

先人の知恵から

34

かうんせりんぐるうむ かかし

河岸 由里子

コロナの問題も今は一息ついている感じではあるが、この先どうなるかはまだ不明である。いつかは終わるのだろう。

そんな中、このシリーズは変わらず続いているというか続けている。もういい加減辞めたらという思いもあるが、どうしても物事を中途半端で投げ出せない性格なので続けさせてもらおうと思う。

今回は「す」のところから以下の8つ。

- 頭寒足熱まかんそくねつ
- 好きこそもの上手なれ
- 過ぎたるは猶及ばざるが如しなほ
- 隙間風は冷たいすきまかぜ
- 進を知りて退くを知らずすすむ しりぞ
- 雀百まで踊り忘れず
- すべての道はローマに通ず
- 住めば都

<頭寒足熱>

頭部を冷やし、足部を温かくするのが健康な状態であるということ。また、頭を冷やして足を温めるとよく眠れ、健康に良いということ。

最近の若者は、結構通常体温が低く、手足が冷たい人が多いように思う。栄養状態が悪いのか、運動不足なのか、体質ということなのかかわからないが、手足は温かくしておくのが良い。赤ちゃんや幼児では眠くなると手が温くなる。それが眠いというサインでもある。寝るためには手足が温かいのが大事なのだ。そして、健康な日々を送るには、良い睡眠が大事。

また、ぐるぐると脳が回りすぎてオーバーヒートしそうな状態の子どもや大人に、この諺を伝えたりする。頭を少し休める意味で、冷やすことが大事であると。冷えピ

夕のようなものを充てると気持ちよく頭が冷えて、落ち着くこともあるのだ。

英語では・・・

A cool mouth and warm feet live long.
(口を冷やし、足を温めるのが長生きの秘訣)

<好きこそものの上りなれ>

好きなことは熱心に努力するので、上達も早いということ「好きこそものの上り」「好きこそ上手」ともいう。

得意なことや好きなことは、結構長い時間やっても疲れを感じないし飽きない。その結果として上達する。

以前ある青年が、絵を描けるようになりたいと言った。そこでちょっと絵を描かせてみたら、まったく形が取れない。そこで、まずは絵を見て真似て描く「模写」から始めた。その青年は、毎日小さな紙に何枚も何十枚も何百枚も絵を描き、そして、数年が経った。その青年の絵は、漫画というかイラストで、猫を題材にしたものだが、なかなか面白いものを描くようになった。

絵が好きだから、飽きないという。毎日毎日続けていたからここまで形もとれるようになった。努力の成果というのは凄い。

他にも好きで続けたダンス、スポーツ、音楽、パソコン、それぞれ子どもたちは頑張っていて成果を出している。子どもでなくても、大人でも、好きなものは頑張れるのだ。そして頑張れば結果がついてくる。人間ってすごい！！

英語では・・・

Who likes not his business, his business likes not him. (自分の商売を愛さないものは、商売からも愛されない)

<過ぎたるは猶及ばざるが如し>

物事には程度というものがあり、度が過ぎることは足りないことと同じで、良くないということ。 出典 論語

まじめで頑張りすぎの母親が増えた。完ペきを求め、へとへとになりながら子育てをしている母親にいつもこのことわざを伝える。やり過ぎても子どものためにも自分のためにもならない。

例えば離乳食。朝から晩まで台所に立って、離乳食を一生懸命作っている母親がいた。離乳食はできても子どもと関わる時間は削られる。それでは本末転倒である。しかも、母親は疲れ切って、食事を与えるだけで手いっぱい。イライラも出てくる。母親のためにもならないのだ。

子どもの安全を守ることは親の義務ではある。しかし、転ぶとケガをするからと、外で歩かせないとか、階段を歩かせないとか・・・。よちよち歩きから、子どもは倒れたり転んだりしながら自分の体の使い方を覚えていく。手を貸し過ぎたら、学べないことも多い。過保護過干渉も同様。なんでも「過」がついては良い結果にならない。子どもには子どもの自立心があるし、自分でできることもある。できることをやらせなければ、何もせずに待っている子を作ることになる。失敗したって良いし、失敗がまた子どもの成長につながるのだ。失敗させないための「過」は子どもを駄目にする。

子育て支援の講演会などでは必ず最後にこのことわざを伝えている。

＜隙間風は冷たい＞

親しい男女や友人などの間に心の隔たりができる、それまで親密だっただけ一層冷たく感じられるという例え。また、義理の間柄など、なんとなくしっくりしない関係の例え。戸の隙間から吹きこむ風は、戸外で当たる風より冷たく感じられるという意から。

人間関係は、今子どもたちの間でも一番の問題になっている。自殺の原因の中でも上位に入っている。親子、兄弟、友人、いろいろな人間関係があるが、近い関係での心の隔たりというのは、関係が近いだけに辛いものである。

全くの他人であれば、どうでも良いのだが、なまじ仲が良ければ、ちょっとした態度、しぐさ、言葉で、距離を感じてしまい、思い悩んでしまう。とにかく、今の子どもたちは「嫌われたくない」のである。人に気を使い、自分を押し殺して生きている子のなんと多いことか。そういう子は、仲の良い子、周りの子について、とても過敏である。相手は別にそんなつもりではなかったと後でわかることがあるのだが、ちょっとしたすれ違いに、「私何かしたんだろう？どこが悪かったんだろう？絶対に嫌われた。」と落ち込んで立ち直れなくなる。それがまた不登校の原因になったりする。

誰にでも勘違いや、ちょっとしたすれ違いはあるものだ。たとえ親兄弟であっても、他の個体である以上、完ぺきに理解し合え

るということはない。分かり合うためには、すれ違いや勘違いのたびに修正し合うことが必要である。それもせずに関係性を維持しようとするから、常に不安で、アンテナを張り巡らし、疲れ果ててしまう。何があってもお互い様なのだから、もう少し気持ちを楽に、隙間風が吹いたら、その人と一緒にどう防ぐかを考え、隙間風が吹くのを楽しむくらいの関係性でいられたら、人間関係を苦に自殺するなどということはないと思う。

＜進を知りて退くを知らず＞

機転が利かず、臨機応変に対応できないことの例え。前に進むことだけ知っていて、時には退くことも必要であることを知らないという意から。出典にはこのあとに「存するを知りて亡ぶるを知らず、得るを知りて喪うを知らず（生きることだけを知って死ぬことを知らない。手に入れることだけは知って喪うことを知らない）」とある。

出典 易経

相談業務をしていると、こういうことや人に度々出会う。失敗していても同じことを続けている人。変化を恐れて、現状維持を良しとしていれば、当然物事は良い方向に向かわない。相談を受ける側においても同様の事が言える。変化しない相談者に対して、「こうしたら」「ああしたら」とアドバイスをしても相手がそれに乗ってこないとすれば、アドバイスを続けるのではなく、ちょっと待って間をおいてみたらよい時がある。月1回やっていた面談を、3か月ほど空けてみたら、何かしら新しい変化が起

きているなどということがままある。

人間関係や、様々な問題でも、前に進むことばかりに気を取られると上手くいかないことはある。ちょっと一歩下がって、もう一回考えてみようとか、ちょっと待って別の角度から見てみようとか、そういう視点は相談業務ではとても大事である。ただし、待てるかどうか、その判断には、経験値が必要かもしれない。

このことわざの続きの部分も面白い。物事や人はずっとそのまま存在するわけではなく、いつかは終わったり亡くなったりするし、今の時代欲しいものが割合い手に入りやすく、どう手に入れるかについてはよく考えているが、せっかく得たものを失くしてしまうことについてはあまり考えていないなあと思う。プラスの面とマイナスの面、両方に目を配ることも必要なのかもしれないし、そうすることで気持ちの準備ができ、あたふたせず済む。若いうちは考えないことだろうが、年を取ってくると、こんなことも普通に考えるようになるのだなと最近しみじみ思う。

＜雀百まで踊り忘れず＞

幼い時から身にしみ込んだ習慣や若い時に覚えた道楽は、年をとっても直らないという例え。雀は踊るように跳ねる習性を死ぬまで持ち続けることから。

出典 京都いろはがるた

先日大学の授業を終えたときに、学生さんたちが、「幼稚園」のイントネーションについて盛り上がっていた。「幼」にアクセントが行くと主張している子と「稚」にアク

セントが行くと主張している子の話である。これは小さい時から家で聞いている言葉に由来する。物の名前に限らず、風習などは育った家での影響が強く残る。

結婚などで、違う習慣がぶつかり合うと揉めるのは、どちらの習慣をこれから通していくかという戦いである。昔であれば、嫁いだ以上、里のやり方ではなく、嫁ぎ先の風習に慣れ親しむというのが暗黙の了解であったが、最近は両方の風習を残したり、あるいは食事であれば作る人の力が強いなど、対等にぶつかり合うようになった。

長年慣れ親しんだことを変えるのは中々大変である。変えようとしても、ちょっとした隙にもととの風習が出てしまう。昔よく「お里が知れる」という悪口があったがそういうことになるのも仕方がない話であろう。

エピソード記憶というのがあるが、長期記憶で、自分が昔覚えたものはしばらく使っていなくても忘れないのである。例えば自転車の乗り方などは、長年乗っていなくても、すぐ乗れる。早くに覚えておいた方が良いものは、しっかり覚えさせることも大事なかもしれない。ただし、悪いことも、覚えたら忘れないのが問題である。

英語では・・・

What is learned in the cradle is carried to the tomb. (ゆりかごの中で覚えたことは、墓場まで持っていく)

＜すべての道はローマに通ず＞

目的を達成するための手段・方法はなんとおりもあるということ。また、一つの真

理はあらゆることに適用されるという例え。ローマ帝国の全盛時代、世界各地からの道が首都ローマに通じていたことから。

出典 ラ・フォンテーヌ「寓話」

このことわざを使うのは、子どもや相談者が未来を考えるとときや目標を見失いそうになった時である。

人は道に迷えばいろいろな方法で目的地に着こうとする。そして進んでいけば、工事中で通れず回り道をしなければならないこともあるし、一度バックして別の道を探さねばならないこともある。人生だってそれと同じである。

飛行機に乗るときにどこ行きかわからずに乗ったりはしない。目的地を決めて乗る。人生もある程度目標を決めて進んでいけばよい。早いとか近道とか、まっすぐとか、そこにこだわっていたら、結局上手くいかない。たまには目標設定を縮小したり、拡大したり、多少の変更もあるが、目標が決まれば道筋も見えてくるものだ。そしてコツコツと、歩いていけばたどり着ける。そんな意味合いでこのことわざを伝えている。

英語では・・・

All roads lead to Rome. (すべての道はローマに通ず)

<住めば都>

どんな不便な所でも、長く住み慣れると都と同じように住み心地が良く、離れにくいものだということ。

転勤が多い家がある。子どもたちはその

たびに学校を変わっている。大きい学校や小さい学校。都会の学校や田舎の学校。子どもたちも両親も、新しい環境に慣れるまで時間がかかる。しかし、慣れてくれば、どんな所でも困らなくなり、いざ転勤となると、「えーっ？」となる。

ポツンと一軒家をもて、こんなところにいると思うが、住んでいる人は何も困っていない。どこかのジャングルの中でも、安全に暮らせる環境と食べ物や飲み物を確保できれば、何とかなるのだが、人は近代化の中で、電気、ガス、水道などのある生活に慣れてしまって、寒さにも暑さにも弱くなってしまった。食べ物も、好きなものを食べられるようになったから、嫌いなものを食べなくなった。えり好みをしていたら当然どこにでも住めるということにはならないだろう。

近代化は人を弱くしている。色々な所に行き、いろいろな生活を体験することで、人は適応力を身に着ける。適応力さえ身に着ければ、どこでも住めるのである。そして住んでいけばそこは自分にとって一番の場所になる。住めば都、好い言葉だと思う。

英語では・・・

They that be in hell think there is no other heaven. (地獄に住む者はそこ以外の天国はないと思っている)

To every bird his own nest is best. (どの鳥にとっても自分の巣が一番良い)

出典説明

論語・・・二十編

儒教の経典。「大学」「中庸」「孟子」とともに四書の一つ。孔子の言行や門人たちとの問答を記録した書で、孔子の死後に門人たちが編集したものと言われる。孔子は諸国を回って仁の徳による政治を説いたが、本書は孔子の人物や思想を知るうえで極めて重要な資料である。

易経・・・

周代の占いの書。儒教の五経の一つ。経文とその解説書の「十翼」^{じゅうよく}を合わせて十二編より成る。陰と陽を組み合わせて八卦、これを重ねた六十四卦によって、自然と人間の変化の法則を説いた書で、中国の哲学思想のもとになった。作者として、周の文王、周公^{ぶんおう しゅうこう}、孔子があげられるが確かではない。

いろはがるた・・・

「いろはがるた」は江戸時代後期に始まったといわれ、いろは四十七字に「京」の字を加えた四十八字を頭にして諺の内容を絵解きした絵札の、計九十六枚を一組として遊戯にしたもの。主に子どもが正月に遊ぶ。

各地で内容が異なっていることがある。今回出した「す」のカルタは京都のもので、江戸では「糍^{すい}は身を食う」、大阪や名古屋では「墨に染まれば黒くなる」となっている。

ジャン・ド・ラ・フォンテーヌ 1621～1695年

十七世紀フランスの詩人。イソップ童話を基にした寓話詩で知られる。「火中の栗を拾う」も「猿と猫」という彼の寓話から。イソップ童話にも同様の話があるとされているが、確認されているのはフォンテーヌの話が最古。