

10月6日月曜日は中秋の名月でした。中秋の名月といえば、月を眺めてお団子を食べるようなイメージがありますが、今どき家庭でそんなことをしているのはサザエさんの磯野家ぐらいでしょうか。この中秋の名月はもとは中国の風習だそうで、日本には平安時代に伝わったといわれています。

中秋とは、旧暦の8月15日になります。旧暦では7月～9月を秋としているため、8月15日はちょうどその真ん中にあたり、秋の真ん中で中秋となります。中秋の名月を「十五夜」とも言いますが、月は新月から満月まで15日かけて少しずつ満ちることから、旧暦では新月の日から数えて15日目の夜を十五夜と呼びます。十五夜は秋に限らず、旧暦15日の夜を全て十五夜と呼び、なかでも旧暦8月15日の十五夜を中秋の名月と呼びます。

そして、秋の空気は春や夏に比べて乾燥していて空気が澄み、1年を通して最も月や星が鮮明に見える時期になります。さらに、月は冬に近づくほど空の高い位置を通り、夏は低い位置を通ります。よって、空気の水分量、大気の状態や月の高さなど、月が最も美しく見える条件が揃う秋こそ月見にふさわしいそうです。平安時代の貴族たちは中秋の名月を眺めて和歌を詠む「観月の宴」を聞いて楽しんだそうです。

現代は平安時代の人々が想像できないであろう異常気象で、日中はまだまだ暑い日が続いてます。しかし、それでも朝晩はずいぶん涼しくなり、とても過ごしやすくなりました。桜や銀杏の葉っぱも徐々に黄色にその色を変えつつあり、田んぼには彼岸花も姿を現し、稲刈りも始まりました。

秋といえば、食欲の秋、スポーツの秋、そして勉強の秋と言われてきましたが、今の気象はこれらの言葉を否定してしまいます。しかし、時間は気象と関係なく流れています。秋は基礎固めをする最後の時期であり、ここで基本事項をしっかり身に付けることができれば、応用問題にも対応できていきます。そして、勉強の質を高めましょう。いくら長い時間机に向かっても、いわゆる「ながら勉強」をしていては効率的ではありません。スマホをそばに置いてLINEの返信を気にしながら、またはYou tubeを見ながら勉強していませんか。せめて勉強している間は目につかないところにスマホを置いて勉強に集中しましょう。休憩時間にはちょっと窓を開けて夜空を眺めてみませんか。秋の月や星空を眺めるのも心の癒しになると思います。

