



2021/08/08

Shin

中国の新しい中流階級に見られる三大嗜好

中国のある求人サイト「2019年サラリーマン生活状況の調査研究報告」のデータによりますと、サラリーマンの82%は残業が日課となり、その内の約40%は、週の残業時間が、5時間以上でした。

急速に発展している中国では、サラリーマンの多くがストレスを抱えて、爆発寸前。残業するのが当たり前となっていて、私生活が酷く圧迫されている今日、ますます多くの人がストレスを軽減する為の時間を求めているようです。

特に、35歳を超えた人達の選択肢は、大きく二つのグループに分かれます。一つは写経に専念、もう一つはランニングに夢中になるようです。

新中流階級(年収およそ \$ 31,000 の人達)の主なストレス解消法は、写経、ランニング、ベジタリアンになること、概ね、この三つに集約されるそうです。

古来、学問に専念する人達の間では、仏教哲学がかなり浸透していましたが、仏教経典の神髄を学び、仏学の知恵の悟りを得られるのは、少数のエリートだけでした。

中国歴代の皇帝、有名な将軍、高僧、書道家、文学者は、写経や読経にとっても熱心だったようです。

近年、生活が徐々に豊かになるに連れ、多くの有名芸能人や企業家もその趣味に仲間入りしてきました。彼らのファンの中には、有名人の写経姿を見て、真似したくなる人も増えてきているそうです。

仕事の合間に、心を静めて写経に専念することは、新中流階級の人々が好むストレス解消の選択肢の一つです。

古来より、仏教経典の知恵が、これほど人気が続いたのは、やはり世の中の惑いや迷いを悟らせてくれる何かを持っているからなのでしょう。

現代社会では、人々は欲深くなり、知らず知らずのうちに自分自身を見失っているように見えます。それは大きな社会現象ともいえるでしょう。

多くの人々が、利益ばかりを追求し、上辺の派手な世界に惑わされて、じっくり自分の内面に向き合っていないように感じます。

「自分はどこからきたの？」

「どこに行くの？」

「何の為にこの世に来たのか？」

これら三つ質問は、いつの世も多くの人が常に自分に問いかけていることです。

人々は煩わしい世界に命や身を託しますが、時間が経つにつれ、ストレスが増すのを感じ、自律する力も段々弱くなり、考える力もどんどん減退していきます。

仏教に散りばめられた多くの知恵は、人々の困惑を軽減してくれそうです。ストレスを和らげ、安定した気持ちで日常生活を過ごせることが期待できます。

さらに精進すれば、人生を豊かに過ごす為の先見性や新たな価値観を持てるようになるでしょう。

仏教においては、「経」という字は、二つの意味合いがあります。

一つ目は、「経」は「契」であり、ある事物が別の事物と符合する、ぴったり合う、一致する、の意味合いです。

仏教の経典は「上契諸佛之理、下契衆生之心」。要は「すべての仏の理に、すべての生き物の心」で、これは仏陀(ブツダ)が語った真実と一致し、また人々の心の病を治せる薬にもなると解釈できます。

二つ目は、「経」は「徑」であり、日本語では「道」の意味合いです。

仏教は私たちに道を示してくれました。それは何の道かといいますが、凡人から仏になる道です。修行の過程においては、安全な道もあれば、泥沼の道もあり、落とし穴ばかりの道もありますが、仏経は必ず、我々に明確で分かりやすい道を示してくれるはずで、仏は、もっとも安心安全な道を示してくれるはずで、

中国の文化史において、有名な仏教古典は広範囲に渡って影響を与えています。人々の学習、修行、成長に深く関わっているのは、「心経」「金剛経」「維摩経」「法華経」「六祖壇経」「地藏経」上記六つの経典です。

余談ですが、中国史上唯一の女帝・武則天は「華嚴經」を拝読した時に、賞賛の意を込めて、下記の記事を書きました。

「天上甚深微妙法(むじょうじんじんみみょうほう)
百千萬劫難遭遇(ひやくせんまんごうなんそうぐう)
我今見聞得受持(がこんけんもんとくじゅじ)
願解如來真實義(がんげによらいしんじつぎ)。」

これは、仏經がこの世で広まるという開經偈(かいきょうげ)です。

娑婆世界に生きる私たちは、いつでも、仏經を読むことができ、正しい説法を聴くことができます。それは、とても幸せなことです。

古代も現代も、中国では仏教の經典を通して、心の糧を得たい、落ち着きを取り戻したいという気持ちは共通のようです。



現代人がランニングを好む理由は、主に四つあります。

*健康嗜好

走ることにより、血液の循環が良くなり、長時間、椅子に座りがちなサラリーマンにとって、圧迫した頸や腰への負担を改善する効果があります。

*美容

走ることにより、大量の汗をかくことは、新陳代謝を促進します。デトックス効果もあり、肌にも良い影響が期待できます。

*体形維持

運動不足や不摂生により、脂肪過多になり、お腹が出ることはよくあることです。

ランニングは全身運動ですから、血流もよくなり、新陳代謝を促し、よりよい体形が維持できます。

*気分爽快

ランニングで汗を流すと、ストレス解消になり、気分もよくなります。

サラリーマンが、ベジタリアンになる理由。

一つは、体重コントロールの為でしょう。

もう一つは、仏教の世界感が大きく影響しています。慈悲心をもち、「殺生」しないことを心掛けます。動物タンパク質を摂取しないだけでなく、ニンニク、ネギ類、ラッキョウも摂取しません。

月に何日間は、精進料理しか食べない人もいます。大事な祭りや行事の前に、心身を浄化するため、数日前から菜食と植物たんぱく質しか摂取しない人もいます。

コロナと共存する時代は、これまでと違う戸惑いや不安も多いことでしょう。

何か少しでも、心に安らぎを感じさせるものに出会えることを願います。