



# 『定年後の勉強法』

和田秀樹 著

ちくま新書 740円＋税



書評にふさわしい本はないかなとタロー書房のなかをほんやり歩いていたら、次のような帯に吸い寄せられて、気がついたラレジに並んでいた。

「世のため、人のためというのはこういう本のことだ。自分が勤めを辞める前に読んでいたら……と考える。」——外山滋比古。

これだけで決めたようなものかもしれない。

年を重ねるのは、山を下りていくのに似ている。登っているときは頂上というはつきりした目標がある。多少の無理も利く。下山は違う。登り以上の慎重さと経験が求められる。にもかかわらず、遭難は下山時に起こりやすいというのも十分に理解できることだ。

やはり先達というものはありがたいものである。人生の下山は誰にとっても初めての経験だが、必ずどの道にも経験者や助

言者という人たちがいてくれる。

しかも、下山とはいってもリタイアを意味するわけではなく。昨今の状況からすれば、60歳で定年して悠々自適というわけにはいかない。経済的な面はともかくとして、60歳で何もなくなったら、まずもってすぐ

に人として使い物にならなくなるのは目に見えている。

働き続けるのが理想だと頭ではわかっているけど、いざ何をすればいいのかとなると自分一人では思いつきにくい。この本は、よきガイドになってくれる。

役に立つ助言は、実践からきているものもあるし、一方で老年医学という専門分野からきているというありがたいもの

## 人生下山の作法

でもある。著者は言う。「長生きしたければ勉強をしなければいけない」「若いころと勉強法は逆になる」「定年後の記憶術」「定年後の思考術」「人生を充実させる勉強法」——。受験勉強や資格試験が山を登っていくアプローチとする、定年後の勉強はたぶん下っていくアプローチなのだろう。自ずと勉強法は異なるものになって当然である。わけても注意が必要なのは、

加齢に伴う衰えである。体力や記憶力が衰えるのはある程度しかたないが、本書で警告されるのは、「そんな話は知っている現象」である。

ある程度経験や知識がある高齢者にとって、「知っている」という箱に何でも入れてしまう誘引は押さえがたいものがあるはずである。たぶん「知っている」からは

じめるのではなく、「知らない」からはじめるのがポイントなのだろうと思う。年をとると子どもに戻っていくとも言われるが、そんな天衣無縫な年のとり方をしたいものである。

これまでの知や経験を生かすに当たっては、次の四つのパターン、「①これまでの会社経験を生かしたコンサルタント系賢人」「②心の健康、身体の健康の専門家系賢人」「③文化を再評価する宗教・歴史系賢人」「④隠れていた才能を発揮させるアーティスト（映画監督・小説家）系賢人」があげられている。残念ながら評者はこのいずれも手にできるだけの才はないのだが、それでも希望をもつことならである。

やはり定年を考えるのは40を過ぎたあたりが一つのポイントなのだろうと思う。年をとると時間の過ぎるのが早くなるのは誰もが実感する身体的な事実である。死ぬまで学び続けたいと改めて思う。

年をとると時間の過ぎるのが早くなるのは誰もが実感する身体的な事実である。死ぬまで学び続けたいと改めて思う。

社会生態学研究者 森里陽一