

# Que Será, Será

VOL.82  
2015  
AUTUMN



ビーナスラインから望む八ヶ岳連峰と富士山

ミュンヘンに到着して2カ月ほどしてクロイツベルグ博士から自宅での歓迎会の招待を受けた。開始時間は午後8時と言われた。午後8時というのは当時ミュンヘンではディナーではなくカクテルパーティーを意味していた。小学生以下は8時までに寝かせ、大人はそれからゆっくりナイトライフを楽しむのであった。オペラの開宴ももちろん午後8時過ぎであった。研究室の女性スタッフたちがパーティーの心得を教えてくださいました。それは、令夫人に生花を持って行くこと、コートと帽子は玄関に入る前に脱ぎ、花の包装を外し、それからチャイムを鳴らすことであった。私はドイツで初めて買った

た新調したてのコートを着て緊張して訪問した。この歓迎パーティーの客人は私一人ではなく、ポーランドから来たいた神経病理学の教授をはじめ、研究所の内外の多くの人々が招かれていた。私のドイツ語がまだ不十分であったと考えたせいか、クロイツベルグ博士はあるチーズを私に勧め、メーカーと鳴いた。そして、ヤギのチーズは珍しいからプロビレン(ためす)してごらんと言われた。他のチーズやお酒も勧められて、彼の歓待を私は今も忘れていない。テーブルにはチーズとパンとお酒が山盛りであった。しばらくして、招待客がそろって喜んだのは、クロイツベルグ夫人が持ってきた大



不安のない生活——(27)ミュンヘンの思い出 その5

医療法人 和楽会 理事長 貝谷久宣



## 不安のない生活—(27) ミュンヘンの思い出 その5



きなザルに山盛りの茹でたてのムール貝であった。すぐに皆がそのザルの周りに群がり手に取って食べ始めた。南ドイツでは海産物はまだ比較的珍しい時代であったから人気があつたのだろう。ザルの中はあつという間に空になってしまふが、また、20分ほどすると新しいザルが来てすぐなくなつてしまふ。そんな繰り返しを5、6回するとお客のお腹は充たされたのか、もっぱらお酒と議論に花が咲いた。留学して間もなくの私は、酒が入り早口で話す彼らの話の内容は詳しく理解できなかったが、その日の大テーマは、ヨーロッパは統一されるべきか否かということだった。1972年当時、EUはまだ設立していなかった。1973年より欧州共同体(E.C.)の加盟国数が拡大していたから、当時のトピックだったのだろう。彼らは本当に議論好きで朝までしゃべつても話し足りない雰囲気であつた。私はあくびをこらえるのがやつとで我慢して耳を傾けていた。私のボスはお酒で顔が赤くなると洗面所に行

き顔を洗ってくるのであつた。ドイツではお酒で赤い顔になることは客人に失礼なことであるということの後で教わつた。私は地下鉄で真夜中に帰宅することができたが、しみじみ異国に来ているのだと感じた。

次の年の12月6日再びクロイツベルグ博士の家に招かれた。それは聖ニコラウス祭りの晩であつた。この時は二人の子供と妻も一緒にあつた。クロイツベルグは一人息子のために聖ニコラウスとクランプス役が家に来るように頼んであつた。良い子は聖ニコラウスからごほうびをもらえるが、悪い子は、クランプスに大きな箒で叩かれ、持ってきた大きな袋の中に入れられ連れていかれてしまうのだ。クロイツベルグ2世は大変緊張していて、聖ニコラウスに自分が描いた絵を見せたり、作文を読んで一生懸命にどんなに良い子かを訴えていた。一方、我が家の娘と息子はドイツ語が良くわからないのかクランプスを全く恐れることはなく、キョトンとしていた。クリスマスには今は日本で

どこにでも手に入るのだが、50年前には初めて見た素敵なアドベントカレンダー(クリスマス用カレンダー)をエノーが子供たちにプレゼントしてくれた。アドベントカレンダーは、日付を書いた窓を開くと写真やイラスト、チョコレートなどのお菓子、小さなおもちゃ等が入っている。子供たちは12月1日から24日までその日の日付が記してある窓を開けてクリスマスを待つのである。このようにしてドイツのクリスマスを楽しん

だのもよい思い出となっている。どの家庭でもクリスマス1か月前からリング状のリースにろうそくを毎週一本ずつ立てて楽しくクリスマスを迎えるのである。12月が近くなるとクリスマスマーケットが建ち、クリスマスツリーにする生のモミの木がずらりと並ぶ。そして、クリスマスの飾りつけもたくさん売られる。夜遅くまで明々と電灯が点きいつまでもにぎわっていた。マーケットで売られている温かい赤ワインが何よりも

おいしいクリスマスである。ミュンヘンのクリスマスマーケットは初めての体験であり、家族を何よりも喜ばせた夢の世界であつた。ドイツのクリスマスは町中がお祭り騒ぎで始まりけたたましい爆竹で終わる。



聖ニコラウスに自分の作文を見せるクロイツベルグ2世とそれを見守る筆者の長女と長男。



聖ニコラウスの検分を見守るクランプスと動画を撮るクロイツベルグ博士

## 遊ぶ (2)

医療法人 和楽会  
なごやメンタルクリニック院長

原井 宏 明

### 洒落言葉

部下の仕事ぶりに一言、言いたいとき、直接的に言うとか角がたつことがあるでしょう。言い方に工夫し、ユーモアで包みながら注意できれば雰囲気を保ちながら目的を達成できるはず。和を重んじる日本では、昔からそんな言い方を作ってきました。

「雪隠の火事」：「やけくそ」を意味します。雪隠は昔の言い方でトイレのこと。昔のことですからくみ取り式です。トイレが火事になれば糞が焼けるから、すなわち自棄糞。 「うどん屋の釜」：「言うはつきり」を意味します。うどん屋の釜は常に煮立っています。

す。「湯ばっかり」なので「言うばかり」。実際の行動が伴わない大言壮語のことを意味する洒落言葉には他にも「大晦日の髪結」「乞食のお粥」「風呂屋の釜」などがあります。

「百足の支度」：「手間がかかる」を意味します。足が100本ある百足が外出する準備をしたら靴をはくだけでも相当時間がかかります。つまり手間取る。新潟の昔話に元をとったようです。

### 漢字遊び

漢字の書き間違いも遊びにできます。他の人が気づかないようにしてみるわけです。つぎの単語はどうでしょうか？

週間紙の買売  
事時間題の解説  
欽火井

おかしいところにすぐ気がついたでしょうか？

### 弁慶読み、句読法

「弁慶が、なぎなたを持って」と読むべきところを「弁慶がな、なぎなたを持って」のように区切りを変えるもので

す。「カネオクレタノム」の区切りを変えるとどうでしょう？ 同じ文をまったく違う意味に取ることができます。答えは文末に。

### 文章の順番を変えて遊ぶ

次の文章を読んでみてください。どちらの女性が真面目な人にみえるでしょうか？  
1 家庭に恵まれなかったキャバ嬢が、昼は大学で真面目に学んでいます。

2 昼は真面目な女子大生が、夜はキャバで働き、それを家庭に恵まれられないせいにしていきます。

どちらも書いてあることは同じことなのですが、受け止め方が違います。

### 娘の変顔



17年前、「幼稚園で覚えたの、この顔、写真に撮って！」

と言われたときにとった写真です。顔をつくるまでの過程が面白く、見るたびに私も笑っていました。他人にも見せたくなり、当時の私の個人ホームページにアップしたほどです。でも、知り合いから、「お子さんの個人情報を外に公開しないほうがいいわよ、何かあるかわからないから」と心配してくれる人がいて、削除してしまいました。

今は、この子も大学生、公開したところで、この顔からはいけません。本人のOKもとれたので古い写真をまた出してきました。いま、見なおしても、やっぱり何の意味も無い、役に立たない変顔です。だからこそ楽しいし、面白い。この子がいて良かった、私も生きていて良かったと思えます。

この子が変顔で遊んでいた時期、私自身、楽しいことばかりではありませんでした。仕事や家族のことなどいろいろありました。それでもこうやって変顔を見ると楽しい思い出もあつたなと思ひ出すことができます。

人生に何か目的を持って日々を無駄なく過ごすことも必要なことでしょう。でも、後から振り返ると、何の役にも立たない暇つぶしにしかならない遊びこそが生きる意味を与えてくれるようにも思えます。

### 答え

「金送れ、頼む」と「金をくれた、飲む」

### 参考文献

高橋康也・言語遊戯・東京：日本ブリタニカ・1979  
まさに何様・闇から神谷・さかさ言葉「回文」のすべて・東京：カットシステム・1998  
相羽秋夫・しゃれことは事典・大阪市：東方出版・2014



（原井宏明略歴）  
一九五九年京都生まれ。一九八四年岐阜大学医学部卒業。神戸大学精神科、国立肥前療養所（現、肥前精神医療センター）、国立菊池病院臨床研究部長、なごやメンタルクリニック院長。日本行動療法学会認定専門行動療法士。動物つけ面接トレーナー。

## 双極性障害について(1)

医療法人 和案会 横浜クリニック院長 海老澤 尚

「うつ」が出現する疾患には色々ありますが、代表的なものに、うつ病、双極性障害などの気分障害があります。今回は主に双極性障害についてご説明します。

### 【双極性障害の症状】

「うつ」の症状以外に、時々テンションが高くなる「躁」の時期も出現し、「躁」と「うつ」を繰り返す疾患が双極性障害です。重度の躁状態が出現するために社会的・職業的に著しい障害が生じ、入院が必要になることもある双極Ⅰ型障害と、社会的・職業的に著しい障害を起こさない程度の軽い躁状態(軽躁状態)が出現する双極Ⅱ型障害があります。以前「躁うつ病」と呼ばれていた疾患は、双極Ⅰ型障害とほぼ同じと考えてよいでしょう。

躁状態では、気分が高揚したり、イライラした気分が怒りっぽくなったりします。活動性や活力も増加します。具体的な症状は(以下に挙げるのは例であり、必ずしもすべての症状が現れるわけではあ

りません)、気分が良い、ハイな感じ、物事を楽観的にとらえる、よく笑う、普段よりも自分が優れた人間に思える、過大な自信を持つ、動きが活発になる、いろいろなことに手を出す、睡眠時間が短くても平気になる、口数が多くなる・早口になる、次々にアイデアがわく・頭の回転が速くなる、注意が散漫になる、社交性・性欲・仕事量・勉強量などが增える、買い物のし過ぎ・性的逸脱・無謀な投資など後で痛みを伴う結果を招く可能性の高い活動に熱中する、などです。他の人がまどろっこしく見えたり、ちよつとした行き違いで怒り、周囲の人たちとの軋轢・衝突が生じることもあります。

DSM-5診断基準(米国精神医学会診断ガイドラインの最新バージョン)では、躁状態が1週間以上続くか入院治療が必要になる場合双極Ⅰ型障害と診断し、軽躁状態が4日間以上持続する場合双極Ⅱ型障害と診断します。特に軽躁状態は「社会生活に著し

い障害が生じない程度」の比較的軽い気分の高揚です。で、持続日数の短いものまで含めると、嬉しい出来事があつて一時的に気分が高まるという普通の反応を生じた人まで双極性障害と診断されてしまいます。それを防ぐために「4日間」で線引きをしているのです。しかし、これも前回取り上げた「気分の落ち込みが2週間以上続く」といううつ病の診断基準と同様、3日間でも5日間でもなく、なぜ4日間かという明確な根拠に乏しいようです。

### 【単極性うつ病と双極性うつ病】

「うつ」のみが出現し、躁状態になることがないものを単極性うつ病と呼び、双極性障害で「うつ」になった場合を双極性うつ病と呼ぶことがあります。単極性うつ病も双極性うつ病も、「うつ」の症状自体に大きな違いはないため、「うつ」の期間に現れる症状のみでは区別が困難です。しかし、単極性うつ病の場合は抗うつ薬が薬物治療の中心ですが、

双極性うつ病の場合は抗うつ薬だけを使っていると気分の波がおさまらなかつたり、不安・焦燥感、パニック発作、不眠、イライラ・過敏性、などを伴う「賦活症候群」という副作用が出現するリスクが高まる可能性があります。気分安定薬(いわゆる「精神安定剤」と一般に呼ばれることが多い抗不安薬とは異なる、双極性障害の治療薬の総称)を中心にした治療が必要である場合が多いのです。従つて単極性うつ病か双極性うつ病かをきちんと区別して診断するのは大変重要なことです。

### 【双極Ⅱ型障害の診断はしばしば困難】

双極性障害(特に双極Ⅱ型障害)を早期に診断するのはしばしば困難とされています。海外の研究では、双極性障害が発症してから双極性障害という診断を得て適切な治療を受けるまでに平均10年以上が経過しているという報告や、双極性障害の約70%は誤診を受けた経験があり、半数以上は単極性うつ病という診

断だったとの報告もあります。双極性障害の全経過期間のうち「うつ」が半分以上の期間を占め、軽躁状態は数%を占めるに過ぎないことや、双極性障害でも最初に出現する気分の変化は「うつ」であることが多いことなどが診断を難しくしています。最初に「うつ」になった時に病院を受診すると、多くは「(単極性うつ病)」という診断になります。その後躁/軽躁状態に気付かれて初めて双極性障害と診断されるのです。

次号に続く



〈海老澤尚略歴〉

一九五六年生まれ。一九八四年東京大学医学部医学科卒業。東京大学医学部附属病院医員、埼玉医科大学助手(財)東京都神経科学総合研究所流動研究員、米国立ハワード大学医学部リサーチフェロー、埼玉医科大学講師、東京大学大学院医学系研究科客員准教授、東京警察病院神経科部長、メデイカルケア虎ノ門副院長を経て二〇一五年三月より横浜クリニック院長。

◆ ドクターヨシダの一口コラム (47) ◆

『嫌われる勇気』の紹介  
—その3(1)—

医療法人和楽会  
心療内科・神経科 赤坂クリニック院長

吉田 栄治

前回までのまとめ

前2回にわたって、アドラー心理学に基づいて書かれた本、『嫌われる勇気』の紹介をしてきましたが、今回は「その3」になります。この本の中で著者は、「人生はシンプルであり、誰でもいまここから幸せになることができる」と説きますが、シンプルと言うわりには、この本の議論は盛り沢山です。内容を整理しておきたいと思しますので、章立て

を列挙しておきましょう。

この本はアドラー心理学を信奉する哲人と、人生に悩む青年との対話という形で議論が進みますので、第一夜から第五夜という章立てになっています。

第一夜 ト라우マを否定せよ  
第二夜 すべての悩みは対人関係

第三夜 他者の課題を切り捨てる  
第四夜 世界の中心はどこにあるか

第五夜 「いま、ここ」を真剣に生きる

第一夜の「トラウマを否定せよ」では、過去のトラウマによって種々の精神症状が生じるというフロイト的な「原因論」が明確に否定され、現在の症状は何らかの目的があつて存在しているというアドラーの「目的論」が展開されました。「われわれは過去の経験によって決定されるのではなく、われわれ自身が過去の経験にどのような意味を与えるかによって、自らの生を決定してい

るのだ」と主張され、「過去に支配されない生き方」が推奨されました。

第二夜では、すべての悩みは「対人関係の悩み」であると示され、「主観的な思い込みとしての劣等感」、「劣等感の裏返しとしての偽りの優越感」などの議論が展開されます。そして自分と相手のどちらが正しいか、どちらが上かという「権力争い」の不毛について語られ、人生は他者との競争ではないこと、もし相手から権力争いを挑まれたらいち早く争いから降りること、自分の正しさを主張して相手を屈服させる必要はないことなどが説かれました。そして対人関係の悩みを解決するために、「自立すること」と「社会と調和して暮らせること」が行動目標として掲げられ、「自分には能力がある」という意識と「人々はわたしの仲間であるという意識」が持てるようになることが大切だと強調されています(そのために、「仕事のタ

スク」、「交友のタスク」、「愛のタスク」の3つの『人生のタスク』に向き合うことが必要だと説明されます)。

前回までは、この第二夜までの内容の中から興味深かったことをピックアップしてご紹介しました(トラウマの否定、怒りの捏造、対人関係の悩み、劣等感と権力争いなど)。

今回は、第三夜以降の内容についてご紹介いたします。第三夜では「承認欲求を否定せよ」という主張がされます。これにはびっくりしました。他者から承認されたというものは、人間の普遍的な欲求であるはずなのに、アドラーはこの承認欲求(他者の期待に依って他者から認められたいという欲求)を否定し、「われわれは他者の期待を満たすために生きていくのではない」というので

す。「他者からの承認を求め、他者からの評価ばかりを気にしている」と、最終的には

他者の人生を生きることになる」と。確かにそう言われてみれば、なるほどという面があります。「他人の人生ではなく自分の人生を生きよ」ということです。そしてこのことは、相手に対して

も言えることで、「他者もまたあなたの期待を満たすために生きていてのではない」(ですから、相手が自分の思うとおりに動いてくれなくても、怒ってはいけな

いという含蓄のある主張がされます。

次号に続く



〈吉田栄治略歴〉

一九五九年生まれ。  
一九八四年防衛医科大学校医学部  
医学科卒業。自衛隊中央病院第一  
精神科、自衛隊岐阜病院精神科、  
自衛隊仙台病院初代精神科部長を  
経て、二〇〇三年九月より心療内  
科・神経科 赤坂クリニック院長。

## 病(やまい)と詩(うた)【36】 — ウィリアム・S・クラーク先生(6) —

東京大学名誉教授

## 大井 玄

彼の活躍、社会的地位、当初の成功に魅せられて、1880年末から81年終わりまで、アマーストの町全体が鉱山株の熱に浮かされた。町全体として鉱山株の形で二十五万ドル投資しており、ほとんど全家庭が出資していたという。

将来を楽観したのでろう。彼らは規模を拡大してクラーク・ボスウェル証券会社を設立し、ユタ州のストアモント銀山、カリフォルニア州のハイト金山など、次々に鉱山を買収していった。クラークは精力的に各鉱山を見て回り、合計おそらく数万キロに達する旅をしている。1881年秋には、北はカナダのノヴァスコシアから南はメキシコにいたる七つの鉱山を傘下に収めるが、1882年春に会社倒産した。

その最大の原因は、クラークがボスウェルに財務経理を任せ切っていた盲目性にあるだろう。五月十四日付けのニューヨーク・タイムズ紙に載ったクラークの釈明は、それを物語っている。

(前略)事務関係の責任は彼にあったのです。会計簿をつけ、金の出し入れをし、請求書が来

れば支払うのは、彼がすることになっていたので。ところが、支払いは済んでいない、支払った分は帳簿についていない、帳簿のつけ方がためらめです。帳簿の様子が判らないのです。ボスウェルで一番おかしいと思うのは、ストアモント銀山から九万

ドルの地金を受け取っておりながら、事務所では一切記録がないということ。私宛の差押令状は、その銀の地金分だということでした。しかし、私の間違いでなければ、だまされたのは私のほうなので、私がなにかひどいことをしたというなら別ですが、私の嫌疑はやがて晴れると思います。(後略)

ボスウェルは何の申し開きもしないで、姿をくらましてしまった。クラークが訴えられた訴訟に関し、民事裁判所に提出した鉱山事業についての答弁書によれば、彼もボスウェルも鉱山の売買経験はまったくなかった。彼はボスウェルの怪しげな前歴を知らなかったし、投資家の利益を守る目的で、ボスウェルに鉱山経営の資格があるかどうかの調査を一度もしなかった。五月二十九日付けのリパブリカン紙もその事実を批判して

いる。

彼は各事業所の所長でありながら、初めからボスウェルに会社の帳簿と財務とを一切任せ切っていたと見える。自分で帳簿を検査するとか、誰かに監査させるとか、各鉱山の財務状態を調べるとか、利益がどう使われているかを調べるとか、彼は一度もしたことがないらしい。

(後略)

五月半ば、鉱山株に投資した人々の集まりがアマーストで行われ、手痛い経験が語られ意見交換が行われた。しかし、彼にはつきり批判的な者は二人だけだった。アマーストの人たちはクラークの誠実な人格と自信家で雄弁で楽天的な個性をよく知っていたし、金びか時代に株に手を出して少々損をするのは当たり前なことだと考えていた。

筆者がアメリカ生活をして二十世紀後半、大学教師に株に手を出している者が多いのに驚いたことがあったが、金融操作用で儲けようとする傾向は、クラークのときと変わっていないのかも知れない。

いずれにせよ、彼の事業の崩壊、倒産、それに続く訴訟の

数々、いずれもが彼の自尊心を深く傷つけ、強いストレスを加えたに違いない。数週間後肺炎になり重体が伝えられた。いったん回復するがおそらく心筋梗塞による心不全を起こした。二階に上ることも禁じられて一階の書斎にベッドを移した。それでも若いときから好きだった乗馬は出来た。

翌年1883年春には一時重態になり絶対安静を命じられたが、小康を得てからは馬で郊外に出かけたりにしている。遅咲きの花のついた林檎の一枝を手にして戻ってきたのは、次の年の九月のことだった。病状は進行した。死の床にいて、彼は生涯

中のどの仕事よりも、日本で行った伝道者としての仕事に満足している。長年の友に語った。札幌での日々は、一瞬の光芒のようにその脳裏に輝いたであろう。クラークは1886年春、六十歳の誕生日を数か月後に控えて死去した。

「野心」か「大志」か

「少年よ、大志を抱け」という訳に対するささやかな違和感がこのエッセイを生み出した。

クラークに薫陶を受けた大島正健が懐古するように、大島は

シェークスピアの悲劇「ジュリアス・シーザー」におけるマーク・アントニーの追悼演説を繰り返し練習させられた。Ambitiousという言葉は何度となく出てくる。しかしそれははつきり「野心」という意味で使われている。福田恆存の訳では友よ、ローマ市民よ、同胞諸君、耳を貸していただきたい。今、私がここにいるのは、シーザーを葬るためであって、讃えるためではない。

人の悪事をなすや、その死後まで残り、善事はしばしば骨とともに土中に埋もれる、シーザーもまたそうあらしめよう。

高潔の士ブルータスは諸君の前に言った。シーザーは野心を抱いていた。そうだとすれば、それこそ悲しむべき欠点だと言うほかない。そしてまた、悲しむべきことに、シーザーはその酬いを受けたのだ。(中略)

生前、シーザーは多くの捕虜をローマに連れ帰ってきたことがある、しかもその身代金はことごとく国庫に収めた。かかるシーザーの態度に野心らしきものが少しでも窺われようか？

貧しきものが飢えに泣くのを見てシーザーも涙した。野心は

もっと冷酷なもので出来ているはずだ。(中略)

みんなも見て知ってしよう。過ぐるルペリキャリア祭の日のことだ、私は三たびシーザーに王冠を捧げたが、それをシーザーは三たびしりぞけた。果して、これが野心か？

とうてい「大志」とは、翻訳で

クラークがやはり「野心」に近い意味でambitionを使っていたらしいのは、彼のアマーストに帰ってから行動からも窺われる。経営危機に瀕した大学を留守にして、一年間、洋上大学の高給取りの学長になりたいと申し出る「大志」があるだろうか？ しかもその大学は、彼が創設し、手塩にかけ育ててきたものである。また理事会がその申請を却下したからといって、あっさり辞職して次のもっと有利な職に移るだろうか。

しかし彼の“ambitious”は、稀有に純真な倫理意識を持つ日本の若者により「大志」と訳される。今日に至るまで伝えられている。野心と志の違いは、他者に対する献身の有無と度合にあるように私には思える。そして、札幌農学校にいた八か月間、彼

が伝道者・教育者として学生たちに献身したのは事実である。貧しい助け合い社会であった当時の日本において、「大志」は、学生たちが教師に贈る最高の賛辞でもあった。したがって、この訳はやはり名訳と言うべきなのだろう。

ジョン・マキがクラークの生涯を描いた伝記では、日本人的優しさや崇敬の念は感じられない。アントニーの前出の演説をもじって終章をこう締めている。

この男の善事は死後も残った彼の盲目的な野心は骨ととも土中に埋もれた



〈大井 玄略歴〉  
一九三五年生まれ。  
一九六三年東京大学医学部卒。  
東京大学名誉教授。  
元国立環境研究所所長。  
臨床医の立場を維持しながら国際保健、地域医療、終末期医療にかかわってきた。



## フクロウ博士の チョット一言

### 喜心、老心、大心

これは道元禅師が台所の心得を書いた「典座教訓」にかかれた徳目です。

禅では生活そのものの中で無心無我になって、空を実現する道を追求しました。その結果、台所や、掃除、食事、給仕、便所の使いなど、日常のすべてを人生修行の場としました。

たとえば、調理のこころ配りとして、「喜心、老心、大心」を大切にします。喜心は、物事を喜びを持って行い、特に材料が粗末であっても喜ぶことの徳を教えます。老心はいたわりの心です。別の言葉でいえば大切に作る心です。大心は物事にとらわれない心です。足りなくても、粗末なものでも憎まない心です。

(中野東禅著 凡人のための禅語入門、pp38、幻冬舎2006)

## ● 野鳥図鑑 ●



### 【ミヤコドリ】

「墨田川の都鳥」という言葉があるが、ユリカモメという別の鳥である。本物のミヤコドリが、毎年飛来する三重県の安濃川河口を訪れた。背中黒、腹部白、口ばしのオレンジ色の配色が美しい鳥である。到着したときには遠い中州にいたので、潮が満ちてくれれば飛び立つだろうと待っていると、予想どおり目の前を海の方に向かって通り過ぎてくれた。期待以上の写真が撮れ、満足の気分で帰路に着いた。

撮影 日本野鳥の会 岐阜代表 大塚之楡 ゆきとし