

Eureka X

六年制通信 No.3 令和4年4月22日(金)号

からだを労わる

お正月に「格付けチェック」という番組を観ました。あれ、面白いですね。目隠して高級食材かどうかを当てるのですが、わからないものなのですね。赤ワインか白ワインかもわからないなんて、ちょっと信じられないのですが番組ではちょうど半々くらいに分かれていたように思います。ですから食事は、飲み物もそうですが、ただ舌だけで味わうものではないというのがよくわかります。目でも存分に味わっているのですね。また、テレビでは相変わらず大食い番組が人気なんですってね。ギャル曽根さんくらいは私も知っていますが、新しい人がどんどん出てきているらしい。小さな女の子が顔より大きな丼、というかすり鉢みたいな容器に入ったラーメンか何か知りませんが、それを何キロと食べる、それを観て楽しむ、そういうことらしいですが、江戸時代から大食い番付はありますから（酒豪の番付もあります）、日本人は昔からこういうのが好きなんです、きっと。激辛料理を食べる番組もありますね。タバスコの200倍辛い何とかソースをこれでもかと使って…などと、とても食べられたものではない、一口で汗が噴き出すような一品を咳き込みながら苦しみながら食べる人を観て楽しむわけですが、たまに平気で食べる人がいますよね。感覚がマヒしているのでしょうか。私は学生時代に京都で20倍カレーというのを食べました。5人くらいで挑戦したのですが私一人が完食。辛さに強いわけではなく、お金がなかったので食べざるを得なかったのです。そのカレーは5分以上10分以下で食べないといけない、つまり一口食べて5分以上は苦しんでもらおうという魂胆ですね。ココイチのカレーは10辛まで食べました。その昔、夏休みに特進コースでずっと補習をしていたのですが、お昼にカレーを食べるのが流行ってまして辛さを毎日上げていったのです。心の中では5くらいでギブアップしていたのですが、私が途中で挫折すると生徒たちが落ちる気がして根性で最後まで行きましたよ。気絶しそうでした。

自分にはとてもできないこと、何キロものご飯や、ゴーグルをつけないと作れないほど辛い料理を食べること、それをテレビで誰かが代わりにやってくれているのですから、自分にできないことを観るという意味ではスポーツ観戦に近い気分なのでしょうかね。ただし、普通の人が真似をしたら（できないでしょうけど）確実に体を壊します。そもそも「医食同源」ですからね。これは中国の「薬食同源」を日本流にアレンジした言葉です。私はこの言葉が好きだな。ですから体に入る食べ物や飲み物には気を使わないといけません。体に良くて美味しいものを食べるようにしないとダメですね。暴飲暴食は厳に慎まないといけませんね。

若いうちは精一杯生きるとか頑張るとか、とにかく力を入れがちですが、それと無茶をすることとは違います。徹夜を続けるとか深夜にラーメン（の大盛り）を食べるとか、若いがゆえにできてしまう無茶も意識して避けなくてははいけません。インフルエンザに罹って40度近い熱が出たけど、徹夜で勉強したら朝には熱が下がっていたよと自慢げに話した人を知っていますが、愚かなことです。それに、多分嘘です。

からだを労わることは弱い人間のすることだと言った人もいます。どうせ人間いつかは死ぬのだから好きなだけ食べて飲んでいいのだ、太く短く生きるのだと、一見かっこよく聞こえますが、こういう人に限ってドクターストップがかかると急におとなしくなるものです。節制（摂生でもいいですが）のできないの方が弱い人間ですよ。そもそも「どうせ」という言葉が私は嫌い。君たちにも「どうせ」を使ってほしくないなあ。少し咳が出ると早く寝るなどして症状が重くならないように用心する人を大げさだと笑う人がいますが、笑う側の人間にもなってほしくない。からだを労わることは精一杯生きるためにも頑張って仕事をするためにも大切なことです。

「浜までは海女も蓑着る時雨かな」という俳句があります。蓑は「みの」と読みます。今でいうカッパですね。雨から体を守るものです。冷たい時雨が降っている。海女さんたちはこれから海に潜る、ということは全身ずぶ濡れになるわけです。別に浜まで行くのに雨に濡れてもどうということはないはず。しかし海女さんたちは浜までは冷たい雨に打たれないように用心しからだを労わるという、そういう意味の俳句です。海女さんたちには「どうせ」ずぶ濡れになるのだからといった発想はありません。素晴らしい心構えだと思います。この一句を、私たちは定命尽きるその日までからだを労わらないといけない、という意味に解釈してはいけなんでしょうか。

今週のおすすめ

・米澤徳信 『満願』（新潮文庫）

ユリイカも10年目に入りました。ということは昔紹介した本も在校生にとっては初耳なんてこともあるわけですね。この『満願』も以前紹介した、はず。しかしつい先日読み返してみたら面白くて、また紹介したくなってしまいました。もともと過去に紹介した本のほとんどは図書館の私のコーナーに入っているのですが。

六作品の入った短編集です。どれもミステリーの要素が濃く、どうなるのか予想しながら楽しく読めます。確か「夜警」と「万灯」はドラマになっていますね。観た覚えがありますから。私は結末が予想通りだったのが三編ですから、（実は謎解きを勝手に著者と勝負しているわけです）引き分けですな。さりげなく張られた伏線に気がつくと嬉しいのですが、そんなことを考えながら読むのも邪道かもしれませんね。この人の本は『儂い羊たちの祝宴』を先に読んでいましたが、これも短編集で大変面白かったという印象が残っています。最近『黒牢城』で直木賞を受賞されましたが、私はまだこの作品は読んでいません。ちなみに古典部シリーズも一冊も手に取っていません。でも、君たちの中にはすでに米澤ファンがいるのでしょね。

BGMは 川嶋あい の ふたつ星 でした…。