

2024年10月1日(火) 晴

今日からビジネスバックを秋用に変えようと思った。中のものと移し始めたが、やめた。陽ざしが夏のように強い、気温は真夏日を超える予報。今日もまだ夏。

— 自分から追って —

先週金曜、仕事で運動指導にあたっている人と会った。仕事の主な話はおわって、雑談にはいったとき、「運動系には国家資格がないんですよ」。地域の健康関連の委員会のメンバーに推薦された出席してみると、委員のほとんどは医師や研究者。現場で活動している人はほぼ自分一人だったとか。

「健康寿命」をのぼすとして国レベルでも提唱されているし、予防医学に運動は推奨されている。運動系の団体も政府にずいぶん働きかけてきたけど、運動の専門家制度はできていない。本気でやる気はあるのか、はたまた表にみえない「不都合な真実」があるような気がしたそう。

運動系に国家資格は無いとは、今さらながら気がついた。その世界に入ってみないとわからないことが多い。自分にとって身近な世界のことで、マスメディアが報じていることを見たとき、本質が見えていないなあと感じることがある。同じようなことが別の世界でもあると想像はつく。

日曜、視聴期限が30日だった座談会の動画を視た、聴いた。世代が少しずつ異なる精神医学の重鎮たち3人の話だった。いちばん納得した話は、精神医療のさまざまな療法を、今では、患者に応じて組み合わせさせて使おうとする考え方が主流になってきたということ。

、仕事上でも心の問題についてはそれなりに知っておく必要性を感じたのは3年前だった。本を買って読んでみると、病名が多いし、療法もまた多い。それらを総動員しても、そう簡単に解決できないのが心の問題ではないかと感じていた。座談会での話は、“そうでなくっちゃ”の感。

ものごとの本質や背景、そういったものは自分から追っていかないとわかりにくい。ここ数日、そんなことをあらためて感じた、考えた。

2024年10月4日(金) 雨

昨日から降ったりやんだりの雨模様。気温は夏日前後、でも明日からまた高くなる。秋は来たり、行ったり。

— 「純正」 —

プリンターの黒色がどうしても印字されない。使用説明書にそって解決策をすべてやってみたけど、ダメだった。ひょっとすると互換インクだから？また新しいインクを買いにいった。店員がいう、「たぶん、これで大丈夫だと思います。やっぱり「純正」に勝るもの無し、なんですすよ」。たしかに、難なく印刷でした。

それにしても「純正」というのはちょっと大げさな感じがする。プリンター本体にインクをを認識させるカートリッジの端子がミソなんだろうけど、互換インクと違って、「純粹で正しい。まじりけがなく、本来のものであること。また、そのさま」とうたわれると、「純正」でいいのか…。

なぜかここで頭に浮かぶ、『美学入門』（中井正一）に書いてあった「価値」についての話。著者いわく、「だいたい人々は価値あるものとして、①真実であること ②善良であること ③美しくきれいであることの三つを好む」。シンプルだけど、実践するのは難しい。

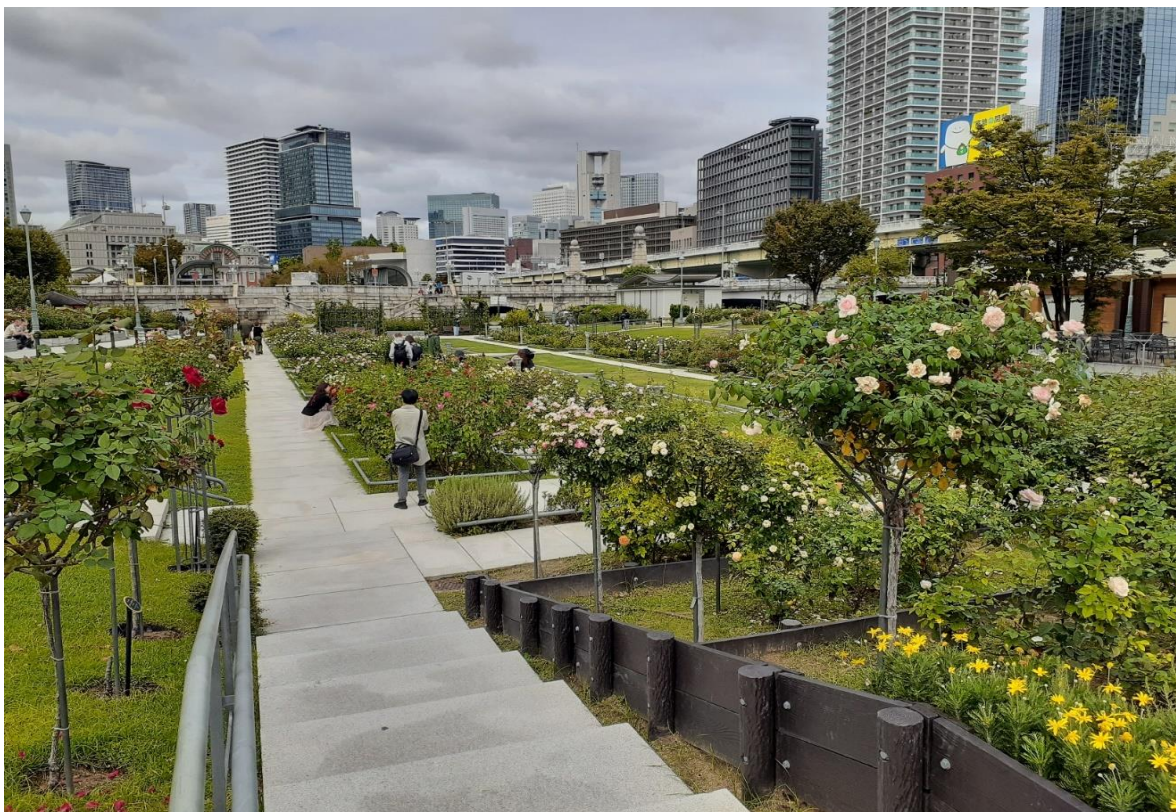
先日著名な精神科医たちの座談会をみた。一番の重鎮の方がごくごく自然な口調で話したことが印象的だった。人にとって大事なことは（おそらく病気から遠ざかっていられるポイント）は、「その人の命の求めるように生きること」。

「命」？ これは「精神」に読みかえてもいいだろうし、身体性も加えてもいいし、別な言い方をすればその人の魂の求めるように、と言ってもいいか。当人がそう生きていると感じられたら、それこそ「純正」。

とはいえ、その重鎮も指摘するように、社会生活がなかなかそうさせない。軋轢や葛藤がついて回る。でも、「豊かな混沌」が自分を育てるとも語っていた。なんとも精神を解放してくれ、さすが、重鎮。

2024年10月8日（火） 寒露 中之島のバラ園

最高気温23℃の予報はいつ以来か、これは久しぶりに歩かねばとバラ園へ。お天気はよくないので、人は少ない。目につくのは外国からの旅行者。どこかでパンを買ってか、ベンチで食べる人を数組見かけた。







大きな木の陰でしばしビル群をみる。
風が心地よかった。



2024年10月8日(火)「寒露」雨・曇

昨日に続き今日も降ったりやんだりのお天気。気温はぐっと下がって、日中でも23℃の予報、でも明日からまた夏を超える気温。今日は寒露だけど、「本格的な秋」の感はなし。

— 道 —

事務所の行き帰りの地下鉄車内、しばらく開かないドア側に立ち、ノブにフックでバックをひっかけ、両手を空けた上で小手帳を出して持ち、ドアガラスに映る自分の顔を、見るともなく見て、何かを特に考えるともなく立っている。

他の乗客の大半は下を向いている。スマホに気をとられているから、他者のことは気にしていない。それをよいことに、時々カラダを左右に揺らし、踵を上げ下げし、目や口の運動をする。ふと、何かを思い出したり、閃いたら、手帳にメモをする。

昨夕は、“これが道か…”と、ふわっと頭にうかんだ。この想起の前に何を考えていたのだったか。5日におわったプロ講師塾のことだったか、同じアート系でも活動の仕方に違いをみせる友人たちのことを思い出していたのだったか…。

自分が今に至っている事実、現実。おそらく他者にはあまりピンとこないだろう、書いたり、読んだりすること。仕事を超えて、仕事をする、できること。“あとは静かに去るだけ”と思えること、等等。

総じて自分に合うように生きていると、腑に落ちていること。そのあり様を、「道」というのかなと、昨夕の地下鉄車内で、ドアガラスに映る自分を見ながら思いあつた。個人的には非常に重要な想起。

書いたり、読んだりしてきて、よかった。特に2022年8月以降の読書が賜物なのは間違いない。やはり、学びは嘘をつかない。

2024年10月10日(木)

天満橋へむかう大川ぞいの遊歩道、少し紅葉した木あり



2024年10月11日(金) 晴れ

朝の冷たさがいい。ひんやりして気持ちいい。日中夏日の気温を超えても、風が心地いい。秋らしくなってきた。

— ノーベル文学賞 —

十数年前の10月10日にノーベル文学賞の発表を待っていた。当時少しかかわっていた仕事に関係して。結果しだいで、手伝うことがたくさん出るはずだったが、何もせず帰路につくことになった。

昨夜そのことを思い出していたが、誰が受賞したかは確認せずじまいで寝た。今朝9時半ごろに何げなくNHKのネットニュースを開いたら、韓国の女性作家が受賞したとか。名前は知っているが、読んだことはない。

さっそく友人にメールした。本業とは別に著述活動をしていて、韓国作品の翻訳もしている。今回の受賞をどう読むか、日本での流れ、韓国での様子など、その世界の中にいないと、わからないようなことがあるはず。

書店ではさっそく特設コーナーが設けられたそう。この機会に他の著者のものも読む気になったら、先に『〈あいだで考える〉隣の国の人々を会おう』を読むといいのではないか。人の贈られ先日読んだが、韓国文学の背景のようなものがわかって、よき道案内になりそうな。

ところで今回受賞した作家は光州出身らしい。あの民主化運動の時期に韓国ソウルへ留学していた先の友人は、映画『タクシー運転手』も観られないと言う。大学の先輩や同期も運動に加わった。「とても平常心ではいられない…」と呟いたのが、胸にせまった。