

## (それが常態)



歩いていて腰や足の関節が痛んだり、疲れがたまったりするのは、靴がきついからではなくて、反対に緩いために靴の中に遊びが出来て滑るため、丁度歩きながら靴の中が雪道のつるんこ、つるんこ状態だと教わりました。

全くの意外でした。

なので、対策としては、逆に靴紐をしっかりと締めること。特にひもの締めをしっかりと効かせて足が靴の中で滑らないように、ひものを締めるときに足首から先を持ち上げ、かかとをとんとんと地面に叩いて足を靴に対して後ろ詰めにした上でひも締めをすると好いと更に教わりました。

これを早速やってみました。すると本当に足首周りから下が靴に密着した感じがして一体感があり、ものすごく歩きやすくなったのです。感覚で言うとスタスタでしょうか。

ところがこれには難点がありました。

出かけるときにとても手間がかかるのです。突っかけ風の靴ですと、突っかければ直ぐに出かけられますが、紐靴ですとかなり時間もかかりますし、結構工程が多くて、面倒でもあります。

ですが、その効果は抜群で、一回締めると後は楽ちん。

確かにはじめは面倒くさかったのですが、そのうち「時間がかかるのが常態なのだ」と思うようになりました。つまり「時間がかかって面倒」とか「遅れる」とかではなくて、それが「いつものこと」「普通のこと」になり、気にもとまらなくなったのです。空気みたいに。これは一例ですが、「手間がかかること」が常態なのか「かからないこと」が常態なのかの認識の差はとても大きいと思います。

現代はお手軽、インスタントが当たり前の時代、それこそ常態ですから、なかなか手間暇を掛けることに抵抗感があるかとも思います。

しかし、手間暇が認識の上で常態になれば、現代の技術の進歩の上にそれを遣ればもったいない、とても素晴らしいものや事が出来るような気がしてなりません。

いいものはやはり手間暇がかかっています。「手を抜かないこと」それが常態だからだと思えます。