

## Coffee break Talk. 10 ” 朝の 5 時 ”

支部長 今林 光秀

JSCA 九州支部会員の皆様、残暑お見舞い申し上げます。残暑と言うには暑い毎日が続き、少しでも暑さを忘れるようなお話が出来れば良いなと思い、このタイトルとしました。

朝 5 時に起き準備体操してから軽くジョギングするようにしています。早朝は空気が澄み風もあり気持ち良いです。ちょうど夏の日の出時間帯でもあり、今年は 6 月 13 日 5 時 7 分 36 秒が最も早い日の出時間だそうです。夏至の 6 月 21 日が一番早いと思っていましたが、日の出が最も早いのは夏至の 1 週間ほど前で、日の入りが最も遅くなるのは夏至の 1 週間ほど後とのこと。外を走っていると、日の出時刻の前後で空気の移り変わりを感じます。

空気も眠りから覚めて動き出し 1 日の始まりを告げているかも。そんな中ジョギング初心者の私は日の出とともにキツくなって 6 時頃には「もうダメ帰ろう」と情けないランナーです。でも、朝運動して汗かいて、シャワーして朝食してから出勤は気持ち良いものです。



[内宮の入口、宇治橋鳥居と宇治橋]

もう一つ朝 5 時のお話をします。今年 6 月、伊勢神宮に初めてお参りしました。伊勢神宮は天照大御神を祀る内宮（ないくう）と呼ばれる皇大神宮と外宮（げくう）と呼ばれる豊受大神宮を中心とした 125 のお宮とお社を合わせた総称で正式には「神宮」と言い、2000 年の歴史を有する日本人の「心のふるさと」です。参拝は外宮から内宮の順にお参りします。内宮・外宮それぞれに正宮とその周囲に別宮が複数あり、神の森の中を歩きながら参拝するうちに厳かな良い気持ちになります。その神宮の参拝時間が朝 5 時からなのです。私は外宮を朝 5 時にお参りしその次に内宮へお参りしましたが、言葉では言い表せない安らかな気に包まれ、神の森の中、凜とした空気感が心地よかったです。

神宮の式年遷宮は 20 年に一度、社殿と神宝を新調して大御神にお遷り願う神事。正宮と別宮が建っている隣には同じ広さの敷地が整地され、神のお遷りを待つ佇まいでした。持統天皇 690 年から 1300 年以上に渡って繰り返される式年遷宮の永遠性は日本人の誇りではないでしょうか。新しい木材は神宮の森でほぼまかなわれ新築され、これまで使われていた木材は遷宮する橋や別宮などに再利用され、さらにその次の遷宮には全国の神社の改修などにも再々利用。20 年毎で技術も伝承される。やれカーボンニュートラルだ SDGs だと騒いでいる現代日本人を、神宮の神様はさぞかしお笑いなさっているのかも知れません。



[内宮の正宮（皇大神宮）これより先写真不可]

< 2023 年 8 月 20 日 暑いけどコーヒーはホットが美味しい >