

## 疲労回復と難所（遍路ころがし）に備える（3月17日／5日目）

昨日までの急峻な登り坂と長い下り坂で傷んだ足腰、特に膝の回復と二日後（3月19日）の遍路転がし（二つに山越え）に備えて、軽めの行程です。15番札所国分寺から17番札所井戸寺までの3霊場を巡拝します。

宿を出て鮎喰川を渡り、前日に参拝を済ませておいた14番札所山門前を黙礼して通り過ぎ、15番札所国分寺を過ぎると、16番札所観音寺付近から街中に入ります。17番札所井戸寺からは、住宅の建ち並ぶ街場、そして繁華街に入り徳島駅に着きました。宿は、徳島駅のほぼ真向えです。チェックイン時間のだいぶ前に着いてしまいました。街中を歩き回りたいというよりも身体を少しでも休ませたかったので、少しお金を払って早めに部屋に入りました。今日の行程は、これまでの遍路道とは大きく異なり、「歩きお遍路」というより「移動している」といった感じで、ただ黙々と歩く一日でした。

四国四県には、それぞれ国分寺があり、その最初の札所が「阿波国分寺」15番札所薬王山金色院所国分寺（こくぶんじ）です。15番札所国分寺のある場所は、徳島市国府町（こふくちちょう）です。国府の名前が示すように、大宝律令（701年）の時代、阿波の国と言われていた頃には、政治や文化の中心地域ようです。西にある気延山（標高212.3m）には、約200基余りの古墳があります。また、鎌倉幕府成立の1185（文治元）年には、「正一位」という最高の神格を賜っている「天岩戸別八倉比売神社」があり、地元の郷土史家は、「気延山周辺が古代阿波の中心地であったことはまちがいない」と、語っています。

16番札所光耀山千手院観音寺（かんおんじ）は、国分寺から畑の中を歩く2キロ弱の所にあります。天平の昔、国府は16番札所観音寺周辺にあったと言われており、今でいう所の県庁所在地に当たる場所になるようです。三桁国道沿いにある16番札所観音寺は、のどかな住宅地の中にあり、こじんまりした佇まいです。しかし、こじんまりした境内ではありますが、その規模と不釣り合いなほど、和様重層の堂々とした鐘桜門と寄進額を彫り込んだ直ぐ隣に民家が見える街中の16番札所石柱で囲まれており、歴史の重さを感じます（816年創立）。



広大な敷地に荘厳な建物、このような霊場よりも、このようなこじんまりして近隣の住民に親しまれている感じのあるお寺さん、そして何処か歴史の重さを感じるお寺さんが好きです。別の表現をすれば、「どうだ〜！」といわんばかりに胸を張り自己主張するのは

なく、そこに立つと親しみの中にも歴史の重さや幾年もの間住民の想いを受け止めて支えてきた祈りの声が「心に沁みてくる」空気感のある場が私は好きです。

17 番札所瑠璃山真福院井戸寺（いどじ）は、16 番札所観音寺から 3 キロ弱のより街場に近いところにあります。お寺のある住所は、徳島市国府町井戸字北屋敷です。寺号の「井戸」は、その昔、このあたりは水質が悪くひどく濁っていました。この時、弘法大師が四十二歳の厄除けと衆生救済の誓願をたて、四国巡錫（じゅんしゃく：僧が錫杖を携えて各地を巡り歩いて教えを広めること）して通りかかった折りに、こうした村人の悩みを知り、錫杖で一晩の内に井戸を掘り、たちまち清水が湧き出てきたというのです。この故事に由来して、寺号やこの一体を井戸と呼ぶそうです。弘法大師と井泉（いせん：井戸また井戸の水）にまつわる逸話は多くて、中をのぞいて水に姿が映れば無病息災で長生きし映らないと不幸に遭うといった俗信が伝わっています。これも、井戸を常に水面（みなも）に顔が映るほどしっかり管理するように戒める為のお話なのでしょう。

弘法大師の名は様々な場面で上手く使われている、よく言えば生かされているようです。地元の方々には、弘法大師の法力に頼り、治癒力を高めるべく、ここの井戸水を仏壇にあげ、この水で薬を飲み、痛むところに塗るそうです。きっと、ご高齢の方や不治の病に苦しんでいる方は、このようなことを迷信とは思いつつも行いますが、若い方は「え〜・・・何それ！」とばかり一笑に付すのでしょうか。さてさて私は、どちらだろう。何か苦しいことがあった時、信じる者は救われるとばかり、藁にもすがるように H2O を聖水として有り難く頂くのだろうか。う〜ん、キット無いかも。様々な本を読みあさるような気がします。

今日は、街なかを歩く時間が多く、行き違う周りの方々は無関心状態でした。都市部はこんな感じなのでしょう。皆さん、なんか忙しそうにみえます。私自身は前日の疲れがまだ残り、膝や足首に痛みを感じつつも、違和感程度で歩みを止めるほどではなかったのも、可もなく不可もなくという感じで歩き続けました。

ただひたすら歩くって、簡単なことではないと実感しています。また、身体と心は一体と言われますが、歩き遍路をしていると、自分の体を別の存在のような感じて扱っている自分に驚きます。20 キロ程歩くと、だいぶ疲れてくるので、歩いてくれるこの身体、この足に、「頑張ってくれて有難う」、「あと 5 キロ何とか踏ん張ってくれ〜」等と言ってしまいます。反対に、身体が軽く感じるときなどは、身体の方から「良い感じだね〜」等とい



コンビニの駐車場で休憩

われているように感じ、足の運びが軽快になりテンポやスピードをアップさせてしまいました。心と身体が、お互いに励まし合っている面白い感覚です。急峻な坂では、「南無大師遍照金剛」と息を切らしながら御宝号を唱え、ザックに付けた鈴は「頑張れがんばれ」と身体を励まします。反対にうららかな小春日和の中を畔道に沿って歩いているときは、「南無大師遍照金剛」が童謡のような唱え方になり、鈴の音は「こられて良かったね」と心に響くように聞こえてきます。身体と心は一体ですが別の存在、そんな感じがします。

今日一日を歩き切ったことで、経験者が執筆した書籍によれば、今後も結願に向けて歩き続ける側の 50%に入ることができました。遍路宿の方の言葉を借りれば「御大師様に招かれた」のでしょうか。私は、幸運にも 12 番札所焼山寺を越え、玉ヶ峠越えコースを歩き、17 番札所井戸寺まで辿り着きました。しかし、たかだか 5 日間、106 キロ歩いただけです。あと 45 日、1000 キロも残っています。遍路ころがしのある 12 番札所焼山寺、たった一ヶ所越えたくらいで「御大師様に招かれた」とは、樂觀視過ぎるかも知れません。

昨日の遍路宿に居た方は、ここ JR 徳島駅から帰るようです。何かを求めて四国八十八ヶ寺歩きお遍路に挑みましたが、願い叶わず帰路につく。今、どのような気持ちで帰路につこうとしているのでしょうか。昨夜、食堂に居たとき、一人スマホを見ながら静かに食事していました。事情を聞いてしまっていたからかも知れませんが、その背中がどこか寂しげに見えました。翌朝、口には出ませんが「今日も頑張るぞ！」とばかり、歩きお遍路の身支度を整えて食堂に入り、身体にスイッチを入れるかのように、地図を広げながらご飯をほおばりました。一方の若者は、私が食事を終えて出立しようとしている頃に、お遍路姿では無く普段着で食堂に来て、昨日と同じで物静かに食事が運ばれてくるのを待っています。これから、何かことを起こそうかという気配はみじんも無く、時が止まったかのようにでした。もし私とその立場になっていたら、足が止まったことをどのように受け止め、どのように振る舞っているのか、想像もつきません。まだまだ先は長いです。私にも何が起きるか全く想像がつきません。この様な中で、はっきりしているのは、ただ歩き続けるだけのことが、たやすいことでは無いということです。この時点で、私は「感謝」という言葉は思い浮かんでいません。「よく頑張った」そして「幸運だった」だけです。

今日の宿はビジネスホテルで食事がついていません。徳島駅構内にあるお店で、夕食と朝食それに携帯する昼食用のおにぎりとおにぎりとおにぎりとバナナを買い込みました。宿には、だいぶ早く着いたので、ゆっくりと身体を休めるべく、小さなお風呂ですがまだ日が高いうちから入って、昨日の夜から今朝そして徳島駅で感じたことを思い浮かべました。また、夕食として買ってきたコンビニ弁当を食べながら、JR 徳島駅から帰路につく人と明日も歩ける私の違いは何なのだろう等と、小さな窓から何を見るときも外を見ていました。その分かれ道には何があったのでしょうか。特別な努力をしているわけでも無い私には、何も思い浮かびま

せん。いつしか、小さな窓から差し込むあかね色の夕日が沈み、代わりに影絵のように黒い平面となったビルを様々な色で浮かび上がらせる繁華街の夜景になっていました。足が止まるという現実に触れ、様々なことを思い浮かべながら、いつもよりも長い就寝までの時間を過ごしました。ただ歩いているだけなのに、そこで感じる風景、人々との対話そして自分との対話は、毎日が未経験の連続で、毎日が驚きと新たな気づきの連続です。

明日は、自分の身体にどのように声がけするのだろうか。そして身体はどのように私の心に問いかけてくるのだろうか。また、どのような分かれ道が待っているのだろうか。不安や期待という言葉では言い表せない、もっと違う言葉がありそうな気がするのですが、上手く表現できません。

#### 行程等基本データ

- ・巡拝寺院：3 寺巡拝（15 番札所～17 番札所）
- ・天気：午前 雨／午後 雨／曇り
- ・歩いた時間：06 時間 00 分／日（6 時 50 宿発～13 時 50 分着）
- ・歩いた距離：16.8 km（平均速度：2.8 km/h）
- ・通過市町村：1 市（徳島市）
- ・高低差：38m（39m⇄1m）
- ・消費カロリー：1,863 kcal