心の和がけ　No.38

（2012／９～１０）

ｐ 01～01	絆の大切さ	ｐ 03～03	幼児の体操
ｐ 01～02	エンディングノート鑑賞	ｐ 03～04	我が！エンディングノート
ｐ 02～02	地道な努力が幸運を	ｐ 04～04	朝日に思う
ｐ 02～02	踊ってきました	ｐ 04～05	「やわた四季の詩」
ｐ 02～03	童心は真心なり		

2012.09.02

・絆の大切さ

「立春」から数えて 210 日、或いは 220 日は台風シーズンをあらわす、特に園芸・栽培に携わる人は、支柱を立てたり、排水溝をつけたりして備えている。各地の天候ニュースには十分配慮が必要で、知人への台風見舞いを出す心づかい、またそれへの返事は「手書きで」きちんと出したいものです。◆8 月 13 日未明から 14 日にかけての豪雨に当地にも浸水被害が石清水八幡宮の参道も大きな被害を被った。我が家では被害はなかったが、ケーブルＴＶ・インターネットの接続が不能で午後２時過ぎまで情報が入らず。遠方から友人知人からお見舞いの電話が殺到し応答に喉の渇きを覚えるほど。相手の「心づかい」が伝わり感動と絆の大切さを新たにした。被災に際して如何に励ましや心づかいに元気づけられることか。個人の健康はもとより、災害や事件・事故も、初期判断を軽んじたため、大事にいたることが多い。どんな小さな兆しも見逃さないという。一念が身を守る備えとなることを再確認したい。◆訃報が入ってきた地域の老人会メンバーの方が亡くなられた。積極的に老人会の行事に参加され、会の運営にご理解とご協力を賜った方とのお別れはたいへん辛く悲しいものです。訃報のたびに淋しい句が脳裏を覆います「山里は　冬ぞ寂しさまさりける　人目も草も　枯れぬとおもえば」源宗于朝臣。
◆心からご冥福を祈りいたします。

2012.09.09

・エンディングノートを鑑賞して

夜明けが遅くなり朝が涼しく心地よくなってきた。しかし日中の気温と湿度が高い。天気予報に雨のマークが、庭木の散水時刻に天を仰ぎ、”まだ降りませんか”と天に催促、近くで降水の情報があるが我が庭には素通りだ。◆暑さもあと少しの辛抱、四季の移り変わりは、生活にめりはりと豊か

な人生の年輪を刻む発条(ばね)ともなる。まもなく高い山の頂から麓へ色彩の帯が駆け下りている。天は高く秋へと進んでいる。◆昨日、拙生もおおいに参考になる映画を観た。作品は「エンディングノート」ドキュメンタリー作品で、自ら死後の段取りをプロジェクトのごとく生き生きと駆け抜けていくのだが、最後に妻の手を取り”愛しているよ、有難う”の言葉に感涙する。家族に見守られ孫の名を呼び泉下へ”お父さんうまく死ねましたよ”と。死という悲しい事実を”ありがとう・ありがとう”と繰り返す本人の言葉に、残された家族に大きな心の遺産を残したように思う、感動の一作であった。ありがとう・・・

2012.09.16

・地道な努力が幸運を招く

尖閣諸島問題のデモで日本企業や商店が破壊略奪され、ましてや日本国旗を燃やすなど、なんと理性を保つことができない民族であろうか。全ての人民でないことは分かるが、このような国を相手にしなければならない日本も情けないものだ。◆我が国も政治の空白や企業の業績悪化でリストラによる心身ともに疲れた様子が報道され、企業が社会が政治が悪いと負ばかりが聞こえてくるが、果たして自分にも負がなかったか、この悪い状況を一生涯でこの経験を好運と取るか不運ととるかの違いは大きい。「好運は偉大な教師である。不運はそれ以上に偉大な教師である」と、好運よりも、不運によって学ぶことの方が多いと、イギリスの評論家ハズリットが述べている。◆この機会に未来に向けての転機と捉え進んで行きたいものであり、努力や運は目に見えない、今日一日の努力の「小さな差」がやがて好運と力の「大きな差」となることを、この機会に学びたい。

2012.09.23

・踊ってきました

22 日は地域の「敬老のつどい」のお手伝い兼招待者でもある拙生。老人会のお役で高齢者を会場まで誘導のお役だ。◆元気で地域活動に参加されている方、久しぶりにお会いする方、病が全快し笑顔の方、誘導する方に”久しぶりに異性の手を握った”と明るくジョークを飛ばす齢 88 の女性など、数日腰痛で沈みがちであった我が身に人との触れ合う中で生まれる活力や気づきを大切にしたい。◆そして、今日は近隣の「敬老のつどい」の余興にメンバーの女性 6 名と男は私ひとり「ハイヤ節」に出演、間違いも高齢者のご愛嬌と女性軍にフォローされながら無事終了「かんしゃ」◆暑さも和らぎ、まもなく北の国から紅葉が南下し里山に紅葉鳥の声も聞かれ、友との語らいの場が増える季節。お互いに触発し合える実りのある秋としたい。

2012.09.30

・童心は真心なり

午後から台風の影響で風が強まってきた。午前中は「まちかどごみゼロの日」で町内や公園の清掃作業が幼児も参加して行われた。日頃から「向こう三軒両隣」が門前にまた垣根に花を飾り美化に努めている。◆清掃の日は主に近隣の建設会社の寮の側溝や石垣である。庭は雑草が茂り枯葉が風に煽られて、折角住民が清掃しても努力が無になる。大手の建設企業だが住民無視の企業で、まさに己だけが良ければ・と、どこかの国と同じだ。◆三日前から６年ぶりに風邪で喉が痛み熱で体が熱る。しかし、シルバー人材センターの「つどい」や市民文化祭で人材センターの活動啓発も兼ねて地域の文化伝承の踊りを小学生を含め練習があり、休むわけには参らない。子供たちが熱心に踊りを学ぶ姿はまさに「童心は真心なり」と教えられ、我々大人も負けられません、と教えられた日であった。人生「小水石を穿つ」で参りたい。

2012.10.07

・幼児の体操

天気もよく静か休日を迎えた。風邪もやや回復し、５日から石清水八幡宮の広場で有志が揃って続けているラジオ体操参加に復帰した。緩やかな傾斜が程よく足腰に負荷がかかり、まだ残る風邪の影響で息荒く苦しいが、30 分の道のりが日課となり、休むと何となく物足りなさを感じる。◆今回の風邪も６年ぶりで体力の衰えか回復が遅くなった。また行動への積極性も減退を感じるが、病の性にしてはならない。誰人も現実を変えゆく力を、自身の中に秘めている。問題は、それに気づき、引き出せるかどうかだ。「どうせ歳なんだ」「どうせ無理だろう」。そういった弱気やあきらめが、可能性の光を閉ざしてしまう。そこに、ちょっとした伴侶の支えと助言で立ち上がれる。さあ、朗らかに心の助言に感謝し、そこから、新たな自分が芽生える。◆昨今、児童虐待の多さに悲しみが拭えないが。毎朝、３歳だろうか！幼児が親と体操に参加している。見よう見まねで紅葉のような手を大きく振り回す、一生懸命で健気な姿勢を感じさせる幼児の姿を見るにつけ。「父子篤く、兄弟睦まじく、夫婦和するは、家の肥えたるなり」であろう家庭がうかがえる。

2012.10.14

・我が！エンディングノート

拙生は齢 73 いたって元気である。拝命する地域活動のおかげで、多くの出会いがある。そして、朋友・地域社会との交流、家庭にあっては「恐れ山」と和楽の日々である。と、拙生は思う。常々おおくの人々や花鳥風月の恩恵を授かっていることに感謝し、それに答える自分でなければならないと思念している。◆この世に生を受けたからには一日でも永く元気で存命したい。わが家系の寿命ギネス更新は齢 104 で節制すればまだ可能性は大である。しかし、人生に栄枯盛衰は世の習い、明日の我が身はわからない。父親が半世紀前泉下へと旅立った時、どのような思いを家族に残したかったのだろうか。それを思うにつけ家族には「一筆言い遺し候」の伝言を生きた証と思いを託したい。◆そこで「エンディングノート」遺言（いごん）を作成することにした。公正証書にと多人は言うが、幸いに夫婦和楽に費やしたので財産はなく、遺言は至極簡単である。葬儀のこと、知人への連絡先、

家族への感謝を綴り、そうだ“へそくり”の隠し場所も！案外身近な事が伝えきれていない事が多い。◆書式をパソコンに保存し、追加事項などを更新。少ない貯えは老後の生活のために全て妻に帰属することを記す。戒名も考えておかなければなるまい、住職に依頼、それとも自分で。泉下で幸せになるには戒名判断はあるのかな！！「じゃ～ね」と旅立つときには「ありがとう、ありがとう、用があれば携帯に電話して」と明るく逝きたいものだ。◆虫の声もようやくとだえ、夜の灯の親しく感じるなか、酒など一献かたむけながら人生をしみじみ回顧する。天より授かったパートナーの助力で己が成長し、苦労を共にしてくれたお陰で、琴瑟相和する家庭を築けたことを忘れてはなるまい。故に心の底から”我が人生に悔いはない・ありがとう“と言い切れる。生ある限り誰かの心に「あの人の生きたように」と輝きのある人生でありたい。

2012.10.21

・朝日に思う

今日も早朝ラジオ体操に参加した。一年休んだが５月から再挑戦肌寒さも感じるが、山頂で朝日を眺めると健康でいられる今日に感謝して、自然に拝礼の姿勢になる。◆拙生一人ではなかろう、陽の輝きに健康の喜びを「心の薬」と体操に参加されている方々も同感だろう。「おはようございます」と澄んだ朝靄の中で交わす挨拶は身が引き締まり、爽やかな「気」が全身を駆け巡る◆私の生涯のテーマは出会いです。出会いは相手に対して真剣勝負でありたい。一瞬の出会いでも全力を込める。話の上手下手は、内容の濃薄や時間の長短ではなく。相手の心を揺さぶるのは、一期一会の思いで今日の幸福と健康を願う、別れ際に相手の目を見て会釈をする。初対面であっても誠実で丁寧な姿で出会いを積み重ねてこそ、朝日のごとく自らも輝ける。

2012.10.28

・「やわた四季の詩」

八幡市シルバー人材センターのフェスタが土・日に開催され、土曜日には展覧会テーマーは「心ひとつに絆を結ぶ」の準備に参加、我が妻のパステル画と手芸を、拙生の作品は年賀状とポスターを出品した。絵画・水墨画・手芸・写真・陶芸など力作ぞろいだ。後期高齢者が培ってきた技能・技術、老いてもなお意気盛んなり。◆今日は永年就業者の表彰と演芸が開催披露される中で、「組曲：やわた四季の詩」が演じられる。◆八幡市は宇治川、桂川、木津川の三川が内陸部で合流し、大河（淀川）となる自然景勝地にあり、市内随所には石清水八幡宮などの歴史的文化遺産が多くあります。◆公益社団法人　八幡市シルバー人材センターは、生まれ育った八幡への誇りや郷土愛を育み、眠っている観光資源に新たな光を当て、地域活性化を模索する中で、八幡地域で生まれた「ながれ橋の歌」に、八幡の自然や四季、歴史、文化などを綴り込み、音楽・踊り・映像などを通して五感で楽しめる組曲を創作「豊かな自然を守り、文化芸術を育てるまちづくり事業」として八幡市に提案し承認され平成 22 年に誕生したものです。◆プロローグでは木津川の流れをシンセサイザー。冬の厳しさは太鼓や竹の打楽器で。春は子供たちの芽吹き表現と背割り堤の桜を、夏はながれ橋の歌と踊り。秋は豊穣を祝う躍動的な踊り。エピローグ、未来への希望を演じる組曲です。◆出演者

はハ幡市シルバー人材センターの会員と地域の小学生、そして我が所属する「花結の会」のメンバーと総勢３０名で演じます。その中で踊り方の中で男は小学生と拙生の２名だけ、ちょうど「曾孫とお爺ちゃん」二人は友達です仲良く頑張って演じてきました。◆出来の悪い拙生は笑いの種とご愛嬌と愉快に楽しんできました。

2012.09.～2012.10

END