

「日々の理科」(第 2847 号) 2022, -5, 23

「チェアリングの楽しみ(2)」

お茶の水女子大学附属小学校教諭

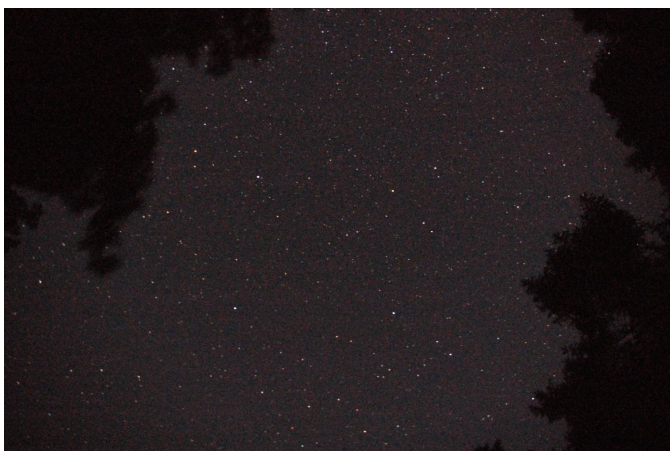
お茶の水女子大学サイエンス&エデュケーション研究所 研究員

田中 千尋 Chihiro Tanaka

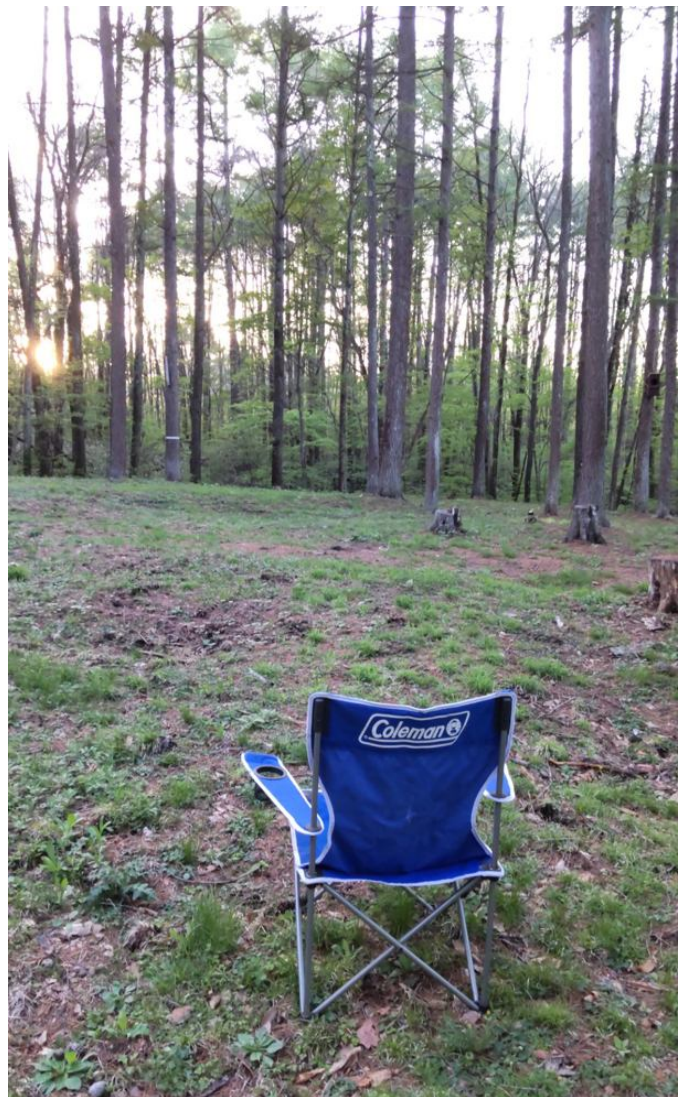
「チェアリング」は、自然の中に椅子を持ち出して、好きな場所で「ただ座る」という行動だ。只管打坐(しかんたざ)に似ている。「只管打坐」とは、禅道の修行方法の一つで「ただひたすらに座る」という意味だ。禅(特に臨済禅)には「動中の工夫」と「静中の工夫」があるが、チェアリングも「静中の工夫」に相当する。



私は森のはずれの「空き地」(マイ・キャンプファイアー・サークル)で、空を見上げてみた。カラマツの木々に囲まれて、空が丸く見えた。白い片積雲がゆっくり流れていた。日常生活で、こういう空はあまり見ることはない。



きっと夜に「チェアリング」を試したら、こんなふうに見えるだろう。この写真は秋の夜に同じ場所で撮影したものだ。長方形の星座は「ペガサス座」である。「天の大窓」とも呼ばれている。



この日、私は夜まで滞在できなかったので、せめて夕暮れの森を楽しもうと思った。「大平原の夕陽」とはいかないが、樹間に夕陽が見え隠れしていて美しい。盛んに鳴いていた、ウグイス、コガラ、イカルなどの野鳥も黙ってしまった。



しばらく待つと、沢向こうの森に太陽が沈んだ。昼と夜の狭間の静けさが訪れる時だ。私はこの時間帯の森や高原が一番好きだ。良い時間が過ごせたと思う。