



「ひらほく新聞」で検索!

★ホームページ・ひらほくランド★

http://www.hirahoku.com/

☆バックナンバー含め「ひらほく新聞」を閲覧・ダウンロード可能です!

発行所 読売センター平塚北部(ひらほく) 山本 直 〒254-0013 神奈川県平塚市田村9-4-32 電話 0463-54-2807



◎2014年1月31日、都内での講演会にスタッフ参加した際に書いていって、栗城さんにお渡しした筆メッセージです。

登山家・栗城史多氏、エベレストで遺体で発見。5月21日、それは受け入れ難いあまりにも突然の訃報でした。2009年のサンマーク出版主催のイベントで、栗城さんの感動あふれる講演を初めて拝聴。以来何度も講演会に出掛け、「チーム栗城」仲間もたくさんできました。いただいた勇気・元氣、その教えに心より感謝し、ここに追悼特集としてお届けいたします。

### 否定という 壁への挑戦

彼女にふられ、ひきこもり状態だった大学時代。その彼女の趣味が登山だったこともあり、何か見つけなければと他大学の山岳部へ入部。大学3年の時に単独で念願の北米最高峰マッキンリー6194mに単独で向かおうとした時、周りからの声は応援ではなく、否定の声ばかりでした。その時間は一人で山にいる時よりも最も孤独な時であり、目の前にまさに否定という壁がそびえ立っていました。出発直前の空港で、父から電話で一言「信じてるよ」という言葉をかけてもらい、僕は一步踏み出すことができ、そして今の自分がいます。最近では講演で学校や企業に

応援し合う世界に少しでも近づきたい。その思いから、2009年からは「冒険の共有」という秋季エベレスト生中継・配信に挑戦してきました。

冒険の共有は、ただ登る姿を見せる登山でも、流行りの配信でもありません。挑戦における、失敗と挫折を共有します。なぜなら本当の挑戦は、失敗と挫折の連続だからです。それを共有することで自分と同じように今、否定という壁に向かっている人、見えない山に登る全ての人達の支えになり、自分の山登り(人生)を楽しめる人を増やしていく。それが、僕が目指す頂の世界です。

冒険の世界では、自然における未踏や未開の地で己の限界に挑戦しますが、僕は人間社会も自然の一部と考えています。自分の限界に挑戦しながらも、人間と社会が持つ心の壁を登ります。ヒマラヤのような青い空の世界を目指して。

### すべてに 終わりがあ

終わりがああるからこそ、「今」があることに感謝し、命を燃やして生きようと思える。

高校のとき、僕は母を亡くした。体中にかんが転移していく中、普通だったら「つらい」とか「痛い」とか弱音を吐いてもいいのに、母はまったくそういうことを言わなかった。最期の時、声も出せないはずなのに何かを伝えようとしている様子に酸欠マスクをとってあげると、母は、小さな声で「ありがとう」と口を動かした。そして、眼るように息を引き取った。僕は廊下で夜が明けるまで泣き続けた。

この時から僕は何のため生きるかを考え始めた。人間というのは限りがある。そして終わりが近づくとかわかっていても、心を折らずに、そうやって生きていく人もいる。その姿を見て、自分も一生懸命生きなければと思った。最期に「ありがとう」と言っていて、この世を去れる人間になりたい。最期に感謝できるような人生を送れるか。長く生きられたかどうかではない。大切なのはいま、どう生きるかだ。自分の心は何に反応するのか?何をしていたら、満足の足るのか?素直になろう。どっちに転んでも人は

死ぬし、危険も不安もなくなりはしない。だったら、やるしかない。

死ぬし、危険も不安もなくなりはしない。だったら、やるしかない。

死ぬし、危険も不安もなくなりはしない。だったら、やるしかない。

死ぬし、危険も不安もなくなりはしない。だったら、やるしかない。

死ぬし、危険も不安もなくなりはしない。だったら、やるしかない。

死ぬし、危険も不安もなくなりはしない。だったら、やるしかない。

心温まる書籍紹介ブログ  
『人の心に灯をともし』  
より今月もご紹介します。

### 「ありがとう」は幸 せを運ぶ魔法の言葉

鮫島純子氏の  
心に響く言葉より：

親子や夫婦、兄弟姉妹や  
祖父母、孫などは、愛を身  
につけるための深い縁があ  
るのでしよう。一期一会で  
お別れするような御縁と違  
って、家族の場合は切っ  
も切れない関係だけに「思  
いやり」の心を磨くために  
必要な相手といえます。家  
族の間で、相手の立場を思  
いやり、赦すことで、無償  
の愛のトレーニングをさせ  
てもらえるのです。楽しく  
幸せに暮らすためには必要  
不可欠な「相手の心を受け  
止める勉強」を、家族だけ  
からこそできましよう。

ところが、密着しすぎて  
いるせいか、他人様には「あ  
りがとうございます」と感  
謝の気持ちを素直に伝えら  
れるのに、長年同居してい  
る舅や 姑、夫や子ど  
もたちには、なぜか「あり  
がとう」と口から出ない傾  
向があります。その心の奥  
には「嫁、妻、母として、  
私はこんなに一所懸命尽く  
しているのだから、あなた  
たちから感謝してもらって  
当然」という驕り、あるい  
は、「気恥ずかしい」「言

わなくても伝わっているは  
ず」、「家族に言うなんて面  
倒」といった気持ちがある  
のかもしれない。

そこをちょっと反省し  
て、言葉に出してみましょ  
う。喧嘩をしたり、慰め合  
ったり、言いたいことを言  
い合ひ、時には依存し合ひ、  
甘え合ひながらも、小社会  
の中で磨き合っているのが  
家族。そのために「あり  
がとう」は、潤滑油とな  
ります。

「とてもいい練習台になっ  
てくれて本当にありがとう  
う」と思い直し暮らしてい  
くと、感謝の言葉が自然に  
出て、家の中が温かい雰  
気に含まれてきます。

「ありがとう」は幸せを運  
ぶ魔法の言葉です。  
『なにがあっても、  
ありがとう』あさ出版

鮫島純子氏は93歳。渋沢  
栄一の孫として生まれ、使  
用人に囲まれて過ごし、「町  
の子とお遊びになつてはい  
けません」と屋敷内に促  
されるような環境で育った  
という。そして、敗戦後の  
180度違う環境になり、  
経済的にも苦労したが、結  
婚して39歳のときに、「肉  
体は期間限定、魂は何度も  
違う環境に生まれ変わり、  
学びながら成長していく」  
という、人生の真理ともい  
える考え方に出会った。魂  
は何度も生まれ変わるとい

容子さんは、3年前に末  
期がんで余命2年という診  
断を受けていました。抗がん  
剤治療が始まり、副作用  
がきつくなつてから経口薬  
も試し、半年が経ったころ、  
パソコンにこんな文章を残  
します。

「耐えられない副作用では  
ない。治療することで少し  
でも延命ができるなら、も  
っと生きたい。もっとあな  
たと楽しい日々を過ごした  
い」「生きることにしがみ  
つきたい思いです。だつて、  
やっとあなたとゆとりある  
日々が迎えられ、これから  
という時なんですものね」

その後、経過が良好とな  
り、体調が許す限り旅行に  
出かけました。

英司さんが手帳を開いた  
のは、半年が過ぎ、全てが  
終わった後。そこにはこう  
ありました。

「病気はみんな私が背負  
うから、健康で長生きす  
るのよ」  
12月の半ば。「家に帰っ  
たら、何がしたい?」。英  
司さんの問いかけに、ベッ  
ドに横になった容子さんが  
口を開きました。その言葉  
を、入院生活の覚書用に枕  
元に置いてあったノート  
に、英司さんが書き留めま  
した。それが、こちらのタ  
イトル「七日間」の詩です。  
英司さんは、投書の最後  
に次のようにつつづいてま  
した。

### 妻が願った最期の 『七日間』

今年3月、朝日新聞の投  
書欄「声」に掲載された「妻  
が願った最期の『七日間』」  
という投稿がSNS上で大  
きな話題となり、テレビで  
も取り上げられました。投  
書に込められたご夫婦の物  
語をご紹介します。

投稿したのは宮本英司さ  
ん(71歳)。奥さんの容子  
さんは、今年1月、小腸が  
んで亡くなりました。

#### 「七日間」

神様お願い この病室から抜け出して  
七日間の元気な時間をください

- 一日目には台所に立って 料理をいっぱい作りたい  
あなたが好きな餃子や肉味噌 カレーもシチューも冷凍しておくわ
- 二日目には趣味の手作り 作りかけの手織りのマフラー  
ミシンも踏んでバッグやポーチ 心残りが無いほどいっぱい作る
- 三日目にはお片付け 私の好きな古布や紅絹  
どれも思いが詰まったものだけど どなたか貰ってくださいね
- 四日目には愛犬連れて あなたとドライブに行こう  
少し寒いけど箱根がいいかな 思い出の公園手つなぎ歩く
- 五日目には子供や孫の 一年分の誕生日会  
ケーキもちゃんと11個買って プレゼントも用意しておくわ
- 六日目には友達集まって 憧れの女子会しましょ  
お酒も少し飲みましょか そしてカラオケで十八番を歌うの
- 七日目にはあなたと二人きり 静かに部屋で過ごしましょ  
大塚博堂のCDかけて ふたりの長いお話しましょ

神様お願い七日間が終わったら  
私はあなたに手を執られ乍ら  
静かに静かに時の来るのを待つわ  
静かに静かに時の来るのを待つわ

### 編集後記

「七日間」の詩、皆さん  
はどのように受けとられた  
でしょうか。何気ない日常  
にこんなにも愛と思いやり  
が溢れている。その平凡で  
も穏やかな日々が最幸に幸  
せだったのでしよう。

「もっと生きたい」とい  
う容子さんの思いを受けと  
めて共に過ごした最期の日  
々。自分が愛した、また愛  
してもらった、たくさんの  
人、モノ、出来事……。ふ  
り返り、そのすべてにしっ  
かりと感謝を伝えようと残  
されたメッセージ。

まさに今月号をとおして  
一番にお伝えしたかったの  
は「すべてに感謝、ありが  
とう」。生きていく人への  
感謝は「恩返し」、そして  
召された方への感謝は、自  
分の言葉でそのいただいた  
大切な思いをご縁の第三者  
へ送る「恩送り」です。

指を9本なくしてもな  
お、諦めない挑戦、見えな  
い山への冒険の共有、栗城  
さんの本気の思いを有難く  
恩送りしていきますよ。  
『がんばってください』  
よりも、『自分もがんばり  
ます』がうれしい(栗城)