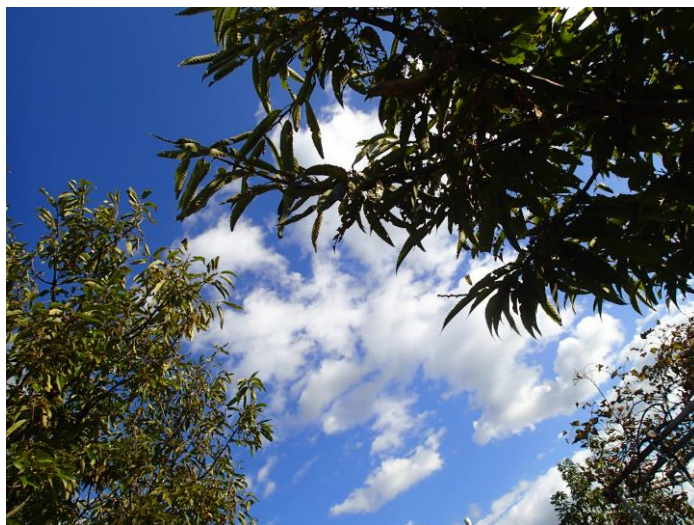


〈何もしない一日〉

このところずっと忙しかったので今日は完全にスイッチを off モードにした。家にいるとついパソコンを開いたりテレビを見たりしてしまうので畑に行く。本も読まない、スマホも見ない、勿論畑仕事もしない。寝っ転がってボーッと空を見る。スズメやカラスが遠くで鳴いている。“ヒッヒッ”と冬鳥のジョウビタキも鳴いている。白い雲の間をぬって飛行機が西の空に飛んでいく。暖かい日差しが心地よく、いつの間にかウトウトいね



むりをしてしまう自分だけの時間だ。

最近、“ヒロシです”のヒロシがソロキャンプのユーチューブを配信していて話題になっている。誰にも干渉されず誰にも気を遣わず、一人で自由気ままな時間を過ごせる“一人時間”の魅力が受けているらしい。常に気遣いや気配りを求められ、他人からの目を気にし、暗黙のうちに“みんなと一緒に”でいることで安心する日々。そんな職場や学校での人間関係に疲れ、自分自身の足場がふらついている人には、こんなユーチューブが癒しになるのかもしれない。人とつき合ったり、一緒に暮らしたりするにはある程度の我慢は必要だが、我慢は自分を殺すことではない。うまく折り合いをつけることだ。 たき火でサツマイモを焼き、ソーラーパネルでうどんを煮込む。一人時間の昼飯はめんくさがり屋の自分との折り合いのつけ方。

