

心の和がれ No.49

(2014/7～8)

p 01～01	おばさま方のお話	p 03～04	台風接近が心配
p 01～01	現場の心を	p 04～04	異常気象にうんざり
p 02～03	貝原益軒（養生訓）	p 04～05	豆腐礼賛
p 03～03	烈日を元気で迎えた	p 05～05	蚊！恐るべし
p 03～03	今夜は納涼大会		

2014.07.06

・おばさま方のお話

ご婦人方と井戸端会議の機会がありました。子育て、亭主の棚卸、老後生活、認知症など生活感がいっぱい話題が次から次へと2時間余り勉強させていただきました。消費税引き上げに関しては、販売価格は変わりはないが中身が問題、ソーセージの本数や商品のグラム数が減少など実質的には消費税以上の値上げである。家計を預かる身としては始末のやり場がなく「増税や 亭主の手当て税込に」と亭主に「増税で 小遣い値上げ 子にいわれ」業績次第と子に縛りをかけたが、これはひょっとすると効果があるやも？と期待感が。しかし、最後に「家事労働賃金が欲しいわ」で幕。テレビのバラエティー番組よりも笑えたが。まだまだ幸せな日本「上みりゃ限り無し」辛抱も美德と思ってまいりたい。

2014.07.13

・現場の心を

個人情報がかかり定規に解釈されていないか。家庭内で病める人を抱え懸命に介護する人が怪我で入院、近隣住民が入院したことを知らず心配しているのに、入院の事実を近隣に話しては個人情報に関わると、行政の担当者はいう。◆「向こう三軒両隣」地域住民が助け合わなければ、地域組織は崩壊する。地域で個人情報に関して住民のための開示を検討しなければならないのに、検討委員会を設けたようだが、行政はわが保身のために進んでいないのではなかろうか。◆どんな分野でも、新しい試みが日の目を見るまでには、当事者の^{しかだんみん}“止暇断眠”の奮闘がある。その粘り強い努力に思いをはせることができるかどうか。いかなる組織や団体も、“現場の心”を知らなければやがて行き詰る。人は栄光に安住する自身に、なかなか気付かないものだ。そこに慢心が忍び寄り隙間が生まれる。小さな山の頂へ、ドッカと胡坐をかいてしまうような事になっては、もう人間もお仕舞である。進歩も発展も、何も彼も無くなってしまう。それらを肝に銘じて頂きたいものである。

2014.07.20

・ 貝原益軒（養生訓）

昨今、健康ブームでサプリメントが氾濫し、どの企業も独自性を強調するので、どれを選べば良いのか判らない。また、医者によると効果の期待は少なしとの話も聞く。そんな中にあって江戸時代の貝原 益軒の「養生訓」が300年以上経過した現代、子供の教育にも通じる。その中の「五思とは何か」ひも解いてみた。

・・・・・・＜原 文＞・・・・・・

食する時、五思あり。◆一には、この食の来る所を思ひやるべし。幼くしては父の養をうけ、年長じては君恩により。これを思て忘るべからず。或君父ならずして、兄弟・親族・他人の養をうくことあり。これまたその食の来る所を思ひて、そのめぐみ忘るべからず。農工商のわがちからにはむ者も、その国恩を思ふべし。◆二には、この食もと農夫勤勞して作り出せし苦みを思ひやるべし。わするべからず。みづから耕さず、安樂にて居ながら、その養をうく。その樂を楽しむべし。◆三には、われ才徳・行儀なく、君を助け、民を治むる功なくして、この美味の養をうくこと、幸甚し。◆四には、世にわれより貧しき人多し。糟糠の食にもあくことなし。或はうえて死する者あり。われは嘉穀をあくまでくらひ、飢餓の憂なし。これ大なる幸にあらずや。◆五には上古の時を思ふべし。上古には五穀なくして、草木の実と根葉を食して飢をまねがる。その後、五穀出来ても、いまだ火食をしらず。釜・甑（こしき）なくして煮食せず、生にてかみ食はば、味なく腸胃をそこなふべし。今白飯をやはらかに煮て、ほしめままに食し、またあつものあり、さいありて朝夕食にあけり。且酒醴ありて心を楽しましめ、氣血を助く。◆されば朝夕食するごとに、この五思の内、一二なりとも、かはるがはる思ひめぐらし忘るべからず。然らば日々に樂も、またその中に有べし。

・・・・・・＜現代語訳＞・・・・・・

◆一つは、この食物は誰から与えられたのかを思わなければならない。幼いときは父によって与えられ、年が長じてからは企業からの給料によるのである。このことを忘却してはいけない。またある場合には、企業や父からではなく、兄弟、親族、また他人から養われることもある。これもまたその食物を与えて下さった人を思って、その恵みを忘れてはいけない。農工商の自力で飲食する者もまた国家の恩恵を思わなければならない。◆二つは、この食物は農家の苦勞によって作り出されたこと。自分で耕作しないで、安樂にしていながら養いを受けることができる。その楽しみを思わなければならない。◆三つは、自分には才能も備わった徳もなく、正しい行いもなく、企業を助け、国家を治める功勞もないのに、こうした美味しいものを食べることができるのは幸せであると思わなければならない。◆四つは、世の中には貧しい人が多い。その貧乏な人びとは糟（かす）や糠（ぬか）でも有難く食べている。それすら食べられずに飢え死にする者もいる。自分は上等なおいしい食事を十分に食べて飢餓の心配はない。これは大きな幸福というべきだ。◆五つは、大昔はまだ五穀（米、麦、粟、豆、黍）はとれず、草木の実と根や葉を食べながら飢えをまぬがれていた。そののち、ようやく五穀がとれるようになって、まだ火を用いて食物を調理する方法を知らなかった。釜もなく、食べものを煮て食べなかった。生で食べたので、味はなく胃腸を患うこともあったのであろう。◆いまは白い飯をやわらかく煮て、十分に食べ、しかも吸物があり、惣菜があって朝夕の

二回【注：江戸時代中頃まで、食事の回数は…一日2回であった】わたって十分に食べている。そのうえ酒があって心を楽しませ、血気を助けている。◆朝食や夕食をするたびに、この五思の中の一つでも二つでもよいから、かわるがわる思い起こして忘れてはならない。そうすれば、日々の楽しみも気づくであろう。

2014.07.27

・烈日を元気でむかえた

烈日が続いています。過日に階段でよろけて転倒、手すりを掴むが、滑って支柱の基礎の突起した留め金に、手のひらに刺さる。出血激しく急ぎ帰宅血止め処理。折り返し訪問先に飛び散った血痕のお詫びを。◆何とどんくさい自分に呆れる。60代には機敏性があったのに、後期高齢者だからと納得する始末、身体能力が下降線へと十分認識して体力維持に努めたい。◆祇園祭、天神祭りが終わった。茹だるような暑さであっても見物に出かける人には、日本の文化を楽しみ友人知人や家族と交わることが一服の清涼剤と捉えていよう。◆拙生、夏季は仕事や行事が集中する。庭木の管理や菜園の収穫と地域の行事で、定年後15年の今も元気で活動ができ又、機会を与えて頂けることに感謝かんしゃです。

2014.08.03

・今夜は納涼大会

昨日予定だった地域の納涼大会が雨で今日に順延された。主催者は天気判断で難しく頭を痛める。何とか降水に見舞われず開催されることを祈るばかりです。踊りの練習が7月31日に開催され、後期高齢のみぎり振りを忘れ懸命に練習、日ごろの不摂生で腰痛がシップの手当てで何とか参加できそうだ。◆踊りと言っても、振りも手足が逆にチャランボランの踊りだが、本人はこれで満足しており、輪の中にこういう者がおれば、一般の方も参加しやすいだろう～な、と。反省のない自分に優越感も、これが地域主催の庶民型の基本と捉えて、勝手気ままに参加しています。さあ、皆さんも踊りの輪に入って、炭坑節で若き頃を懐古しましょう。

2014.08.10

・台風接近が心配

ノロノロ台風が接近の影響で雨量がおおく9日の映画会は中止しました。20数軒に中止の連絡をして、テレビと空模様を眺めていたが、午後1時頃～5時までの開催時間には時折の日差しと雨も止んで、映画中止に拍子抜け、焦らずのんびりと次回への楽しみと致しましょう。しかし、残念に思われる方々の声に、高齢者の憩いの行事に期待される使命の重さに心が高ぶります。◆追記！毎年鳥取県から「梨」を送っていただいています、収穫に影響が、と農家の方々の苦勞

が無駄にならなければ、と案じています。

2014.08.17

・異常気象にうんざり

台風は過ぎ去ったが、毎日曇天と降水そして猛暑でうんざりする日々です。烈日には庭木の散水に水道料金が嵩むために、雨水の確保や風呂の水を散水に苦労するが、今年は集中的な降水に天を仰ぎ、必要以上に降るな！！と言いたい。各地で被害が続出、当地の「流れ橋」も4年連続で橋板が流れ、4千万円の修復費用を要し、少ない行政予算に多大な出費。”天よ何とかしてほしい”と神頼み。◆記録的な猛暑。公園の噴水で童が水遊び、泳ぎを得意とする子を「河童」というが、日よけに水皿があれば少しは涼しいかと思えるほど暑い。世界的に異常気象。これを阻止するには、まず人々が身近なところからコツコツと改善せねばなるまい。ジョンレノンの「イマジン」がふと脳裏をかすめた。

2014.08.24

・豆腐礼賛

7月22日から知人宅の庭木の管理をしている。庭にはウッドデッキがあり「恐山」の好みの樹木やレイアウトで、我が庭と思い散水や除草清掃には注意は怠らない。庭木の手入れには愛情が必要、のどの渴きを思い十分な散水、虫食いの葉を見れば葉裏を覗き見ては毛虫の幼虫を除去、雑草は早めに抜き取る。このように毎日接していると樹木に話しかけている自分に気付き、”この俺が”と気恥ずかしい。他人から見れば”変なおじさん”と映るだろうな。◆今年の天候は異常で烈日と思えば曇天から降雨にそれも棒雨だ。広島で起こった被害の大きさに言葉もない。今も雨が棒雨状態で側溝は急流、ガレージの樋からは水があふれ出る。渇水時を思えばもったいない。◆夏はやはりぎらぎらと燃え盛る真夏の太陽、いわゆる烈日が一番である。人生、烈しく生きるとは、浮き沈みのある派手な生活や、感情の起伏に左右された人生のことではない。静かに忍耐と不屈の炎に胸を燃やし、真面目に真っ直ぐ信じた道を歩き通すことだ。烈しく生きると、その情熱が悩みを燃やし後悔を燃やし、見栄など焼き切って、進みゆく人生を照らし出してくれる。これが夏だ！烈日だ。◆天候不順で気も滅入る毎日だが、ふと、夕食の豆腐を啄ばみながら、第二次世界大戦で日系アメリカ人の収容生活で、人生を楽しむ、大らかに詠まれた詩歌「豆腐礼賛」が、のど越しに風味が伝わりくる。

「ころころと豆に育って 世に出たものの
水責め火責め 石に擦られてその上に
絞りあげられ 豆腐となって
四角にされても 角たたず
暑さ 寒さの 季節に感じ

食味豊かで 人には好かれ
 軒の小桶に 時たま浸り
 辛苦忘れた 月観と洒落る
 言ふに優しい 風雅あり
 如是々々 豆腐礼賛」

2014.08.31

・蚊！恐るべし

庭木の管理も9月5日まで今年は天候不順で雲一つない快晴と思えば、一転にわかには黒雲が、雨が降ると思えど一滴の降水もなし、只々、湿度の多いのに閉口するが、日本はとにかく南国なのだから仕方がない。◆最近、「蚊に刺されなや！デング熱になるで」の挨拶言葉が。拙生には多く寄ってくる、体温が高く鼻息も荒いため炭酸ガスの噴出量が多いのだろう。しかし最近急にデング熱被害が出始めたが、医師がインフルエンザと間違えた判断をしていなかったのか。以前から患者がいたのでは無かろうか。風邪を大病と捉えず意識も薄いのでは。「風邪は万病のもと」という。病気の診断は確実に願いたい◆新聞のコラムに、毎年動物による犠牲者は、サメで10人、ライオンで100人、蛇で5万人の犠牲。最多は蚊で72万5000人。◆庭木の管理で常に3・4か所は刺されており、後期高齢の身であり高熱には耐えきれないのでは。蚊、恐るべし。身近に溜まり水など無きよう、家庭で注意が必要でしょう。たかが蚊「小事だが大事にしていきたい」

2014.07.～2014.08

E N D