



一日を二  
日分にす  
る方法

川崎ゆきお

「一日が倍になる方法を見付けました」

「ほう」

「一年が二年になります。十年が二十年に、これは大きいでしょ」

「どうするのかね」

「一日を二等分します」

「しかしそれでも一日は一日だろ。ただの午前中と午後のことだろ」

「間に昼寝を噛まします。これが効きます。昼寝から起きたのと、朝目が覚めたのとでは同じです」

「時間が違うし、睡眠時間も違うでしょ」

「そこは錯覚して、何とかあります。たまにあるでしょ。目が覚めたとき、今何時なのかと。朝までぐっすりと眠れる人なら、それはいいですが、途中で起きたとき、今、朝なのか、まだ宵の口なのか、一瞬判断に迷うことがあります。これです。これが昼寝後に起こります。一度ありました。朝だと思ったのです。昼寝は三十分から一時間です。僅かな時間ですが、目が覚めたとき、朝だと思いましたよ」

「本当ですか」

「いや、少しはへんだなあとは思いましたよ。それこそ、今何時なんだ。私はいつ寝たのだ、とね」

「しかし、すぐに分かるでしょ。昼寝していたことを」

「はい、そうです。しかし、体と言いますか気持ちと言いますか、それを起ち上げることでは朝と変わりはないのです。私の場合、しっかりと蒲団で寝ますし、パジャマで寝ます。昼寝ですがね。本寝と変わらないスタイルです。ただ、部屋が明るいですがね」

「しかし、朝と勘違いしても、それは昼過ぎでしょ。朝から始まった一日の中での昼を過ぎた程度で、一日の内」

「仰る通りですが、起きた瞬間は朝の行事と似たようなことになります。顔を洗ったりとか。それがまるで一日の始まりのように感じられるのです」

「それは朝、終わったのでしょ」

「もう一度です」

「それで、一日が倍ですか」

「寝起き新鮮なうちに仕事をします」

「しかし、昼寝をした分、一日の時間が短くなりはないかね。倍どころか、余計な睡眠を取って一日の時間を減らしているようなものだ」

「時間的にはそうですが、集中してさっとやれば、本当は半日でできるような仕事ばかりやっているものですから」

「どんな仕事だ」

「仕事内容の詳細は省きますが、だらだらと一日かかってやるよりも、さっとやれば半日で片付くわけです。だから、私なんて、午前中に本当は仕事は片付いていたりしますよ」

「だから、それはそう言う融通の利く仕事内容の人に限られるのであって、どうしても一定の時間が必要な仕事もあるでしょ」

「はいはい、だから、私にだけ、当てはまる。もっと言えば、しなくても良いような仕事だったりしてね」

「どんな仕事ですか」

「詳細は省きますが、時間給のような仕事ではなく、決断の仕事です。一日かかることもあれば、二時間でできたりしますから。だから、一日が長いんじゃないかと思ひましてね。それで二つに分けたわけです。そのおかげで、一日一課題が、二課題できるようになりました」

「くどいようですが、それは仕事内容にもよるのですよ」

「はいはい」

「私は自宅で内職をやってましてね。手をこまめに動かす加工物です。単純作業ですが、どうしてもそれ以上早くできない。どうしても一定の時間が必要。だから、私には当てはまりません。昼寝などしてみなさい、夜にずれ込んで、寝る時間が遅くなる」

「ご尤もな話です」

「だから、仕事内容による話を、さも一般的な話のようにしないでいただきたい」

「ああはい」

「あなたには通用しても、他の人には通用しないことがあることをお忘れなく」

「ああ、はい」

了