

三上（さんじょう）

2020. 5. 20

最近、眠れないことが多い。原因はわかっている。床に就き寝ようとする、次から次へとアイデアが出てきてしまうからである。この現象が特別なことではないことはわかっている。なぜなら、昔から「三上（さんじょう）」というものを知っているからである。

北宋の政治家であり文章家でもある欧陽脩の「帰田録」に、「余、平生作る所の文章、多くは三上に在り。すなわち馬上・枕上（ちんじょう）・厠上（しじょう）なり」とある。

どういうことかという、文章を考えるのに最も適している、都合がいいという3つの場面・場所が、「馬に乗っているとき」「寝床に入っているとき」「トイレに入っているとき」だというのである。さすがに、現代では日常的に馬に乗ることはないため、私の場合は馬上を「車を運転しているとき」に置き換えている。

皆さんはどうでしょうか。私の場合は、この三上（さんじょう）が、見事に当てはまる。中でも、一番文章が浮かんできたり、アイデアを思いついたりするのが、「枕上」である。人が寝ようすると、次から次へと湧き出てくる。したがって、なかなか眠ることができない。明日の朝まで覚えていられるだろうと思い、とりあえず寝るのだが、次の日になったら思い出せないこともある。そこで、心配なときはベッドから起き上がり、書斎に行き、メモをとるようになった。朝になり、目覚めた途端に、またアイデアが浮かんでくることもよくある。

車を運転しているときも、トイレに入っているときも、次から次へと文章やアイデアが浮かんでくることもある。若い頃は、ベッドの枕の脇にメモ用紙とペンを置いていた。トイレにも置き、車にも置いていた。浮かんでくるのは、授業のアイデアだったり、学級通信の文章だったりした。それが今では、この校長室だよりの文章だったり、新型コロナウイルス感染症対策のことだったりする。今では、スマホにメモするようになった。スマホは非常に便利である。

昨夜は、寝ようとしたら、おおよそ10日以上分の授業日数を確保するための夏季休業を短くする方策と学校行事の精選プランが浮かんでしまった。こここのところ自分でも切れ味がないと思うのは、打合せなどで協議しているときには、さほどのアイデアは出てこないという点である。終わって家に帰り、さて寝ようかという段になって、そういえばとようやく考えが浮かんでくる有り様である。

これが年を取ったということか。そうかもしれないが、ここ数か月間、毎日のように考えていることは、前例のないことが対象なのである。だから、今までの経験が生かされないことが多い。逆に経験が邪魔をする場合もある。思い込み、固定観念などが思考を停止させる。学校行事の精選などは、頭をニュートラルにフレキシブルにしておく必要がある。

また、最近思うことは、やはり「三人寄れば文殊の知恵」だということである。まず一人で考えることは大事なことだが、各々の考えを3人で持ち寄り、そこからさらに考えていくと、思考が促進される。

現状では、ゆっくりと眠りにつける日はまだまだこない。常に「三上」のスクランブル態勢である。なにせいつアイデアが浮かぶのかが自分でもわからない。これが厄介ではあるが、「三上」が私にとって重要であることは確かである。