2020/9/24-3
（うと Q 世話し　本日の観察スケッチ　その 3　あれから 15 年、遍路は続くよ何処までも）
15 年前、それまでの 12 年間の抑うつ状態をようやく脱し、それでもまだ、再びぶり返すのではないかという不安を抱きながら、この先自分は
「どうなるのだろう」
「どうすれば再びあの地獄のような日々に戻らなくて済むだろう」
と考えておりました。
それを考えるにあたって、幾つかの仮想定事態を自分に設け（問い掛け）ました。
「例えば、大不況が訪れて、今勤めている会社が潰れて、うつ病からの病み上がりなんぞ雇われそうもない世の中で、自分はそれでもめげずに元気に仕事を探し始める気力があるだろうか？」
「もし、地震その他の大災害が突如発生し自分の土地家屋始め一切の財産を失っても、自分はもう一度立ち上がるぞという気力が持てるだろうか？」
「もし、家族崩壊がそのまま続いて誰も戻ってこなくても、それでも自分は沈むことなく遣っていけるだろうか？」
「そうして、それらの社会的ポジションを全て失っても自分は再び元気を取り戻して、その先に進むことができるだろうか？」
ようやっと立ち直ることが出来たその時に、それを維持し続けるためには、そのくらい強烈な質問が自分には必要でした。
それ程 12 年間の抑うつ状態からの立ち直りというものが、希少且つ奇跡的なものに思われたのです（後日医師から「正直に言うと、あなたは廃人になると思っていました」との言葉に現れているように）
「いったい自分は最終的には何によって立っていけばいいのだろうか？何を基底に置けば、想定外の度ごとにぐらつかずに済むだろうか？」
それを探して答えを見つけるために、まず、この 4 つの問いを俯瞰してみました。
「会社、肩書、所有財産、家庭、社会的地位」
そして、唐突にあることに気づきました。それは
「全部名詞だ」
で、更にそこからの連想で
「名詞、即ち、型、箱、外観、静止」
という言葉が浮かびました。
「今の社会、特に我が国では「名詞」を評価している」
要するに「入れ物」や「持ち物」を。
しかも形あるものは必ず崩れる。物体や形態はあの世にも持っていけない。全てはバブルだ。バブルでしかない。

では、名詞の対極は何か？
といえば「動詞」だ（形容詞は名詞につくから省き、副詞は動詞に着くけれど、話がぼけるから外そう）
「動詞かぁ」
それで仮に、名詞である肩書の「課長」を「働く」や「面倒を見る」に、所有財産を「住む」や「暮らす」に、家庭を「愛する」に、社会的地位を「動き回る」や「役に立つ」という動詞に置き換えてみました。
そこでまたあることに気づきました。
「これら動詞はこの世でだけのもので、あの世には持っていけない」
だとしたら、どうせ名詞群もあの世には持っていけないのだから、条件は同じ。
であれば、この世で楽しい方がずっといいだろう。
ならば、誰でもが持っているもので（当然自分も持っているもの）で動詞生活をフルに楽しめるものは何だろうと考えてみました。
で、出てきた答えが
誰でもが等しく持っているもの、すべてを失っても生きている限り残っているもの。逆に言えば失うもののないギリギリのもの。だってなくなったら死んでしまうのだから。
それは何なのだろう。
そして出てきた答えが、
「アタマとこころと身体」
それを三位一体でフルに回す。
どれ一つ欠けてもダメ。どれかに偏ってもダメ。すべてを満遍なく回してフルに活かす。
そしてまた唐突に次の言葉が浮かびました（名詞ですが）
「義理人情」とはこのことかもしれない。
これを科学的に分解すれば
「人」即ち「身体」という字を天秤の軸にして、左に「義」と「理」で「アタマ」
バランスを取るように、右には「情」の「こころ」
で均衡する。
見て分かる通り左側の「義 0.5」と「理 0.5」（合計アタマ 1.0）に対して右側は「情」（こころだけで単体合計 1.0。
で左右均衡。その均衡が身体を軸に成り立っている。
そうしてこの活動で得たその果実を自分だけに閉じ込めず、次世代にバトンタッチしていく。
終活はなし。死ぬ間際まで動き回る。
話して、書いて、歩いて、飲んで、食べて、起きて、歌って、眠って、また起きて働く、遊ぶというように。
よし、これで行こう。

是なら何物にも執着せずに闊達に生きられる。
それから 15 年。
言った事は立派だったのですが、なかなかそれが出来ません。
行程ははるか先までまだ、ずぅーっと伸びています。