

フィナーレの発想

外山滋比古

ファイナーレの発想

がライフワーク論

外山滋比古

フィナーレの発想

——わがライフワーク論

定価 850 円

発行——昭和54年 5 月25日 第 1 刷
昭和54年 7 月10日 第 3 刷発行

著者——外山滋比古

©1979

発行者——野間省一

発行所——株式会社 講談社

東京都文京区音羽 2 丁目一12—21



〒 112

電話 東京(03)945—1111 (大代表)

振替 東京 8—3930

印刷所——慶昌堂印刷株式会社

製本所——株式会社 堅省堂

落丁本・乱丁本はお取りかえします。

Printed in Japan

0030-435950-2253(0) (学2)

〈目次〉

I 余暇を考える 5

生活のリズム

隣りの花はなぜ赤い

ヒマはつぶせ

第三の時間

生きる調子

一日のエディタースhip

ひとりだけになる方法

お人好しの暇なし

休み休み生きる

働き・学び・遊ぶことの調和

クーリング・ダウンのこつ

「出家」レジャー論

II ファイナールの発想 85

人生のファイナール

Ⅲ

“地酒”のすすめ

145

文化は“地酒”なり

地理の思想

文化の国際性

軍艦人間

英国式海外進出法

観念としての試験地獄

話のへたな国

恒心持ちにくい世の中

人生の折返し点

“思いがけぬ発見”の旅

顔は人生学校の修了証書

本を読む技術

うちこむということ

散歩と雑学

中流文化の価値・スポーツ

汗と涙

逆風

眼光紙背に徹すべし
テレビと日本人

あとがき 213

I

余暇を考える

生活のリズム

月曜日の憂うつ

妙なことがおこるものだ。

日曜など、さあ、今日こそ仕事をしよう。朝から晩まで、何の約束もない。全部仕事にあてられる。九時から始めるとして、昼休みを一時間半くらいとつても夕方までに六、七時間はある。ウィークデーの二倍や三倍の仕事はできるはず……などという取らぬタヌキの皮を数える。

ところが、その夕方になってみると、ふだんの二倍、三倍はおろか、まるで能率が上がっていないことが多い。日曜にしのこした仕事を、学校のある月曜にもち越し、学校から帰って疲れて時間もないところで、それを消化する。時間があっても仕事ができるとはかぎらないことを知る。

もっと大規模にそれがおこるのが夏休み。教師は薄給だが、休みには恵まれている。時は金なり。時間をお金に変える錬金術があれば、教師は相当な収入になる——そんな笑い話がでるくらいである。ここにありがたいのは夏休みである。大学なら二ヵ月近く休める。日ごろしのこしてある文債を、ここで一気に片付けよう。若い教師はそう意気込む。年をとった教師も、そっと力んで心づもりを立てる。

ところが、これまた思うように進捗したためしがない。とにかく、時間はあるのだ、と心を許す。す

1 余暇を考える

こしくらい道草をくっても大丈夫だと、どこかでタカをくくっている。それが一日、一日とつづくうちに何もしないのが日課になって、予定はそっくり予定のままという有様で九月の風に吹かれることになる。夏休みにひと仕事どころか、ふた仕事も、み仕事もする人がいるが、それは人間離れた人のこと。愛すべき常人は夏休みを無為に過す、ときまつたものである。

かくして、書き入れどきに書き入れられたためしなし、という公理を発見する。それでも夏休みがやってくれば、ことしこそはと思うのが人間である。しかし、公理はつよし。ちょっとくらいの決心ではひっくりかえすことはできない。

休みはレクリエーション、疲れをとるためにある。のんきな人間は本当にそうだと思い込んでいる。ところが下手に休むとかえって疲れる。日曜は一日ごろごろして体を休めた。さあ気分一新して働こうとして月曜を迎えるが、どうも調子が出ない。何もしないうちから疲れている。そんなはずはないのだからと自分に言いきかせてみるが、疲れているのはやはり疲れているのである。これを「月曜気分」と言う。週休二日ともなれば、月曜気分はいっそう重苦しいものになる。疲れもいっそうひどくなると覚悟すべきである。月曜は工場などの事故も多いそうだが、疲れているのだから当然である。休めば疲れがとれるというのは、迷信なのか。

風邪をひく。体をだましだましして動いていると、そのうち何となくなってしまう。ところが、用心して、さいわい勤めもないからというので、さほどでもない風邪だが、寝て早く治してしまおう。そういう殊勝な気持で寝ると、どうであろう。快方へ向かわずに、かえって、本当の風邪らしく病勢が進

むではないか。休養がかえって体の調子を崩し、それに乗じて風邪がのさばる、ということらしい。

リズムを失った日々

沖仲仕が積荷をはこぶときに調子をとるためのかけ声をかける。荷を肩にのせるときにはヨイトマケといった文句がある。

鉄道の保線工夫という人たちは、いまはどうしてしまったのだろうか。さっぱり姿を見なくなってしまう。昔はよくツルハシで道床の石をどうかしているとき、向かい合った二人がゆっくりした歌のような掛け声をかけ合って、交互にたたいている光景を見かけた。こどものとき、遊んでいるのではないか、と思った。もっとせせせとできないのか。唄なんかうたって、仕事中に、と不審であった。つまり、こどもは、仕事の能率をよくするには調子に乗ることが必要だということを、知らなかったのである。

田植歌などの労働歌にはみんな、仕事の調子を出し、それを持続し、疲労を発散させようとする工夫が秘められていたのである。現代の合理的勤労者は古典的労働歌をすててメーデーの労働歌を声高に歌うようになった。仕事を体でするのでなく、頭でするようになったことを示している。観念的労働に欠けているのは生活のリズムである。現代のわれわれはほとんどリズムを考えない。ガタビシした生活をして、むやみと忙しがつている。自律神経失調症というのにかかる人が多いが、生活のリズムを欠いていることと関係があるように思われる。

昔の人は生活の変化ということにかなり気をつかっていたようである。六日働いて一日休む。これが長つづきする生活の調子だということを発見して、一週間という単位をつくったにちがいない。労働時

I 余暇を考える

間を短縮できるようになったからといって、週末に二日かためて休むことが本当に合理的かどうか、考えてみる必要はあろう。外国の例などどうでもいい。日本人の生活のテンポ、生活のリズムから見てよいか、どうか、しっかりした研究がほしい。

遠出をするレジャーのためには休みが二日続いていれば好都合である。そんなことなら小学生だってわかる。実際に土、日と休んでみて、はたして、生活の内的充実があるのかどうかを虚心に反省してみてもよい。生活美学からしてマイナスはないかどうか。

まだわれわれは遊び不足の時代の余韻をただよわせている。学校の生徒は毎日がつらいから、早く休みになればいいと思っている。みんなが長く学校へ行くようになって、休みをもらうことを無邪気に喜ぶ大人がふえた。週休二日大賛成となる。

同じ休むにしても二日続けるのがいいかどうかは、生活全体から考えられているのではない。旅行とかマージャンとかゴルフの都合で、休みなら二日をくつつけてしまえとなる。余暇についての未開社会でなくては、やらないことかもしれない。

カタルシスと 昔の日本には日曜も半ドンもなかった。しかし、休みがなかったわけではない。農家な
しでの祭り ら雨がふれば自然休暇である。晴耕雨休。ほかに盆がある、正月がある。たのしいお祭りもする。お祭りのような行事も生活にアクセントをつけ、生きがいを感じさせるための社会的英知であったと考えるべきである。形式にこだわるようになって、農耕からお祭りがなくなってしまった。

うっせきしたエネルギーは自家中毒をおこしやすい。それを発散させる一法が祭りである。遊びもや

はり同じ効果をもつ。アリストテレスが、演劇の効果はカタルシスにありと言った。人を殺す芝居が、人倫にもとるといふ非難をうけず、逆に美しいものとして鑑賞されるのは、観客の心にわたかまる悪い感情を悲劇がきれいに一掃してくれる。下剤をかけて排泄（カタルシス）してくれるからだといふのである。

お祭りやどんちゃん騒ぎ、それに遊びといわれるもろもろのことも、生活にとってカタルシスの役割をはたしている。それ自体はどうかと思われることであっても、すぐれたカタルシス効果をあげるものは社会がすすんで公認してきた。ギャンブルはいけない、という。道徳としてはいかにもその通りだから、廃止してしまえという声があがると、そうだそうだということになる。

ヨーロッパでも近世のはじめ、演劇は道徳を乱す、芝居は禁止すべしという世論がおこって、劇場が圧迫を受けたことがある。しかし、結局、演劇はなくならなかった。ギャンブルも同じことで、カタルシスの役を果すならば生活にとってプラスである。そういうものをつぎつぎ禁じて行くと、生活は糞づまりのようになって危険になる。

過激派学生に学校の教師の子弟が何人もいて問題になったことがある。エネルギーのはけ口を全部封じられたら、みずからの手で「お祭り」をつくるのはなくなる。気の毒な若ものたちだということになる。

労働歌があり、お祭りがあって、生活のリズムがはっきりしていた時代は、いわば勤労における「詩歌の時代」であったことになる。その物質面のみを見て、みじめな労働者たちよ、と同情するのは当ら

ない。現代の労働者とは違った世界に生きていたのである。

余暇と仕事が歌い合わない

近代社会では、仕事における詩歌の時代は過ぎ去ってしまった。仕事と余暇、レジャーは別々のものになってしまっている。仕事をたのしむこ

とより、いやな仕事はなるべく少なくして、遊び休める時間をすこしでも多くしようというのが人々の関心になった。仕事は仕事、余暇は余暇。両者が歌い合わなくなった。対話もしない。

われわれの生活は何となく不協和音をかなでている。仕事と余暇が仲たがいでいるからであろう。仕事は仕事、余暇は余暇、という二元論はどこか間違っているのではないか。われわれの生活は仕事と休息とが、サンドイッチのように重ね合わさっている。別の皿に盛られた料理ではない。さらには、カクテルのようにどこまでが仕事で、どこからが遊びであるか、はっきりしない、というのがむしろ正常なのではないか。

学校の生徒は一時間勉強すると、十分か十五分休み時間がある。これは仕事と遊びのサンドイッチを食べさせていることになる。学校の成績のいい子は、このパターンを生活のリズムにすることに成功している。勉強と遊びをケンカさせているようでは、学校がおもしろくなるはずがない。ただ、むやみと勉強を強制するのではなく、勉強と息抜きとがうまく調和し、両方が互いに刺激を与え合うような関係にもって行けるように指導することが、学校教育の知恵である。

スポーツ選手は学業をあきらめてしまう。運動か勉強か、二者択一で、一方がたてば他はすてるものと思ひ込んでいる。両者をうまく対話させて生活のリズムをつくり上げられれば、スポーツ選手の優等

生はいくらでも生れるはずである。

学校では、仕事（勉強）と休み（遊び）とをサンドイッチ型で考えている。仕事における散文時代としてはやむを得ないであろう。しかし、こどもにえらそうなことを言う大人たちが、より高度の生活のリズムをつくりかねて、すこし忙しいと、すぐ健康を害するというのでは知恵がなさすぎる。

忙しい人の生活のリズムが、ひまな人の生活のリズムと違うのは当り前で、それをわきまえずに忙しくなるから、健康ばかりでなく仕事そのものまで荒れてしまう。現代人はまだ生活のリズムをつくるアート（芸術）の修業が足りないようである。

隣りの花はなぜ赤い

ひまな人には 政治家たちが絵の展覧会を開いた。

ヒマがない それを見てきたという人がすっかり感心している。忙しいのに、よくあれだけの時間をかけた大作ができる。できばえだつてなかなかのものだし……。

それはいい話だと思つてききながら、しかし、すこし違ったことを考えていた。忙しいのによくも絵など画けるものだ、と、この人は不思議がつている。そうではあるまい。忙しいからこそ、絵が画きた

I 余暇を考える

くなる。ない時間なら盗んでも画きたくなる。

ひまな人はやろうと思えば何だってできる。そう言つてのんびりかまえていると、結局、何もしないですぐしてしまふ。田舎の人が都会の人間をあわれんで、あんなにあくせくしていればゆっくりするヒマもなからう、という。これも、見当違いである。

ひまな人にはゆっくりするヒマがない。目のまわるほど忙しい人だけが、忙中閑ありおのずから楽しむ境地にめぐまれる。

冷房のきいた部屋にいれば暑さ知らずであるけれども、暑さがわからなければ涼しさもわからない。炎天を歩いてきて道ばたの木陰に入ったときにこそ、真の涼味につつまれる。それと同じことで、忙しい人はヒマというものを知らない。万障くり合わせて趣味に遊ぶたのしみはついに味わうことがない。政治家にかぎらず、忙しいはずの医者などが、俳句や芸事にこるのはヒマがないからである。道楽があるからこそ本業の多忙さに堪えられもする。

試験前の浮気

明日は試験だという前の晩。一夜漬けでもしなければ危い。さあ、かからなくては、と机に向う。

そこで妙なものが目にとまる。ふだんはあまりおもしろいとも思わないで、積んである哲学の本が突然、新鮮に見え出す。どうしても無視することはできないような気がしてきて、手を伸ばす。いい加減にページをひらく。もちろん読んだりするつもりはない。つもののあるなしにかかわらず、不要不急の本とつき合っている身分ではないことははっきりしている。

ところが意地悪く、これがおもしろいのである。哲学とはこんなに「話せる」ものだったのかと、思ひもかけない発見をする。もう一ページ、もう五行と自分に言いかけながら読んで行く。何かに魅せられたようである。

片方では、明日の試験科目の勉強をしなくては、というあせりがいよいよつのってくる。それに抗してよけいな本を読む。実に何とも不思議な気持である。

ほんの二、三分と思ったのが、いつの間にか二十分になり三十分になってしまう。やめようとすればするほどやめられない。とうとう予定は大狂いに狂って、ろくに準備もなしに試験に臨まなくてはならなくなる。そのかわり、不縁であった哲学に親しみをもつという、思いもかけない行きがけの駄賃をかせぐ。

たいていの人が一度や二度、これに類した経験をしているのではあるまいか。

友人に、よくそういう目にあった揚句、どうしても仕上げなくてはならない仕事のあるときは、ほかの本をいっさいどこかへ片付けてしまうことにしているという男がいる。そばに本があったりすると気が散る。読みたくなって困る。遠ざけておくに限る。とくに読みたくなるようなのは、ヒモでしばって見えないようにしておかないと危険だ。この男はそう言うのである。

仕事を急ぐ出版社が著者をカンヅメにする。はじめてそういう目にあう人は資料や参考書が手許になくて不安だ。いい仕事ができないとこぼすけれども、余計なものに目をうばわれないという効用を見落している。カンヅメになっていれば道草を食いたくても、草が生えていない。これなら安全で、道を歩