

80歳までの夢とプラン

後期高齢者と呼ばれる年代に入って2年目になります。昨年11月、インドから帰国の機中で下痢になり何日も尾を引きました。病院で処方してもらった抗生物質と胃腸薬で下痢は止まりましたが、その薬のせい、旅の疲れ、仕事のストレスからか、血圧が急に200近くまで上がってしまいました。

ふだん100かそれより低い自分にとっては大変調です。幸い1週間くらいで落ち着きましたが、「これが歳を取るということなのか!？」と思いをいたした次第です。この歳になるといつどうなるかわからない。そこで毎年の誕生日(3月)に更新しているEnding Noteにも思うところを一部書き加えたところです。



マラガ大学での授業

2030年、創価学会創立100周年に90歳でPPK(ピンピンコロリ)を目指している自分にとってはあと14年。残りの人生をどれだけ充実させていくか心していかなければなりません。

以前にも紹介しましたが、私は60歳の定年1年目には横田基地内にあるセントラル・テキサス・カレッジで英語の再勉強をし、2年目にはスペインのマラガ大学へスペイン語の再勉強のために1年間留学しました。「定年後20年余りある人生への再投資」との思いもあったのです。

ところが帰国して半年後に鬱になり死さえ脳裏に浮かぶどん底生活に陥りました。ほぼ1年でそれを乗り越えられたのは本当にラッキーでした。この辺の事情はこのホームページの「ミニ自分史」に詳しく綴っています。

そして始めたのが世界文学紀行。先の語学と特派員時代に培った写真撮影や文を書く力を最大限に生かしたい、との思いがあったからです。結果的にその後の仕事や活動に反映されているのは本当にありがたいことです。

市が運営するシニア向け英会話教室の講師、地元の中学校での英語授業のサポート、スペイン語の個人レッスン、元の職場SGI(創価学会インタナショナル)で世界から来日するメンバーのアテンド、そして文学紀行をテーマにした講演活動などです。鬱という大波を乗り越えて、第二の人生を開いてくることができたことに感謝しているところです。

さて、残り約15年をどう生きるか——

大きくまとめて70代後半はこれまでの続きでその集大成をすることかな、と思っています。世界文学紀行はこれまでの15作品で打ち止めとする。その後、日本文学紀行をと思ったこともあります。ホームページで紹介する写真が海外と比べると面白くないので取り下げる。その代わり、昨年訪れたインドを起点に仏教伝来の国を訪ねたい。今年是中国へ、明年は朝鮮半島の土を踏みその意義をとどめたい。同時に喜寿に当たるこの年、NHKのど自慢に再度挑戦し「ベサメムーチョ」(作詞作曲:メキシコ人)を特派員時代にお世話になったメキシコの皆さんに届けたい・・・なんて。

続く78歳は金婚式に当たる年。これは夫婦二人の祝いというよりも、お世話になった皆



パナマ運河の太平洋側

さんへの感謝の集いとして開催したい。そして10年間常駐していたパナマの国、またパナマSGIメンバーの皆さんへのお礼と激励の旅も企画したい。

79歳は東京オリンピック・パラリンピックの年に当たります。ここではそれまでの海外経験や語学研鑽の集大成となるボランティア通訳として最後の貢献をできればと願っています。(おりしも今年から「おもてなし観光ガイド」のボランティア通訳に登録されて活動が始まる場所です)。



これが現在描いている夢であり人生プランです。80代はこの70代後半の展開を見ながらになるでしょう。

大事なのは言うまでもなく健康と体力です。ちなみに現在している運動は：週に1回の水泳とテニス。それに1日1万歩も心がけていますが達成はなかなか難しい。天候にも左右される。そこで団地マンション7階の自宅まで計88階段を歩いて上っています。当初はやや息切れがしたり、1階ロビーにエレベーターが待っていると「ラッキー！」と誘惑に駆られましたが、今は自然に足が階段に向くようになりました。

夢を外に宣言することで自分の決意もより固まってきます。定年後から現在までの15年間も、最初に夢を披露することで頑張れたような気がします。それと信仰活動がその基軸となり支えになってきた。80歳までの私の勝手な夢とプラン——アドバイスをいただいたり、皆さまに何かのご参考になるところがあれば幸いです。