

Eureka VII

六年制通信 No.17 令和2年9月18日(金)号

行動の基礎

これからインフルエンザの季節が来ます。しかしマスクや手洗いに慣れた君たちは例年よりかかりにくいはずです。いつもこれからの季節にはマスクや手洗いを奨励されるけれど、君たちはすでに何か月も前からしているのですからね。油断はできませんが、私はそう悲観していません。君たちは正しい行動を取ってくれています。ですから、これまで通り新型コロナの感染防止行動をしていれば大丈夫だと思います。飛沫の飛ばない工夫と手指を清潔に保つこと、人と接触しないこと、換気をすること、これらを習慣にするだけです。そして、もうできているはずです。

ただ、自粛自粛で何となく自分の行動がままならぬ苛立ちを、大人だけでなく君たちも覚えているでしょうし、知らぬ間にストレスを抱えているのではないかと危惧します。先行きの不安は私たちの心に暗い影を落としますからね。

参考になるかどうかわかりませんが、私はいつも、自分の目の前に何か問題が起きたときこう考えるようにしています。それは物事を自分にコントロールできることとできないことに分けてみるということです。例えば渋滞に巻き込まれることがあります。いらいらします。ですが、渋滞を私の力で解消することはできません。視点を変えて、私のコントロール下にあることは何かを考えてみると、道順を変更することだとわかります。そして調べてみて、実際に変更するかそのままでいる方がいいのかを判断します。自分のコントロール下にあることにしか工夫の余地はないと知ると、心は安定します。コロナ禍の終息は私のコントロールできることはありません。そうであるなら、終息するかしないかを考えても仕方がないと判断します。私にできることは感染しないように生活することです。そして感染しない生活を工夫することは自分の力でできると考えるわけです。

この考え方は幅広く応用できます。私たちにとって最もコントロール不能なことは何かを考えてみましょう。それは自分の過去を変えることです。これだけは絶対にできません。どんなに力を持った人間にもできません。昨日までの行動が今の自分を作っているのは確かです。それを消し去ることはできません。過去の自分の行動は周りの人たちに記憶され、評価されていますが、それを消すこともできません。一つ一つ選択して生きてきた結果が今の自分だということと、その選択はその時々には自分のコントロール下にあったものだということを私たちは忘れてはいけません。変えられない過去を後悔しても、ダメなのですね。私たちは選ばなかった、あるいは選ばなかったもう一つの人生に嫉妬しながら生きていると言われていますが、それは過去を変

えることができないということを十分に知っているからでしょう。

しかし、誰にでもできることがあります。それは未来の行動を変えることです。明日からの行動が未来の自分を作るのですから、むしろ過去の行動を忘れてはいけません。その反省を踏まえて、未来を築くのです。

そのためには「行動の基礎」がはっきりしていないといけません。どうしてこんなことをするのか、そしてそれはいつまで続けるのか。自分の行動は周囲にどのような影響を及ぼすのか。正しい行いなのか、間違った行為なのか。自分の行動を自分に対して説明できるのか。これらがぐらついていると、消したいのに消せない過去が積みあがっていきます。しかし、これは難しいことですね。自分一人が部屋にこもって考えてみてもなかなかわかりません。ころころ考えも変わるし。行動の基礎も人生の指針も一人で悩んで手に入れることは大変難しいのですね。

だから、私たちは本を読むのだと私は思います。本の中には、古今東西にわたる物語の海が果てしなく広がっており、そこには私たちと同じような人間が何を考えどのように生きたかが書いてあります。様々な場面で、どのような選択をし、自分の過去と向き合ってきたか。そして未来を切り開いてきたか。その中に、必ず君が共感できる、あるいは憧れる生き方があるはずです。そう信じて本に親しんでください。

今週のおすすめ

- ・ 山本草介 『一八〇秒の熱量』 (双葉社)

ボクシングを観るようになったのはいつ頃だろう。今の世界戦は 12 ラウンドですが当時は 15 ラウンドで、しかもめったなことでレフリーは試合を止めなかった。壮絶な試合も多かった。顔を腫らし血を流し、輪島が 15 ラウンドで KO 勝ちした試合は今も覚えている。具志堅も強かった。日本には強いチャンピオンが何人もいた。海外にも、モハメッド・アリをはじめスターがたくさんいた。全盛期を過ぎたアリが断然不利の下馬評を覆してジョージ・フォアマンを破った「キンシャサの奇跡」はリアルタイムでテレビで観た。

後藤正治の『遠いリング』と『リターンマッチ』はボクシングを扱ったノンフィクションの金字塔に違いない。何度も読み返した。最近では百田尚樹の『地上最強の男』が面白かった。ヘビー級チャンピオンの歴史を詳しく書いている。それは人種差別との戦いだっただこともよくわかる。

そして今回、世界チャンピオンなど夢のまた夢、ミドル級の B 級選手が主人公のノンフィクション『一八〇秒の熱量』を読んだ。37 歳までに日本チャンピオンとか世界ランカーになれないと引退。36 歳と 3 か月。残り 9 か月。5 勝 6 敗 2 分という平凡極まりない成績。米澤重隆の 9 か月間を追ったドキュメントだ。本の帯には「この熱狂の日々を、あなたは笑いますか？ 称賛しますか？」と書いてある。

私はもちろん笑いはしない、といって称賛もしない。米澤と彼を取り巻く人々の熱量に圧倒されて、読後感を処理しきれないでいるのが正直なところ。

BGM は 松田優作 の 横浜ホンキー・トンク・ブルース でした…。