

安全衛生・兵庫

今一度「初心忘るべからず」

■ 日常の安全や業務に対する心構え、「初心忘るべからず」を今一度、自分自身に言い聞かせておきませんか。広辞苑には「常に志した時の意気込みと謙虚さをもって事に当たらねばならない」と書かれています。

■ 誰でも耳にしたことがある「初心忘るべからず」は、世阿弥の言葉で、今では、「初めの志を忘れてはならない」と言う意味で使われていますが、世阿弥が意図とするところは、少し違っていたようです。

■ 世阿弥にとつての「初心」とは、新しい事態に直面した時の対処方法、すなわち、試練を乗り越えていく考え方を意味しています。つまり、「初心を忘れるな」とは、人生の試練の時に、どうやってその試練を乗り越えていったのか、という経験を忘れるなということなのです。

■ 世阿弥は、風姿花伝を始めとして、度々「初心」について述べていますが、晩年60歳を過ぎた頃に書かれた『花鏡』の中で、まとまった考えを述べています。その中で、世阿弥は第一に「ぜひ初心忘るべからず」、第二に「時々の初心忘るべからず」、第三に「老後の初心忘るべからず」の、3つの「初心」について語っています。

■ 「ぜひ初心忘るべからず」
若い時に失敗や苦勞した結果身につけた芸は、常に忘れてはならない。それは、後々の成功の糧になる。若い頃の初心を忘れては、能を上達していく過程を自然に身に付ける



ことが出来ず、先々上達することはとうてい無理というものだ。だから、生涯、初心を忘れてはならない。

■ 「時々の初心忘るべからず」

■ 「時々の初心忘るべからず」
歳とともに、その時々積み重ねていくものを、「時々の初心」という。若い頃から、最盛期を経て、老年に至るまで、その時々にあった演技方をするのが大切だ。その時々々の演技をその場限りで忘れてしまつては、次に演ずる時に、身についたものは何も残らない。過去に演じた一つひとつの風体を、全部身につけておけば、年月を経れば、全てに味がでるものだ。

■ 「老後の初心忘るべからず」

■ 「老後の初心忘るべからず」
老齢期には老齢期にあった芸風を身につけることが「老後の初心」である。老後になつても、初めて遭遇し、対応しなければならぬ試練がある。歳をとつたからといって、「もういい」ということではなく、其の都度、初めて習うことを乗り越えなければならぬ。これを、「老後の初心」という。

■ このように、「初心忘るべからず」とは、それまで経験したことがないことに対して、自分の未熟さを受け入れながら、その新しい事態に挑戦していく心構え、その姿を言っているのです。その姿を忘れなければ、中年になつても、老年になつても、新しい試練に向かつていくことができる。失敗を身につけよ、ということなのです。

■ 今の社会でも、さまざまな人生のステージ（段階）で、未体験のことへ踏み込んでいくことが求められます。世阿弥の言葉によれば、「老いる」こと自体もまた、未経験なことなのです。そして、そういう時こそが「初心」に立つ時です。それは、不安と恐れではなく、人生へのチャレンジなのです。

インフルエンザに効果？

◆ 昨年、風邪やインフルエンザの予防に効果的だとTV等に出てから一気に品切れになつてしまったヨーグルトを「ご存じですか」。

◆ 今年も予防策としてこのヨーグルトが売れまくって品薄状態が続いているとか。確かにスーパーに行つてみると、この商品の陳列棚は、空き状態。全国的に品切れ状態が続き、メーカーはフル稼働で対応しているとのこと。このヨーグルトとは某メーカーの「R1ヨーグルト」。

◆ ある自治体が行つた疫学調査で、小中学生1904人がこのヨーグルトを毎日食べたところ、隣接する自治体に比べてインフルエンザの感染率が激減。隣接自治体の累積感染率が10・48%だったのに対し、この自治体は0・64%にとどまるなど明らかな違いが出たという。このヨーグルトを食べ続けた結果、ヨーグルトを摂取した子供たちが、そうでない子供たちと比べて、インフルエンザに感染しにくかつたというのは事実のようです。

◆ 専門家によれば、乳酸菌によって腸内細菌のバランスが良くなると、NK細胞（ナチュラルキラー細胞という免疫系を活性化させてくれる）が活性化して、インフルエンザにかかりにくくなる。免疫細胞は腸で作られることが多いので、腸の健康がそのまま免疫力の強化へとつながっているというわけです。

◆ 早速販売している店を探して食してみたが、普通のヨーグルトと食感・味は変わらず、少々お高いが、身体のために購入する価値はあるかも？



発行 兵庫森林管理署 安全衛生委員会