

今日、いつものように朝の散歩で近くの森林公園へ行き、丘の上で、今年の5月としては鶯を聞く13日目の囀りを聞きながら、呼吸法の八段錦、そして最近始めた股割り体操をしている時に、何時になく短く強く聞こえた「ケキヨ」という声に、「がんばれ！」と、鶯に励まされた気がして首記の句を詠んだので、関連して報告してみたいと思います。

まず、これまでウグイスに励まされたという経験がなかったので、初体験であり、これはどういうことかと興味を感じて思ったのは、これも、人生の一つの転機を教えてくれる声、かもしれないということですが、

思えば、今年は職業生活から隠退して7年目で、川崎の現住所と山北の実家空き家の2か所を楽しんだ生活が、2月の空き家売り渡しで終わり、川崎での生活に絞った新しい暮らしの楽しみを見つけて行こうと思っているのが現状ですが、

鶯としては、警戒や脅しとして発したとするのが最近の生物学の理解だと思いますが、それを励ましの声と聴くということは、私の中に「励ましてもらいたい」という願いがあるのかも知れないと思うと合点がきました。次の人生目標が、具体的でなく、ぼんやりしているのを実感するからです。はっきりした具体的目標が欲しいのかも知れません。

そこで、問題に出会うと、とりあえず直ぐの対応策を決める癖がついている私としては、幼少期から今に至るまで教えられたことを、できるだけ正確に素直に受け取る努力をしてきたという自負を頼りに、最近の近所のお寺の掲示板言葉、新聞広告、テレビ番組での<一口ことば>などを参考にして、とりあえず、次を心に決めました。

1. 「思い通りにはならなくても、やった通りにはなる」というから、  
目標言葉は定めない。ぼんやり目標は、取り合えず「百歳まで生きる。」  
「その先に120歳を見ながら行くこととする。」
2. 一日一生。今日は今日でお終い。明日は新しい明日が生まれる。  
慌てずに、無理をせず、諦めないで、やることは、コツコツ続ける。
3. 世間と適度に仲良くし、日々を快適に暮らす。
4. 40年来続けている「八段錦」(「125歳まで生きられる」1979)を続ける。
5. 「100歳まで歩く」(2006)
6. 世の中の新しい動きに合わせて、新しい楽しみを探し続ける。

以上。