

好意をスマートに受け取る  
(年取るといふこと日誌から)

CL教育研究会 遠間美保子  
amhotm@gmail.com <http://docl.jp>



2015/4/11

### 春二題

- (一) 桜吹雪で境内や園庭、小道は白桃色の世界。積もった花びらをそっと踏んでみると、それはそれは優しく柔らかで、思わず足を上げる。
- (二) 白い桜吹雪の中をショートカットで春らしいホワイトグレーの上着を着た背筋をすっと伸ばした初老の女性が軽やかに歌を口ずさみながら自転車で通り過ぎた。

4/12

日曜日のお昼前、自転車に乗った若い女性二人の会話。「うちの〇〇(たぶんご主人のこと)帰ってからごはん食べるのー」「えー!うそーっ!」夕飯の支度をして夫の帰りを待つ妻の時代は遠く過ぎ去った。では専業主婦は今は何をしているのだろうか。なすべきことも時代と共に変わる。

6/25

気持ちをつくろうなんてお天気と同じで人間の手におえるものじゃないとわかっていても気分のいい方に向かいたくなる。あるがまま。

8/4

朝5時半、風が吹かず蒸すような暑さだ。線路際のフェンスにそって白シャツとズボンの若い男性が仕事に向かうのか駅方向に歩いてくる。突然、足が何かに払われたのか、驚くようによけて足元を振り返るように見て、歩き去った。何があったのか、なにかいるのか興味深くそのあたりを見ると生まれて間もない小雀が、枯れた一本のねこじゃらしの根本をつついていて。人が近づいても飛び立たない。雀の動きで30cmほどの細長いねこじゃらしのふさふさが男性のズボンをこすったのかもしれない。ハプニングはいつでもどこでも起こることを目の当たりにした。

7/11

朝五時半、白い長袖ブラウスとグレーの軽い薄手のロングスカートを身に付けたこぎれいで品のいい年配(八十五、六才)の眼鏡をかけた婦人が杖をついて、もう片方の手にプラゴミを持って、20m先右折した通勤通りにあるゴミ捨て場に捨てに行こうとしている。早朝の土曜なのに通りは自転車と人がすでに急いで駅に向かっている。おせっかいと思ったが、声をかけて「通り道なので捨てましょう」とゴミ袋を受け取った。「ありがとうございます。散歩になるので私も通りまで」と笑顔で返してくれた。余計なことだったのかもしれないのに、にこやかに好意をうけとってくれる姿勢に、さらに品格を感じた。上手に年をとった婦人から朝のさやわかな空気と共に心がはずんで足が軽やかにすすんだ。「ありがとう」。

8/21

橋の上にさしかかるとバシャンと水の跳ねる音がする。川を覗くと鵜が2羽小魚の群れを狙って潜っている。都心に近いこの当たりで、どうして鵜が生息しているのかと疑問がわくが、鵜に目をやる。顔と

細長い首がするっと水の中に潜ったと思ったら、口にきらきら光る小魚を加えずぐに呑み込んで、また潜水する。なかなか顔を出さないで、橋の反対側や下を覗くが姿が見えない。覗いていると大鷲がブルーグレーと白い大きな羽を広げて橋の欄干のすぐ上を川面に向かって飛び去った。2羽の鶴の姿はまだ川面に頭れない。大鷲から襲われないよう姿を潜めたのか、小魚の群れを追って捜しているのだろうか。長い潜水力に感心した。ウォーキングを30年以上続けていると、事実からのごほうびも大盤振る舞い、滅多にお目にかかれない光景をいただいた。

9/19

CLには五感を研ぎ澄ます観察訓練の課題がある。ところが歳が行って視力が衰えると間違っ観察することも増えてくる。また、見えていたのにそのものが何かの陰になったとたん見失ってしまう。朝、雨上がりで少しちつく程度で傘をさすほどではない。裏道で、前から髪の毛の少ない、上背のある白いシャツの中年男性がビニール傘を2本アスファルトの路面にひきずるように歩いてくる。子供を幼稚園に送って子供の傘を持ち帰るのか、手ぶらの私はお父さんごくろうさんとすれ違った。ところが、もう一本の傘は白い杖で、男性はサングラスをかけていたのだ。視力の衰えは想像力が増して、心の中だけの見間違いだったが、通りすがりに（失礼しました）とだまって言った。

11/9

寺院境内の古い厩の下で三人が何か熱心に作業をしている。4mほどの長さの六寸角材に作務衣を着たお坊さんが跨っている。右手に太筆を握って、角材の一面に墨で文字を描いている。すぐ横に白い作業着の若い職人さんが墨汁の入れ物を持って控えている。毛筆に墨が付けやすいようにお坊さんが一文字描いて後ろにずれると職人さんも中腰のまま少し横に動く。一文字描く間は入れ物の位置を保ってじっとしている。

もう一人年配の職人さんが白い紙で文字の墨が濡れている部分をそっと丁寧に浸み込ませ、その後、黒いドライヤーで文字全体を乾かしている。お坊さんは描くことに、若い職人さんは墨汁の器の位置を保つことに、年配の職人さんは文字を乾かすことに、この柱の完成に向かって、三人が黙ってそれぞれのすべきことに集中している。一つの美しい輪が見える。13日には本堂階段前の道の真ん中に建てられ、白い晒布で本堂の鐘と柱をつなぐ。11月15日の日蓮上人報恩謝徳のお会式の例祭が行われた。「南無妙法蓮華経」のほか「日蓮大菩薩ご報恩謝徳代四十五世日湛」などの四十数文字が書かれていた。

12/12

もみじ、かえではあんなにも見事に毎年一度変身して散っていく。人も一生に一度はうまく変身して終わりたいものだ

12/26

ウォーキングしながら湧いてくる雑念をいろいろ考える。「CLインストラクターの会」に出してもらいたい質問のテーマとか、スマホや 아이폰に多くの時間焦点が向いている現代人の今後の変化とか、ふと注意を周囲と体の動きに向けた一瞬、ウォーキングしている道路の環境に自分がすっぽりおさまる安心感と、これが「事実唯心」だと明確な確信が湧いた。ウォーキングを続ける。

(千葉県市川市CLインストラクター)

 [目次へ戻る](#)