



歳時記のある暮らし

一〇二三年 一月

皆様におかれましては良き新年をお迎えのこととお慶び申しあげます。

本年も『神秘の健康力』をご愛用賜りますようよろしくお願ひいたします。

一〇二三年はウサギ年、干支では「癸卯(みずのとう)」。干支は、十干(じっかん)と十二支(じゅうにし)の組み合わせ。十干は「甲」「乙」「丙」など一から十までの数詞で、十二支は「子・丑・寅・卯・辰・巳・午・未・申・酉・戌・亥」という年ごとの動物です。今年の「癸卯」の「癸」は、植物の種子が大きくなつたという意味から誕生を待つ、状態を示し、「卯」は「茂」という字に由来することから春の訪れを感じさせます。癸卯は「努力が実り花が開く」という縁起の良さを感じさせます。

一月七日は人日の節句で七草粥をいただきます。中国から伝わった節句は三月三日の上巳、五月五日の端午、七月七日の七夕、九月九日の重陽と、五節句のうち四つはジロ目の日ですが、人日だけは一月七日です。中国では、元日から六日まで動物を占い、七日には人の占いが行われました。そこから七日が「人を大事にする」という人日の節句となりました。中国では「七種菜羹(ななしやさいのかん)」という七種の野菜を入れた吸い物を食して無病息災を願います。日本では人日の節句の朝にセリ、ナズナ、ゴキョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロなど春の七草を入れた爽やかなお粥をいただきます。お正月のご馳走で疲れた気味の胃を休めるためにも、ほっとする一品です。

九日の成人の日、十一日の鏡開きを経て徐々にお正月気分が薄れていきます。松の内が明けるころ、門松やしめ飾りなどを「どんど焼き」で燃やし、火火とともに一年の無事を祈りながら年神様を見送ります。このころになると、年末の大掃除で磨きあげた清々しい我が家も、年末年始のいただき物や福袋などの買い物で散らかってきます。

物には、感謝や思い出もこめられていますが、多く溜ると「散らかっている」という情報が目から入ってきますし、見ることでいろいろな思いが頭の中を巡り落ち着かなくなります。気がとられることが増えると家事や仕事が雑になりがちです。逆に不要な物がない部屋では掃除も短時間で済み心に余裕が生まれます。今年は時間が経つにつれて増える物を整理して軽やかに暮暮らし、一つのことに集中して丁寧に取り組みたいものです。

(裏へ続きます)

新年には神社に初詣に行きますが、お寺では修正会(しゅしょうえ)が行われます。正月という言葉には、一年の不正みを「修正」する「月」という意味があるそうです。機械や道具が長い年月のうちに自然と誤差が生じるよう、人間も時間とともに考え方や暮らしぶりなどが少しずつ正しい方向からずれがちになります。それを修正するのがお正月でもあるのです。

「大きな出来事は竹の節であり、節と節の間ににある生活の連続こそが人生である」ロシアの作家アントン・チエーホフは人生を竹にたとえてこう語ったそうです。竹のように風雪に耐える強さとしなやかさをもつてこの一年を生きるために、お正月を、長い時間を経て生じた不正みを修正する節目としていたいものです。

「岩もあり木の根もあるとさらさらとたださらさらと水の流るる」

京都女子大学の創始者、甲斐和里子さんの和歌です。行く手を阻む岩と、動かない人の心を象徴する木の根は、生きるうえでの障害を意味します。小川の水は、岩や木の根の障害に接しながらも流れるべき方向に、たださらさらと流れるだけです。今年も思いどおりにならないことはいくつもあるでしょうが、水のように障害から逃げることもなく、反対に穴、張ることもなく、しなやかに生きて行けたらと思います。

片付いて清らかな部屋に自然の爽やかな香りが漂うと豊かな気分になります。

冬枯れの季節は、お気に入りの花の香りで気分をリフレッシュさせてはいかがでしょうか。凍てつく大地に凜と咲く水仙の花なら、お部屋に一本いけるだけでほんのりと品の良い香りが漂います。

六日の小寒から始まった「寒の入り」。次の節氣である大寒を合わせた約三十日間は「寒の内」で川や池の氷も厚みを増します。この時期の水は「寒の水」とよばれ雑菌が少なく発酵もゆっくり進むといわれ味噌や将醤油、酒の寒仕込みに珍重されます。

気温が低く空気も乾燥しているので風邪やインフルエンザにお気をつけください。

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

