『易経』に学ぶ節の越え方

古来、君子の哲学書として読み継がれてきた『易経』。
そこには人生で訪れる様々な「時」への対処法が書かれている。
君子が志を成し遂げていく様を
龍の六つの成長過程に準えた「乾為天」をきっかけとして『易経』に魅せられ、
以来研究を続ける竹村亞希子さんに、
『易経』にみる節の越え方をお話しいただいた。

『易経』とは
時と兆しの専門書

『易経』というと、占いの本というイメージをお持ちの方が多いかもしれません。『四書五経』のうち『書経』と並んで最も古いこの『易経』には、確かに占いの方法も書かれています。しかしもっと根本的かつ簡単にいうと、『易経』は「時と兆しの専門書」です。

ここでいう「時」は、何月何日ということではありません。時（時間、タイミング）、処（環境、状況）、位（立場、人間関係）という三つの要素から成り立つ「時」です。

また「兆し」については、同じ読み方の「萌し」と比べて説明すると分かりやすいと思います。例えば二月の立春を過ぎて風が暖かくなり、梅の花のつぼみが膨らめば、もう春が近いことは誰の目にも明らかです。そういう変化を「萌し」といいます。

「兆し」は例えていえば、十二月の冬至の日を境に陽転し、陽が長くなり、少しずつ春へと向かっていきます。しかし、本格的に寒さが厳しくなるのはそれ以後。一月の小寒・大寒を経て、ゆっくりと暖かくなっていきますから、冬至に季節が転換したことは、暦の上では知ることはできても、普通はなかな

『易経』研究家
竹村 亞希子

たけむら・あきこ　愛知県生まれ。『易経』に基づいて、企業の社長や管理職にアドバイスを行っている。『易経に学ぶ企業経営術』『易経とコンプライアンス』『易経からみた成功と失敗の法則』などをテーマに、全国で講演活動も展開中。著書に『リーダーの易経――時の変化の道理を学ぶ』がある。

か分かりません。この目には見えない本質的転換のことを「兆し」といって、『易経』の中で繰り返し述べているのです。

しかし、普通の人は分からなくとも、国を治め、民を治めるリーダーはその兆しをしっかりと見極め治世にあたらねばなりません。古来、『易経』は君子の心得、また帝王学としても読み継がれてきました。この「君子」をいまの時代に置き換えると、国のリーダーである政治家、会社のリーダーである経営者はもちろん、その道のプロも当てはまると思います。飲食業の人ならば、たまたま入った店が、「いまはお客様が少ないが、いずれ流行る」とか、「いまは話題になって流行っているが、半年後には廃れる」とか、理由も含め、その兆しを見極められてこそ本物のプロというものです。

しかし、この兆しはどうやって見極めたらよいのでしょう。

易には三つの意味があります。

変易（森羅万象すべて変化する）

不易（その変化の法則性は変わらない）

易簡（変化の法則性を知れば、天下の事象も分かりやすく、応用するのも簡単である）

「君子占わず」という言葉がありますが、君子は占いに頼らないという意味ではなく、『易経』をよく学んで変化の法則性を知れば、兆しを見極め、その時々において適切な判断や行動をとることができるという意味です。これを「時中」といいます。

時は朝昼晩、春夏秋冬と、刻々と変化していきます。万物が育成される夏には夏にぴったりの行動があり、不毛の冬には冬に合った行動があるのです。人生においても進むべき時は進み、退くべき時は退き、止まるべき時は止まる。この「止まるべき時に止まる」ということこそ、今回のテーマの「節の越え方」といえるでしょう。

『易経』における陰陽と吉凶の考え方

本格的に『易経』の内容に入る前に、もう少し基本的概念についてお話しさせていただきます。

『易経』は吉凶の概念に触れた最古の書物です。現代では占いやおみくじで吉が出ると良いことが起こり、凶が出ると悪いことが起こると考えられていますが、『易経』にそんなことは書いてありません。あるのは、吉は亨る、凶は亨らない。それだけです。「亨る」とは「物事が通じる、成り立つ」ということであり、吉は「通じない、成り立たない」は凶、としています。

そこで吉と凶の分かれ目です。『易経』では吉凶の間に「悔」と「吝」があり、悔は吉に存し、吝は凶に存す、とあります。

どういうことか。例えば小さな失敗をした時、大いに後悔して改めれば大事には至らず、「まあこのぐらいいいや」と改善を惜しみ嫌がると、やがて考えもしなかった大事件へと発展する。企業でいうクレームが最も分かりやすい一例だと思います。

陰陽は『易経』の根本概念です。その考え方の大事なポイントは、陰と陽は別々のものではないということ。これを押さえておくと、『易経』が理解しやすくなります。一つのものに、陰の面と陽の面があるという考え方です。はじめにある太極は大宇宙でもあり、一つの物、事象とも考えられます。仮に世の中のものすべてを陰と陽に分けると、天は陽で、地は陰。男性が陽で、女性は陰。経営者は陽で、従業員は陰。明るい、賢い、強いは陽、暗い、愚か、弱いは陰です。

陰と陽は表裏一体であり、その両方がなければ物事は成り立ちません。男性だけ、女性だけでは社会は成り立たないし、会社も経営者がいて従業員がいるから営んでいけます。人間もまた陰陽両方の気質を持っていて、時に合わせてどちらかが強くなったり、弱くなったりするのです。

また陰陽は転化します。例えば母親と息子の場合、性別としてみると、息子が陽で母親が陰になりますが、親子としてみると、母親が陽で息子は陰になる。視点や状況が変われば転化し、また陰と陽は常に対立し合って作用し、変化が生じます。

物事はすべて極めると質的転換が起こります。この大宇宙が常に変化し続けるのと同様、「吉・凶・悔・吝」も常に変化し、最終的に吉が極まれば凶に転じ、凶が極まればやがて吉に転じます。人間は順境にあっても逆境にあっても、その状態は十年も二十年も続くわけもなく、必ず変ずるのです。必ず変化するからこそ、人間も社会も成長と発展があるともいえるでしょう。

新しい生命を生み生々発展させる龍

私が『易経』に出合ったのは二十二歳の時。冒頭の「乾為天」にある龍の話に魅せられたからです。龍が成長していく六つの段階――それは君子が志を達成していく過程そのままに当ては

めることができます。この「乾為天」はいまなお読むたびに新たな発見があり、多くの示唆を与えてくれます。

皆さんは龍が描かれた絵画や掛け軸をご覧になったことがあるでしょうか。龍の傍らには必ず雲が描かれています。龍には雲を呼び、雨を降らせる能力があるのです。天からの雨を地が受けて、百花草木、生きとし生けるものはみな潤い、勢いよく育っていく。陰陽が交わり新しい生命が生まれる。その象徴として龍を君子に準えてあるのです。しかしすべての龍にその能力が備わっているわけではありません。最初はみな「潜龍」です。

「潜龍。勿用」(潜龍なり、用うるなかれ)

将来、天を駆け巡る飛龍になる素養はあっても、生まれたばかりの龍は地に潜んでいます。「用うるなかれ」とは、実力も経験もない潜龍の段階の者を重い役職に就けてはならないし、いま自分を潜龍と思うなら、早成を急いではならないといっているのです。

しかしこの時期、ただ寝て待っていろというわけではありません。ここでは将来へ向けて確乎不抜の志を立てるのです。その志は野望や野心とは異なり、社会に大きく貢献するための高い目標です。この潜龍時代に掲げた志の大きさ如何で、将来どんな動きをなせるかが決まるのです。

しかし世間に認められるにはまだまだ時間がかかり、まったく相手にされない不遇の時期です。つらい思い、悔しい思いをたくさんしますが、だからこそ志を強くできます。また自分自身も世間の物差しを知らないため、どこまでも壮大な志を打ち立てることができるのです。

誰に認められなくても志に従い、徳を積んでいると、その光は自然と地から漏れ出てきます。するとその光を見出し、地上へと引き上げてくれる存在があります。こうして「潜龍」は「見龍」へ成長します。

「見龍在田。利見大人」(見龍田にあり。大人を見るに利ろし)

「見龍」の「見」には、地上に出て姿が見える、自分の視野が開ける、そして自分を見出してくれた人にまみえる(出会う)と、色々な意味が含まれています。

何かを成した経緯には必ず見出してくれた存在があるはずです。応援してくれる人もそうですし、会社に採用されたということも、認められ、見出されたといえます。

見龍の時期にすべきことは、大人に学ぶこと。その大人とは自分を見出してくれた人であり、学ぶとは「真似ぶ」ことです。どんな分野でも最初は見様見真似で覚えていきます。見龍は決してオリジナリティーを求める時ではなく、ただひたすらに大人を真似ることで、基本や型を体得するのです。

では、その見習うべき大人とはどのような人物でしょうか。『易経』では、当たり前のことを当たり前にできて、正邪を弁える人といっています。

夢や志を想像していた地中から現実世界へ出てきたばかりの見龍は、大人の言動をその目に焼き付けることで物事の正邪を学びます。

昨今、企業ではコンプライアンス(法令遵守)が盛んに叫ばれていますが、どれだけ法律を完璧につくっても、守る人間に倫理観が欠如していては成り立つわけもありません。潜龍時代の志、また見龍時代に大人を真似ることで、あるべき倫理観を養うのです。

飛龍への分かれ道

天駆ける飛龍になれるかどうかは潜龍の志と、第三段階である「君子終日乾乾す」の時代をどう過ごすかにかかっていると私は考えています。

「君子終日乾乾、夕惕若。厲无咎」(君子終日乾乾し、夕べに惕若たり。厲うけれども咎なし)

「乾」は『易経』でいうところの天であり、陽を意味します。明るく積極的なイメージです。それを「乾乾」と重ねているので、とにかく積極果敢に努力して、物事を推進していく姿を表しています。

この段階は大人から一歩離れて独り立ちし、見龍時代に身につけた基本や型を実践で生かし、応用力をつけていく時期です。といってもやることは見龍時代と変わりません。さらに同じことを、積極果敢に高揚感を持って繰り返すのです。繰り返しに繰り返しを重

ね継続し、それが極まった時に量から質への転換が起こり、そこで初めてオリジナリティーが出せるのです。

しかし基本が当たり前にできるようになるとマンネリ化し、小さな失敗やトラブルが起きやすくなります。そこで、悔い改めれば吉、「まあこのくらいいいや」と惰性に流されていけば凶、そうならないために「夕べに惕若たり」なのです。惕若とは恐れ震えて反省すること。つまりこの時期は、日が昇っている間は乾乾と努力する半面、日が沈んだら心静かに「きょうの自分はあれでよかったか」と正しい恐怖心、健全な警戒心で以て反省するのです。この反省を怠ってはいけません。

また、同時に言葉を修める時期でもあります。人は言葉により周囲の信頼を得、どんな人物かを判断されます。将来、リーダーやその道のプロになった時、自分の真意を周りの人に簡潔明瞭かつ力強い言葉で伝えなければなりません。その素養を培う時です。

六つの成長過程で一般的に最も長いのが「君子終日乾乾す」の時代です。志とは世間に押し流され、常に変容し、しぼみやすいものと、『易経』にもはっきり書かれてあります。ひたすら同じことを繰り返すこの時期、多くの人は飽きたり手を抜いたりして、「こんなものでいいや、努力はやーめた」と志を忘れてしまいがちです。

日々乾乾と努力を重ね、自己反省を怠らず、潜龍の志をさらに強くした者のみが、次の「躍龍」の段階へと進めるのです。

「或躍在淵。无咎」（あるいは躍りて淵にあり。咎なし）

さあ、いよいよ大空へ飛び立とうとする直前、あとはその機を掴むばかりの躍龍の時代です。

「あるいは躍りて淵にあり」とは、ある時は躍り上がったり、またある時は潜龍時代に潜んでいた深淵に戻ってみたりして、躍動感がある半面、まだ一定ではない、不安定であることを意味しています。淵に戻って潜龍の志を確認し、見龍の基本を思い出し、前段階で身につけた技やオリジナリティーを復習して、大空へ飛び立つシミュレーションをしているのです。

いつ大空へ飛び立つのか、その兆しを捉え、見誤らないことが一番大切です。といっても、躍龍の時代には思いがけない偶然が必然のごとく起きてきます。必要な人や情報が向こうからやってくるなど、とにかく不思議な出会いが続きます。ジグソーパズルで足りなかったパーツが自然と埋まっていくように、飛龍になるべくすべてが自然と用意されていくのです。

ですから「いや、自分はまだ飛龍には時期尚早です」といっても無理な話。気が満ちれば、風に押し出されるようにして飛龍へと変化します。逆に「早く飛龍になりたい」と躍起になったところで、時中でなければこれもまた無理。下手に動くと取り返しのつかない失敗へと繋がるので、兆しや機を観る目をしっかりと養うことが、躍龍時代にすべきことです。

自ら陰を生み出す努力を

いよいよ天駆け、慈雨を降らす飛龍へと成長しました。潜龍時代から抱いてきた志を達成し、これまで身につけてきた能力を発揮して社会に貢献していく時代です。

「飛龍在天。利見大人」（飛龍天にあり。大人を見るに利ろし）

先ほど龍の傍らには必ず雲があるといいましたが、飛龍になれば雲だけでなく、いいことも悪いことも、どんどん集まって、それがすべていい方向に転じる勢いがあります。

陰陽でみると、潜龍から段階を経るごとに陽は強まり、飛龍になるとさらに強まります。物事は極まり過ぎると質的転換が起こることは先に申し上げました。飛龍の時期は、陽の極まっていく時なので、あえて自ら陰を生み出すよう努めなければなりません。

そこで「大人を見るに利ろし」です。ここでいう大人は、見龍の時の大人とは異なり、自分以外の人、物、事、すべてということ。つまり自分以外のすべての人の言動や有り様から学び、じっくりと意見に耳を傾けよ、といっているのです。教える・話すは陽であり、学ぶ・聞くは陰。飛龍になるほど抜きんでた実力の持ち主ですが、だからこそあえて他者に学び、人の話をよく聞いて絶えず自ら陰を生むのです。

同時に潜龍時代に打ち立てた志を決して忘れないこと。志を忘れた時、人は欲望へ身を任せるようになります。また、新しいことに挑戦すると、その場では潜龍です。例えば会社の社長であっても、新規事業を始めればその業界では潜龍、何かお稽古事を習い始めれば、その道では潜龍なのです。

しかし、自ら陰を生み出せず陽を極

めた飛龍は一転して亢龍となります。

「亢龍在悔」（亢龍悔いあり）

志ではなく欲望に身を任せ、人の意見も聞かずにひとり天高く昇っていった飛龍には、もはやいつも付き従っていた雲もついていけません。雲を呼び、雨を降らせる能力があるから龍なのです。雲を呼べなくなったら、亢龍となって凋落していくしかありません。

しかし例えてみれば、青信号が突然赤信号に変わることはありません。必ず点滅したり黄色信号になったりして危険を知らせているはずです。にも拘らず、その兆しに気づかなかったふりをして、「これくらいなら大丈夫だろう」と改善を惜しんだからこそ、亢龍になってしまったのです。

一度亢龍になった龍は、もう二度と空へは飛び立てないのでしょうか――。「亢龍悔いあり」といっていますが、亢龍になって初めて、「いままで俺は間違っていた……」と本当に悔い改めたとしたら……。

ここで吉凶の話を思い出してください。悔は吉に存します。一度地に落ちた亢龍も、とことん悔い改めることで、もう一度新しい別の吉へ、ゆっくりと転換していくのです。

悠然と節を楽しむ

人間が志を達成していく様を、龍が成長していく六つの過程に準えて描いた「乾為天」。トントンとその節目を越えていく人もあるし、長く一か所に止まる人もある。あるいは潜龍からいきなり飛龍へと上り詰める人もいます。その好例がライプドアのホリエモン氏です。彼には志がなかった。本当はその力が備わっていないのに何かの拍子で飛龍になると、これまた猛スピードで地に落ちていきます。

順境で勢いがあっても、逆境で思うように進まなくても、ゆめゆめ焦って早成を望まないこと。人生には進むべき時に進み、止まるべき時は止まるしかないのです。

『易経』「節」の卦の中でこの止まるべき時をどう過ごしたらよいかにも触れています。

『易経』には節を越えたほうがいいとか、越えられないのはよくない、という考えはありません。節は例えるなら四季の中の冬であり、一日の中の夜。その時をどう過ごすかです。冬に春を望んで種をまいても、芽は出ません。夜中に朝やるべき仕事をやったら、せっかく太陽が出た朝にはぐったりして、本来の活動ができなくなるのです。冬は次の春を迎える準備をする時であり、夜は次の一日を迎える準備をする時。人生における節の時もまた、次に進むべき時のためにしっかりと力を蓄える時期なのです。

そしてこの節の時が人間を強くします。竹がしなって簡単に折れないのは、所々に節があるからです。「しなう」という言葉には「従う」という意味もあり、人間も「つらい時」に従うから節ができて、強くなるのです。例えば本来の実力を認められず、自分より実力のない人や年下の者に従わなければならない時期、それは人に従っているのではなく、その「時」に従っているのだと、「随」の卦に書かれています。

「節」の卦に「安節。亨」「甘節。吉」「苦節貞凶」とあります。節の真っ最中にあって、「いまは進むべき時ではない。しかしこの節の時が自分を強くしてくれる」と心安らかに、そして悠然と楽しめる境地にあれば、時が来れば必ず亨る。しかし節をつらく苦しいと感じたら亨れない。また節は程のよさも意味し、亨れる時なのに原則にこだわって、進まないのも凶です。

節とは一時的な停滞期ですが、そんな節どころの騒ぎじゃない、苦しみの上に苦しみを重ねた艱難辛苦の時があります。『易経』の「坎為水」（習坎）の卦では、生きていく希望を失い、何をする気力もないような状態について触れています。そういう時は「水に習って前へ進め」と教えています。水はどんな険しい山あいも、止まらずに石や岩の形に従って流れていきます。そんな水の性質に習って、朝起きて、ご飯を食べ、排泄をするという、最低限のことでいいから、できることをやっていく。そうすればだんだん力がついてきて、いつか亨り、その後人々から尚ばれる、とあります。

「易は窮まれば変じ、変ずれば通じ、通ずれば久し」

『易経』の有名な言葉ですが、習坎のような、人生に一度あるかないかの困難も、時が過ぎれば変化し、亨る日が必ず来るのです。その逆もまた然りで、決して亨り続けることもなく、人生の折々で必ず節は訪れます。

いま自分の置かれた時を知り、その通塞を知ることが大切です。亨る時は「泊にありて乱を忘れず」の気持ちを持ちながら果敢に進み、節にありては止まりてそれを悠然と楽しむ。それが『易経』の教えなのです。