



言の葉巡り (読売朝刊くらし面に月1回掲載) 11/12の紙面は『フォントのお話』。テレビのテロップは1964年東京五輪の時に手書きから活字へと変わったそうです。パソコンで入力する文字にも様々なフォントがあります。フォントで表情が伝わります。『フォントは言葉に姿を与える』とおっしゃるのはフォントワークス「くろかね EB」のデザイナー大橋善治さん。フォントを変えて入力してみました。

ドリフトへの階段 第10回

〈エッセイ版〉 佐藤 洋祐

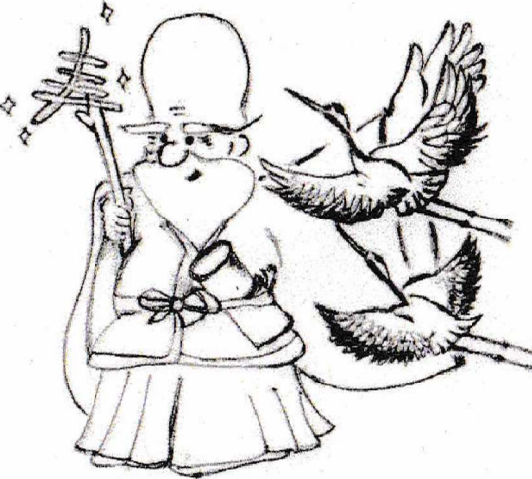
「心技体の磨き方⑤」カチカチから入って良い！」

皆様、こんにちは！これを書く今はずでに立冬を経て、まだ見ぬまでも庭の土に立派な霜柱が降りる頃。
さて、何かを学ぶ、体得する過程を表現する時に「心技体」を磨く、という言葉を使います。茶道、華道、剣道など、何かを学ぶ道は、単に技術や体力を身に付けるばかりでなく、実は「心」を学ぶ道、生き方を学ぶ道である、という先人の知恵について以前から紹介させていただいております。

この時、「心技体」という3つの要素、これらをこの順番に並べてあるのには実は意味があり、これは最後に成したい目的が「心」の確立であり、そこに行きつくために「技」を磨きながら己と向き合う、その修練のための最も大事な素材として「体」を整えるべきである、という道筋を示しています。つまり、成していくのに時間がかかる順番に書かれている、ということですね。逆に言うと、「体」「技」「心」に対するアプローチの順に習得スケジュールを組むことが、道を成し易くするためのコツ、という有難い先人の教えなんです。

「心」、つまり物事の中心、本質を学ぶために、その外側のカチカチから入ると成し易い、ということ。例えば、朝起きて人に会えば「おはよう」、何か好意をいただいたなら「ありがとう」、食べたなら「ごちそうさまでした」、これらの挨拶言葉、礼儀というカチカチは、それ自体がコミュニケーションの道具としての意味はありますが、本質的にはそれらのカチカチを、はつきりと大きな声で、相手・他者に伝わるように、形式的にでも良いから繰り返し行うことによって、己の中に本当の「出会いを喜ぶ気持ち」、「感謝」、そういった心を自分の中に意識しやすくする、その入り口としてのカチカチ、という意味があります。

挿絵 TAKAKO



つまり、本当に大事なものはそれらの心であって、挨拶そのものではないけれども、その挨拶を繰り返し行うことが感謝や謙讓の心を導き、結果的にそれが己を幸せにしてくれる、という素晴らしい有益な「幸せのおまじない」というわけですね。従って、また逆の見方をすれば、例えばサククスやピアノを上手に演奏出来たり、歌が上手に歌えたり、そのカチカチの方は整っていたとしても、何か問題にぶつかつた時に自分の考え方に基づいて状況に対処出来ないとか、せつかくの音楽の技能という素晴らしい手段を社会の役に立つよう有効に活用できないとか、その術を楽器を習得する過程を通して学んでいないとすると、「音楽道」としては失格、順序が違う！ということになりますね。あ、これは私自身への戒めでありましたが、身への戒めでありましたが、とにかく、根気強く己の体と心と知恵を以て、学びの中で出会う数々の困難を乗り越えてきた経験が、人生の夜道を歩むための明かりを灯してくれるのです。

そして、軽んじられがちですが実はとても大事な、導入部の「体」のこと。何かを成そう、本質を極めようとした時に、いつでもそのスタートは体であって、そこを疎かにしては道は続かない、ということ。ですから、食べるものに気を付ける、体操やウォーキングなどで体を整える、良い睡眠を摂るなど、毎日の当たり前の繰り返しを大事に繰り返すこと、自分の夢の実現に絶対に欠かせない条件です。あ、これも私への戒めでした。

佐藤 洋祐 (サトウ ヨウスケ)

ジャズミュージシャン。サククス奏者としてグラミー賞を2度受賞、ノミネートは4度。海外での活躍で世界的に高い評価を得た。その後2015年末千葉県に住まいを移し現在に至る。2019年よりシンガーとしても活動を開始。

〈今月で挿絵が七福神、出揃いましたね。〉