

2017/2/26

(日々雑感 33)



最近思うんですが、やはりアタマとところと身体は、ジャスト！均等とまではいかなくても、相互、交互にまんべんなく使わないといけない気がしています。

アタマを使っただけの勉強だけではダメ。ところを遣っただけの恋愛だけでもダメ。身体を鍛えるためのスポーツやエクササイズだけでもダメ。

若いときに元気なのは、恐らく勉強にスポーツに恋愛にと、知らないうちにまんべんなくそれらを相互、交互に使っているからかもしれません。(確認できる範囲では、ぼくが若かった頃の時代までの話ですが)

例えば歳をとると、勉強と恋愛がなくなって、身体を鍛えることばかりになりがちのために、身体は元気になるのですが、いまいち、はっきりとした充足感や満足感が得られていない感覚を経験されたことはないでしょうか？

一方翻って、若い方の世界では、セックスレスというのか、それ以前に恋愛そのものを避ける傾向が顕著になっているようです。これも少子化の一因だとか。

アメリカの研究チームの話では、その原因がスマホの普及と相関関係があるのだそうです。

その真偽はいまいち分かりませんが、膨らみすぎた自我のために傷つくことを極度に怖れたり、ゲームのように思い通りにオンオフができないことが不満だったり、バーチャル空間にすぎ、リアルの世界でのひととの距離の取り方が分からなくなっていたりして「あー、めんどい(面倒くさい)!!」になっているのかもしれません。

「だったら一生、御山の大将、わたしが女王様、の「おひとり様」の方が気楽で良い」になっているような。

その一方で、資格を取るための勉強とスポーツやエクササイズはかかさない方がおおくなっているようです。一つが減れば、他の二つが相対的に増えるのかもしれません。バランスを取るために。

しかし、そのバランスの取り方はやはり変なような気がします。少なくともぼくにはそう

思えます。例えば三輪車で、前輪を思いっきり小さくしたので、後輪二つを思いっきり大きくしたような姿に見えるのです。上手く走れそうもないように見えたりします

そう言えば、お年を召した方、お若い方の共通項としてスポーツやエクササイズが上がりましたが、そのせいで土日と言わず、平日と言わず、巷には、スポーツウエアに身を包んだ老若男女があふれかえっているのかもしれない。

ジョギングやウォーキング、ヘッドギアまでつけたタウンサイクリングに限っての話ですが、何も街中を歩くや走るだけなのために、あそこまでおしどりの雄みたいな派手な格好をしなくても良いとも思うのですが、個人の趣味の話なので文句を言っても仕方ありません。

タダぼくには「俺はまだまだ若いんだぞ！」とか「わたし、ピチピチよ！」と宣伝しながら歩いたり走ったりしているような気がして、いささか疲れを覚えますが。

ともあれ、老いも若きも、すくなくとも自分にはアタマとところと身体の三つが備わっているんだということを今一度思い出してみるのも良いんじゃないのかな？と思ったりしています。

少子化を避け、老後を豊かにする一助になるかもしれないので。