



# ほっこり通信

2023年秋号

NPO法人監獄人権センター家族&友人部  
〒160-0022 東京都新宿区2-3-16ライオンズマンション御苑前703



## 紀行文

30年前富士山に登りました。深く考えずただ上を目指しました。途中で山の人に「荒れるから登るのを辞めて、この先の小屋に泊まりなさい。」と言われ他の登山客と雑魚寝し翌朝、上を目指しました。悪天候でご来光は拝めず、目の前を稲妻が走る足場の悪い登山道を転がるように下山しました。それでも良い思い出で先日、慎重にガイドさん付きツアーを再チャレンジしました。7合目の小屋に泊まり仮眠し夜中また上を目指しました。9合目半で身体がフラフラになりガイドさんが荷物を持ってくれました。後、もう少しという所でガイドさんが手をつないでくれました。久しく他人に身を任せたことがなかったので戸惑いもありましたが、手の温もりが伝わってきて良いもんだなあと思いました。ご来光を拝めたこともさることながら手の温もりが一番の収穫でした。(文/写真 Bibi)

## 皆が惹かれる音楽の影響

今若い世代の間では、韓国の音楽が流行っています。私は趣味で音楽を聴くことが好きなので、男性、女性問わずあらゆる曲を耳にします。その影響で韓国アーティストのダンスも同時に真似したいなと思ってしまい、最近ではダンスを習う人も増えています。韓国の曲はなぜ若い世代に惹かれているかというと、日本の曲とは違い、テンポが高く、気持ちが下がった時などに聴くと気分が上がるからだだと思います。そして韓国の女性アーティストのダンスのレベルも高度であるため、より真似したくなる振り付けだからだと思います。そして日本の曲だけではなく、韓国をはじめ世界各国の曲を聴けたらいいですね。(スイートポテト)



## お弁当からの喜び

今年の夏は全国的に本当に本当に暑い夏でした。皆様、お元気に過ごしていましたか？暑くて食欲が落ちた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。暑い暑い夏も終わり過ごしやす秋になりました。施設では運動会などはありましたか？最近の運動会は春に開催されるところもあるそうですね。子供の頃の運動会。お昼休みにお弁当を食べた思い出がある方もいらっしゃるでしょう。体を動かした後のお弁当、中身はなにが入っているのかな？と蓋を開ける時のワクワク感。それぞれに思い出があるかもしれません。キラキラした夏から少し寂しさを感じる秋。お弁当をきっかけに様々な想いを耽るのもいいですね(文/写真・ひまわり)



## 海渡先生のぶらり散歩

### 松山で一遍上人の「捨ててこそ」の教えと出逢う

5月末に松山で2回講演しました。2日目の午前中に、友人の案内で一遍上人の生地、宝蔵寺を訪ねました。時宗の始祖一遍上人は道後の豪族・河野通広の子ですが、父が「承久の乱」で後鳥羽上皇側について没落し、出家して浄土宗西山義を学び、はだして踊り念仏を唱え全国を遊行し51歳の若さで、神戸で客死しました。寺の境内には「身をすつる すつる心すてつれば おもいなき世に すみぞめの袖」の歌碑がありました。一遍上人には一冊の著書もなく、絵伝と語録が残されているだけ、まるで、イエスキリストのようですね。上人にはこんな言葉も。「すべて生きとし生けるもの、さらに山河草木、吹く風や立つ波の音までさえも、念仏の境界でないものはない。」わたしには、全てを捨てる覚悟まではできませんが、命を大切に世の中をつくるため微力を尽くし続けたいと念じ、寺をあとにしました。(海渡雄一)



## アニメ進撃の巨人から読み解く生きづらさ

私は主人公エレンの「ライナー、お前と同じだよ。仕方がなかったってやつだ」というセリフが好きです。物語の中で、続いてエレンはこう漏らしています。「壁の中も、海の外も同じだった。もちろんムカつく奴もいるし、いい奴もいる。だがお前たちは壁の中にいる奴は悪魔だと教えられた。なあ、ライナー、あの日なぜ突然、母さんは巨人に喰われなければならなかったんだ？」刑務所も社会も一緒に飯を食べば、いい奴もいるしムカつく奴もいる。いい奴もむかつく奴も、仕方がなく同じところに集められ、仕方なく一緒に過ごしている。仕方なく一緒に飯を食うことになった理由は、皆、過去のその時その瞬間は、そうするしか方法を思いつかなかったからだと思う。私は今、刑務所出所者の社会復帰に関わる活動をしている。仕方なく。このいい奴とむかつく奴がいる社会で生きていくために、仕方なくやっている。今、この時、この瞬間はそれが、頼りないほど小さな自分を維持するために最善の方法だと思うから。(クマ)

## 映画紹介

リトル・ダンサー 2000年イギリス 111分  
舞台はイギリスの小さな炭鉱の町。「男はボクシング」と親に決められ習わされていた男の子のピリーが、隣で練習しているバレエ教室を目にして夢中になり、バレエダンサーを夢見るお話。踊ることが楽しくて仕方がないピリー、でも父にも兄にも反対される。自分の「好き」を大事にすること、そして諦めない気持ち。ピリーの背景には、炭鉱でのスト問題や経済問題、母のいない寂しさ、同性が好きな同級生など、色々な要素があって、どれも丁寧に描かれている。人生って単純じゃないけど、それでも好きな事にただ素直になることをピリーは教えてくれる。見るたびに涙が止まらなくなりながらも、見終わったあとにはとても前向きになれる大好きな映画です。(文:ちょーころむ・イラスト: Freepik.com)



## ブックレビュー

「アルケミスト」パウロ・コエーリヨ著 角川文庫616円  
1988年に出版されて以来世界中でベストセラーの夢と勇気の物語です。「何かを強く望めば宇宙のすべてが協力して実現するように助けてくれる」羊飼いの少年サンチャゴは1週間前にも見た、ピラミッドに宝物が隠されているという同じ夢を信じて飼っていた羊たちを売り、ひとりエジプトに向かって旅に出ます。アンダルシアの平原や砂漠を越える旅の途中で不思議な老人や錬金術師の導きと、様々な出会いと別れを通し、少年は人生の知恵を学んで行きます。私たちは何をしにこの地球に生まれて来たのだろうか、どうしたら幸せに生きられるのか、私たちの夢は何なのか。サンチャゴ少年と一緒に旅をしながら、人生の本当に大切なものを教えてくれるマイ・ベストブックの1作です。  
\* アルケミストは錬金術師の意味  
\* 訳者あとがきより一部引用 (文/パステル画 朝顔丸)



(俳句・写真 お餅)

ひんやりと  
河原の葦に  
秋の風  
お餅

## 俳句心の一句

皆さんからの 俳句・短歌も 募集中です!!