

自然に学ぶ (7)

自然道宗家
三戸唯裕

自然に無黙はない

風が涼味をふくみ、入道雲にも淡いフィルターがかかると、暑い夏も終り。白雲愁色の季節です。

この夏、海に、山に、都会を離れ自然と一体になってひとときを過された方も多いと思います。が、その自然の中で「自然には無駄なものは何ひとつない」と感じられた方はいらっしゃいませんか。

それは自然をいとおしむ心の芽ばえです。

物あまりの現代は、物を大切にしない風潮が強くなってきましたが、物を大切にしない心は、人間をも大切にしくなっています。

そこで、物を最後までいとおしむ大切に使う、という具体的なお話をしてみましよう。

今月は、味覚の秋、食欲の秋にちなんで、お台所から自然の恵みを大切にいとおしんで使う生活の知恵として「お茶」を例にとりましよう。

「お茶」は日本の家庭には必ずあるもので、どんなに家事嫌いの方でも「お茶」を入れた経験はお持ちでしょう。そこで、「お茶」を飲んだ後の「茶がら」を、どのようにしておられますか？

ポイノと捨ててしまう方、チヨット待つて下さい。捨てる前に「茶がら」を小皿に入れて冷蔵庫の隅に置きます。「キムコ」など買わなくても充分に脱臭剤の役目を果たしてくれます。



法」が現代人のストレス解消に脚光を浴びていますが「茶がらの枕」はまさにその役目を果たしてくれているのです。その上不思議に髪の毛特有の臭いを消してくれます。茶の香りが消えた頃、紙を広げて枕から茶がらを出し、陽に当てます。1〜2日干したら茶封筒に分けて入れ、今度はタンスの中に入れて置きます。まだまだ脱臭剤の役目を果たしてくれます。最後には植木の肥しに庭にまいてやりますととてもいい肥料になります。

いかがですか。ポイノと捨てていたお茶の葉が、大地から芽を出し、また大地に還っていく迄にこれだけ役に立っているのです。これに気付かず、ポイノと捨てるようなことをしていると、自分の能力の可能性にも気付かず、また他人の長所をもみ上げる事が出来ない人になってしまいます。使い捨ての時代、といわれる現代、物を粗末にすることに、人は、人を粗末にすることに繋がることに気付いて下さい。物が少なく何事も「もったいない」といとおしむように使った戦前には、子供の自殺や、現代のような苛めはなかったのです。

使い捨ての精神は、人間をも簡単に捨ててしまいます。現在、何一つ適切な対策が見付かっていない子供の自殺や苛めの原因は案外、私達の足下にあるのではないのでしょうか。

日がたつと水分が無くなって、カサカサになりますが、今度はそれを陽に干して紙袋に取っておきます。それが枕一コ分位たまったら枕にします。仄かな茶の香りがストレスを解消して安眠を与えてくれます。現代、心身医学の分野で「聞香療法」(お香の香りを匂って心を静め精神安定をはかる精神医療