

G3 のツイッター その 23

烈剛河内 竹井 保満

鬼追いの行事も終わり立春、庭の片隅に、半分錆びかけたバーベルが転がっていた殺風景な我が家の庭にも、紅梅も綻び、椿も綺麗な花を見せてくれ始めました。植物は反応が早いようですが、人間は春の気分になれず、雨の日や寒い朝が続きますと、ジムに入ってウォーミングアップも気もなかなか乗ってきません。そんな中でも、優しいKさんが居ると皆んな暖かい気分になり、温かい雰囲気にも包まれてくるのは不思議です。ミラーニューロンと言う現象だそうです。ヒトを含む高等動物が親や飼育者の物まねをする行動で、鏡のように相手の行動を映し出す神経細胞があると考えて作られた言葉だそうです。

日本にも古くから無財の七施と言う教えがあります。お金がなくとも誰でもが施が出来る事だそうで、その中の一つに、和顔施があります。ミラーニューロンと同じでしょうか。中々できない事ですが、笑顔で接することで、お金がなくとも施が出来て世の中も明るくなります。私は大声で馬鹿笑いは出来ませんが、年寄りの汚い顔で微笑んでも和顔施には程遠いと思っています。

昨年の末には、年賀の挨拶はご遠慮との訃報が沢山届きました。年齢を考えると当然の事とは思いますが、本当に淋しくなります。元の本社の同僚と月に一回、大阪の繁華街でビールを飲んで、疎遠な友達の様子や、昔話の繰り返しでしたが、その連中も一人、二人と動けなくなり、飲む会も自滅しました。私は、筋トレと、一家の主夫として食べ物や健康には留意していますので、有難い事に、病気には縁なしです。昔は四百四病と言って地水火風それぞれに百一の病があり、合わせて四百四病あったそうですが、現在では一万以上も病気が有るそうです。

老妻は、持病を行くつも抱え、その上に認知症要介護2で、老々介護です。滅入ることもありますが、過去の苦勞を思い出し乗り切っています。それと、獅子吼、自分が正しいと思えば、ゴマすりなどせず意見を堂々と言います。人様には嫌われていると思っています。ですからストレスもたまらないのでしょう。先日、俳句に、素晴らしい一句を見つけました。名古屋の方の作ですが、

「枯れてなほ 斧を繕う（つくろう） 疣耖り（いぼむしり）」

疣耖りは、カマキリの事です。

私も米寿を迎えますが、斧だけでなく、全身を研いで繕う筋トレを。