

## 雑 草 通 信

船津好明 1936 年生まれ

思いつくままに綴り、書き直しを繰り返し、意を尽くそうと文を練るのは、心身の劣化を遅らせるのに役に立つと考えました。内容は専門外ですから、学問的には書けません。勝手に他人に送りつけるのは、この歳になった私の新たな冒険です。他人様にはどうでもよい内容かも知れません。差し障りがあるかも知れません。浅はかと思われるかも知れません。破棄して下さって構いません。(雑草の「雑」は内容が様々であること、「草」は書き留めたものの意味です。)

### 芸は身を助く

「芸は身を助く」とは若い頃に聞いた言葉で、今も覚えている。芸というのは、歌を歌う、絵を画くなどの身近な芸能、芸術と思えば、先ずは解り易い。同窓会などでカラオケで歌えば、場を楽しませるし、自分も声を披露できて嬉しいであろう。会の役に立ったという気持ちが自分の身を助けている。身を助くとは、自他に役に立ったと言う感覚を味わうことである。

芸には巧拙、上手下手がある。身を助ける芸は「巧い、下手」とは別のことである。拙くても、下手でも構わない。自分が役に立った、満足したと思えば芸になる。

芸は巧みに越したことはないが、本質は別のところにある。カラオケの歌が下手であっても、皆が笑い、会を盛り上げて、良かった、役に立った、と思えば立派な芸になり、身を助けたことになる。

芸はもっと広範囲、生活全般に互る行動にも当てはまる。生活行動における自らの創意工夫(知恵)こそ、本当の意味での芸であるように思う。これによって役に立ったという感覚に浸れば、その創意工夫こそが芸なのである。

・けち臭い話になるが、石けんの使い方を考えてみる。使っていると小さく薄くなって使いにくくなる。捨てて新しいものを下ろせば済むが、捨てないで使い切る方法を考える。小さく薄くなったら、捨てず、新しいものを下ろして使い始める。その後、小さいのを、大きい方に貼り付ける。大小の石鹸が水分を含んでいれば、押し付ければ密着し、二つは一体になる。小さい方はこうして使い切ることができる。この石けんの使い方の知恵が芸なのである。これがなぜ身を助けることになるかと言えば、工夫が成功したことに対する満足感、生活の役に立ったという意識である。長い生活には悲喜こもごもあり、喜びをもたらす創意工夫、知恵が「身を助く」ことになる。

・台所で包丁を使っていると、切れ味が悪くなる。買い替えれば済むが、買わずに自分で研いで切れるようにする。得手の人なら新品、否、それ以上の包丁が生まれる。その研ぎ技が芸なのである。自分の技が役に立ったという感覚が身を助けている。

・年を取ると体の骨が弱くなるという。骨を維持する栄養素は煮干に多く含まれているそうで、煮干を食べれば骨の劣化を防げるという。ところが煮干は硬い。そのまま食べては大部分が排泄されて、栄養素は身につかない。そこで、煮干の栄養素を効率よく体内に取り込む方法を考える。煮干を砕いて粉末にすることで、家庭で簡単にできる。器具は電化製品の店で売っているミキサー、出来た粉末に荒い粒が混ざっている場合は、ふるいに掛けて分ける。私はこうして出来た煮干の粉末を毎日小さじ一杯食べている。近医で骨密度を測ってもらったら、平均よりずっと高いと医師も驚いていた。これは煮干の食べ方の芸だと思っている。

・現今、コロナの蔓延は憂慮に堪えない。感染予防にはマスクが有効だそうだ。風邪の場合マスクが有効なのは古くから知られている。マスクは口と鼻を塞いで細菌を濾過し、細菌が口や鼻に入らないようにする目的で使うから、外出などで一度使って、次には別のマスクを、となると、多数のマスクが必要になる。よって、同じマスクを繰り返し使う方法を考える。私は何年も前、風邪を引いたのがきっかけで、使用済のマスクは捨てずに溜めて置く。洗濯はせず、熱湯消毒をした。小鍋に水を入れて加熱し沸騰させる。そして使用済のマスク数枚を入れ、3分間煮沸を続ける。この熱湯で細菌は除去できる。陰干しで乾かし、保存して次の使用に備える。私は風邪対策として長年実行してきて、役に立ったと思っている。現在はコロナ予防に活用している。これはマスク再利用の芸と思っている。

上に挙げた各例は、活用、劣化の回復、効用の増進等、いずれも生産的行為である。これに類することは身の周りにたくさんある。誰でも当人が役に立った、と感じるなら芸であり、当人の身を助けることになる。