



歳時記のある暮らし

二〇一七年

《三月》

金氏高麗人參株式会社

おもてなし係 久郷直子

うららかな陽射しに包まれて草木が芽吹く季節となりました。

皆様、おすこやかに過ごしていきましょうか。

いつも『神秘の健康力』をご愛用くださりまして誠にありがとうございます。

まだまだ寒い毎日ですが、花屋さんの店先は春爛漫。菜の花や桃の花、チューリップや桜草が並び希望の春を盛り上げてくれます。三月は卒園式や卒業式が行われるため、卒業ソングをあちこちで耳にします。えび茶の袴に大きなリボン。今年も「はいからさんが卒業を祝う季節がやってきました。

桜草を見ると毎年、卒業式を思い出します。まだ春浅く寒風の吹くころから小さな花をたくさんつける桜草は、江戸時代から人々に愛されてきました。特に武士の間で流行したそうです。花言葉は「少年時代の希望」「純潔」。開花期間の短い桜草を、長くは続かない美しいものに例えたのではないかとされています。振り返ってみると、あっといふ間の青春時代。過ぎ去った日々の思い出と別れの悲しみを心に刻み、不安と希望が入り混じるなか、前を向いて「サヨナラ」を言う卒業の日の心境が、小さな花びらを寒風に震わせながら甘い香りを漂わせる桜草の姿に重なるのかもしれない。

二十歳前後まで、人は卒業式という節目を経験します。そして、年齢を重ねるほどに節目があることのありがたさを実感します。卒業式が終わったら、始まりの春、希望の春が訪れます。前を向いて進もうとする季節にふさわしい詩をご紹介します。「青春」という詩で、サミュエル・ウルマン（一八四〇-一九二四）というアメリカ合衆国の実業家が書いたものです。様々な翻訳がありますが、ここでは一部抜粋し、意識にてご紹介します。

青春

青春とは人生の二期期のことではなく心のあり方のことだ。

（裏に続きます）

人間は年齢を重ねた時老いるのではない。理想をなくした時老いるのである。

六十歳になろうと十六歳であろうと人間は、驚きへの憧憬・夜空に輝く星座の煌きにも似た事象や思想に対する敬愛・何かに挑戦する心・子供のような探求心・人生の喜びとそれに対する興味を変わらぬ胸に抱くことができる。

人間は信念とともに若くあり、疑念とともに老いる。

希望ある限り人間は若く、失望とともに老いるのである。

自然や神仏や他者から、美しさや喜び・勇気やかなどを感じ取るることができる限り、その人は若いのだ。

感性を失い、心が皮肉に被われ、嘆きや悲しみに閉ざされる時、人間は真に老いる。

この詩は、第二次世界大戦後、連合国軍最高司令官を務めたダグラス・マッカーサー元帥が座右の銘として執務室に掲げたことから、日本でも知られるようになりました。さあ、春です。寒さが緩んだら重いコートを脱ぎ、身も心も軽やかに春の暮らしを楽しましましょう。しかも若々しく。そのために、身だしなみを整えて外へ出かけます。髪を

とかし、爪を手入れし、たとえばシャツの襟がよれていないか、シワが寄っていないか入念にチェックします。清潔感あふれる服装や髪型を心がけると気持ち引き締まり、背筋が伸びる気がします。

春の行事を取り入れて暮らして春を呼び込みましょう。花屋さんで桃の花と

菜の花を買い、ひな人形のそばに活けます。ぼんぼりを灯し、橘・桜を置き、ひなあられ、白酒、菱餅を供えます。ひな飾りというミニチュアで表現された宮中のセレブな暮らしを眺めながら、ちらし寿司とはまぐりのお吸い物で旬の味覚を楽しみます。

春まきの花や野菜の種をまく時期です。種から育てた植物が成長する様子をみてゆくことは小さな喜びとなります。

暖かな雨が大地を潤し、一雨ごとに山野の眺めに趣がかわります。

桜のつぼみも静かにふくらみつつある今日このごろ、桜前線が

そろそろ動きだします。

皆様のご健康をお祈りいたします。

お役立ち情報ブログ
「久郷直子の読むサプリ」
公開中!

<https://www.kouraininjin.com/yomu-sapuri/>