

わたしの郷里は長野県千曲市にある「さらしなの里」です。ここはかつて長野県更級郡更級村と呼ばれたところですが、昭和と平成の市町村合併によって、村の名前も郡の名前も消滅しました（*）。

「さらしな」は平安時代の日記文学「更級日記」の題名になったように、古代から都人のあこがれでした。その地名が地図からなくなったのが残念で、「さらしな」が日本人のあこがれになった理由を調べたり、考えたりしてきました。そして気づきました。日本人の暮らしや文化のすみずみにある「白の美意識」です。

白い「さらしなそば」の名前にとられるほど「白」を強烈にイメージさせるのが「さらしな」という地名だったことがわかりました。さらしなという地名のしらべは、すがすがしさと躍動を感じさせます。

日本人の伝統的な美意識を「白」をキーワードに明らかにしたいと思います。

（*）「更級郡更級村」は姨捨山の別名を持つ冠着山の直下の村でしたが、近接自治体との合併で昭和30（1955）年、戸倉町となり、平成15（2003）年に千曲市となりました。「更級郡」はそれから2年後、最後の構成自治体だった大岡村が長野市と合併し、消滅しました。千曲市を中心とする旧更級郡域を「さらしなの里」と呼び、「さらしな」の地名をもう一度世に送り出す活動（さらしなルネサンス）が始まっています。

目次

はじめに

すみずみまで白

- 毎朝体内に「白」 再生、再出発 8
白を食べて精気 10
すがすがしい日本語たち 12
白に込めた川端康成さんの美意識 14
花を見ると「胸がすく」 白洲正子さん 18
神が宿る代 20
世界のフジタを生んだ白 24
平山郁夫さんの命の原点は白 28
白に46憶年の美 千住博さんの「フラットウォーター」 32
万葉集の白に理想世界求めた藤原定家 35
万葉集が奏でるS音とR音 40
雪に磨かれた白の美意識 46
純白の産所で生まれた皇子たち 54
白い道の先で待っている阿弥陀如来 57

- 神聖な白の味さらしなそば 60
サラダ記念日の白 64
白い「天気の子」66
家康が築いた白い天守閣 69
白砂の海に浮かぶ月の館 71

白いさらしな

- 白を強烈にイメージさせる地名 74
春の小川とさらしな 77
さらしなにある黒彦と白彦 81
純白のイメージで「更級日記」 85
鎌倉時代に発見された白いさらしな 90
さらしな姫の持統天皇 95
再生イメージ音の集合体 98
さらしなは心のキャンバス 104
さらしな焼きそば 108

おわりに

すみずみまで
白

毎朝体内に「白」 再生、再出発

朝、布団から抜け出し、カーテンを開ける。コップの水を二口ぐくむ。湯をわかしてコーヒーを落とし、一口含む。苦みが体内に広がり、頭蓋骨が刺激される…

朝の一連のルーティンによって、からだにすがしさと躍動感を取り込んでいる。朝ごとに人は再生しているのだと思う。一日は心身の再生から始まる。始まらない日があっても、がまん。その心地良さを知ってしまったからには、そうした朝に戻らないではいられない…この「すがしさと躍動感」は、色で言うところ「白を求める気持ち」。人間は体内に、心に、「白」を取り込んで、毎日、再生、再出発をする生き物なのだ。

そのように人の心身に影響を与える原理を「白の美意識」と呼んでみる。そうすると、日本人、地球人のものの考え方や見方、感じ方、表現の仕方のメカニズムがわかってくる。

