

## 倫理プリント

# 老子・荘子

## 道家の思想

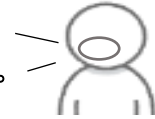


### (i) 老子の思想

**儒家** … 孔子、孟子などの、道徳に基づく政治の在り方を説いた思想家

批判

「**道**」(『老子道徳経』)  
(意味) 優れた「道」が衰えたから、仁愛や正義を強調することが始まった。



[1] … 老子・荘子に代表される、自然の原理に沿った生き方を説いた思想家  
道徳とは、社会が混乱したために人間が無理矢理つくった不自然な物である。  
この不自然なものに頼らず、自然のままでいきられる世界を理想とする。

## 老子

中国(?~?)

主著「老子」

道家の祖



Keyword 無為自然

- ・生没年不詳で実在を疑問視する説もあるが、孔子と同年代に生きたとされる。
- ・母の胎内に 72 年いたため、生まれた時にはすでに白髪であったという伝説がある。
- ・当時カリスマだった孔子が老子を訪ねた際、論争で圧倒し黙らせた伝説がある。
- ・儒家と並び、後の人々にも愛された。頑張らない生き方は現代人にも刺さる。

### ■ 老子の思想 [2] (3) … 万物を生み出す根源で、人の知恵や感覚では捉えられないもの

万物は無から生じ、無に返る。これが永遠に繰り返されるだけである。

つまり、この世の中に絶対的なものなどは無いということであり、

人間が作るルールや道徳・身分・儀式などに囚われているのも、不自然な状態であると考えた。

### ■ 老子の理想 [4] … 道徳や儀礼に囚われず、無心に生きること

世の中に対して人が働きかけるのをやめる。すべて自然に委ねようとする姿勢を説いた。

理想的な生き方 [5] ]: 生まれたばかりの赤ん坊のような、柔らかで弱々しい姿勢で、  
常に人の下手に出て、他者と争わずに生きる。

理想的な国家 [6] ]: 人口が少なく、文民社会から遠ざかり、原始的な自給自足の  
生活を営む小さな共同体。

### Column ■ 柔弱謙下ってこんな感じ…?

雨にも負けず、風にも負けず、雪にも、夏の暑さにも負けぬ丈夫な身体をもち、欲はなく、決して怒らず、いつも静かに笑っている。一日に、玄米四合と、味噌と少しの野菜を食べ、あらゆることを自分を勘定に入れずよく見聞きし、分かれ、そして忘れず、野原の松の林の陰の小さな萱ぶきの小屋にいて、東に病気の子供あれば行って看病してやり、西に疲れた母あれば行ってその稲の束を負い、南に死にそうな人あれば「行ってこわがらなくてもいい」といい、北に喧嘩や訴訟があれば「つまらないからやめろ」といい、日照りの時は涙を流し、寒さの夏はおろおろ歩き、みんなに「でくのぼー」と呼ばれ、褒められもせず、苦にもされず、そういうものにわたしはなりたい。 (雨ニモマケズ/宮沢賢治)

## Think🔄 人生に生きる哲学 老子から学ぶ思考法

SNS に夢中な B さんからの相談。毎日のように更新しては、友達からもらえる反応が嬉しい。しかし、最近なんだか反響がよくない。同じように更新しているのに反応が減っている。投稿の内容が面白くないのだろうか？友達には私より多くの反応が集まっているのに、自分には魅力がないのだろうか？投稿することが怖くなり、何だか学校も行きづらい…。

①なぜ B さんは悩むのか？

②老子なら何とアドバイスしてくれそう？

### (ii) 荘子の思想

## 荘子

中国(?~?)

主著『莊子』

老子の継承者



Keyword 万物斉同

- ・生没年は定かではないが前 370-300 年頃と推測されている。(孟子と同世代?)
- ・賢人だったため楚の王から迎えられるが、他人に生き方を左右されることを嫌い拒否。
- ・徹底した反権力主義者で、悠々自適な生活を送る自由人であったという。

### ■ 荘子の原点 「現実社会で苦悩の元となるのは何だろうか?」「どうしたら解放されるか?」

当時を生きる人々を分析し、富や功績に囚われるから苦悩が生まれると考えた。

- 解放される思考法 [7] ]: すべてのものの善悪や是非の価値は同じであり差別がないという考え方 ※胡蝶の夢★  
世の中の価値観は人間が勝手に作り出した相対的なものでしかない!
- その境地に至る方法 [8] ]: 座して心を虚にし、一切の価値判断を忘れ自然と一体化する  
※仏教の「座禅」思想に影響
- 理想的な人間像 [9] ]: 何の常識や価値観にもとらわれない、自由な境地に至った人。  
この状態で悠々自適に遊び、寿命を全うする人を[10] ]と呼ぶ

荘子は道家の思想をわかりやすく説明し、後に広まることになった。道家による「道」の考え方は、仏教における「空」の思想に通じるため、東洋思想の基盤を作ったともいえる。

### ★Column📖 「胡蝶の夢」のたとえ話

昔、莊周は夢を見た。蝶となって心のままに飛び、ただ楽しいばかりで飛び回っていた。自分が莊周であることにも気づかずいると、ふと夢から覚めた。まぎれもなく私は莊周そのものであったが、不思議な感覚である。莊周が蝶になった夢を見たのか、それとも蝶が莊周になる夢を見たのか…私にはわからない。区別がつかないのはなぜだろうか。(『莊子』一部編集)

この話を通して、荘子は夢と現実の間にすらほとんど差がないことを説いた。物の区別というのは曖昧なものであり、自分が蝶か人間かなんてこともどうでもいいのである。それよりも楽しく飛んでいたのがあれがそれでいいじゃないかと。社会で生きる人間も、社会的常識や伝統に縛られすぎることなく、自由な世界に生きればいいのかと説いた。

## 倫理プリント

## 老子・莊子

## 道家の思想



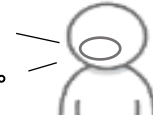
## (i) 老子の思想

儒家 … 孔子、孟子などの、道徳に基づく政治の在り方を説いた思想家

批判

「 **大道** 廃れて **仁義** あり 」(『老子道徳経』)

(意味) 優れた「道」が衰えたから、**仁愛**や**正義**を強調することが始まった。



- [<sup>1</sup> **道家**] … 老子・莊子に代表される、自然の原理に沿った生き方を説いた思想家  
道徳とは、社会が混乱したために人間が無理矢理つくった不自然な物である。  
この不自然なものに頼らず、自然のままでいきられる世界を理想とする。

## 老子

中国(?~?)

主著「老子」

道家の祖



Keyword 無為自然

- ・生没年不詳で実在を疑問視する説もあるが、孔子と同年代に生きたとされる。
- ・母の胎内に72年いたため、生まれた時にはすでに白髪であったという伝説がある。
- ・当時カリスマだった孔子が老子を訪ねた際、論争で圧倒し黙らせた伝説がある。
- ・儒家と並び、後の人々にも愛された。頑張らない生き方は現代人にも刺さる。

■ 老子の思想 [<sup>2</sup> **道**] (<sup>3</sup> **タオ**) … 万物を生み出す根源で、人の知恵や感覚では捉えられないもの

万物は無から生じ、無に戻る。これが永遠に繰り返されるだけである。

つまり、この世の中に絶対的なものなどは無いということであり、

人間が作るルールや道徳・身分・儀式などに囚われているのも、不自然な状態であると考えた。

■ 老子の理想 [<sup>4</sup> **無為自然**] … 道徳や儀礼に囚われず、無心に生きること

世の中に対して人が働きかけるのをやめる。すべて自然に委ねようとする姿勢を説いた。

理想的な生き方 [<sup>5</sup> **柔弱謙下**] : 生まれたばかりの赤ん坊のような、柔らかで弱々しい姿勢で、常に人の下手に出て、他者と争わずに生きる。

理想的な国家 [<sup>6</sup> **小国寡民**] : 人口が少なく、文民社会から遠ざかり、原始的な自給自足の生活を営む小さな共同体。

Column ■ 柔弱謙下ってこんな感じ…?

雨にも負けず、風にも負けず、雪にも、夏の暑さにも負けぬ丈夫な身体をもち、欲はなく、決して怒らず、いつも静かに笑っている。一日に、玄米四合と、味噌と少しの野菜を食べ、あらゆることを自分を勘定に入れずよく見聞きし、分かり、そして忘れず、野原の松の林の陰の小さな萱ぶきの小屋にいて、東に病気の子供あれば行って看病してやり、西に疲れた母あれば行ってその稲の束を負い、南に死にそうな人あれば「行ってこわがらなくてもいい」といい、北に喧嘩や訴訟があれば「つまらないからやめろ」といい、日照りの時は涙を流し、寒さの夏はおろおろ歩き、みんなに「でくのぼー」と呼ばれ、褒められもせず、苦にもされず、そういうものにわたしはなりたい。 (雨ニモマケズ/宮沢賢治)

## Think🗨️ 人生に生きる哲学 老子から学ぶ思考法

SNS に夢中な B さんからの相談。毎日のように更新しては、友達からもらえる反応が嬉しい。しかし、最近なんだか反響がよくない。同じように更新しているのに反応が減っている。投稿の内容が面白くないのだろうか？友達には私より多くの反応が集まっているのに、自分には魅力がないのだろうか？投稿することが怖くなり、何だか学校も行きづらい…。

①なぜ B さんは悩むのか？

他人よりも(以前よりも)反応が少ないから、理想と離れているから、反応が多い方がよいと思込んでいるから

②老子なら何とアドバイスしてくれそう？

- ・自分が発信したいことをしていればそれでいい
- ・自分がつまらぬ思いするくらいなら辞めればいいのでは
- ・他者と比べるものではない
- ・少しでも自分を思ってくれる人がいればそれでいいのでは
- ・反応が少ないから悪いというものでもない
- ・SNS の反応で人の価値がどう決まるものではない

## (ii) 荘子の思想

### 荘子

中国(?~?)

主著『荘子』

老子の継承者



Keyword 万物斉同

- ・生没年は定かではないが前 370-300 年頃と推測されている。(孟子と同世代?)
- ・賢人だったため楚の王から迎えられるが、他人に生き方を左右されることを嫌い拒否。
- ・徹底した反権力主義者で、悠々自適な生活を送る自由人であったという。

### ■ 荘子の原点 「現実社会で苦悩の元となるのは何だろうか?」「どうしたら解放されるか?」

当時を生きる人々を分析し、富や功績に囚われるから苦悩が生まれると考えた。

- 解放される思考法 [7 **万物斉同** ]: すべてのものの善悪や是非の価値は同じであり差別がないという考え方 ※胡蝶の夢★  
世の中の価値観は人間が勝手に作り出した相対的なものでしかない!
- その境地に至る方法 [8 **心齋坐忘** ]: 座して心を虚にし、一切の価値判断を忘れ自然と一体化する ※仏教の「座禅」思想に影響
- 理想的な人間像 [9 **真人** ]: 何の常識や価値観にもとらわれない、自由な境地に至った人。  
この状態で悠々自適に遊び、寿命を全うする人を[10 **逍遥遊** ]と呼ぶ

荘子は道家の思想をわかりやすく説明し、後に広まることになった。道家による「道」の考え方は、仏教における「空」の思想に通じるため、東洋思想の基盤を作ったともいえる。

### ★Column📖 「胡蝶の夢」のたとえ話

昔、荘周は夢を見た。蝶となって心のままに飛び、ただ楽しいばかりで飛び回っていた。自分が荘周であることにも気づかずいると、ふと夢から覚めた。まぎれもなく私は荘周そのものであったが、不思議な感覚である。荘周が蝶になった夢を見たのか、それとも蝶が荘周になる夢を見たのか…私にはわからない。区別がつかないのはなぜだろうか。(『荘子』一部編集)

この話を通して、荘子は夢と現実の間にすらほとんど差がないことを説いた。物の区別というのは曖昧なものであり、自分が蝶か人間かなんてこともどうでもいいのである。それよりも楽しく飛んでいたのがあれがそれでいいじゃないかと。社会で生きる人間も、社会的常識や伝統に縛られすぎることなく、自由な世界に生きればいいのかと説いた。