

私の趣味について語るよう依頼されたのですが、友人や知人からは「無趣味の人ですね」とよく言われている私ですので、確固たる趣味というよりはむしろ、私自身が日常の中で感じる2つの楽しみ—私が「心の楽しみ」、「身体の楽しみ」と呼んでいるもの—について語りたいと思います。

私の「心の楽しみ」は、早朝通勤をした後の道草です。道草をしては親に叱られた子供の頃の懐かしい思い出が今でも記憶に残っていますが、その道草を、数十年の「文の京」通勤の中で存分に楽しむことができました。沢山ある道草スポットのうち、ここでは私のお気に入りの2つについて紹介します。

スポットその1は、東大構内にある三四郎池。人の気配もない早朝に、池の水面を眺めながらベンチに腰掛け、四季折々の朝の陽ざし、澄んだ空気、そして風に揺れる木々の音や鳥のさえずりを楽しんだり、心をかたどった池をゆったりと歩き、時々足を止めては大きな深呼吸を繰り返しながら廻ったりします。なんとも言えない、新鮮な気分を味わうことができます。

もうひとつのスポットは、麟祥院境内。ここでの楽しみは、境内のお墓、石仏、庭園廻りです。静寂に包まれた朝の境内で、気分によってお墓や石仏を廻る順番を変え、心清め、境内に腰掛けて庭園の松を眺めるのが大好きです。四季に関係なく、枯れずに緑を絶やさず生きている松の姿が、私に、喜怒哀楽と向き合い、いきいきとした日々を過ごすように語りかけているように思える、そんな庭園の空間がたまりません。

少し前に麟祥院境内で起きたちょっとしたエピソードを紹介します。

その時期、境内で育った竹で垣根の修繕工事をしていたので、朝のお勤めで境内掃除をしていたお坊さんをお願いをして、ロウソク立てとして使用したいのでひとつ頂けませんかと話したところ、以前から朝境内にいる私の姿を度々見かけていたとのことで、ご快諾頂きました。最近では、毎週休日の夜に、頂いた竹にロウソクを焚いて、一杯のグラスを片手に最高の時を過ごしています。今では、会う都度に挨拶を交わすので、お坊さんと会う楽しみもできました。

一方「身体の楽しみ」と言えば、毎週休日に自前のコート

を持つテニスクラブの仲間達と軟式テニスをする事です。長く続けているわりになかなか上手になれないのですが、楽しんでます。クラブの特徴は、家族会員が原則で、夫婦、子供、皆でボールを追いかけています。テニスは身体の健康には最適ですが、それ以上に、年齢、職業が異なるクラブ会員との試合、会話、飲み会が私生活に新鮮な気持ちを与えてくれ、前の週とは違う新たな週を迎えるための活力をくれます。

もちろん試合に負けると下手な自分に腹が立ちますが、今では最高の解決法を発見しました。それは子供を相手に一緒に遊ぶことです。自分も子供に帰って頭を空っぽにできるので、子供に感謝です。

また、月例会後に反省会と称してコートで行う恒例の飲み会では、試合、仕事、生活、大きくは世界情勢を話題に盛り上がります。年齢層、職業層の違う仲間達との会話を通じ、視野を大きく持つことの必要性和、人とのふれ合いの大切さを再認識することもでき、皆に生き方を教わっています。

ここまでは「心」と「身体」の楽しみを2つに分けて語りましたが、「心と身体」に楽しみをいっぺんにもたらし、「心と身体」を新鮮な気分にしてくれるのが、大好きな「掃除」です。掃除が好きと語る人はあまりいないと思います。家では「掃除魔」と呼ばれている始末ですが、意に介さず聞き流しています。

私は、イライラや無気力に襲われた時、家族の迷惑もかえりみず、即座に家の掃除を始めるのです。負の気分は無心に掃除をしている間に取り去られ、終えた後の爽快感が心と身体を楽にしてくれます。また事務所では、仕事で最良の考えが浮かばなかった時や根を詰めて疲れを感じた時などは、一度その仕事から離れて机の上の整理整頓と打合わせテーブルの雑巾掛けをして気分転換をしている間に、いつも不思議と良い考えが浮かんで来て、すらすらと仕事も進むし、疲れ感も吹っ飛んでしまいます。そういった意味で、掃除は私に力をくれる最高の友でもあります。

私は今年還暦を迎えました。「男60を過ぎてこれからの楽しみこそが本当の楽しみ」と信じて、これからも「心と身体」の栄養剤となる楽しみを見つけながらやって行こうと思っています。



三四郎池(東京大学H.P.より)



麟祥院(文京区H.P.より)