

## 『養生訓』を音読しよう！ 33



光和堂院長 堀口和彦

こころ じんしん しゆくんなり ゆえ てんくん いう おもう こと じもくこう  
心は人身の主君也。故に天君と云。思ふ事をつかさどる。耳目口  
びけいこのご み もの い もの う  
鼻形此五は、きくと、見ると、かぐと、物いひ、物くふと、うごく  
おのおのそのこと しょくぶん ゆえ ごかん いう こころ い  
と、各其事をつかさどる職分ある故に、五官と云。心のつかひ  
もの こころ うち ごかん おもい ごかん  
物なり。心は内にありて五官をつかさどる。よく思ひて、五官の  
ぜ ひ ただ てんくん もつ ごかん う めい ごかん もつ てん  
是非を正すべし。天君を以て五官をつかふは明なり。五官を以て天  
くん う ぎやく こころ み あるじ あんらく くる  
君をつかふは逆なり。心は身の主なれば、安楽ならしめて苦し  
むべからず。五官は天君の命をうけ、各官職をよくつとめて、  
ほしいまま  
恣なるべからず。

### 〈現代語訳〉

心は、身体の主君である。よって天君という。思慮を司る。耳と目、口、鼻、形(筋肉と皮膚)の五つは、聞くと、見る、嗅ぐ、物言う、物食う、動くと、それぞれが働きを司る職分をもつので、五官という。これらは、心が使って役立つ物である。心は身体の内から五官を司る。よく思慮して、五官の是非を正しなさい。天君によって五官を使うことは自明である。五官によって天君を使うことは逆である。心は身の主であるから、安楽にして苦しめてはいけない。五官は天君の命を受けて、それぞれの官職をしっかりと務めて、好き勝手にしてはいけない。

### 〈解説〉

五官は、仏教では「耳目口鼻身」と表現され五根といい、それに「意」を加え六根といいます。「意」は第六感とも呼ばれ、聴覚や視覚、味覚、嗅覚、触覚を超えた直感や靈感をさします。今回の内容は、六根清浄の思想と共通します。六根から生じる欲望や誘惑、迷いを断って心を清らかにすることです。江戸時代には富士山や御嶽山への登山修行が盛んで、現在も六根清浄の大祓は続いています。外部からの情報が過多の現代は、五官に惑わされて主君であるはずの心が、家来に成り下がっています。五感を研ぎ澄ませて、敏感に察知することは必要ですが、心を穢してはいけません。「…眼に諸の不浄を見て心に諸の不浄を見ず…六根清浄なるが故に五臓の神君安寧なり…」〈六根清浄大祓〉より。