



# 歳時記のある暮らし

二〇二二年 《三月》

しだいにやわらぐ陽光に草木が芽吹くころとなりました。  
皆様、おすこやかに過ごしてでしょうか。

いつも『神秘の健康力』をご愛用いただき誠にありがとうございます。

スミレの花が咲き、わらびや木の芽が育ち、霞たなびく山裾から春の色へと変化して行きます。  
春霞 たなびきにけり 久方の 月の桂も 花や咲くらむ 紀母貞之

春には「霞たなびく」、秋には「霧たちこめる」といいますが、春、湿り気を帯びた南風が吹くと、野山や月がぼんやりかすんで見えます。「春の霞が空にたなびいて、月に生えている」という桂の花も、今ごろ花を咲かせているのだらう」と詠んでいます。なんとも美しく幻想的な歌ですね。

ひな祭りが訪れると気分はもう春です。三月三日は五節句の二番目、「上巳(じょうし)の節句」にあたります。ひな祭りの起源は古代中国で始まった「上巳節」にあり、もともとは、季節の変わり目の邪気が入りやすいころ、川辺で青い草を踏み、川で身を清め、その後に宴を張りました。

一方、日本でも古くから、春を喜び豊作を祈って水で身を清める行事や、人形(ひとがた)で身体をさすって身の穢れや病を移し、川に流して無病息災を願う、祓いの行事がありました。これらの風羽目(かづは)が混じり合って、日本ならではの「上巳の節句」となりました。

平安時代には貴族の子女の間で、人形遊びが「ひいな遊び」と呼ばれました。「ひいな」とは「比々奈(ひひな)」ともいい、大きなものを小さくするという意味です。人形や御殿にある道具をミニチュアにした玩具で遊ぶもので、ままごと遊びのようなものだと考えられています。

その後、美しく着飾ったひな人形へと変化し、江戸時代になると、ひな飾りは段を組んだり、嫁入り道具をミニチュア化した豪華な飾りとなって、女の子の将来のあこがれの縮図となりました。このように上巳の節句にひな人形を飾り、華やかな響き(きこえ)の「ひな祭り」へと進化しました。人形に穢れを移し、川に流して無病息災を願う風習は、「流しびな」として一部の地域に残っています。ひな祭りの膳には、あさつき、わけぎ、かれい、小鯛、さざえ、蛤(かきがら)など、病気を防ぐ力や薬効があると思われる旬の食材が使われ、白酒、蓬餅(草餅)、菱餅、ひなあられなど、めでたい食材で

(裏へ続きます)

彩られます。ひな祭りの行事食は、桃の花、菜の花、チュリップなどが飾られて華やかさが増します。ひな祭りといえは桃の花ですね。桃は、かつて「イザナギノミコト」という神様が、黄泉の国からの追っ手に桃を投げて追いつめたことから、邪気を祓うと考えられていました。また、「桃仁」という桃の種からうけてきた漢方があり、痛みを抑え血の巡りを改善するなど、健康への願いもあります。桃の花と一緒に飾られる菜の花は、陽の温もりを思わせる明るさで親しまれてきました。多くの文化人もこの花を愛し、司馬遼太郎や伊東静雄、千利休の命日は「菜の花忌」とも呼ばれます。昔は、菜の花かう採れる「菜種油」で夜に灯をもしていたことから、ひな祭りに添えることで、「天に召された幼子をしのぶ」という隠れた意味も持っていたそうです。

菜の花や月は東に日は西に

与謝蕪村

西の空に夕日が沈むころ、空は茜色、見下ろす一面の黄色い菜の花、そして月と太陽……。うららかに広がる春の夕暮れの空気が、さらには、宇宙と地球と蕪村が一体となる瞬間を捉えた見事な句です。

三月五日の啓、執事のころになると陽光の暖かみを感じはじめます。雪解けで土が緩んで、地中に潜んでいた動物たちが春の息吹に動きはじめます。一日の最低気温が五度以上になると、多くの生物は活動を開始するそうです。私たちも長い冬から抜け出して、重いコートを脱ぎ捨て、希望の春へと動き出す時期です。

沈丁花の香りがどこからともなく漂うころ、卒業式の記憶が蘇ります。名残り雪が別れの悲しみを掻き立て、淡い陽光が希望の光を当てます。卒業式が終わったら、いよいよ始まりの春です。

年度末で忙しい日々を過ぎられる方も多いことでしょう。季節の変わり目は体調を崩しやすいうえ、花粉も飛散し、偏西風に乗って黄砂やPM2.5も飛来します。体調管理にはくれぐれもお気を付けてください。

皆様のご健康をお祈り申しあげます。

金氏高麗人参株式会社

おもてなし係お手紙担当

久郷直子

