

### 一步一步煩惱滅除

百八の階段を昇り、悩みや煩い事を取り除きましょう

#### 六十六段 世間の風評に惑わされない

周りの皆が言っていること、やっていることが正しいとは限りません。風評に踊らされないためにも自分の頭で考えることが大切です。そのためには、「疑問を持つ」ということが大事なことです。

『高尾山健康登山の証』のお勧め

年間約二百八十万人の人々が訪れ、「世界一の登山者の多い山」として知られている高尾山。登山者の皆様の励みになれば、との思いから平成十一年から健康登山を始め、今では約五万人の方々が会員となられております。期限はございませんので、御自分のペースでお楽しみ下さい。

また、一冊に付き二十一回スタンプを押すページがあり、終了したことを満行と言います。満行されますとお祝い膳として精進料理の御接待や、健康登山者限定の記念品などご交換もできます。



## 高尾山 季節 散歩

暦の言葉 「七十二候」 「あつかぜいたる」  
七月七日〜七月十一日頃  
梅雨が終わりに近づくと、南から暖かく湿った風が吹き始めます。この風は梅雨の時期には「黒南風」と呼ばれ、梅雨が明けると「白南風」と呼ばれます。呼び方の違いは、梅雨時の雨雲が覆う暗い空から、太陽の光溢れる夏の青空への変化を表します。

今月の風物詩 蓮  
仏教において蓮は、泥水の中から清浄で美しい花を咲かせることから、仏の智慧や慈悲の象徴とされており、種は甘納豆の材料として食用にされます。高尾山でも、七月中旬になると鉢植えの蓮の花を見ることが出来ます。

事案が多い。高尾山健康登山の証に印を押して貰っている人は百冊満行を目標としている人が多いため、百冊満行をした時に盛大に祝ってくれるのを楽しみにしているようです。仲間の中には狩猟免許を持っていたり、八王子市内に畑を借りている人がいるので、畑に隣接している処に生えてくる筍を採ってBBQをしたり、猪、鹿肉のBBQをしたりいろいろ盛り沢山の行事がある。皆さん七十歳を過ぎて初めてジビエ料理を食べたとか、BBQをして楽しんでる様子を見るのもいいものだ。七十歳を過ぎて目が輝いている。

会社を定年になって十年もたつと段々かつての仲間がいなくなるのが常だが、高尾山健康登山をしていくと、この八時半会のように新しい仲間が増えて来る。朝八時半に来るとそれから家に帰ってもまだ時間が

あり、他の用事があっても十分な時間だ。仲間を作りたい人は、一度経験の為に八時過ぎに薬王院御護摩受付所に来て並んで、印を押して貰うといい。皆さん仲良く話しているのを見る事だろう。新しい仲間が出る事請け合いた。

皆さん結構遠い所から朝早く出て来る。中には戸塚、菊名、柏、東上線の成増の方から来る人もいます。何しろ一月の定期代が三万円の人もいるから、毎日来ないと勿体ない。八時半会の仲間旅行にもするし、海外旅行もアメリカ、ヨーロッパ、アジアと何回も行った。八時半前に来て誰かに聞けば、どうすれば八時半会に入れるか教えてくれるだろう。

高尾山健康登山のお陰で皆さん元気でいられるし、その上新しい仲間が出来たら云う事ない。飯縄大権現様と健康登山の証サマサマだ。

## 健康登山者投稿作品 健康登山八時半会

府中市 中山 正

薬王院御護摩受付所 高尾山に「健康登山の証」というものがあるのを知ったのは、六十歳の定年を数年過ぎた頃高尾山と一緒に登った友人からだった。一緒に登った彼が健康登山の証を取り出し、印を押して戴いたのを見て教えて貰った。当初はお昼頃登って、山頂でお昼を食べるのが常だった。

そのうちに一人で登るようになったが登る時間が決まらずに、薬王院では常に待たずに印を押して貰って、お茶を飲んでから下山するのがいつものコースだった。

ある時、日中用事があつたので朝一で薬王院に行つた処、まだ御護摩受付所が開いてなく八時半

になるのを待っている人達がいるではないか。その待つている人達が古くからの仲間のように親しく話しているのを聞いて、会社の仲間ですかと聞いてみたら、皆さんここで待つている間に知り合いになったという。

聞けばいろいろな場所から集まって来て、大体が通勤客のように定期券を買って、毎日のように来ているのが殆どだという。通常会社勤務の場合は一カ月間に二十日前後の出社だが、健康登山に来ている定年後の人達は電車、バスの六カ月定期券を買って通つているとの事。中には、年間三百五十日以上登っている人がいるというので、これまたビックリ。同じ時間に毎日のように会つていれば仲間が出来ると納得。

人生色々 山で知り合った人と高尾山薬王院への登り下りの間に色々な話をしていると、ホントに色々な人がいるのに驚く。毎日のように登る人は当然時間のある人に限られ、殆どは定年になり引退した人だ。奥さんを亡くした人、旦那さんを亡くした人、子供孫を亡くした人、いろいろだ。

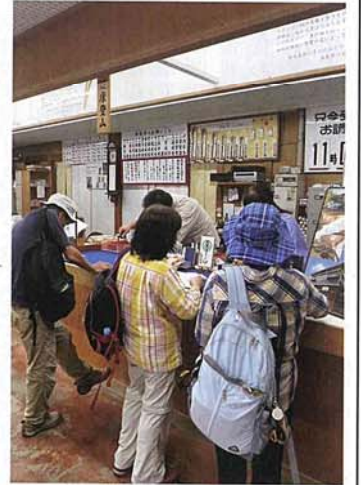
皆さん大切な人を亡くしてその供養を兼ねて来ている人が多いが、色々話をしていると問題の悩みを抱えている人が多いのに驚く。何の問題もなく毎日山へ登っている人は驚く程少ない。

飯縄大権現様 毎日のように高尾山に登り飯縄大権現様にお参りしていると、心が洗われるようだ。皆さん一緒に飯縄大権現様に健康を戴いているという。世界的にも、一か所にこれだけ違う種類の木々

八時半会 例え毎日のように登って健康登山をしていても、毎日違う時間とか昼間だと、印の待ち時間もなくなり、知り合いになるチャンスは少ないが、八時半の薬王院御護摩受付所が開く前に来て並んでいると、段々挨拶するように

のある場所は少ないというが、その高尾山登り下りの緑の登山道で、新鮮な空気を吸い清々しい気になるのは皆さん同じだ。信仰心のない人でも健康登山をしているうちに、知らず知らずのうちに飯縄大権現様のお陰と思ふようになる。

大抵毎月のように親睦会があるが、一回の会費は二千円だ。大抵は高尾駅前前の「サイゼリヤ」でやるが、朝十時開店と同時に入る。大体ファミレスでは予約は受け付けないが、前もって店長と打合せて十時開店と同時に入れば、それなりの人数に合せてテーブルを確保してくれる。大体三十人から四十人が集まる。最近では誰か仲間が健康登山の証百冊満行になると、それを祝つての食



毎日大勢の人達が健康登山の証に押印してもら