

Hanamizuki 85

花水木

Kazuyuki Ohno

大野 和之 (72期)

必要なのは僅かな変化

突然ですが、皆さんは今日、家のどこで寝るのでしょうか。寝室？いつものあの場所？そうですね。寝室は寝るための部屋ですから、そこで寝るのが普通です。わざわざ寝具を移動させるのも大変なので、寝る場所は決まっています。それでも今日は、いつも寝るはずのないあの部屋、あの場所に、布団を敷いて寝てみませんか。そんな僅かな変化でも、いつもと違った1日が過ごせるかもしれません。

弁護士生活も3年が経過し、ありがたいことに毎日忙しくさせてもらっています。ただ、忙しさが増すとともに、生活が単調になっていると感じていました。起きて、仕事をして、食べて、寝る。その繰り返し。いつの間にか私生活に変化がなくなっていました。かといって、何か大きな変化を起こすにはあまりに毎日が忙しい。

そんなある日、家に遊びに来ていた彼女が熱を出し、直ちに行った抗原検査で幸い陰性だったため、そのまま我が家で様子を見ることになりました。ただ、万が一のことを考え、寝る場所を離すことにしたのです。彼女を寝室に残

し、私はいつもご飯を食べているダイニング兼キッチンに布団を移動させました。もちろん、今の家に住み始めてから一度もそんな場所で寝たことはありません。いそいそと寝る準備を整え、布団に入って周りを見ると、いつにない高揚感に襲われました。

子どもの頃に、ドラえもんを見て押し入れで寝ることに憧れたり、意味もなくリビングに布団を敷いて寝てみたり。そんなことに何故かとてもわくわくしていたことは誰しも(?)あるかと思いません。まさにその感覚がフラッシュバックして、その日は不思議と充実した気分で寝ることができました。朝起きると、目覚ましが置いてある位置や、起き上がる方向が違うことすらも新鮮で、まるで旅行に来ているよう。自分でもまさかこんな小さな変化でここまで心が弾むものかと思いましたが、そこから2週間ほどは、寝る向きを反対にしてみたり、色々と布団を動かしたりして、びっくりするほど楽しむことができました。

結局生活を単調にしていたのは自分自身の心であり、ちょっとした工夫と変化で日々を楽しめるということを実感させられる体験でした。



歴代の枕

睡眠への情熱

写真は、家にある枕の一部です。理想の枕を追い求めてもう何年になるのでしょうか。睡眠に対してただならぬ情熱を燃やしており、睡眠アプリを導入したり、気温や湿度を整えたり、その日の天気や気圧を記録したりして、良い睡眠の再現性を高めようとしています。が、いまだに掴めていません。そんな私の最近の興味は、睡眠の質を高めるという謳い文句の「Yakult (ヤクルト) 1000」です。話題沸騰の商品のため、近所のスーパーではいつも売り切れで見当たりませんが、最近高確率で購入できる場所を見つけました。こんなところに書くとライバルが出てくるかもしれませんが、裁判所に来るヤクルトレディの方はどうやら結構な量の在庫を抱えているようです。ぼんやりしていると裁判所職員の方がわらわらと集まり買い占めていくので、見かけたら早目の購入をおすすめいたします。 