

娘が小学校に入学して4ヶ月近くになる。娘の朝仕度の為に早起しなくなってきた機会に、春・夏は夜明け頃に起きるのが良いという『黄帝内経』^{こうていだいけい}に学んで、私は4月から早起きをしている。4月は5時半頃だったのが今は5時頃になっている。最初は苦痛だったが、今は以前に遅く起きていた時よりも気分がいい。寝る時刻も10時前になっている。その頃になると眠くなる。

この頃の早朝はとても気持ちがいい。まだ日差しがない早朝、散歩などすれば尚更だろう。休む時間である夜に、ウォーキングする人がいる。その時間だけ早く寝て、早起し、早朝にしたらいいと思う。一日の始動としてちょうどいい。現代人の慢性病を予防する為には、食を正すだけではなく、時も正されなければならないのである。

私は若い頃、夜の落ち着いた時間が好きで、読書やもの思いに耽っていた。眠く頭も働かなくなっているにも関わらず、眠ってしまうのがもったいなく、12時を過ぎてても寝ないでいた。文学や思想は夜に生み出されるものと思っていた。

近代化によって人類は神々の時間であった夜を侵し始めた。日本でも明治になって自然に連動した時刻制ではなくなり、電灯が普及することでお日様に左右される度合いが減った。更にラジオやテレビなどで、夜は明るいだけでなく賑やかな時間となった。しかしそれはカプセルの中での事であって、夜の闇は周りに大きく広がっていた。そうした夜の闇のカプセルの中で近代文学は生み出されたのだろう。

広大な夜の闇も、現代になって、かなり脅かされてしまっている。神々の怒りはどれ程であろうか。人類はおおいなるものを感じ、

自らの度を知らなければならない。そこに根ざさない「エコ」や「環境」は本物ではない。

夜の文学に代わって、今求められているのは早朝の文学である。カプセルに閉ざされない自然に開かれた場所で書かれる文学である。早朝の落ち着いた明るさの中で生み出される文学である。それは夜明けと共に鳥がさえずるのを耳にして書かれる。文学者のみならず、早朝の時間を取り戻し、夜の時間を神々に返すことが必要だ。

いわゆるサマータイム制を導入しようとする動きがある。3月頃に時計を1時間進め、10月頃元に戻す。学校の始業時間やバスの時刻表など社会的な時間割りを変更しないで、社会的な活動時間を朝の方にずらす制度である。日の出が早く既に明るい早朝に寝ていないで活動を始めさせる。その分、明るい夕方の時間が増える。「省エネ」になり、「ゆとり」が増えるとされている。

私はもちろん反対である。現在の時刻制は自然科学的な根拠で標準化された合理的なものである。生活の基本的な秩序付けである、標準化された時を社会的な都合で人為的に操作することは非常に危ういことだと思う。標準は確固たるべきである。

サマータイム制でない現状においても、早起すれば、朝、通勤前に「ゆとり」が生まれるだろうし、早寝すれば「省エネ」になる。こうしたことは国民の意識改革を促すことによって果たされるべきであって、国家が時を操作することによって強制されるべきものでない。これは「エコ」や「環境」よりも大切なことである。

強引に国民の生活を操作しようとする政治家ではなく、早朝の文学者に期待したい。

(2005年大暑の頃)