大国を治むるは、小鮮を烹るが若し。道を以て天下に莅めば、其の鬼も神ならず。其の鬼の神ならざるに非ず、其の神も人を傷わず。其の神の人を傷わざるに非ず、聖人も亦た人を傷わず。夫れ両つながら相い傷わず。故に徳は交〻焉れに帰す。

【大体の意味内容】大国を統治するというのは、小鮮を烹るようなものだ。かき回すと形が崩れてしまうので、余計な手を加えずコトコト静かに煮る方がよい味わいが出る。「道」の理に従って、天下における自分本来の位置を見極め、そこに立って生きよ。そうすれば、大地の精霊たる「鬼」が人々に霊威をもたらすように、「道」理の徳が、「処」を得た人の内側から湧き出るよう、その人を徳かせる。神鳴が天地を突ん裂きこの世に崇るような暴発はしない。いや、大地の「鬼」霊が崇り神にならないというだけではない。「道」理の徳を体現すれば、雷や崇り神であっても、その人を傷ることはできないのだ。さらに言うと、崇り神が人を傷わないというだけではない。聖人もまた、そのような「道・徳」人を敗ることはできない。神も聖人も、両者とも「道・徳」人には太刀打ちできない。そもそも「徳」とは、何かと争うようなものではないから、対立交錯しあうものがあっても、それらを丸ごと包み込んで、対立以前の根本道理へと返してしまうのである。

これまで「聖人」を理想的な存在として語りだしてきていたのに、ここでは神よりもマイナスな存在として扱われ、神はまた神鳴（雷）が原義であるように、本来崇りを為すマイナスな力として語られています。ただし「聖人」よりはましなものとして。さらにその「神」よりも良いものとして「鬼」を真っ先に挙げているのが面白いですね。「鬼」は大地の草木や生き物、岩や土や水などあらゆるものの精霊として、認識されていたようです。後々の時代には、悪いものの代表のように扱

われる鬼も、老子の時代にはこうした、生命全般を育(はぐく)む者、人々の、死んだ祖先を指す言葉として、尊重されていたようです。

お正月に、「お年玉」をもらいますね。これはもともと「お年魂(としだま)」で、新しい年の魂がやってきて、それが体につくから、すべての日本人が一斉に「年を取る」つまり年齢が一つ上がったそうです。明治時代以前は「数え」という方法で年齢を加えていました。最初は、生まれた瞬間で1歳となり、その後は誕生日に年を取るのではなく、正月元旦に「年魂」を獲得してみんな年を取ったらしい。

その「年魂」が宿るモノとして、おもちが考えられていたわけです。確かに柔らかい丸餅(まるもち)は、魂が形を持ったものとしてぴったりですね。

餅(もち)は、もちろん「もち米」という穀物から作られます。秋に稔(みの)る稲穂の、その穀物が一度稔る期間のことを「稔(とし)」と呼んでいたので、「年魂」はさらに本来は「稔魂(としだま)」だったのでしょう。古代中国ではこうした精霊たちを「鬼(き)」と呼びならわしていたようです。

私達が食べる様々な穀物や草、野菜、果物、肉、魚などなどには、その物の生命だけでなく、宇宙の「鬼(き)」が宿っている。宇宙空間に様々な星が生まれその星の中であらゆるものが発生してきたわけですから、日常の食べ物すべての背後に宇宙の力があるわけです。

「僕らは『鬼蹟(きせき)』でできている」。そのことに感謝して、何でもおいしく味わい、元気になりましょう!