



特集

心の肥やし・ 人生の肥やし

—私の体験—

心を耕し、人生を豊かにするものって、いったい何だろう？

人生をふり返り世の中を見回しても、意外とそれは見えない気付かないものかもしれない。

今になって分かる人生の肥やし。

あなたの人生体験から、ぜひご投稿ください。

山波財団の機関誌で原稿を募集したところ、12名の方から投稿をいただきました。有難うございました。ここに掲載させていただきます。

自然と本

石川県 亀田悦子

人生を豊かにするものは私にとっては何だろうと考え二つを選びました。

一つは自然です。青い空、ゆったり流れる雲、色とりどりに紅葉する樹々、風に吹かれてひらひら舞い散る落葉、これら自然の情景、息づかいが心を明るく豊かにしてくれます。

もうひとつは新聞や本などです。毎朝届く朝日新聞記事の中から私には体験出来ない人生を読み、心に鋤きこまれていきます。本当に心に残る記事は年に一回あるかなしかです。その中の一つ、二年前の「語る―人生の贈りもの」という人間国宝の染色家志村ふくみさんの9回連続のお話です。

30代のかげ出しの頃から自分の作品を買って下さる年下の芸者さんがいらして、生活を切り詰めて購入資金を

用意し、その年の最高の作品を40年間も買い続け、「自宅が火事になったら」と倉庫できちんと保管して、十数年前に美術館に全部納めて下さり、本人はもう何も持っていないという記事を読み、若くして本物を見抜く力、そのころさしに感動してしまいました。

本は図書館で借りますが、必ず目を通すのは「暮しの手帖」「皇室」、料理の本、時には週刊紙などです。写真だけをながめたり、試作してみたりして心の引き出しにしまい、必要な時に取り出したりしていますが、その中心にあるのは「サムライ・平和」の創始者である山波言太郎氏（本名・桑原啓善）の著作です。戦争のない平和な世界を実現する為にはどのように生きればいいのか、その方法論が学問として体系化して書かれていて、いつも側に置いています。

これらが渾然と一体になり積りつもって人生に色どりを添え、心を豊かにしてくれているように思います。

辛い出来事

千葉県 林博士

2020年春、還暦を迎えるのを前に、自身の来し方だけでなく、亡き父や母の一生を振り返ることが多くなりました。そうして、それぞれの一生における「辛く、苦しい出来事」こそが、その後の人生での「思いやりと愛溢れる人格」を形成する「肥やし」となっていたことに気付きました。中でも、私にとっては2011年12月30日の母の心筋梗塞発症から、6年後に生誕葬にて見送る迄の在宅介護、看取りの体験は、掛け替えの無い、肉体を去りあちらの世界へと持ち帰れる「宝物」と云っても過言ではありません。とはいえ、今だからそう思えるのであって、当時の私には苛酷な状況の直中にあり、心の余裕は全くありませんでした。心筋梗塞発症後、ステント術が成功し、一命は取り留めたものの、肺炎を併発医師より「ここ数日が山場。」と宣告された重篤な状態を

脱した後、ICUから一般病棟へ、そして退院迄の日々、その後の、先の見えない、真つ暗なトンネルの中を手探りで歩いている様な、6年間にわたる在宅介護から看取り迄の日々の中では、あまりにも辛い状況に、冷たく暗い部屋の中で一人、膝を抱え「神様、助けて！ 胸の神様、助けて下さい！」と涙したことが幾度あったことでしょうか。そんな時、^{すが}縋る様にして手にした、ホワイト・イーグル「自己を癒す道」の中の「見よ、我れは汝と共にあり。」の言葉に我に返り、「暗い出来事の背後には、苦難の背後には、その一つ一つに祝福が隠されています。そのように神を信じ切るところまで、神を信じねばなりません。」の言葉に立ち上る力を与えられました。

今、世の中では、昔前迄の、還暦↓定年↓濡れ落ち葉の様な負のイメージから、^{リサイタル}o・o・c・e || 「これ迄の経験を活かし、新しく生まれ変わる。」と前向きな捉え方をされる方が増えて来ていると聞いています。

私も、今、「愛の星」に生まれ変わろうとしている地球さんと共に、アオミサスロキシン||地球美人花を美しく花開かせられる様にこれ迄の体験全てを「肥やし」、「糧

として神ながらの道を一步一步、前へ前へと歩み続けて
行こうと思えます。

故郷の廃家

石川県 小林亜紀子

『故郷の廃家』という唱歌があります（作詞作曲…ウイ
リアム・ヘイス、訳詞…犬童球渓）。リラ自然音楽研究所
の歌うセラピー講座で初めて知りました。歌詞が「幾年
ふるさと、来てみれば、咲く花鳴く鳥、そよぐ風」と始
まり、優しいメロディーや全体の雰囲気、私の故郷の
廃家を彷彿とさせます。歌詞は「さびしき故郷や、さび
しき我家や」で終わりますが、どこか暖かな感じがする
のです。

私が幼少の頃暮らしたその家は田舎にあり、なかなか

訪れることが出来ませんが、私を育ててくれた祖母と両
親がみんな他界した今、懐かしく暖かく明るい思い出の
場所です。小学生の間そこに住んでいましたが、子供の
足で車通りの少ないのどかな県道沿いを、30分程かけて
徒歩で小学校へ通いました。途中友達の家が何軒もあり、
人が少ないせいもありますが、子供も地域の人も顔見知
りである環境でした。

昨年（2018年）母が亡くなり、先祖代々のお墓が
その家の近くにあるので納骨に行きました。よく晴れた
秋の日でまだ緑も多く、なんとも言えず清々しく美しい
景色でした。家の前で「あきちゃん！」と呼ぶ声が聴こ
えたのですが、空耳なのか、遠くから子供時代の私を知
る年配の方が声をかけてくれたのか、判りませんでした。
一緒に居た主人は何も言いませんでした。

その家はいつ頃建てられたのか、知っている人も少な

くなり、めったに会うこともなく確認できません。昨年、母の葬儀の遺影を選ばなければならなかったのも、おそらく10年以上は見えていなかった昔のアルバムを開きました。その家で50年程前に両親の結婚式が挙げられた様子が判る写真があります。その後小学生だった私を、その家の庭で母が撮った写真なども。故人となった人たちの昔の写真は若く笑顔が多く、とても幸せそうです。苦労の多い人生だったはずですが、この人たちが生まれ、人生を生きていたこと、今生での仕事を終えて旅立って行ったことが輝いて見えました。

私が小学生で祖母が元氣だった頃、木の苗を家の周りに沢山植えていました。祖母が他界し、私が大人になると木はみんな大きくなり、家を囲んで守っているようでした。2007年、震度6強の能登半島地震が来ましたが、この沢山の木が家を守ってくれたのではないかと思っています。

父は2003年に59歳で亡くなりましたが、晩年、時々その家を訪れていたようです。早くに父親（私の祖父）を亡くし、10代で都会に出稼ぎに出てから、たまに帰郷

することがあっても戻って住むことのなかった、生まれ育った家です。他界する直前（一週間程度？）も、そこで一人で過ごしていたようです。

「明日、金沢に帰る」と自宅の母に電話した翌日、体調が急変し（肝臓が悪かったのですが、周りは亡くなるほど悪いとは思っていませんでした）自分で救急車を呼び、金沢から駆けつけた母に看取られ能登の病院で亡くなりました。

祖母に厳しく育てられた少年時代だったようにも聞きましたが、やはり最後に懐かしい故郷で過ごしたかったのでしょうか。

父が他界した後は母が時々訪れていましたが、車の運転が出来ない母には頻繁に訪れて管理することも難しく、水道や電気も止めてしまいました。

時代が進み、グーグルマップでその家を見ると、ちゃんとストリートビューで写真が出て来るのです。誰も住んで居ないその家が、沢山の緑の木々や庭に自然に咲いた花と共に写っていることに、昨年度母が亡くなったから気付いて感慨深く思っています。

この家と家族・暖かい地域の環境が、幼い頃の私を守り育て、間違いなく私の人生の基本・心の肥やしになっているのですが、感謝の気持ちを誰に話すこともなく来たので、今回この文章を書いてみました。

私にはコレしかない！

石川県 村田香織

私の人生の肥やしと言えばやはり「ネオスピリチュアリズム」(以下ネオスピ)です。小さい頃から地球環境問題に興味があった私はこの考え方に会った時、心になり入ってきて違和感が全くありませんでした。

でも会員になった最初のころは不真面目で、他にも好きな物ややりたいことが沢山あったのでその中の一つという感じでした。



それがやっと真剣になって来たのはここ7、8年の事です。今ではあんなに興味があった色々な事も興味が薄れていきどんどんシンプルになってきています。私は県外なので山波財団で学ぶチャンスは月に1回です。なので月に何度も行かれている方々と比べたら進歩は遅いと思っています。だから行けないその一カ月間の日常が何より大切だと思っています。

財団に行く事は一カ月の自分の日常生活が間違っていないなかったかの確認、テストだとも思っています。ここ最近では講座に出る前と後に予習、復習をしています。そして同じ講座に何度も出られないのでノートを作って活用しています。書くことで頭に刻まれるし、書かないとど