

BE BEAUTIFUL 16

女性美考察・下

まことの花

前回は、年齢に応じた芸の花である「時分の花」にふれられました。世阿弥は、時分の花に惑わされて「まことの花」から遠ざかるなど警告しています。時分の花の頃は、初心を忘れず、稽古に励まなければなりません。「まことの花」を咲かせる準備は、時分の花が咲き誇っているうちにこそ必要だということでした。

世阿弥は能楽における人生を7段階に分けて説明しましたが、時分の花である4段階については前回に述べました。後半の3段階とは壮年期、壮年後期、老年期。時分の花が失われ、衰えていく時期です。老年期、能役者の人生最後の段階として、

50歳以上の能役者について、次のようにいいます。50歳を過ぎた能役者は、麒麟も老いては驚馬に劣るといふように、何も方法はない。しかし、本当に優れた役者であれば花が残る、と。世阿弥は、父親である観阿弥が逝去する直前の能について語っています。観阿弥は死の15日前に奉納の能を舞いました。その舞はあまり動かさず控えめなのに、これまでの芸が残花となつて表われたといえます。老いても老木に花が咲く、それが世阿弥の理想の能であり、芸術の完成であったといえます。

◆女性美と人生
能楽における人生の7段階を女性の人生に当てはめて考えてみます。子どもだから可愛い、若いから美しいのは当たり前。ただ、その美しさは「まことの美しさ」ではなく、年老いてなお咲き続ける美しさこそ、まことの美しさということになります。年齢を重ねるのも楽しいことのように思えてきます。

繰り返しになりますが、世阿弥は「時分の花」を軽視しているわけではありません。人生の各段階で咲かせる時分の花があつてこそ、まことの花にたどり着くのです。今を一所懸命に取り組む、その姿が時分の花ではないでしょうか。

女子高生の頃、クラブ活動で泥だらけになつても、さわやかな汗恋をして輝く。幸せな花嫁姿。つわりが辛くても新しい生命を産むために一所懸命。初めて子どもが歩いた感動の涙。子どもに手を焼

き途方に暮れていても、愛情がある。これらが、今のやるべきことにひたむきに向き合う真摯な時分の花。時分の花を人生の各段階で一所懸命に咲かせることができたなら、おばあちゃんになつた時に、まことの花が咲くのではないのでしょうか。

世阿弥は能楽における人生を7段階に分けて説明しましたが、この7段階とは何かを失つていく段階であるともいえます。少年の可愛さが消え、青年の若さが消え、壮年期となれば体力を失う。人は、何かを失いながら人生を辿ります。しかし、このプロセスは、失うと同時に何か新しいものを得るチャンス。初心を忘れずに取り組むことで得られます。

▼アクアポトリング山中湖工場分(キャップ表示 賞味期限/Y)

エフィール・ウォーター成分表 ~100ml中~ (検査日:2020.11.30)			
●熱量	0kcal	●食塩相当量	0.001g
●たんぱく質	0g	●マグネシウム	0.63mg
●脂質	0g	●カルシウム	0.14mg
●炭水化物	0g	●カリウム	0.01mg
●硬度	29.3mg/L		

▼アクアポトリング鈴鹿工場分(キャップ表示 賞味期限/S)

エフィール・ウォーター成分表 ~100ml中~ (検査日:2020.12.11)			
●熱量	0kcal	●食塩相当量	0.001g
●たんぱく質	0g	●マグネシウム	0.65mg
●脂質	0g	●カルシウム	0.12mg
●炭水化物	0g	●カリウム	0.01mg
●硬度	29.8mg/L		

健康常識のウン⑨
コレステロール

健康ライフ
100%

コレステロールを心配して魚卵を敬遠する人がいます。とりすぎはたしかに身体によくありません。ですが、反対に不足も危険です。コレステロールは身体に悪いわけではありません。不足すると細胞が弱くなり、血管も細胞ですから破れやすくなります。副腎皮質ホルモンや女性の身体を調整する女性ホルモンもコレステロールから作られます。閉経後の女性に骨粗しょう症が多いのはコレステロール不足が関係するとの説も。

イクラの寿司をひとつふたつ食べても大したコレステロール量ではありません。むしろ塩分が心配。カリウムには塩分を排出する作用があるので、イクラや筋子を食べる時は生ワカメなどカリウムを多く含む食品と一緒に食べるとよいでしょう。

世界自然遺産
知床らうす
海洋深層水

らうす町許可番号 第02060110号

純水プレズ

2011
2013
2015
2017
2019
2021

国際味覚食糧機構
優秀賞
受賞

モンドセレクション
最高金賞
受賞

宅配料込

1台2役

●ボトル1本 12リットル 1,500円
●サーバーレンタル費 1,000円/月
(メンテナンス費700円+レンタル費300円)
※1年毎にメンテ済みサーバーと取り替えます。
※消費税別途となります。

わが家の自慢料理
大阪府泉大津市 前田雅子様

★そら豆のオムレツ(2人分)★

- ①玉ねぎ4分の1みじん切り、ベーコン1枚細切り、そら豆は茹でて皮をむく。
- ②タマゴ3個をわりほぐし、粉チーズ大さじ2、牛乳大さじ2、塩・コショウ少々を加え混ぜる。玉ねぎ、ベーコンは2分間炒め、そら豆といっしょに入れる。
- ③フライパンにオリーブ油を少しひき、タマゴを入れ、大きく混ぜ、フタをして弱火で3~4分。

「わが家の自慢料理」にふるってご応募くださるよう、お願いします。採用された方には図書券をプレゼントします。