



今日、気功教室の生徒（僕の母親と同じ年齢）の方に不思議な名前の豆で作った赤飯のおにぎりを戴きました。

その名は、ツタンカーメンの豆。

エジプトのツタンカーメンのお墓の中にあったエンドウ豆の種をイギリスの発掘した学者が見つけたとか。

紫色の鞘で、鞘は有毒と言う。

豆は緑色なのに、炊くと赤紫色になり、ご飯が赤飯になるらしい。

古代の味を噛みしめながら美味しくいただきました。



詩仙堂のサツキは、お寺の方が言われた通り、花の咲くのが遅く、二分から三分程度の状態でした。

サツキが咲きそろうには、あと一週間程度かかるとか。  
でも、今咲いている花が萎れてしまうので、咲きそろうのは難しいとも言っておられました。



詩仙堂の庭の最も奥にある灯籠の前に、和み地蔵がいます。（灯籠の中にもね。）  
機会があれば、お参りしてきて下さいませ。（和気）

## 緑色に包まれた東福寺...2010年05月30日(日)

---



東福寺は紅葉の名所。

ということは、初夏の時季は緑に包まれているということ。

この時季の東福寺が僕は好きだ。

東福寺に向かうこの場所は、訪れる人の足を止めない訳にはいかないようだ。



東福寺方丈の庭に配置されている石組みは、どう見ても、ブツダ入滅の涅槃像に見えるよね。



また、方丈裏の見晴らし台の柱の虫食いは、梵語のお経か真言に見えるよね。



東福寺の塔頭、芬陀院。

玄関に入ると、やさしいお庫裏さんが顔を見せる。

僕の顔を見ると、いつもおおきにーと言ってニコッと笑う。

拝観料を受け取って下さらないので、抹茶をいただくことにする。

庭を眺める縁側に座り、しばらくすると抹茶が運ばれる。

静かで落ち着いた良い庭だ。

何故か好きなんだよねー、ここが。

僕のかみさんのお母さんが亡くなられ、今日の朝、お葬式です。

昨夕、娘婿さまの運転で、名古屋から富山に移動してきました。

お通夜には間に合わなかったけれど、親戚の人たちが寄り合っている会場に着き、今夜はそこで寝ることになりました。

かみさんのお父さんは、一代で小さな車の修理屋さんからかなりの規模の会社にまでした、とてもやり手の人で、かみさんは三人姉妹の長女だったものだから、僕のような訳の分からない男との結婚には猛反対で、何しろ跡継ぎの婿さんまで作って、彼と結婚させたかったらしいので。

それを娘の幸せを願って、そのお父さんを説得し、僕たちの結婚に道を開いてくれたのが、お母さんで、その後も一杯お世話になった人だからね。

十年くらい病院にいたかなー。

最後は夫の死も娘（かみさん）の死も知らずにね。可哀相でした。

富山でのお葬式も滞りなく終わり、車に乗せられて名古屋に帰ります。

亡くなられたお母さんは、殆ど意識もなく、長い間、病院に寝ていたので、四年前に亡くなった夫の死も、二年前に亡くなった長女の死も知らずに逝ってしまいました。

お母さんの宗派は浄土真宗なので、西方浄土、阿弥陀の世界に行かれます。

そこに行って、初めて、夫と娘がいることに気がつき、驚いたり喜んだりするのでしょうか。

ご冥福をお祈りいたします。

南無阿弥陀仏

南無阿弥陀仏

アボカド丼...2010年06月03日

---

今日のお昼はアボカド丼。

と言っても僕が作った訳ではない。

Mさんの手作り作品だ。

Mさんは昼からの仕事なので昼食を作られるのだが、一人分では材料が余るからと言って僕の分も作ってくれる。

トマトを少しのオリーブオイルで焼き、アボカドも少しだけ焼き（温める程度）、それにネギときざみノリを添えてご飯の上に乗せたもの。

トマトとご飯の温かさ、軟らかくなったトマトとアボカドの食感、そしてノリの風味が相まって、かなりイケる丼でした。

食前に、少し多めの野菜サラダをいただくので、おなか一杯になりました。

どなたかの言葉じゃないけれど、感謝、満足です。

裸足のくらし...2010年06月04日

---

僕の知っているお坊さんは、大事な行事がある時以外は、年中裸足で暮らしています。

一時、僕も真似をして裸足で暮らしたことがあります。

石田何某のように、靴を履く時も裸足でした。

すると、夏なんか、靴の中が蒸すというか、ジトーンとして臭くなり、余所様の家に行った時など失礼になり、いつの間にか靴下を履くようになりました。

元々気功の教室などでは年中裸足なので、裸足の生活は苦にはなりません。

ただ、靴下を履く生活をしていると、脱いだ時に足が冷え、下痢気味になってしまいます。

ですから、靴を履く時以外は裸足の生活をするために、夏から始めた方が馴染みやすいと思い、突然ですが、今日から靴を履く時以外は裸足の生活に入ります。

通勤もサンダルにしようかな？



今日、岡崎市の東公園に花菖蒲を見に行きました。  
すると、おじさんね人ばかり。  
その向こうには傘を差した若い女性のモデルさん。



僕もカメラが好きで、あちこちに撮りに行き、カメラ講座に入りたいと思ったこともあるけれど、このおじさんたちの仲間に入るのはイヤで、だから、カメラの技術は上達しません。  
一人で楽しんでます。



裸足の生活を始めるために、サンダルを二足買ってきました。  
でも、こんなの履いて、名古屋の都心、栄の中日文化センターに講師として行ける？  
地下鉄も乗るし、地下街も歩くんだよ？  
盲学校の先生として、正面玄関から入れる？

やっぱり僕は常識のない変わった先生だよな。



何年ぶりだろう、青梅ジュースを作るのは。

かみさんが病気になった2007年は作ってないから、2006年ぶりかな？

青梅と角砂糖は同量。

以前は2 kg、3 kgと作っていたが、今年は1 kgにしておいた。

夏を乗り切る清涼飲料水だ。

患者さんにも飲ませてあげようと、和気の治療院で作りました。



名古屋市千種区の千種公園かのユリの花が咲きそろいました。  
こんなに色んな色のはながあるんだね。



先日、グレープフルーツとオレンジのジュースを作っていたら、突然、その子が動くのを止めてしまいました。

色々と治すことに挑戦したんだけど、全く無視されてしまいました。

で、今日、新しいものを求めて来ました。

戴きもののグレープフルーツとオレンジが沢山あるので、バナナを入れてジュースを作りました

。

スムージーではありません。

スムージーというのは、凍らせた果物や野菜と豆乳、ヨーグルトなどを混ぜてカクハンしたもので、口当たり（喉ごし？）がスムーズというところからスムージーと言われていると広辞苑にありました。

また、美味しいジュースが作れます。

ねえ和気さん...2010年06月10日

---

ねえ和気さん！

はい。

君の目は、もう去年のようには見えていないんでしょ？

はい。

霧の中にいるようで、細かいものは見えないんでしょ？

はい。

だづたらさ、もう少し整理整頓したら？

(^^ゞ

ボリボリ頭かいたってダメだよ。

(=\_=;)

置くところを決めて置かなきゃ、後から探せないんでしょ！

はい。

だったら、ものを置く時に、後のことを考えて、決めて置いたら？

(-\_-)

無視？

いえ。

最初から片づけながらものを置く習慣、つけようね。松原泰道先生がおっしゃっていたでしょう。暗闇でも探せるように、盲人の人のように、置くべきところを決めて片づけましょうって。

はい。

君は盲人なんだからね。

(-\_-)

わかりましたか！

はい。



クロネコの宅急便が届いた。

大きな段ボール箱。

差出人の方の名前は書かれているのだが、誰かはわからない。

誰だろう？

知らない方からなので中に何が入っているのがわからない。

恐る恐る、興味津々に開けてみた。

晩ボール一杯のみかんだ。

最初はグレープフルーツかと思った。

でも、形が少し違う。

丸くない。

差出人のところに書かれていた電話番号に電話をかける。

女性の声。

名古屋で鍼灸、気功をしている和気と申しますが、誰々さんはおられますか？

と、下の名前を言う。

はい、父です。

お父さんは、気功か何か、なさっています？

はい、気功、大好きです。

名前の方はお留守立ったので、仕事が終わってから、夜九時半頃に電話することを告げる。

和気に気功のことで電話やメールを下された方を携帯の登録名簿から探す。

あった、あった。

依然、和気のつたないDVDを送らせて頂いた方だった。

そして、夜、電話をかけた。

みかんの種類は河内晩柑というものらしい。

グレープフルーツではなかった。

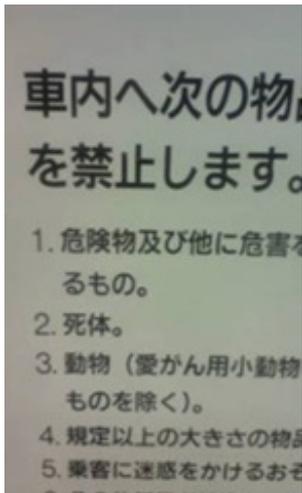
半分に切って皮を剥いてみると、ザボンのように柔らかかった。

ジューシーで甘いみかんだった。

たっぷりあるので、みかん系の大好きな僕にとっては最高の贈りものだ。

ルンルンだ。

すてきなものをありがとうございました。



昨日、地下鉄の新瑞橋（あらたまばし）で待ち合わせをしている時に、ふっと掲示板を見た。

地下鉄の車内に持ち込みをしては行けない物が記されていた。

その2を見て驚いた。

何？

えっ！

こんなもの持ち込みする人いるの？

いたから禁止項目に入れたの？

とにかく驚く掲示でした。



6月9日の夕方、盲学校の仕事からの帰りに、中村公園参道で開かれて市は既に終わっていた。  
花屋さんのトラックだけが残り、売れ残った花を荷台に入れていた。  
路上には、ハイビスカスの鉢植えが三鉢置いてある。

「これー、売れたものですかー？」

「いやー、売れてないよー。」

「一つもらっていいですかー？」

「あいよー！」

という訳で、僕の好きな真っ赤なハイビスカスを買いました。

夏が終わるまで楽しめる花で、毎日、一輪から三輪ほどの花をつけてくるますよ。



野菜の切れ端（生ゴミ）を埋めるために植木鉢の並んでいる花壇？に行った。  
プランターの土の中に埋めて、顔を上げると、金柑の枝の中に何かはためいている。  
ん？  
見るとアゲハ蝶がゆっくりと羽を広げたり閉じたりしている。  
葉が少ないな—と書いていたら、葉を食べてサナギになっていたのだ。  
そして羽化したのだ。  
この時に羽をさわると蝶の命を絶ってしまいことになる。  
濡れた羽をゆっくり乾かしているのだ。  
慌ててケータイを取りに行き、パチリ！

ほんの十分後に、仕事に出る時に見に行ったら、ちょうど飛び立つ時で、ケータイを取り出した時には、どこかに飛んでしまっていた。  
アゲハの羽化に立ち会ったのは久しぶりだった。

先生、ちょっと聞いていい？

何ですか？

友達に聞いてきてって言われたんだけど…、何か気持ちの落ち着くような石ってない？

石？

ご主人が家にいるようになって、ずーっと二人きりで、二人でなんか、もう話すことなんて無いじゃない？二人とも外に出ない人でね、だからストレスたまって寝れないんだって。それに効く石ってない？

僕は石については全くの素人なのに、水晶や水入りメノウを治療院に置き、手にはレッドタイガーアイやオニキスなどをはめているから、石に詳しいとでも勘違いされたのだろう。

なるべく二人とも外に出て、外の人たちからの刺激を受け、趣味を持ち、そういう話をし合うようにすればいいんだけどねと話して置いてから、部屋を浄化する為の対策をお話した。

石ではないけれど、塩を神棚のような高いところに置いておくといいよ。

炭も良いみたいだよ。

トラノオって言う観葉植物もマイナスイオンを出すって聞いたことあるよ。

石なら、トルマリンが良いらしいよ。

色々、知っている耳かじりの知識？をお話した。



で、今日、朝の気功に出かけようと外に出たら、九の市で、花屋さんが出ていて、何とトラノオが売られていた。

一鉢、四百円。

二鉢買って、治療院に置いてきた。

今度、その方がこられた時にプレゼントしよう。

プチ断食...2010年06月20日

---

昨日の午後一時以降、固形物は口に入れていません。

今日のお昼も、陶芸の仲間たちに、

どうしたの？

検査？

修行？

なんて聞かれましたが、

おなかの掃除。

趣味みたいなもの。

と答えておきました。

もうすぐ**27**時間経過です。

**28**時間から**29**時間で終了になると思います。

昨夜は、100%のリンゴジュースなどを飲んでいました。

今日は、和気製の梅ジュースにしました。

みんながテーブルを囲んでお昼を食べていて、その輪の中にいたけれど、ひもじいとか食べたい

とかは何も思いませんでしたよ。(-。-)y° ° °

食べたくないの？

という質問に

僕、食に対して、さほどの欲求はないから

って言ったんだけど、実際に、余り食に対しての強い欲望はないみたいです。

さ、今夜は何を食べようかな？

昨日、隣の県の三重県（有名なものは、伊勢神宮、、真珠、松阪牛、伊賀忍者...）から友人が遊びに来てくれました。

友人と言っても初めてお会いした人です。

中学生の頃に失明された全盲の方で、盲学校で鍼灸按摩を教えていらっしゃるとか。

僕の治療を受けるのと、気功の学校に参加されるために来られたのです。

初めに彼からメールがあり、盲学校の先生であることは知っていたのですが、メールでやりとりしていて、僕のように誤字脱字がなく、漢字変換も完璧なので、僕よりは見えている方だろうなーとっていました。

雨ならタクシーで行きますとメールがあったので、近くのわかりやすいところを指定し、そこまで迎えに行きました。

タクシーが止まり、降りてきた彼は、白杖をつけていました。

尋ねると全盲だとのこと。

気功を勉強したくて色々探していたら、専門の人が朗読してCDになった僕の本「気功の達人になろう」を図書館で見つけ、それを聴き、「こんなエライ先生にメールしても返事は帰ってこないだろうなー。」と思いながらも、思い切ってメールをしましたとのこと。

僕はエライ先生ではないので、気さくにメールして下さいね。

治療を終え、近くの喫茶店に行き、お薦めのスパゲティを食べました。

熱い鉄板に乗ってくるし、山盛りなので心配していたんだけど、フォークの先で感覚を確かめながら、僕より上手に、何一つこぼさず、何一つ残さずきれいに食べてしまいました。

感心して、そのことを話すと、彼は、自分にとっては、それが日常の暮らしとして当たり前なので、普通のことですみたいなことをおっしゃいました。

させが、全盲歴三十年のベテラン！

一緒に地下鉄に乗って、気功の学校の会場に行きました。

彼は僕の肩に手を置いて、階段の上がり下がりも一切つまづくこともなく、僕と普通に会話をしながら歩きました。

僕より二十才も年下なんだけど、良いポンヤオになりました。

今度は僕が遊びに行くことにしましょう。

## 先生の舞が見たいー！...2010年06月28日

---

10月24日に開かれる「心をつなぐ気功のつどい」の中で、僕は気功の舞いを踊ることになっています。

どんな舞いだって？

だからー、気功の舞いだってー！

音楽に乗って自由に踊る舞いなの！

太極拳でもないし、武術などの型を見せる訳でもないし、盆踊りのように決まった踊りを舞う訳でもないし、歌謡舞踊でもないし、何処かの国の蛇使いのヘビのように、音楽に乗って体を自由に動かして踊る舞いなのですよ。

と言っても、それは表面的な説明。

実は、体内の気を動かしたり、外部の気との交流を楽しみながら舞うんですよ。

だから、気の舞い。

でね、その音楽を何にしようかと思ってね、十二楽房のCDを手に入れてね、何か良い曲はないかなーって聴いていたらね、というか、曲に乗って踊っていたらね、何と、テレサテンの「つぐない」がかかってね、それに合わせて踊っていたら、何か歌謡舞踊みたいになってね、自分で笑っちゃいましたよ。

でね、気功の教室でその話をしながら少し体を動かしたらね、教室が終わった後に、ある方が「どんな曲でも踊れるんですか？クラシックでも？」

と尋ねてきました。

そんなことは当たり前だのクラッカー！（古ーい！若い人には全くわからないー！）

「先生の踊り、見たいー！」

ですって。

見たいー！っておっしゃる方は、是非、気功のつどいにお越し下さいませ。

って、コマーシャルでした。チャンチャン！

## 同窓会...2010年07月02日

---

僕の卒業した日本福祉大学は、僕が卒業した1970年の頃は、福祉の単科大学で、その専門性もあって全国から集まって来ていました。

卒業ゼミは、非行少年の教育をテーマにしたもので、12人の仲間がいました。

今度、40年ぶりにゼミの担当教授であった山口幸男先生ご夫妻をお迎えして同窓会をすることになったのですが、世話役のジョーから電話がありました。

すると、何と、全員参加されるとのこと。

場所は名古屋なのに、北海道旭川から、長崎や宮崎から、島根から、近くの三重から、そして名古屋から3人と、遠くからも参加して下さいとか。(´-^\*)ok

僕のゼミでは、60才を越えたばかりなのに、僕のかみさんも含めて、既に3人も他界しています。

長い間、会を持たなかったことが悔やまれますが、とにかくみんなの笑顔に会いたいものです

。



昨日ね、伊勢神宮外宮の土宮さんのところで気を感じて立っていたらね、裏の森全体が「ウィーン、ウィーン」と鳴り出してね、はじめ、何だかわからなかったね、近くにいた人たちも「何かスピーカーで流してる？」っていう感じでね、しばらくして、それがセミの大合唱だということがわかりました。森全体のセミが、同じリズムで一斉に鳴き出したんだよね。

セミって梅雨が明けないと鳴き出さないって聞いたことがあるんだけど、伊勢は梅雨が明けたのかな？

それとも、セミも生態リズムが狂わされるほど、地球は狂いだしたのかな？

でも、わたしたちウソつかない！ってセミが叫んでいるかもね。



昨日、伊勢神宮に行った時、おかげ横町の「宮忠」さんで、水晶チップを買ってきました。石によっては、太陽に当てては良くない石もあるのでね、この水晶チップを太陽に当てて、部屋の中で、その水晶チップの上にプレスレットを載せて浄化するんですよ。浄化にはお塩も良いんだけどね、この時季はベトベトになっちゃうからね。この一袋で100g。これをお皿に入れて、10日に一度くらい、朝の太陽で日光浴です。



名古屋港水族館に行ってきました。

大きなプールに何頭ものイルカが泳ぎ、定期的にイルカのショーが行なわれていました。（それは壮観ですよ。）

名古屋港水族館はウミガメの保護に力を入れているようで、生まれたてのカメさんも沢山いました。（写真は親ガメ。）

この水族館には不思議なことに、イワシも展示されています。

集団をなして泳ぐイワシの群は、さながら動く芸術作品です。

クマノミやタコクラゲ（5 cmくらい）などの小さな海の生き物たちが可愛かったですよ。

また、名古屋と言えば、シャチ（グランパス）なので、6月に和歌山県からもらってきたシャチが、やぎてお目見えするそうです。

ペンギンのプールもあったのですが、泳ぐのが余りにも速すぎて写メでは撮れませんでした。

更に、出産間近のスナメリ（白クジラ）もいて、見どころイッパイの名古屋港水族館でした。

プリンターを買いました...2010年07月19日(月)

---

馴染みのマツヤデンキで買いました。

約二万円。

安いのか高いのか僕にはわかりませんが...

これで気功の学校の会員証や教室の案内、気功のテキストなどが作れます。

## 大極殿と「せんとくん」 ...2010年07月20日(火)

---

京都から都路快速に乗って45分で奈良へ。

奈良駅からは無料のシャトルバスがでていて約15分で朱雀門へ。

朱雀門は、以前、西大寺から奈良に向かう電車の中～みたことはあるけれど、門をくぐるのは初めて。



ところが、今度復元されたという大極殿（写真1）は、そこから北へ800mも離れている。朱雀門と大極殿の間を東西に、僕が朱雀門をみた電車が走っている。

写真2は大極殿から見た朱雀門。（その遠さがわかるというもの。）

体験広場や交流スペースは、大極殿とはそれぞれに離れていて、かなり歩かないと行けない。



交流広場の舞台の横のお店に入ったら、何と、「せんとくん」が...

お菓子や文具、ハンカチ、Tシャツ、ストラップ...と、せんとくんのお土産が溢れていました。

僕は高校を卒業するまで南紀白浜で暮らしていました。

真冬でも雪が降ることは滅多にありませんでした。

夏には大阪方面から沢山の人が海水浴を楽しみに来ていました。

真っ白な砂浜の遠浅の海岸で、それが地名の由来なのでしょう。

夏の海岸に行くと日差しの強さと焼けた砂浜で、その暑さは「夏」という季節を強い勢いで体に染み込ませてくれました。

しかし、今、今日もそうなのですが、朝八時に家を出ただけでかつての体感がよみがえってくるのです。

人類の営みは地球のほんの瞬きほどの時間に、地球を此処まで変えてしまったのでしょうか。

エコ、エコと言いながら、その消費エネルギーは増え続けているのでしょうか。



炎天下の中、カレーを食べに行きました。

本日のカレーはジャガイモとエノキとポークのカレー。

辛さはいつもよりワンランクアップ。

そして、勿論、ナン。

出てきたナンを見て驚いた。

でかい。

こんなに大きかったっけ？

ナンは少し甘めでしたが美味しかったですよ。

満足、満足。

食後はやはりホットチャイでしょう。



中村公園の参道に小さな呉服屋さんがあり、京都の嵯峨野で見つけたネコのがま口に似たネコのクッションがあり、僕の顔を見て

「連れて帰ってーにゃー！」

って泣いていたので、買って帰りました。

幸せを運ぶ黄色いネコちゃんが、また一匹、和気の仲間になりました。

## 暑気払い...2010年07月30日(金)

---

毎年七月から八月の何処かの日程で 暑気払いの食事会が開かれます。

今年は都合よく第五週があったので今日の夜になりました。

近くの豆の樹というお店。

まず前菜セット（ゴマ豆腐、酢もの、玉子焼き、エビの甘煮などなど）

そして、エンドウのスープ。

タコとヒラメのカルパッチョ。

グラタンに松茸おにぎりく、チョコのアイスとおなかいっぱいになりました。

因みに僕は烏龍茶です。

## 比叡山を歩く...2010年08月03日(火)

---

比叡山山頂駅から山道を下っていくこと20分くらいで、奥比叡ドライブウェイに架かる小さな橋に出る。

そこが浄土院への参道になる。



階段を下っていくと、突然、浄土院が姿を現す。

ここは、千日回峰行と並ぶ、十二年籠山行の地。

ここから一歩も外に出ることなく、十二年もの間、この中に籠もって修行をする。

伝教大師最澄の御廟があるのだが、最澄が生きているようにお世話をする修行の地だ。



浄土院の裏手にある御廟所と奥の阿弥陀堂に囲まれたこの空間こそ、比叡山一の聖地、スピリチュアルスポットなのだ。

僕の癒しのスポットとして、比叡山と言えば、まぜこの場に来るようにすている。

というか、導かれてしまうのだ。

比叡山の西塔の入り口にある椿堂と担い堂。



椿堂は、浄土院と西塔を結ぶ広い歩道から下に降りたところにあり、静寂感が漂っている。



担い堂は、朱色の常行堂（左）と法華堂（右）が渡り廊下でつながれ、その前にすくと立つ老杉と緑の苔とのコントラストが素晴らしく、比叡山一の写真のスポットかも知れない。





比叡山西塔の中堂である釈迦堂に向かって左手の奥にある道を登り、裏手の山の中に入ると、ぽっかりとした空間が開け、そこにみろくの石仏が鎮座している。この空間は、殆ど人が訪れない、隠れた癒しのスポット、パワースポットだ。この石仏の足元に茶色いお地蔵さんが2体。和気のお地蔵さんだ。



比叡山に行き来する支点の駅は、JRと京阪電車の乗り換えが出来る東福寺駅。  
比叡山からの帰りに、一旦外に出て東福寺に向かった。  
今回はフンダ院ではなく、方丈へ。  
そして、方丈庭園の裏手にある見晴らし台へ。  
裸足になって廊下を歩いてきて、ここで腰を下ろし、ぼんやり坐わり、首をほぐしたり、静功を  
したり。  
風が通り抜けるので心地よさは抜群だ。  
ここに30分くらい坐っただろうか。  
ここは、東福寺の中のフンダ院に次ぐ、もう一つの癒しの空間、ヒーリングスポットなのだ。



東福寺の前の道に突然現れる癒しの空間。

この橋を子供たちが当たり前のように通学に歩いている。

外から来た僕たちがキャーキャー言いながら（僕じゃないよ）写真を撮っている姿は、どんな風に写っているのだろうか。



かみさんを迎えるに...2010年08月12日(木)

---

今から京都に行ってきます。

僕の家にはお墓がありません。

仏壇はあるけれど、どこの檀家にも入っていないし宗派にも属していません。

かみさんの遺骨は京都の妙心寺の涅槃堂に一部を納骨しています。



共同墓地のようなまやです。

あとは、気功の仲間たちと出かけた京都や奈良などの思い出の場所に散骨しました。

だから、お盆と言ってもお寺さんが来る訳でもないし、特に何かをする訳でもありません。

でも、14日に娘たちが来ることだし、妙心寺に行ってお参りして、かみさんの霊を家に連れ帰ってくることにしましょう。

でも、天の風にのっての歌にあるように、お墓や仏壇の中にかみさんがいる訳ではないんだよね。

娘や息子、そして僕のいるところには、何処にでも行るんだよね。

だから、僕の家のお盆は自由なんですよ。

ドラえもんだよ...2010年08月12日

---

妙心寺涅槃堂でのお参りが終わった後、かみさんを連れて帰ろうと思ってね、隣の花園会館に行  
ってね、何か具体的な物はないかと探してね、気に入った念珠（ブレスレット）もなく、仕方が  
ないので可愛い小さな招き猫を買ったんだけどね、これじゃなーと思って妙心寺の南門前を花園  
の駅に向かって歩いていたら、あるウインドウの向こうから僕を呼ぶ声があったんです。

そこは石屋さん。

と言ってもパワーストーンの店じゃなく、墓石などの石屋さん。

お地蔵さんの石なども並べてある中に、何と、ドラえもんの石の像。

お店の方に頼み、持たせてもらうと、大きくもなく、持って帰れそう。

かみさんはイヤがるかも知れないけれど、メルアドがdokodemodoorだったくらいで、結構お気に  
入りだと思うので、それを庭に置いて、家でのかみさんのお墓にすることにしました。

ごめんね、恵子ちゃん。

ドラえもんにしちゃって。

今夜から我が家の守り神だからね。

## 小籠包（娘たちとの食事会）...2010年08月14日(土)

---

娘家族四人は夕方にやってきました。

それぞれにかみさんの仏壇に手を空わせ、地元の中京大中京が早稲田実業にボロ負けしていた高校野球を最後まで見ました。

その間に、パパが巢で位牌にかみさんの名前を書いてくれました。

そして食事へ。

今までは近くの回転寿司か焼き肉だったのに、今日は何と小籠包だって。

何でもジャンケンで娘が勝って、そうなったみたいです。

で、名古屋駅の松阪屋の上まで食べに行きました。

小籠包を一人八個ずつを食べ、他にチャーハンやバリそば、担々麺、焼売、杏仁豆腐など、思い思いのものをいただきました。

計1万650円なり。

勿論、僕、親父の支払いです。

年に数回の食事会でした。

家族が書いたものが一番ですよ...2010年08月15日

---

昨日、娘の婿さんが、かみさんの位牌の字を書িয়েくれました。

今までは、葬儀の時にいただいた大きなものを置いていました。

だから、仏壇の中には入っていませんでした。

父と母の分は、田舎のお寺さんが戒名を付けてくれたので、そのお坊さんの書いた位牌があるのですが、かみさんの分はなかったのです。

かみさんは戒名がありません。

俗名のままなのです。

いつか、妙心寺のお坊さんに話したら、位牌の戒名の字は、家族の方が書いてあげるのが一番いいですよって話してくれたので、そうすることにしていたのですが、字を書ける人がいなくてね。で、習字の上手い婿さんに頼んでいたという訳です。

かみさんの名前の書かれた木の札を位牌納めの中に入れました。

これで、やっと仏壇の中に入れることができました。

戒名っていうのは、戒めを受けた、即ち、仏教徒になったという証の名前。

クリスチャンネームと同じで、死んだからもらうというものではないのです。

でもね、かみさんは、生きているうちから仏道を歩んでいたというか、観音様みたいな生き方をしていたというか、だから、わざわざ戒名をもらわなくても仏の世界に行けた人だから、もっと言えば、仏の世界から来られた方だから、そのままの名前でいいんだよね。

戒名がない、檀家に入っていない、そんな仏道の間人がいてもいいし、形式にとらわれなくてもいいし、ラクですよ。

琴平へ...2010年08月16日(月)

---

13日から15日までは混雑もピークだろうと、出かけるのを控え、今日からお出かけです。

朝、5時前に起き、準備をして、6時20分発の新幹線に乗りました。

指定は取っていないので、止まっていたのに乗り込みました。

自由席は割と空いていました。

まずは岡山まで向かいます。

四国に渡り、最初に降りたのは金蔵寺駅。

駅に降りて唖然。

何もない無人駅。

そこから歩いて約10分で、最初の目的地の長田屋へ。

釜あげうどんが美味しいとか。

注文して席に着くと、まず、濁酒（どぶろく）でも入れそうな大きな徳利が運ばれてくる。



熱いタレが入っているらしい。

しばらく待たされる。

〇番さーん！と、渡されていた番号が呼ばれる。

はい！

返事をする、丼に入ったゆであがったばかりのうどんが運ばれてきた。

器にタレと薬味をいれて、ざるそばのようにつけてズルズルと食べる。

うーん、なかなか美味しい。

これが本場の讃岐うどんカー！って感じでした。



長田屋を出て、次は善通寺にある山下屋へ。  
ここは、ぶっかけうどんが美味しいとか。  
セルフの店で、おぼんを持って順番に並び、注文する。  
出来たうどんをもらって会計をして席に着く。  
ここは、ちょっと太めで固めの讃岐うどんってイメージにぴったりのうどん。  
今回は有名な二つのお店しか行けなかったが、どちらの店も、お客さん相手に色々な種類のうどんを用意して食べさせる落ち着いた雰囲気のお店ではなく、駅の立ち食いうどんや安いチェーン店のような感じだった。  
とにかく、讃岐うどんを食べさせるだけって感じだった。

## 金比羅さん参り...2010年08月17日(火)

---

生まれて初めて金比羅さんに行きました。

門前町の商店街からいつの間にか参道に入り、両側にある沢山の土産物屋さんに立ち寄りしながら歩いて行ったので、700段を越える石段の中ほどにあれ楼門まではラクに上がった。



そこからはやっと参道らしくなる。

京都の鞍馬寺にのぼるような石段が続く。



また途中にトイレのある休憩広場があり、そこを過ぎて最後に急な石段を登りきると琴平宮（金比羅さん）。

しあわせの黄色いお守りをいただいて山を降りました。

真夏の暑い日だということに、特にパワースポットという訳でもないのに、若い人たちや家族連れで、かなり賑わっていました。

やはり、お伊勢参りのお払い町、おかげ横町に似た感じでした。

失敗、失敗！...2010年08月25日(

---

今日、中日文化センターの気功教室の始まる前に、太極気功18式の2というのをしていた時にね、仙鶴拝月という動きがね、突然、頭から消えてしまってね、しばらく頭の中が真っ白になってしまいました。

後ろで一緒にしていた生徒さんの一人が、

「こうじゃないですか？」

と、身振りで教えてくれて、やっと思い出しました。

いつもは、なんとなく流れで動いているので、途中の動きが消えてしまうと、パニックってしまいます。

また、授業に入って、羅漢拳というのをしていた時にも、手足の方向がわからなくなってしまったんですよ。

羅漢拳は18の形を順にしていだけなので難しくはないのですが、僕だけかも知れないんだけど、その動きを鏡に映ったように逆さまの動きでもしていてね、それを僕は表と裏と呼んでいるんだけど、その裏を練習していた時に、表の動きと混乱してしまってね、僕の友人風に言えば

、

ホリヨ？

アハハ

でしたよ。

集中力がなくなってきたのは、暑さのためか年齢のためか…。

ホリヨ！



昼食後、喫茶店に入り、小さな色紙と色ペンを取り出してお地蔵さんの絵を描きました。筆ペンの濃い方でお地蔵さんの輪郭と顔を描き、薄い方でアゴや衣の陰を作り、色ペンで頬と唇、衣、足元と色を付け、一つ一つ言葉を書いて出来上がりです。

今日は10枚描きました。

昨日は、なんと、ミスドでも10枚描きました。

ミスドでは隣にパソコンを開いて何かの作業をしていたお兄ちゃんが居たので、二人で長居をしました。

だって、夕方にならないと、外を歩いて帰る気がしないんだもの。

ノート広げて勉強している高校生もいるしね。

コーヒーとカフェオレはオカワリ自由だし。

但し、ホットだけね。

でも、二杯が限度。

三杯目は、隣のお兄ちゃんも断ってたしね。

僕の書斎は、涼しい喫茶店でした。

## 神様の思し召し...2010年08月31日(火)

---

昨夜、一眼レフのカメラを用意した。

電池もカードもオッケー。

雨対策もした。

目覚ましを、朝、6時にセットして、早めに寝た。

だけど、眠れない。

暑い。

扇風機を1時間セットした。

すぐに目が覚める。

寝苦しい。

冷凍庫からアイスのんを持ち出して枕にする。

こんなじゃー、明日、いけなくなるかも知れない。

伊吹山のお花畑の花＃の写真を撮りに行く予定にしているのだ。

炎天下で二、三時間は歩き回るので、寝不足は最悪だ。

「起きて下さい！ 起きて下さい！」

携帯の目覚ましコールに目を覚ます。

何だかどんよりした頭の中。

エアーチャージで、30%の酸素を20分吸入する。

少し頭がスッキリしてきた。

シャワーを浴びに行く。

シャンプーで頭をゴシゴシして、更に体を起こす。

寝不足なのは実感でわかるが、登山バスは1時間かかるはず。

よし、往復のバスの中で寝よう。

、出かける用意だ。

ん？

いつも持っているショルダーがない！

玄関か？

台所か？

ない！

で、昨日、家に帰ってきた時の状態を思い起こす。

じゃーん！

忘れてきたー！

夕食を食べたCoCo壱番屋のカウンターの下、足元に置き忘れてきたのだ。

昨日の夕方、東急ハンズに紙製品を買いに行き、かなりの種類のものを買って、自分用と公用に荷物を分けてもらい、気功教室に盛っていく荷物もあって、確かに荷物は沢山あったけど、ショルダーを忘れるなんて！

地下鉄、名鉄の乗車券をはじめ沢山のポイントカード、紙幣入れの財布、保険証、印鑑、身体障害者手帳、キャッシュカードと、僕の財産が入っている鞆だ。

それがないと動きが取れない。

伊吹山は諦めるしかない。

体調が万全じゃないのだから、行かない方がいいよという神様の思し召しか。

CoCo壺番屋が開くのは昼頃だろうから、それまで、「気功のつどい」のお誘いなどのチラシを造ることにする。

そのために紙を買いに行ったのだから。

10時になる。

CoCo壺番屋に電話をする。

「はい、ありますよ。ドーナツのストラップの付いたものですよね。」

先日、ポイントがたまったのでミスドの景品としてストラップをもらったばかりなのだ。

これはなかなか良い目印だ。

という訳で、CoCo壺番屋に忘れ物を取りに行き、ミスドでこの記事を書いているのです。

やはり寝不足なので、帰って寝ますね。

## 勉強になるツイッター...2010年09月09日

---

ツイッターを始めて一週間少し。

学者、文化人、ジャーナリスト、政治家の方々のツイート（投稿）を主に読ませて頂いているが、こんなに勉強になるとは思ってもいなかった。

日常生活の中では触れ合うことの出来ない先生方の思い、仕事ぶりなどに直に触れ、意見を述べることも出来る

ツイッターは、HPやブログとは違う臨場感があって、いま日本を動かす力になりつつあるのを実感している。

僕も鍼灸や気功の分野、健康の分野、たまには政治の分野で発信していこう！

## 伊吹山へ...2010年09月12日(日)

---

伊吹山は滋賀県と岐阜県に跨る山で、**1000**メートルは超える高さで、大垣という駅から山頂までの直通バスが出ています。

夏休みの間は、始発の大垣で満席になり、臨時バスも出るほどなのに、今日は、4人のみ。

1時間20分のバスの旅です。

伊吹山山頂へは駐車場から西廻りで歩きます。

道の両側に咲き誇る伊吹山の花々を見ながら1時間ほどで山頂です。

伊吹山の花の中でも。夏の終わりの僕にとっての主役はトリカブトです。



8月に来た時には、トリカブトは帰りの東ルートでしか見たことがなかったのに、西ルートにも沢山咲いていました。

手の届くところにあるんですよ。

他に、コイブキアザミという花も好きかな？

山頂ではたくさんの人たちがお弁当を広げていました。

山頂から東回りで降り、伊吹山の駐車場の売店でTシャツを買いました。

汗びっしょりだったので着替えたのですが、これはなかなか良いお土産になるかも知れません。

以前、高野山でも買って、気に入って着ています。



Tシャツには  
曇りなき心の月を先だてて  
浮世の闇を照らしてぞ行く  
という伊達政宗の歌が書かれていました。