚が水の中で生きていることに気づいていないように、この気持ちが呼び起こされるまでは、誰か他の人によって恩恵を与られていると気づくことはありません。その上、これらの恩恵はそれが手に入った直接の理由や原因によるものだとも思えるかもしれません。もし常に受けている恩恵を見ることも感謝することもないことを盲目と呼ぶのであれば、恩恵を様々な盲目と呼ぶべき理由や原因のおかげだと思うことは、許されない逸脱と言えるでしょう。「小さいことに感謝しない者は、大きなことにも感謝しない。」や「人々に感謝しない者は、アッラーに対しても感謝しない。」というハディースは恩恵に対して盲目であることを表し、私たちに感謝することの重要性を思い出させてくれます。『だからわれを念じなさい。そうすればわれもあなたがたに就いて考慮するであろう。われに感謝し、恩を忘れてはならない。(雌牛章 2:152)』や『かれに仕え、感謝しなさい。(蜘蛛章 29:17)』は真に感謝されるに値するのはアッラーであることを教え、アッラーの絶対的唯一性について思い出させてくれます。

感謝は3つに分類することができます。第1の分類は、宗教や精神的到達度に関わらず、誰もが欲するものに対する感謝です。第2の分類は、明らかに不愉快で嫌なことなのに、それを感謝すべき恩恵として見ることができる人々がその本質を示すものに対してする感謝です。

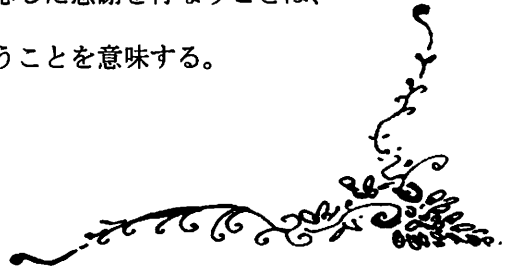
第3の分類の感謝は、アッラーに愛され、恩恵をもたらされる御方の視点からそれを見ることが出来る人々によってなされるものです。彼らはアッラーの恩恵を通してアッラーご自身の現れを見ることから始まる精神的歓喜の中に

人生を送り、アッラーを崇拝することに最上の喜びを感じます。アッラーに対する愛情から流れ出る精神的歓喜によって、彼らは常に最高潮にいますが、同時にアッラーとの関係について非常に注意深くもあります。このような人々はアッラーからもたらされた祝福を保とうと絶え間なく努力し、自分が逃してしまったものを常に探し求めています。彼らが絶え間なく自分の信仰、愛情、感謝をアッラーに向かう方向に深めている間、「視界の網」は様々な祝福や贈り物で詰まっているのです。

アッラーよ! 私たちをあなたが愛し、誠実にされ、あなたのもとへと返されたあなたのしもべにお加えください。平安と祝福をわれらが指導者、愛され、誠実にされ、あなたのお側へ引き上げられた者たちの指導者にお与えください。



あらゆる恵みに対し、その恵みに応じた感謝を行なうことは、
価値を理解できる、ということを意味する。





預言者ムハンマドが教えた予防医学*

12. 割礼

預言者ムハンマドは、10の事項を被創造物の摂理とされている。その一つが、割礼である。†

今日、知識人たちは何と言っているだろうか？彼らも同じことを言っていないだろうか？つまり、包皮は不潔さの元であり、雑菌の温床になったり、傷ついたり、癌のかかる可能性を高めたりといったリスクを負うものである。そのリスクから逃れる手段が、割礼なのである。

事実として、この問題で西洋は我々の中の無知な者たちよりもさらに先を行っているのである。今日、アメリカやイギリスで割礼をする者は何百万にものぼっているのだ。

この件に関して、私の頭に思い浮かんだ、ある言葉を紹介したい。「西洋は今、イスラームの子供を身ごもっている。オスマントルコ帝国も、西洋人である子供を産み落とすだろう」‡

今から七～八十年前に語られたこの言葉の、片方は実現した。そして我々は今、希望に満ちて、二つめの出産を待っている。陣痛はひどくなってきているようである。新しく生まれる子供の、よい知らせに満ちた産声は、インシャラー、近く聞かれることであろう。

ここまで、預言者ムハンマドの、そして他の預言者たちの正当性について見てきた。全ての預言者は、正しく真実に満ちている。彼らの人生で嘘はあり得ない。もし彼らに悪い点があったなら、誰かを正しい道に導くことは不可能である。彼らは、人々を正しい道に招き、天国へ続く道を示すためにやって来たのである。

そしてここで我々が学んだことは、預言者ムハンマドの正当性が、何千もの証拠によって証明できるということである。ここでは、預言者ムハンマドの正当性の証拠を三つの大きなグループに分けて示したが、これはもちろん我々が考えたことに過ぎず、このお方の正当性はこれ以外にも何十万もの証拠でもって、全く別の形で説明することもできる。第一、このテーマを誰が締めくくることができようか。最後の審判の日まで、彼の語られたことは真実となって現れ続け、それぞれの時代の人々は、彼の正当性をそれぞれに違った深さで理解し、彼と向き合うだろう。

あの世、と言われる世界では、預言者ムハンマドの正当性が、完全に明らかになり、全ての人が見るであろう。彼の人となり特性、その名前を示すものなどを、全ての人がそれぞれの魂の段階に応じて、必ず見るであろう。そして彼の言葉が正しかったことを理解するであろう。天国も、地獄も、そこでの物事も、全て預言者ムハンマドが我々に語られたとおりの形で我々の目の前に現れるだろう。そして、それらもまた、永遠なるその言葉で、預言者ムハンマドに、あなたの言うことは正しい、と言うであろう。

* この文章は“Prophet Muhammad: Aspects of His Life-1”よりの訳です。

† Muslim, Taharah 49, 56; Abu Dawud, Taharah 29

‡ サイド・ヌルスィ、伝記, p56

今年もラマダンの時期になりました。今となつてはあつという間の一年間でした。ムスリマとなつてからの2、3年はラマダンの時期になると、緊張感と興奮でいっぱいになりました。ムスリマになったばかりということはもちろんのこと、その頃はまだ独身であることや家族と住んでいたということ、またムスリマの友達、知り合いも限られていたということもあり特別な気持ちになっていました。

5年経った今も緊張感や興奮といったものはありますが、それほどでもなくなりました。一言で言えば心と身体がラマダンに慣れてきたということですが、毎年、いろいろな人と共に断食明けの食事をして、ラマダンという特別な時期によせる思いは異なり、毎年、毎年が特別なものとなっています。

私は妊娠、出産というものを経験してみて心と身体について考える機会を得ました。赤ちゃんが欲しいなと思った頃には、母になることを心で想像することしかできません。不安に思うこともあります、だいたいポジティブなことばかりを考えていました。実際に妊娠、出産してみて母になると、自分の身体を通して母というものを実感します。自分のことは二の次にして赤ちゃんの世話をすることが当たり前となり、自分の食事もシャワーも着替えも赤ちゃんが落ち着くまでは後回し。休憩するもの、眠るのもすべて赤ちゃんのリズムに合わせることになります。腕が痛い、腰が痛いと思っても赤ちゃんを世話しなければなりません。本当に体力、スタミナが必要です。自分の身体で体験することでまさに心と身体が一致し、妊娠や出産を理解できたなと思えました。

実際に身体と共に経験すると、心だけで理解していたものとはまったく違ったことを知る事になります。身をもって体験するとはこのことでしょう。私は礼拝や断食を実際に行なうようになってからそれまで感じられなかったことや、理解できなかった事が分かるようになったということがあります。初めは礼拝や断食がとても素晴らしい体験であると説明されても心からそれを感じることはできませんでした。礼拝や断食もかたちから入ってそれらがどういったものなのかを次第に理解していったように思います。初めは苦痛に感じていましたが、そこから学ぶ事がたくさんありましたし、今も学んでいます。毎日頭を下げると傲慢な気持ちが無くなっていきます。断食をすると自分にとって本当に大切なものは何なのかが見えてきます。

やはり心だけでは理解するのに限られているように思えるし、心に身体が伴って初めて本当に理解できるのだなと実感しています。





〈主よ、変えられないものを受け入れる心の静けさと、
 変えられるものを変える勇気と、
 その両者を見分ける英知を我に与え給え

ラインホールド・ニーバーの祈り)

3年前の夏、ドライブ中にあったことです。その日、たまたま私は車の後ろの席に下の子供と一緒に座り、長男は一人で前の助手席に座っていました。シートベルトをしてあげるのを忘れていて。急ブレーキがかかったのと同時に、長男は前方へ飛び出しフロントガラスに頭をゴンッとぶつけました。それほど大して強くはなかったのですが、角度がちょうど合ったのか、なんとフロントガラスにヒビが。長男はケロリとしていて「痛くないよー」と、そのとき食べていたお菓子を食べ続けていました。ガラスの修理代は16万円！翌日に予定していた旅行は車の修理のために中止。そのときに主人が教えてくれた話です。

お金は大きいけど、子供がなんともなくてよかった。もし旅行に行っていたら、もっとひどい事故にあったのかもしれない。ガラスが割れたのも、きっと何かそういうもっと大変なことの代わりなんだろう。」と話してくれました。

そして、このたとえ話を教えてくれました。

王様ととても仲の良い家来がいました。いつもみんなで狩猟に出かけていました。ある日、王様がライフルで鹿を狙って引き金を引いたときです。ライフルが暴発して王様の指が一本なくなってしまいました。その時、仲の良い家来が「これは幸運であろう。(いいことだ)」と言いました。この家来は普段からよくこの言葉を言っていました。でも指がなくなって痛いのに「これは幸運であろう。(いいことだ)」と言った家来に、王様はとても怒りました。そしてこの家来を牢屋へ入れてしまいました。

それから一年が経ちました。王様は他の家来たちと猟に出かけましたが、ある場所で、人食い人種に捕まってしまいました。そしてみんな縛られた時です。人食い人種は王様の指が一本ないのを見ると、王様を開放しました。体の一部が欠けている人間を食べてはいけないと考えられていたからです。王様は命が助かり大喜びで宮殿に帰りました。

すぐに牢屋へと向かい、古い友人の家来を牢屋から出しました。そして「私はあなたを牢屋へ入れて、とても残酷なことをした。もしあの日に私が指を失わなかったら、私は人食い人種に食べられていただろう。指をなくしたおかげで今こうして助かった。」と言い、家来に謝りました。すると家来はまた「これは幸運であろう(いいことだろう)」と言いました。

王様は「人を一年も牢屋に入れて、どうして”いいこと”があるのだ。と言いました。すると家来は「私がもし牢屋に入っていなければ、王様と一緒に猟に行っていたことでしょう。そこで人食い人種に

食べられた他の家来たちと同じ運命に遭ったでしょう。」と答えました。

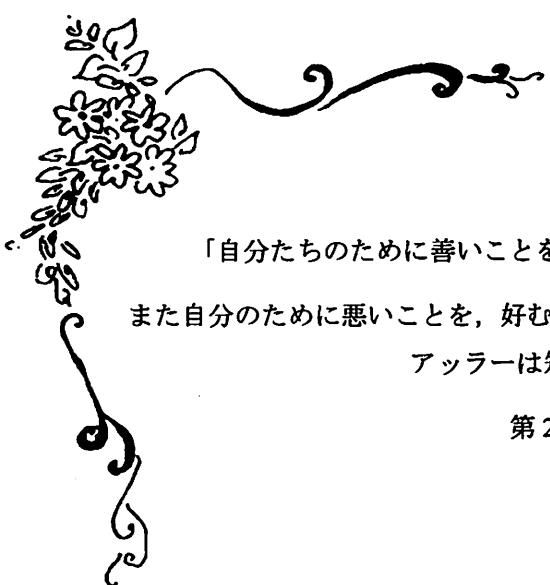
これがトルコ式の（イスラーム式）の考え方ようです。一見とてもつらかったり、苦しいことでも、そこには何らかの意味があると考えられるのです。人間の狭い視野では捉えることができないけれども、もっと、大きなところから眺めると、まったく逆の意味を持つこともあるのです。そして、その視点は、神が持っているものであり、イスラームは、その知恵を人間に与えているのだと、考えます。

私は主人をはじめトルコの人たちから、このような物事の捉え方を教えてもらい、とても楽になりました。自分にはどうしようもないことはどうしようもない。神に預けてしまうのです。

そして、今自分が出来ることを見つめて、やっていく。

一番最初に変えることができるのは自分自身です。

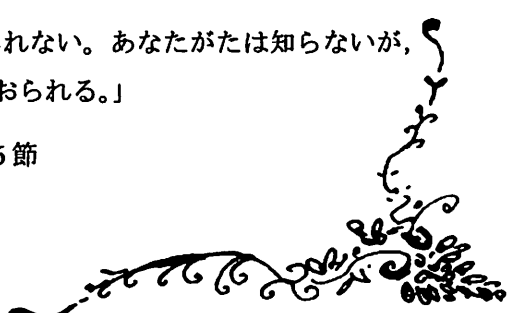
「悲しみの分だけやさしくなれる」という言葉がありますが、「苦しみの分だけ強くなりたい。」と思います。



「自分たちのために善いことを、あなたがたは嫌うかもしれない。

また自分のために悪いことを、好むかもしれない。あなたがたは知らないが、アッラーは知っておられる。」

第2章 216 節





年若い人々へのメッセージ

第8の希望

老いの印である白髪がちらほらと髪にまじり見え始めたころのこと、若さの深い眠りをより深くした世界大戦を経験し、私は捕虜となり、動乱期を生きていた。その後イスタンブールに戻ると、私には偉大な名声と栄誉のある地位が準備されていた。すべての人々から思いもかけない度を越えた親切なもてなしと関心を私は受けたのだった。カリフ⁶から、イスラーム裁判官、軍隊の長、さらには、神学校の学徒たちまでもが、私を歓迎してくれた。それによって、若さへの泥酔という状況によって作り出された私の精神状態は、より深い昏睡の状態に入っていった。この世がいつまでも続くと思ひ込み、自分自身も永遠であるかのようにこの世にしがみつくと、悲惨な、混乱した状況にあったのだ。

さて、時は聖ラマダーンであった。イスタンブールの聖バヤズィットモスクへ、誠実なクルアーンの暗誦者たちの読誦を聞きに行った。明白な奇跡のクルアーンは、天の講義から呼びかけ人間のもろさと生きとし生けるものの死について力強く報せる『クッルナフスィン ザーイカトゥルマウティ「誰でも皆死を味わうのである。」(3章 イムラーン章185節)』という勅命^{ちよくみ}をハーフィズたち(クルアーンの暗誦者)の言葉によって公言たもうた。私の耳にそれは入り、私の心に定着し、私が今まで感じていた迂闊さ、眠り、酔いなどの厚い層を、見事に打ち砕いた。そして私はモスクを出た。今まで長い間頭の中に住み着いていた眠りによる放心状態のため、その後数日間は私自身を、まるで嵐の中にあるように、煙を上げる炎のように、羅針盤を失ってさまよっている船のように感じていた。鏡で私の髪を見るたびに白髪が私に語りかける「注意なさい！」と。

さよう、その白髪が老いを思い出させ、私の状態を明らかに示した。私がとても信頼し、楽しむことに熱中していた若さには、ごきげんようと別れを告げていることに気づいたのだ。そして、情熱を抱き、まさに熱愛して来たこの世の生活は消え去り始め、愛着を持ち、すっかり虜となっていたこの世も、私にさようならと挨拶をしていた。私がこの世という客室から、旅立たなければならないことを明言していた。実はこの世自身も別れを告げ、出発の準備にとりかかっていたのだ。明白なる奇跡であるクルアーンの「誰でも皆死を味わうのである。(3章185節)」という節についていろいろな意味を考えてみた。「人間という種は一つの個である。復活するために死ぬ。地球もまた一つの個であり、永遠の道へ入るために消滅する。現世もまた一つの個である。来世に至るためにそれも又消滅する。」ということはこの節は示すのだ。そのことが、この節を通して心の中に染み渡っていった。

⁶代理人、後継人。預言者ムハンマドの死後、ウンマ(共同体)の最高指導者の地位を継いだアブー・バクルが⁷アッラーの使徒の代理人(または後継者)“と名乗ってから、ウンマの代表者をこう呼ぶようになった。

さよう、このような視点から捉え、自分自身をよく観てみると、楽しみの源である若さは、まさに、去ろうとし、その代わりに悲しみの元となる老いが到来していた。明るく光り輝いていた生活は去ろうとしている。見た限りでは暗く、恐ろしい死がその代わりにくる準備をしている。たいへん好ましく、いつでも続くと思ひ、よく考えることもなかった愛すべきこの世は、瞬く間に消え去っていくのだと気がついた。

自分自身をごまかし、もう一度 私の考えを迂闊^{うかつ}へ引き戻そうとした。そこで、イスタンブールで私が味わった地位、名声などの喜びについて、出来る限り色々なことを考えてみたのだが、全く役には立たなかった。それがもたらす関心や持て成しという慰めは、墓の門のところまでやってくることはできたがそこで消えてしまった。そして、名声を重んじる者たちの幻想のような目標である名誉とか名声で飾られた覆いの下に醜い偽善と冷淡な自我自賛、一時的な自我自失の状態などが見えた。私を今まで騙してきたこれらのものすべては何の慰めにもならず、また、それらには全く先はないのだと私は知った。

もう一度完全に目覚めるために、クラーンの天高く響き渡る教えを得るために、聖バヤジットモスクのクラーン暗誦者たちの声に耳を傾けた。まさにその時、天の講義から「信仰して善行に勤しむ者たちには、・・・」（2章25節）という来世にむけてのさまざまな聖なる勅命とともに、吉報の数々が聞こえてきた。

クラーンによって得られる喜びを通して、私は癒しと希望の光を、それらの外側にはなく、私を感じていた恐怖と^び死と絶望の中に探求めた。そして私は真の主に何千回も感謝を捧げたのだった。というのも、私は病そのものの中に治癒を見出し、暗さそのものの中に光を見出し、そして、恐怖そのものの中に癒しを見出したのであった。

まずはじめに、皆を怖がらせ、一番おそろしいと想像される死の顔をながめた。光り輝くクラーンを通して眺めると、死という黒いベールは、暗く、黒く、醜さはあっても、信仰者にとって（死の）本当の顔とは光り輝く美しいものであると私は知った。死は死刑宣言でもなく 別れでもない。それはむしろ永遠の生活の入り口、始まりである。人生における義務の重荷をおろし、休息し、それから解放されるものである。ステージ（場）の移動であり、バルザフ⁷の世界へ引っ越した、多くの知人たちに再会することである。

今まで記してきたさまざまな真実を通して、真の死の美しい側面を私は知ることができた。恐れを抱きながらではなく、私はある意味熱望しながら死の顔を見つめていた。そして私はスーフィーたちの言う「死を想うこと」の秘められた意味を理解した。

その後、皆をその消滅嘆かせ、あらゆる人々を夢中にさせ、熱望させ、罪と迂闊さによって過ぎ去っていく、あるいは過ぎ去ったと思われる若さについて考えてみた。その美しく飾られた衣の中には大変醜く酔い、自分を失った顔が見え隠れしていた。もしその本質に気がつかなかったとしたら、数年間の酔いと楽しみの代わりに、100年この世に生き残ったとしても、私を悲しませたことであろう。そのような者

⁷現世と来世との間にあるという意味から、個人の死後、最後の審判のために復活するまで魂がとどまる場所を意味する

の一人が嘆きながら、このように語った。

「もし一日でも、私の若さが戻る何かあったのなら、老いが私にもたらした悲哀について、それ（若さ）

に不平を言っていたであろう。」

さよう、この者のように、若さの本質を知らぬ老人たちは、若さのことを考え、老いを受け入れず、若さを追い求めて、泣き続ける。しかし、魂が精神的成長をとげ、心のやすらぎを保ち、冷静で、良心的な信仰者に若さがあれば、それが崇拜行為や善行といった来世のための商いに使われるならば、もっとも力強い商いの助けとなり、又美しく快い（アッラーの道において報償を得るためになされる）慈善や善行の媒介となる。

また、その若さは、イスラームの教えの義務を果たし、悪に傾かない者たちにとって、意味のある喜ばしい神からのめぐみとなる。もし若さが正直さ、清廉さ、篤信を伴わないのなら、多くの危機が生まれる。若さのもたらす溢れる熱情が永遠の生活、来世の生活を傷つけることがある。おそらく、この世の生活も台なしにすることになろう。また、若さゆえのたった1、2年間の快樂が、老いた後、何十年ものながきに渡る悲しみや苦痛とひきかえになることもある。

もともと、多くの人々にとって、若さは害となることが多い。私達、老いた者たちは、若さという危険と害から救われたから、アッラーに感謝を申し上げるべきであろう。あらゆるものと同様、若さも例外ではなく、その甘美さを失う。もし崇拜行為と善行にそれが費やされるならば、その若さの実（成果）は、それらの代わりに永久に残り、永遠の生活においても、ある種の若さを得るきっかけとなりうる。

それから、多くの人々が、熱愛し、とりこになっているこの世を見てみた。

クルアーンの光によって見ると隣り合わせに、3つの世界が存在することがわかる。

その一つ目は、様々な神の御名の世界に面し、それらの鏡である。

二つ目は来世に面し、それは耕地である。

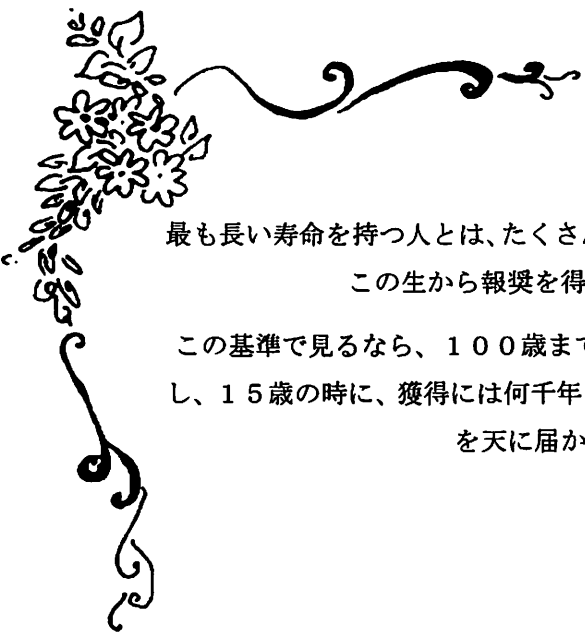
三つ目は世俗に面し、現（うつつ）をぬかす者たちに面し、のんきさにうつつを抜かしている者たちの遊び場である。

あらゆる人はこの世にそれぞれ自分自身の大きな一つの世界を持っている。人間の数だけの世界が、入れ子状に存在しているのだ。各々の固有の世界の支柱は、その個々人の人生ということになる。その体が壊れる時、その世界も彼の頭上に崩れ落ち、大混乱がおこる。迂闊な者たちは、彼ら自身の世界が、このようにすばやく砕け、壊れることを知らないので、全体的、普遍的な世界として、いつまでも続くと考え、それを揮する。他の者たちの世界と同様、それもすばやく砕け壊れるのだ。私にも、私個人の世界というものがあるが「この私の世界は、はかない私のこの生涯にとって、どのような価値があるのだろうか？」と考えてみた。

クルアーンの光を通して見てみると、私にとって、また皆にとっても、その世界は一時的な商いの場であり、毎日、満員になっては空になる客間であり、やってくる者通りすぎてゆく者たちにとって、買い物をするためにその道中に作られたバザール（市場）である。全てを手がけられる、その始まりのないお方が、英知によって記され、消される一つの帳面である。また、毎年訪れる春は、金めつきされた手紙であり、毎年訪れる夏は美しく並べ重ねられた頌詩である。そしてまた、全てを美しく創造し給う神の様々な御名を写し指し示す鏡であり、来世の苗木が植えられる庭であり、神のめぐみを咲かせる花壇であり、永遠の生活を示す道しるべを作る一時的なアトリエであるという本質を、私は見出したのである。そして私の世界をこのように創り給うた偉大なる創造者に何千回も感謝を捧げたのであった。

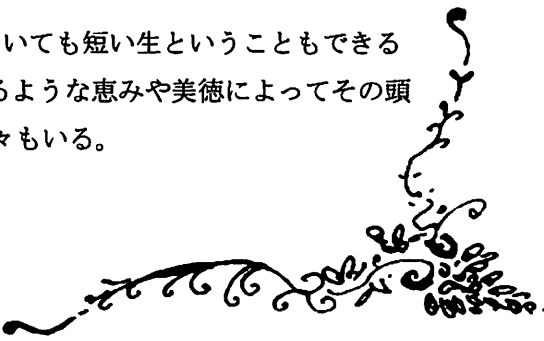
来世と神の御名を見出す美しい内面的世界に対する親愛の情が、人間には与えられてきたが、人間はその親愛の情を悪用し、つかのまの、醜い、有害な迂闊さという面で用いてきたのだ。そこで、「この世への愛は全てのおやまりのもとである」という聖ハディースの秘密が明らかにされたことを知ったのである。

さて、ご老人、ご老人の方々。信仰が私の目を開かせたことによって、私はこの真実を見たのである。そしてまた、多くの便り（リサーレ）の中でも、詳しく明らかに証明し、説明してきた。私自身の真の癒し、力強い希望、輝ける光を知った。そして、私の老いを幸いと思い、若さが過ぎ去ったことを喜んだ。あなた方も嘆き悲しむのを止め、感謝なさい。あなた方には信仰があるのだから、そしてこれこそが真実であるのだから。迂闊な者たちこそが泣き、逸脱した者たちこそが涙を流すのだ。



最も長い寿命を持つ人とは、たくさん生きた人のことではない。十分に活動し、この生から報奨を得ることができた人である。

この基準で見るなら、100歳まで生きていても短い生ということもできるし、15歳の時に、獲得には何千年もかかるような恵みや美徳によってその頭を天に届かせた人々もいる。





人間は、眠ることに人生のおよそ3分の1を費やします。しかし、人の生活における睡眠の位置づけは、この時間のみに制限されません。人の睡眠の質は、起きている時間にも影響を及ぼします。さらに、睡眠中に分泌される成長ホルモンは、子供たちの成長において重要な役割を果たします。またそれ以外の働きを持つ各種ホルモンも、体のケア、回復やリラックスに役立ちます。

人は、睡眠なしで生きることができるか

睡眠は、食べること、飲むこと、息をすることと並んで、生命を支えるのに必要な基本的ニーズの1つとして知られています。ひとがどれくらい眠らずにいられるか、という研究がいくつか行なわれています。普通の人々が眠らずにいられる時間は、平均して3日または4日です。この期間の終わりには、放心状態、いらだち、時間の感覚の麻痺、幻覚、若干の問題は時間、幻覚、吃音、話が理解できない、手の震え、体の痛み、視野狭窄といった様々な問題が発生します。これらの実験で最も長いものは、アメリカの大学生に対して行われたものです。11日間の不眠の後、彼の健康が深刻なリスクにさらされた時、実験は終わったのです。

健康な人は、どれくらいの睡眠を必要とするか

睡眠に関するいろいろな調査は、我々が健康的で安定した生活を送る為に必要とする睡眠時間が4時間から10時間であることを示しています。大人に取ってはおよそ6時間から8時間です。一方で、私達が1日8時間も眠る必要はない、ということを示す研究もいくつかあります。6時間か5時間、4時間でも十分だ、というものです。

長すぎる睡眠、短すぎる睡眠は何をもたらすか

長く眠りすぎる人、睡眠時間が足りない人は、程よく眠る人と比べて様々な健康上の問題に直面する傾向があります。71000人の女性を10年にわたって観察したある長期研究において、2つの重要な点が発見されています。まず、長すぎる睡眠は心臓病のリスクを増加させる、ということです。そして、長く寝すぎている人は、睡眠不足である人と同じ位、多くの健康上の問題に直面する、ということです。過度の睡眠は、肥満、糖尿病、筋肉量の減少、免疫機能の低下を引き起こすことがあるのです。

睡眠と休息との関係

私たちは、自分たち自身の経験、そして他の人達の経験から、眠る量と休息の量の間には比例の関係が存在しないことを知っています。より短く眠った人のほうが、より長く眠った人よりも、十分に休め

た、と感じることがあります。前者は、十分な休息をもたらす睡眠をとったのです。

質のよい睡眠を楽しむ為になすべきこと

日常生活及び睡眠前のいくつかの重要ポイントがあります。

●夜の食事は軽いものであるべきです。そして睡眠の少なくとも2時間前にはとるべきです。重い食事は、いびきや呼吸の問題を抱えている人にとってリスクを伴うものです。刺激を与える飲み物、例えばお茶、コーヒー、コーラなどは眠りを妨げます。

●眠る環境も大切です。良質な睡眠の為の理想的な環境とは、固すぎたりやわらかすぎたりしないベッド、弱い光、静けさ、そして暖かさのある部屋です。

●規則正しく寝る習慣を付けなければなりません。良質な睡眠を楽しむことのできるコンディションの1つとして、同じ時間に起き、同じ時間に眠る、ということがあげられます。週日の規則正しい睡眠は特に重要です。週末になるとこの規則正しさが乱されることは、良質な睡眠を妨げる原因の1つでもあります。

●右向き、あるいは左向きに寝るべきです。うつぶせ、あるいは仰向けで寝ることは、一定の問題をもたらすことがあります。いびきや呼吸の中断は、仰向けに寝ているときに起こる問題です。眠る為に最も適した姿勢は、横向きに寝ることです。主の恵みのおかげで、人は眠っている間10回から15回はその姿勢を変えます。

これは聖クルアーンで示されている、「洞窟の人々」の眠っている時の様子を思い起こさせます。「われは、かれらを左右に寝返りさせた。」(18,洞窟章第18節)ここで、うつぶせ、^{かむむ}仰向けといった表現がないことは注目に値するものです。さらに、右向きに寝ることは、預言者ムハンマド(彼の上に平安と祝福あれ)のスンナでもあります。

どの時間帯に眠るべきか

睡眠の為の理想の時間を知る為には、睡眠中のそれぞれの時間帯において人体に生じている出来事を知ることが重要です。私たちは、^{しょうたせん}松果腺というシステムが、人体には備えられていることを学びましょう。これは脳の中央の下部に位置していて、特定のホルモン類を分泌するものです。その1つがメラトニンです。神はこのホルモンによって睡眠を容易にされ、眠りと^{かくせい}覚醒のサイクルを管理されるのです。メラトニンの分泌は夜に始まり、2時か3時にピークに達するまで続きます。これは、このシステムが、夜に眠ることを容易にする目的で備えられていることを意味します。一方、人工的な光、深夜に見るテレビや、外部からの刺激、例えば電磁波などは、メラトニンを減少させ、このシステムに害を及ぼすものです。

更なる研究は、睡眠がTSHホルモン(甲状腺刺激ホルモン)への支配において、重要な役割を果た

していることを明らかにしています。TSH は私たちの代謝と、間接的に私たちのエネルギーレベルの制御を助けます。最近、低い濃度の TSH (2.5 パーセントから 2.5 パーセント) を持つ人々に関しては、夜、起きることが勧められています。この新しい研究の結果は、完全に預言者ムハンマドのスナと一致したものです。預言者ムハンマドはイシャーの祈りの少し後、現代の大部分の人々よりも早い時間に短い眠りをとられ、早朝、時にはまだ真夜中の時間帯に起きられ、祈られました。この眠りのしゅくみは、クルアーンにその端を発するものです。神は、その使徒に次のように命じておられるのです。

「衣を頭から纏う者 (ムハンマド) よ、夜間に (礼拝に) 立て、少時を除いて。夜間の半分、またそれよりも少し縮めて (礼拝に立て)、あるいは、それよりも少し多く礼拝に (立て)、そしてゆっくりと慎重な調子で、クルアーンを読み。やがてわれは、荘重な御言葉 (クルアーン) をあなたに下すであろう。本当に夜間 (礼拝) に起きることは、最も力強い歩みであり、御言葉を一層明確にする。本当にあなたは、昼間は要務で長く追われる。」 (73, 衣を纏う者章第 1 節～第 7 節)

短い睡眠をとることについても、いくつかの要素があります。昼寝の為に最も適した時間帯は、専門家によると正午です。深い半時間の昼寝は、夜の 2 時間の睡眠に値します。従って、正午に眠れば、夜にはより少ない睡眠時間で足りることになります。正午は一日のうちで最も能率のよくない時間帯であるとされています。そして人はこの時間に眠くなる傾向があります。短い昼寝をとることによって、より精力的に、より能率的に一日の他の時間を過ごすことができます。この眠り方は、暑い気候の地域でしばしば実践されています。日本の一部の会社では、特定の場所が、短い午睡を行う為に割り当てられています。

日中の昼寝は、預言者ムハンマドが実践し、勧められたもので、「カイルラ (qaylula)」として知られています。この眠りは午前の半ばからちょうど午後まで続けられるものです。これによって夜に起きて祈ることが可能になり、これはスナでもあります。これを行うことによって、人は深夜の祈りに備えることができます。

眠ることが勧められていない 2 つの時間帯もあります。1 つは「ガイルラ (ghaylula)」で、これは夜明け前から太陽が昇った後 40 分ほどの間です。この時間、礼拝は認められていますが、推奨はされません。この時間に眠ることは、預言者ムハンマドのスナに従わないものです。一日の活動の為に備えるのに最も適した時間帯は、涼しい時です。この時間が過ぎると、だるさに襲われます。多くの経験を通し、これはその日の労働に、そして間接的にその人の生計に有害なものであることは確認されています。あるハディースでは、神の使徒は次のようにおっしゃっています。「早朝は、私のウンマの為に祝福されている。」実際、預言者ムハンマドは軍を派遣する時、一日の早い時間にそれを実行されています。サフル・イブン・アル・ワダは、上記のハディースの伝承者でもあります。彼は商人で、いつも早朝に旅を始めていました。結果として彼は裕福になり、多くの財産を持つようになりました。生産活動のための最高の時間が早朝であることは既知の事実となっています。

推薦されないもう 1 つの睡眠は、「ファイルラ (faylula)」です。これは、午後の祈りから日の出ま

での間の眠りです。この睡眠は生命の短縮を導きます。肉体的な欠乏が生じることから、その日の活動を短縮させ、眠気の中で半分うとうとしているような状態で日を過ごすこととなります。同様に、物理的にも精神的にも一日の結果のほとんどは午後の礼拝の後明らかになってくるものであり、この時間を眠って過ごすことは活動の結果に悪い影響を及ぼし、まるでその日何もしなかったかのような感覚を人に与えます。

つまり、クルアーンでも言及されている睡眠は、人間に対する大きな恩恵です。しかしもし私達がバランスよい人生を送り、推奨されている時間帯に、推奨されている形で、この恵みから利益を受けることを望むなら、全ての恩恵と同様、睡眠においても、過度や不足を避け中道をいくことが必要なのです。





近年のイスラーム世界は全体的に今まででもっとも衰退した時期を過ごしてきました。信仰心、道徳性、思考様式、教育、産業、風習、伝統、そして習慣のどれをとってもです。

しかしながら、かつてムスリムたちの敬虔さが際立っていた頃は異なる様相を呈していました。彼らは誠実さ、誤りのなさにおいて優れ、立派な道徳性を備えていました。健全かつ安定した風習や習慣にのっとり暮らしていました。優れた社会的、政治的視野、そして進歩的で洗練された思考様式を持ち合わせていたことにより、世界情勢で優位に立つに相応しい地位を占めていました。その頃のムスリムたちは、確実かつ懸命に自らの宗教を實踐し、道徳性を完成させていたのです。また、科学や知識の意義とその地位を理解し、学問レベルに秀でその時代における各種の水準を上回るよう常に努力していたのです。そして、靈感、道理、経験の間にある関係性、相互作用について正しく理解しバランスを保つようにしていたのです。

ピレネー山脈からインド洋まで、カザンからソマリアまで、ポワティエから中国にある万里の長城までの広大な地域を、当時における最高水準の行政・統治システムで支配することができたのはこれらの理由からなのです。しかも彼らの理念はすべての人から称賛の念を抱かれていました。それ以外の土地に住んでいた人々が暗黒の時代を送っていた一方で、ムスリムたちはその支配権が及ぶ領域内において、理想的な地上の楽園を顕現する統治システムを享受し、また他の民族へも適用していました。

なんと哀れなことでしょう。世界のこの部分が、歴史上存在したダイナミクスや、時代を通じて高潔さを保つ源となってくれていたイスラーム的価値観から自ら遠ざかり、道を踏み外してしまったとは。そして無知や不道徳、迷信、現世欲の奴隷に落ちぶれてしまったとは。これを契機に何が起こったのでしょうか。イスラーム文明は失意と暗闇の底へと滑り落ち始めました。次から次へと危機に引きずり込まれ始めました。糸が切れた数珠玉が散乱するように四方八方へと散り散りになりました。緩じが緩んで落下した本のページのように階段下に放置されました。不毛な対立関係から激しい動揺が生じ、論争につぐ論争の重みで腰は折れ曲がるほどとなり、屈辱的隷属の下に苦しみながらめき声をあげながらも途方に暮れつつ自由の歌を歌うような状態です。しっかりとした主体性には欠けながら強い我執は持ち続けました。神や預言者はタブーだと主張してそれらを非難する姿勢をとりながら、別のタブーにはまっぴりしてしまいました。「あらゆる人々の中で最も惨め」な道を歩み始めました。

しかし実のところ、悪意に満ちた誹謗中傷の試みが内外から多くなされているにも関わらず、その思惑とは逆に近年までの悲観的な時代はそう長くは続かないのです。人口の約五分の一を占めている今

日のムスリムたちは、イスラーム世界のほぼ全域で新たな復興に向け邁進^{まいしん}しており、忌まわしい隸^{れい}風^{ふう}の時代から脱しようと努力しているのです。特にごく最近では、毎日のように降りかかる災難に直面せざるを得ない状況がムスリムたちの盤^{ばん}的な高揚感を増し、神への回帰を促し、困難に屈せず意志を貫こうとする思いをかきたて刺激しているのです。

イスラーム的精神と人間の本性が適合していることによって物心両面における人類の発展が後押しされていること、またそれは現世と来世の調和を図る優れた特質を有することを我々は確信していたので、「真実は必ず勝利に導かれるのだ、真理が打ち負かされることはないのだ」と呼吸し、なんとか生き延びることができてきたのです。そして昼夜を問わず「(善)果は、主を畏れる者に帰するのである(聖クルアーン11、フード章:49)」という言葉に望みを託し、決して希望を失いはしませんでした。そして今日、我々はあらゆる社会・経済・民族的集団のうちに、イスラームへと傾く人々が急速に増えてきているのを目撃しているのです。我々は今日、イスラームが台頭するようになり、アメリカからアジアの大草原まで、スカンジナビアからオーストラリアまでの広大な地域で際立った存在となりつつあるのを目撃することができるのです。

様々な信条に関する多種多様な宣教活動が諸団体によって組織的に行われています。しかし彼らの宗教はイスラームが引き起こすような興味・ぬくもりの十分の一ほども喚起^{かんき}することができないでいるのです。今日、世界中で毎年何千人もの人々が、ある種の窮乏^{きゆうぼう}や苦難を宣告されるかもしれないと知りながらイスラームを信奉することを選択し、クルアーンの光に帰依しています。

神への忠誠を失わずにいれば、再び神のメッセージがもたらす吉報にめぐり合うことができるでしょう：

アッラーの援助と勝利が来て、人びとが群れをなしてアッラーの教え(イスラーム)に入るのを見たら、あなたの主の栄光を誉め称え、また御赦しを請え。本当にかれば、度々赦される御方である。(聖クルアーン 110、援助章:1-3)

アメリカからヨーロッパまで、バルカン諸国から中国の万里の長城まで、そしてアフリカの中心部に至るまで実にあらゆる地で、信仰、希望、安全、その結果生まれる平和と満足感がイスラームの保護下で今一度味わわれることとなるでしょう。人類全体が、想像をはるかに超えた新しい世界秩序を目撃するでしょう。人類すべてが、それぞれに備わった性質、気質、知性に応じた恩恵を得ることとなるでしょう。

[1] See Bukhari, Janaiz , 79.

[2] The Holy Quran, A'raf 7: 28; Hud 11: 49.

[3] The Holy Quran, Ra'd 13:11, Anfal 8:53.



「がんばらないでください」

関西のラジオでパーソナリティーをしている有名なアナウンサーが、^{のうしゅよう}脳腫瘍で手術をしました。2ヶ月あまりの入院療養、リハビリなどを経て、ラジオに復帰してきました。

入院中、たくさんのリスナーから、励ましのメールをもらって感激したことや、病室に飾ったたくさんの千羽鶴に看護師が驚いたことなどいろいろなエピソードを楽しく聞かせてもらいました。

その中で、一人のリスナーから届いた便りの紹介がありました。

その手紙の末尾に「どうぞがんばらないでください。」とあったそうです。さらに、一週間先の自分をイメージすること、一ヶ月先の自分をイメージすること、そうすることによって今を乗り越えられるという話に「なるほどなあ」と実感させられました。

^{びょうきりようちゅうちゅう}病氣療養中の子どもたちと一緒に勉強するときに「がんばってるなあ」と感じる時がよくあります。病氣のために学校へ行くことができない子どもたちが、一生懸命がんばって学習しています。

子どもたちは様々な病氣と闘っています。今年私が担当した子どもたちの病名を思い出すまま列記してみます。^{はっけつびょう}白血病、^{ていさんそのおしやう}低酸素脳症、^{しんぞうしつかん}心臓疾患、^{こういしやう}交通事故の後遺症、^{じんきのうしやうがいなど}腎機能障害等々、いろいろな診断がついて、それぞれに苦勞し、涙し、それでも勉強しようと努力しています。そのような子どもたちに「がんばれ！がんばれ！」と声をかけることなど到底できません。「無理せんでいいよ」「ぼちぼちいな」と声をかけるのが関の山です。

学習をともに初めて、しばらくすると人間関係ができてきます。子どもたちは尋ねてきます。

「なんで、僕だけ病氣になったの？」

ステロイドの後遺症で全く毛がなくなって一休さんになってしまった白血病の子どもから、こんな質問をされると、答えに^{まごう}窮してしまいます。

2～3年前に担当した小学校1年生の白血病の男の子は、自分の病氣を保護者からきちんと知らされ、自分自身の強い力で病氣に立ち向かっていました。

しっかりと自分の病氣を理解し、ステロイドを飲んでおなかが痛くなったり、おう吐が続いたりしても病氣を治すためにがんばらなければと覚悟ができていました。しばらくして髪が抜けだし、ベツ

ドの上にパラパラ、パラパラ髪の毛が抜けても、そして眉毛も抜け、完全に髪の毛が全部抜け、顔がまん丸くパンパンにむくんでも、それでも病気を治すためには仕方がないと教えられ、また自分自身強くそう思って自分の身に降りかかる様々な不幸な出来事に、決して負けないで立ち向かっていました。その男子が、学習の終了直前に急に泣き出したことがありました。

マルクの日だったのです。勉強が終われば、処置室へ行き『マルク』と呼ばれる検査をしなければならなかったのです。

『骨髄液』を検査するための骨髄穿刺せんしと言う検査手技ですが、局所麻酔きょくしょますいをしてもえぐり取られるような痛さや、目に見えない怖さが心理的に患者さんたちを追いつめるそうです。このことは、実際にマルクを経験した他の小学生の高学年の児童や、中学生や高校生からいろいろ聞かされていたので、小学一年生の男子がいやがって泣き出したときには、何とも言えないつらさを感じました。

「ぼくなあ、マルク、こわいねん。痛いねん。むかつくねん。」

泣きながら訴える彼を慰める言葉が思いつきませんでした。

『マルクせな、ようなってるのがわからへんやん。麻酔してもらえるのやろ、最初のちくっだけや、がまんしようや。』

「がまんでけへん。」

そんなことを言いながらも、ひとしきり泣いたあとは、仕方なく処置室へ足を運び、『マルク』の検査をしてもらっていました。その男子の場合は、お母さんのためにがんばっていたようです。お母さんが大好きだったので、お母さんの希望<病気の治癒ちゆ>のために、どんなことでも歯を食いしばって我慢がまんできたようです。

こんなに毎日病気と闘たたかっている子どもが、ある時、ふと尋ねてきます。

「先生、何でぼくだけこんな病気なの？」

『決してきみのせいではありません。きみが悪いわけではありません。病気になったのは、仕方のないことなんです。だからぼちぼち直そうよ。』ぐらいのことばしか私の頭には浮かびませんでした。

「そんなにがんばらんでいいよ。」

このぐらいの言葉をかけてあげたかったです。



『Rock You!』 A Knight's Tale

秋になり、過ごしやすい季節になりました。そろそろ冬の足音も聞こえてきそうですが、この涼しさは体を動かすには絶好の季節です。皆様は何か運動をされていますでしょうか。私はスポーツらしいスポーツがかなり苦手です。走るのも遅いし、チームプレーも苦手。かといって、個人戦の陸上競技の数々やスイミングなども「のんびり」やることしか出来ません。ですが、スポーツがキライというわけではなく、やるのは大好きです。ずっと好きだったのは新体操なのですが(平均台の上で前転をしたり)、通っていたところが小学生までのコースしかなかったのも、その後は続けることが出来ませんでした。中学生になって剣道部に入ったのですが、女子が一人だったため男子からはあまり練習相手にもされず、細々と練習をしていました。

剣道は礼に始まり礼に終わる、日本の伝統的なスタイルの武道で、個人で行うスポーツは皆そうなのかもしれませんが、何か精神的なものの鍛錬たんれんと言ったほうが良いようなものでした。自分ひとりの練習のときもそうですが、対戦相手に対しても、目に見えない「気」や「気合」で状況をコントロールしていく様など、独特の雰囲気のあるものでした。

日本の剣道に当たるものは、ヨーロッパではフェンシングだと思えます。更に中世に時を遡さかのぼると、剣術だけではなく馬上槍試合ばじょうやりしあい(ジョスト)なんかも行われていました。これは、フィールドの左右から馬を走らせ、槍やり(のようなもの)で相手を突き馬から落としたほうが勝ちというもので、他の種目と組み合わせて「トーナメント」という総称によりヨーロッパ貴族の間で11世紀頃より行われていたものです。今回ご紹介するのは、その馬上槍試合に出ることになった若者のお話。

14世紀ヨーロッパ、貧しい平民出身の若者ウィリアムは馬上槍試合をして諸国を巡っている騎士の従者をしていました。ある日、騎士が試合の休憩時間の最中に亡くなってしまった。試合には貴族でなければ出られないのだが、どうせ甲冑かこうに身を包んでいるのだからわかるまいと、ウィリアムは騎士の代わりに出場し、まぐれで優勝。一旗挙げたいと思っていたウィリアムは身分を偽り試合に出場し続け、ある時出会った美しい貴婦人ジョスリンの愛を勝ち取るために、更に試合を続ける。しかし、ジョスリンに恋する非情な伯爵はしろうが現れ、ウィリアムの試合出場権はおろか生命までもが危うくなるのであった…。

あらすじを聞くと、「ああ、ベタな展開だねえ」と思うことでしょう。その通りです。驚くべき展開とか、有り得ないエピソードとは無縁な映画です。原題も「A Knight's Tale」(ある騎士の物語)で、内容を的確に言い表しているものの、かなりインパクトが無いです。邦題も「ロック・ユー！」と、なんだか超B級映画のようで恥ずかしいものです。新しい事といえば、何故かトーナメントを見に来ている人々の歌うのが現代ロックだったり、着ている服が現代のTシャツ

みたいだったりというような時空を越えた現象がすこしある程度でしょうか。

それでは何故この作品をここでご紹介するのかというと、ベタな展開ではあるものの、見ていて飽きず、面白くていい映画だと思ったからです。主人公ウィリアムが向こう見ずで怖いものしらずなのだけけれども案外硬派で真面目なのがイイというのが、一番の理由でしょうか。シンプルに、思うとおりに突き進むウィリアム、そしてそのまっすぐな性格ゆえに周囲の人間に恵まれ、様々な出来事をクリアしていきます。打算なく信念を貫けば、道はひらけるんだなあと思い、なんだか見終わると明るい気持ちになるのです。

しかし、よく言われるように「人は努力すれば何にでもなれる」というのは実は嘘ではないかと思うことがあります。もしその言葉が真実ならば、何かになれなかつたり失敗したりしたら、それは「努力が足りなかったから」「やる気が足りなかったから」と片付けられてしまうことになる。それはまあ、そうかもしれない場合というのもあるのでしょうけれども、そんなまとめ方で果たしていいのでしょうか。例えば、本屋さんには「××になるには」という職業のなり方のシリーズ本がズラリと並んでいます。高校生の時などは、大学に行ったらこのどれにでもなれるのではないかと、思ったものですが、実際はどれにでもなれるわけではありません。

私には「運も実力のうち」と言われるように、タイミングや運や周りの状況など、自分ではどうにもならないチカラも大事なのではないかと、思えます。映画の主人公であるウィリアムでも、自分の信念を貫いただけではダメで、様々な出会いや「偶然」が良い方向に働いた結果、自分が「為し得たい事」を為す事が出来たわけです。

かといって、全ての運を天に任せていて、自分の努力を怠るのはもちろん良くない事です。昔、友人が「自分の努力とアッラーの力のバランスを考える時、人事を尽くして天命を待つ、ということわざがピッタリだと思う」と言っていたことがあります。何もせずただ期待するのでもなく、自分だけで躍起になって努力するのでも無く、自分できちんとやることはやって、そこから後はお任せするというのが良いバランスなのでしょう。

運だとか努力だとかあれこれ言ってきましたが、人は人生において何のスポーツをやるか選ぶのと同じように、様々な状況で様々なものを選べますし、望むものになれる可能性というものはあります。何かを為すためには、目標を定め、強い意思を持って(無理せず)地道に鍛錬を積む事が、一番の近道なのかもしれません。スポーツをする人もしない人も、この良い気候の中、何か新たな目標に挑戦してみたいかでしょうか。

『Rock You!』 2001年 アメリカ 132分

監督:ブライアン・ヘルゲランド

出演:ヒース・レジャー(ウィリアム)/マーク・アディ(ローランド)/シャニン・ソサモン(ジョスリン) 他





実は、これを書いている今日、ある会議から帰ってきたばかりで、かなりヘトヘトです。でも、会議の中で、とても感動したことがあったのでがんばって書こうと思います。

それは、通訳の方はすごい！ということです。

会議の同時通訳を体験したのは初めてでした。各々の参加者のために、レシーバーという機械が渡されました。レシーバー本体からコードが出ていて、その先のイヤホンを片耳につけるようになっています。会議は二つの会場で連続して行われたのですが、レシーバーの型は少し違いました。後の会場の方のものは、イヤホンが巨大で、耳をすっぽり覆ってしまうタイプのものでした。この、レシーバーという代物はとても高いものらしく、司会の方がいつも、「ベリーエクスペンシブレシーバー」を置きっぱなしにしないで返して！と訴えていました。レシーバーの本体部分はラジオのような構造です。チャンネルが6チャンネルほどあり、また、音量調節ができます。

会議では、基本的には英語が使用されていましたが、たまに他の言葉で話す発表者等もいるので、英語、日本語、スペイン語、アラビア語、フランス語の5つの言葉で同時通訳が提供されていました。英語から日本語、日本語から英語への通訳は、女性と男性のお二方が担当されていました。私は嬉しがりなので、最初のほうは、イヤホンを付けていない耳で話を追いながら、チャンネルをカチャカチャと変えて、スペイン語やアラビア語やフランス語では今どんな感じなのかと聞いてみたりしていました。

さらに、リレー通訳というのがありました。ある時、発表者がアラビア語で話し始めました。どうなるのだろうと聞いてみると、日本語への通訳のチャンネルでは、「今、アラビア語でお話されているので、日本語の通訳はできません」と言っています。英語への通訳はあったので、しばらくそれを聞いていました。それでも、日本語はどうなったのかが気になり、またチャンネルを変えてみると、ちゃんと通訳されていました。なんと、アラビア語から英語へ、そして日本語へとリレーで通訳されていたのです。このリレー通訳はスペイン語でもなされていました。

これは私の聞き間違いかも知れませんが、スペイン語から英語への通訳は、英語・日本語通訳の女性の（おそらく日本人の）方の声が出ていました。そしてその英語を、男性の通訳の方が日本語へと通訳されていたのです。すごいなあと思いました。

そして、一番感動したのは、通訳のなされ方です。私は、英語の勉強も兼ねるつもりで参加したので、できるだけ日本語への通訳に頼らないようにと思っていたのですが、その、絶妙な訳し方、素早さ、記憶力、忍耐力、そして情熱的な話し方、表現力に、もうメロメロになってしまうほどでした。

忍耐力と言ったのはつまり、発表者等の中には、ものすごく早口の方もいらっしゃるし、話自体がまとまっていなくて、訳すのが大変そうなこともあるし、時には興奮して、早口と、他の方の発言にかぶさって話してしまう事態が同時に発生したりすることもある、にも関わらず、素晴らしい表現の質は落とさずに、いっしょに走るようにして通訳されるのです。神さまからの報奨がありますように、としか言いようのないほどのご尽力です。

またある時、会場の後方の壁が、ドンドンドンドン！という音とともに振動したことがありました。一同、何事かと振り返り、しーんとしました。通訳ブースの中の通訳者の方が、スクリーンに映された細かすぎる文字の内容が読み取れないので、通訳が続けられない！と訴えておられたのです。また、その時はかなり緊迫した内容の話で、発音者がものすごく早口だったり、マイク無しで話し始めたりするし、しかしスクリーンでは、そこにしかない非常に大切な情報が映し出されているし、全員がその情報をしっかり受け取れないといけない状況だして、通訳の方にとっては非常な困難の連続だったようです。通訳者はブースの中にいるので、会場でマイク無しで話をされると聞こえないそうです。日本語のチャンネルに合わせると、「マイクを使っておられないので聞こえません」「通訳ができません」と訴えられていることが本当に何回もありました。何度も同じ人が同じことを繰り返す場面があり、通訳の方も最後には、「またマイクを使っておられません・・・こういう方が一番困ります！」と嘆いておられました。

こういう困難は、聴覚に障害のある人のための手話通訳や、ノートテイク、要訳筆記でも同じです。障害学の学会、障害学会で、手話通訳とパソコンによる要約筆記が行われていた時も、この「早口」の問題は基本的かつ致命的でした。私も少し、プロとしてではなく、必要に応じての手話通訳や、ノートテイクの体験をしたことがありますが、早口で話されると相当つらいものがあります。長つたらしいまとまりのない話を早口でされると、「もっとまとめろや！」と一喝したくなります。

訳される前の、最初の表出の段階でもっとまとめてほしいと思うのは、点訳でも同じです。パソコンでやっても、日本一の性能を誇る点訳ソフトを使っても、いろいろな文字種が混在（ホームページアドレスとカタカナの多い説明文の組み合わせなど）すると、どうしても化け化けになったりします。「キーッ！もっと考えて書いて！」となってしまいます。

語学の才能のある人はすごいですね。この「やすらぎ」にも、多くの翻訳された文章が掲載されてきましたが、どれほどのご尽力があったことか、想像もできないくらいですね。本当に尊敬します。私の専門は語学では無いですが、少しでもそういう方たちを見習い、これからも精進していこうと思いました。

購読価格（郵送料込み） バックナンバーは、1部 200円（日本以外は1部 250円）

国内： 1ヶ月 250円、 6ヶ月 1300円、 1年 2500円

国外： 1ヶ月 300円、 6ヶ月 1600円、 1年 3000円

郵便振替口座番号: 00100-6-354012 口座名義: 月刊誌やすらぎ

三菱東京UFJ銀行 店番号: 630（春日部）口座番号: 1134374 口座名義: 月刊誌やすらぎ
皆様のご意見、ご感想、ご質問をこちらのコーナーまで心よりお待ちしております

<http://www.yasuragiweb.com> info@yasuragiweb.com yasuragi_nihon@hotmail.com

〒168-0074 東京都杉並区上高井戸 3-10-6, 404

「やすらぎ」編集部