

## 「身も心も錆が落ちてゆく」

令和2年7月28日  
水中ウォーキング教室 大西 紀夫

妻が急死して5か月間は、ただ!! ただ!! 仏前に座って読経していた。毎日経本を約1時間ぐらい唱えていた。涙と共に昔の懐かしい事が思い出され、経本を読むことで妻とも話している錯覚におちいていた。天国の妻も、こういう毎日ではいけないと思ったのか、娘を通じて運動するように促してきた。その運動先はスポーツクラブNAPであった。身も心も錆び付いていた私が、水中ウォーキングをすることによって、意外やその錆がプールの水で次第に落ちてゆく感じがしてきたのである。言ってみれば「こころがほぐれてきた」のである。

ある日、妻が昔、好きだった「さだまさし」のCDを聴いていたら「精霊流し」が私の耳に飛び込んできた。その歌詞の中に（せんこう花火が見えますか、空の上から）……。そうだ! 毎年盆には子供と孫を招いて自宅の庭で「せんこう花火」をしていたっけ。あの花火は小さいが火を付けると、ポッと燃えて、やがて赤い火の玉となり四方八方に火花を飛ばし続け、しばらくすると火の玉は小さくなり、ポッと落ちてゆく。まるで人生そのものではないか。経本の「日中禮讃」（にっちゅうらいさん）の一節にも（よくいくばくときがあざやかなることをえん、ひとのいのちもまたかくのごとし）とある。令和2年の8月は妻の初盆である。58年間の結婚生活の中は悲喜こもごもであったが、小さな盆提灯を飾り、妻を迎えようと思っている。迎えるためにも心身とも健康が大切。水中ウォーキングに始まり、散歩・軽体操を毎日励んできている。これも又、天国の妻の仕掛けかな。空の上から見続けて欲しいものである。

盆が近づいてきたので摩訶不思議な事柄を一寸ひとこと。さあ寝るぞと布団に入り瞼を閉じる。暫くすると半睡眠のなか鮮やかな色とりどりの花が瞼の裏に出現する。まさに世にも奇妙な花園が出現するのである。ここ最近、たまに、こういう事が起きている。…ふと思う…。人が死ぬと三途の川を渡り冥土に着くと言われているが、その冥土には、こんな花園があるのだろうか。私は夢中でその花園を見ているのだろうか……。いや、そんなことはあり得ないと思いつつも、余りにも綺麗で、この世の物とは思えないので、そう信じようとしているのかも知れない。唯、私は妻が急死した仏前で「南無阿弥陀佛」を7万回以上も唱えている。ひょっとすると妻が夢の中で見せているのかも!!

この様な自由発想的な手記が書けるのも、水中ウォーキングをすることによって身と心の錆が取れてきている証拠かも知れぬ。ますます、スポーツクラブNAPには感謝をし、水中ウォーキングを基礎運動として励み、継続していきたいと思うことしきり。