

連載

続・満ちて生まれる お産は社会を映しとる鏡 (2)

高槻 友子 (たかつき ゆうこ)

開業助産師のかたわら、平飼いで鶏を飼っています。鶏舎内で放し飼い、雄も居て、有精卵です。可能な時は(鶏インフルエンザ予防のため、時々御法度となる)外の運動場にも出します。

もともと連れ合いがこの旭川で15年間営んでいた「ポキート農園」(2003年1月発行の「らくてん通信」第21号にも掲載して頂きました)の鶏たちです。

この春、連れ合いのキー坊は実家(農家)の北見に行くようになり、旭川での養鶏・畑はやめてしまう予定でした。が、養鶏部門は規模縮小して残り、キー坊不在な間は私が世話をしています。

雛を入れても全部で200羽ほどの小規模ですが、生きものの世話はどんな日も休みがありません。それがしんどくなる時もありますが、一方で生きものと付き合う面白さや喜びもあり、いろいろと教えられることもあります。

有精卵と無精卵

先日、たまごのお客さんから

「有精卵って、(無精卵と比べ)何が違うの?」

と訊かれました。たとえば栄養価が高いのか?と。あらためてそう問われて、私もどう答えたのかとまどいました。というのも、それまでは「有精卵の方が良いのは自明のこと」と思っていたので、その根拠を言葉にしたことはなかったからです。有精卵にはいのちがあります。「食べものはいのちがある方がいいに決まってる」と自分の中では思っていました。

けれども、これでは少し乱暴で、説明の中に事実だけでなく、すでに価値観が含まれている。もう少しわかりやすく中庸な伝え方はないものかと思い、以前聞いたことがあった(と思った)

「有精卵にはいのちがあるので傷みにくい」

と、お答えました。そのお客さんは

「あー、なるほどね~、そうか、そうか」

と、いたく感心し、腑に落ちた様子でした。

ところが、キー坊にこの話をしたところ、実はそうではないらしい、と言うのです。

無精卵は孵化してヒヨコになることはありません。ですから変化のしおうがないし、変化することを期待していません。言ってみれば「死んでもいないが生きてもない」というのです。

一方、有精卵はあたためられてヒヨコになるために在るので、あたためられることを待っている。変化できるし、変化したいし、変化することを待っている。なので、ある期間(40日間位?)あたためられることを待ち続けて、その期間は生きていたけれど、そこを過ぎると務めを終えて朽ちてゆくというのです。だから、有精卵の方が保ちが良いとは言えない、とのことでした。皆さんはこれを聞いてどう思いますか?

私は最初ちょっと複雑な気持ちでした。無精卵が有精卵より価値があると言われたような気がして、そして、反論しようと試みました。けれど、まもなく気づきました。

いのちあるからこそ、変化があり、やがて終わりが来る。そのことこそ自然の摂理そのものなのだ、と。「食べものの保ちが良い」ことをより良いとする価値観になっていた自分がまちがっていたと気づきました。

本来の鶏の姿

鶏はもともとオスとメスがいて、群れを作って生きる生きものです。平飼いで外の囲いにも放して飼っていると外敵(キツネ、カラス、ハヤブサ、野犬など)が来ることもあり、その時はオスが警戒音を発してメスを一カ所に集め、守ります。

珍しいおいしい餌(ミミズや黒豆)があると、オスはオツな声を出してメスに

「おいしい餌がここにあるよ~」

と呼びよせて食べさせ、そのスキに乗じて交尾します。こんな長閑な光景が繰り返られる一方で、経営には困ることもちあがりま。

好みや力に応じて餌を選んで食べたり、運動や交尾も均質ではないので、たまごにもバラツキが出やすくなります。形、大きさに始まり、黄身の色や味、香りも様々です。多様性に満ち満ちている。多様性はいのちの原点です。生物多様性が地球環境の根源を織り成すものであるように。

しかし、バラツキのある卵は好まれません。均質であること=安定した品質=商品価値があるとされています。生物であるにもかかわらず。

このように現代社会は合理的であり均質であることを価値として追求し続けてきました。それがいのちと矛盾しているにもかかわらず。その果ての社会は、生命力が低下して当然なのかもしれない。いのちの前提・原点をないがしろにしていることに気づかず、やってきてしまいました。

平飼いで外の運動場にも出て歩きまわる鶏たちは、自由気ままです。砂あびしたり、飛んでる虫をばくっ!ととって食べたり。飢えていると、餌の時には羽根を使ってバサバサバサと飛んできます。

メス同志のこぜりあいから、オス同志のボス争い、こちらを敵と思っているのか、スキあらば跳び蹴りしてくるオスもいて、めんどくさくてややこしい。けれどこれこそが本来のいのちの姿なのだろうとしみじみ思うのです。予定通りにも、思い通りにもならず、ごちゃごちゃして、いろいろでヤレヤレ・トホホと思うのだけれど、なんとなくあたたかい。

これって、子育てに似ていると思いませんか?

編集後記

連載・往復書簡 商売の楽しみ は今号はお休みします。今年はとても良い年でした。何が良かったかという、春と夏の2回大掃除ができたこと。京都に引っ越してきて以来、荷物を押し込むばかりだった押し入れの物を全部出し、それから納戸のものも全部出し、捨てる物は捨て、しまうものは便利のように位置を入れ替え、整理していると二階が広がったのです。すっきりした子ども部屋に、わが家で初めてのエアコンをつけました。すると、今年の夏は猛暑でした。エアコンがなかったら、この夏は眠れなかったでしょう。夏は洗面所と風呂場を整理し(これも越えてきてからずっと課題でした)、秋には友人が不要になったベッドをくれ、それが広がった子ども部屋に収まりました。捨てる物を捨てたせいか今年は身軽で、仕事も初心に戻ってがんばれた気がします。皆さんありがとうございました。12月からは店の営業日を増やして、月曜日から土曜日までの営業にしました。来年もどうぞ宜しくお願いします。(千晶)



らくてん通信

No 52 2010/12/20 発行
季刊 編集長・高島千晶



〒 602-8354 京都市上京区下立売通七本松西入西東町364-14 TEL : (075)811-4890 FAX : 020-4665-6740
exchange@rakutendo.com ツイッター http://twitter.com/chiakitakashima

営業日時: 月 - 土曜 (日曜 & 祝日休業) 午後1 - 7時

豆ランチパーティー報告・秋~冬

共同で店を持つ (9/26)

ゲスト: 米田量・岡聡一・中村明裕さん (カフェ・トリベル)

中村 美紀 (なかむら みき)



今回、豆ランチパーティーに夫と参加させていただきました。京都まで行って良かったです。

最初は、古本担当の中村さんのお話です。大学で哲学を学ばれたそうです。古本屋さんが夢で、インターネットでご自分が所有している2000冊の蔵書を販売するところから始められた。中村さんは、トリベルの近くに「はんのき」という古本屋さんを去年7月に共同で始められました。一人は28歳の男性、もう一人は32歳の女性だそうで、3人とも「古本屋をしたい」というところで一致したとか。トリベルはもともと個人の方のマンガ喫茶だったそうです。古本カフェなら人が入るのではないかと思ったことと、本というのは初版 重版 重刷となっていくんだけど、出版社によっては、三千部の本もあるし、何百部という場合もある。古本屋でしか手に入らないものもあり、新刊では手に入らない本の存在を知ってほしい、という思いがあるそうです。

3人さんとも、「意見が合わないのは当然」という気持ちは共通しているようですが、中村さんは、「彼を、彼女を分らない自分がある、そこから自分が見えてくる」「続けて行くことに興味がある」と仰っていました。

夫は、酒屋という商売人として「古本屋」さんにとっても興味を持ったようで、聞きたいことがいっぱいあると言って質問していました。ストレートに「古本屋で食っていけるか」ということと、「これはありますか」と聞かれて無い時はどうするのか、ということ。「売りがなくなかったものを買われちゃって、あとの仕入れはどうするのか」などといったことだったと思います。

パーティーの後、「はんのき」さんに連れて行ってもらいました。100年前の町屋だそうです。それぞれ3人の蔵書の一部が並んでいて、今売れた本が誰のものか分かるようにしてあるそうです。私は重松清の文庫本『幼な子われらに生まれし』を購入。

中村さんに「重松さんの本は好きですか」と聞かれたので、「はい。『かあちゃん』とか、『その日の前に』とか」と答えたのですが、本当は聞きたいことが別にあったのでした。

「重松さんの『愛妻日記』 あれはどういうつもりで重松さんがお書きになったのか」お聞きしたかったのです。でも若い男性には恥ずかしくて聞けませんでした。機会があったら今度こそ思い切ってお聞きしたいと思っています。

*

中村さんに続いては岡さんのお話です。

「人の集まる場所を作る」という仕事

週1日、大学3年の時からホテルで「岡バー」というバーもされています。大学4年の時に、「西海岸」という24時間出入り自由なコミュニティスペースがあった。2階に住人が住んでいて

入れ換わり立ち替わりがあった。学生・ビジネスマン・米田さんなどいろんな人がやってきている人と出会い話すきっかけがあった。大学卒業後福祉関係の仕事に就職してそこでも繋がりが生まれる。そこで出会った人たちがまた出会っていく。自分がそんなに動かなくても、自律(自立?)的に人が動いていくのがすごいと思った。が、体調を壊してなかなか回復に向かわなかった。体調が万全ではないのでぐずぐずしていたけれど、岡バーは続けていた。それは社会と関わって、流れが動きがあるから。

「共同で店を持つこと」については、3人それぞれ持っている「気」が違うのでそれが混ざり合って別の動きが生まれたらおもしろいのではないかと、思った。

「自己回復」としての仕事

福祉関係の仕事を退職後も身体の調子が悪いのが続く。溜まってきたものがあってしんどくなることはわかっていた。過食気味だったが、何かに没頭することでその衝動を抑えられるのではないかと、思った。できたものをそのまま食べるのではなく、「料理(調理するワンクッション)をする」ことで充足されるのではないかと、何かに没頭することや、やることがある、ということ、は、はけ口を探して症状が胃腸に表れていたことをカバーできるのでは。

*

続いて、豆料理クラブ会員・35歳の米田さんのお話です。米田さんもトリベルの他に別のお顔があり、宇治の無農薬の田圃農家さんと消費者を繋げる媒介をしているそうです(1時間働くとお米が2合もらえる)。そうやって、媒介する事が好き。人が持っている可能性・力にいつも感動し、生かしたいと思っている。ご自分も3畝づつ田圃と畑をしているそうです。中学は不登校だった。北海道の牧場で働いたが牧場主の3人の子どもたちと信頼関係を作れたことにより、回復に向かう。一人で生きられることを確認したかった。子どものために何ができるだろうと考えて、大学で臨床心理学を学んだ。自己回復しながら生きていくこと、人と関わりながら生きること。話す中でクライアントが変わっていく、その仕事で「カウンセラー」なんだけど、カウンセリングの場だけで人は変わるのか、「カウンセリングルーム」の外で変わっていくのではないかと。取り巻く社会や環境が大事なのでは。1200キロの四国遍路をした。重層的な場所。転機に立った人たちが四国を回るうちに、新しい自分に対応で

きる自分になっていく(自己調整)。四国遍路では、温かく受容される一方厳しい自然がある。その中で「かつての自分」「古いやり方」が破たんしていく、そして新しいものを得ていく。

揺るがされていなければいいことではない(意味を持たない、という意味かな)ことも、揺るがされているからこそその中で「ふっ」と出会いが起る。自律的な人間の力があり、身体は変わろうとしているし変わる力がある、そこから社会や環境に目が向いた。

ここで、米田さんから、それぞれが今関心を持っていることについて、皆さんの話を聞きたい、という提案があり、中東さん、佐藤さん、村岡さん・・・と、座っている順番で話しました。

米田さんの提案でお一人ずつ「関心のあること」を話して頂きました。一周した後、米田さんが仰ったことです。話す中で人が動こうとする力を感じる。話したことによって何が変わったか、感じて欲しい。みんなが自律の力を持っている。思っていることを言える場、環境を作り、シェアするだけで充分、では、それだけで力づけることはできる。「自由」ということ。喋りたいけど空気を読む。しかし、それを表現することによって、世界に対する働きかけができる。それによって勇気づけられ、生きる力に持っていける。それを信頼して良いのでは。自給自足(トリベル)を素人が作ること、「やってもいいんだ」と思ってい。い。「人から買わなければいけない」から「自由」になる。裁量が増える。融通が効く。

以上が私の書いたメモです。

夫が、豆ランチパーティーに参加するために京都に行くと言った時点で驚きましたが、自分の弱味を皆さんに話したので更に驚きました。病気や弱味を見せたり、個人的なことを話して時間を費やすことについて、男としては理解できないところがあるのだろうと常々感じていたので、3人のお話はまじめで真摯でストレートで正直、そして、自由でした。それに励まされたのだと思います。(病気知らずだった夫はこの夏体調を崩しました。今は薬で発作を抑えています。それもあり、「共同で店を持つとはどういうことか」と今回の豆ランチパーティーに参加させていただいたのでした。)

3人の話と、参加者の方々の関心のあることを聞いていて、多くは語らなくてもみんなそれぞれ色々なことを抱えて生きているんだなあと。3人はそれぞれに「いろいろあって考えてきたこと」がそれぞれの今の形になっているようでした。それは結論ではなく、今でも考えていることの途中にあるという感じで、繰り返しになりますが、まじめであり且つ自由さを感じました。

「自己回復としての店」という言葉は初めて聞き、新鮮でした。社会や国の役に立つようにと教育されたり期待されて、我慢や苦しみが伴って当然であり、多数派がそういう状況を選択するのだと思う。それを癒すための、癒しのグッズ氾濫が物語っている。私のように、そして夫のように、ここにずっとあるものをこの枠組みの中でそこから抜け出せない場合、どうしたらいいか。ご先祖様あっての自分であり、私たちには自由さがない。クソまじめ。枠の中で生きていると自分自身で更にその枠を強化したりしている。また、「自己回復としての」と、「自分が傷つかないように」ということとは違うのですよね。

炭焼き職人になった人や豆腐屋になった人、キャンドル屋さんになった人、図書館長になった人を思い出すと、つまり、自分の好きな仕事を生業とすること、と考えると分かりやすい。暮ら

しと、仕事と、目指すべき社会とか未来が繋がっている。そこには厳しいこともあるに違いないけれど、好きなことであり自分で決めたことなので我慢ではない。トリベルが、人を繋いだり、また違う繋がりに発展していく場所であり、彼らの役割であるところが、3人に一致していることなのでしょう。そしてそれが無理がないことなのでしょう。

家族でお店をしていると、自分と考えが違ってもそれもありかと、たいして話し合いもせず、流されていくことがあり、それを「相手を尊重」と言えば聞こえが良いですが、この体制に慣れてしまうと、ここに誰か別の人が入る、ということはなかなか難しかったりします。そうした場合、長く続けていくためには、自分ができる範囲に縮小することも「有り」です。というかそれしか無いと思いました。

いつもなら、私は、誰かの前で話すのに気が引けてとても緊張します。言った後に後悔が伴います。でも、トリベルでは全くそれがなかったんです。

あの時の、温かく、受け入れてもらえる空気を思い出します。いちど出来上がった思考回路の転換は難しいですが、結果がどうであっても「やってよかったんだ」「しゃべってよかったんだ」この言葉に変換するように意識しています。失敗してもやったから気付いたことや、喋ったから気付いたこと。やらなかったよりずっとそれはよかったんだ、とそっこのほうを信じようと思っています。

「6年近く、(食品と雑貨とフェアトレードが独立した)お店を作る、という夢を持っているのだけれど、それがなかなかできない理由が分かった気がしました」と、あの場所で私は話しました。小さいころから周囲の顔色を見て、枠の中で良い子に生きてきたなあと。思います。

店のことも「新たに大変なものを(経済的に、世間的に)背負い込む」という考えではなく、また「拡大」ということでもなく、私が自然食品や雑貨関係のお店を担当して(こっちは誰かとやることにする)、夫の仕事は夫が好きな酒関係だけにすることを指す。私は得意じゃなくても好きなことを仕事にできて、みんなにとって「自己回復」に向かう、という考え方もあるかな、と。やりたいことをやってみる、ということを背負ってみる、それについて責任を取ることが、「かつての自分の」「古いやり方が破たんして」「新しいものを得る」ことに繋がるのかも。

少しずつ進める方向で動こうとしています。それから同じ症状の岡さんと出会えたこともうれしかったです。がっつりと握手ができました。そして何と言っても、夫と二人で京都に行けたこと、これが何よりも楽しかったです！おわり。



パレスチナオリブ

家以外にはないんよ。せっかく元気になっても、こんな病気をもってたら、社会に出ていく場所がないんよ・・・」と、生きがいを見出せずに、ひとり孤独と闘っていました。

サリュとの出逢い

「これでは、いけない。」と思った僕たちは、妻の居場所探しをはじめました。地域の精神障害者支援センターの方に紹介され、見学に向かった妻が、目を輝かして帰ってきた場所、それがサリュでした。

サリュに通所しはじめた妻は、みるみる笑顔を取り戻し、またたく間に会話も増え、僕も心から「ほっ」としました。通所しはじめて2年経った今でも、妻の体調には波があるので、体調が良い時には週に2~3回、サリュに通えている状況です。

現在、妻はサリュに慣れ親しみ、「みんなの前では、本来の自分でいられる」と言います。今年度からは、「上京ころのふれあいネットワーク」という、病気や障害をもっている人たちが、地域で生きやすく暮らすためには?ということを考える会に、妻はサリュのメンバー代表として参加しています。

「病を抱えた私たちが、10年後、20年後、生きやすい世の中で生きているかどうか・・・それは、いまの私たちに懸かっていると思う」そう考える妻は、同じ境遇にある大切な仲間にもまれて、本来の自分を取り戻し、本当の居場所を見つけた。いまや、サリュは妻にとっても僕にとっても、失ってはならない大切な場所。僕はそう感じています。

「人として見て」

「病を抱えた奥さんで、色々大変ですね。」と、言われたことがあります。正直、「大変ではない。」とは言えませんが、本人が一番大変だと思う。僕は、妻のことを深い意味では、理解できないでいます。妻の思いや考えを聞き、お互い話し合った上で、ふたりのルールを決めていく。そんなことしか、できないのです。過去にこんなことがありました。

食事をとった後、体調が悪く別室で横になっていた妻を想い、僕は食器を洗いました。きれいに片付いた台所を見て、僕は妻が喜んでくれると思いました。ところが、妻は、「気遣ってくれたのは嬉しいけど、家事はウチにとって大切な仕事やねん。すぐに片付けられないことは申し訳ないけど、ウチにさせて欲しい。」と言ってきたのです。僕は「分かった。」と承諾したのですが、またある日、しんどそうにしている妻を見て耐え切れなくなり、僕は洗濯をしてしまいました。

すると妻は、「あなたにとって会社で仕事をするのと同じように、ウチにとって家事をすることは、社会的役割を果たすためにも、とって大切なことなんよ。こんなことすら満足にできてないけど、仕事で忙しいあなたの役に立ってるって思いたいんよ。それに、家事はウチのリハビリでもあるねん。お願い・・・分かって欲しい。」と悲しそうに言ってきました。

そんな妻に、「でも・・・しんどのに負担になり過ぎてへんか?頑張り過ぎてしまうところがあるって、自分でもよく分かってるやろ?もっと頼ってくれていいんやで。人に頼ることも大切やと思うで。」と自分の気持ちを伝えると、妻は「分かっ

た。ウチにとって、頼ることも勉強やし、しんどい時は頼るようにするわ。」と、応えてくれました。

そんな日常の些細な出来事を通して、僕は「病気を抱えているから、やってあげよう!」とか、「支えてあげない。」とか「協力してあげなば。」という考えは、大変おこがましいことなのだと気付きました。「病を抱えている人」ではなく、「ひとりの人間として見て欲しい」妻は、そう思っているのではないかと思います。

やっぱり妻は凄い

現在、妻は僕たちが出逢ったあの頃のように、とても明るくパワフルです。「病をもつ私たちのことを、一人でも多くの人に知って欲しい」という目標を持って、生き生きと輝いているように見えます。そして、何より妻の凄いところは、寝たきりになった時以来、距離を置いていた互いの両親に、自分から歩み寄りていったことです。

僕には正直、妻が全てを話したところで“拒絶”れたら・・・という不安の方が大きく、妻の行動に手を貸すことができませんでした。しかし妻は、自分の両親や僕の母親に、いま置かれている現状や以前の様子、そしてサリュのことを語り、自分の居場所を築き上げたのです。

以来、僕が長期出張に出る際には、しばらく実家で過ごすことが可能となり、僕も安心して仕事に向かえます。また、僕の両親や兄妹と、妻は密かに連絡をとっているようで、明後日の夜には、僕の母と妹と妻の3人で“女子会”と称して、美味しいものを食べに行く予定だそうです。(僕の夕飯は、どうなるのでしょうか・・・)

「病を抱えた奥さんで、色々大変ですね。」だなんて、とんでもない!「僕の妻は、病気を糧にどんどんパワーアップし、人生を大いに楽しんでいるのですよ・・・」こんな風に返答したら、やっぱり笑われてしまいますかね?妻いわく、強さや勇気を与えてくれているのは、「サリュ」なんだと。僕たちは、これから先も共に楽しんで生きていき

たい。そして、妻と一緒にあって本当によかったと思っています。

僕の思い(正会員加入について)

妻と寄り添って13年間、妻の病のことで誰にも相談できなかったことが、ないわけではありません。妻が辛かった時期は、僕も辛かった。妻の病には、もちろん薬が必要だろうが、多くの人の力が妻を支えてくれている。サリュに通いはじめて、人と人とのつながりの大切さを改めて感じました。

いままでは、妻が変わっていく姿を、ただ傍で見ているだけでしたが、サリュという存在の大きさを知ってからは、「もう他人まかせではいけないのだ。」と、心を突き動かされました。サリュは、僕たちにとって大切な場所だから、自分たちの手で守り続けていきたい。一人では大きなことはできないけれど、みんなで力を合わせることで、成し遂げられることが増えるかもしれない。そして、サリュに集う者の家族同士が、意見交流できるようになれば、僕はとても嬉しいです。

大変長くなり恐縮ですが、最後まで読んでくださり、本当に有難うございました。

転載

僕と妻とサリュ

ある通所者の家族の手記

女性のための精神障害者共同作業所サリュ（NPO法人 Salut が運営）は、楽天堂の近所にあります。豆料理キットのシール貼りなどの内職をしてもらって、お世話になっています。『サリュ通信』vol.22（2010年10月発行）から、以下の記事を転載させていただきます。とても胸うたれました。（千晶）

ごあいさつ

皆さん、はじめまして、こんにちは。僕の妻は、精神的な病を抱えており、2年ほど前からサリュに通所しています。今年5月に行われた総会をきっかけに、僕はサリュの正会員になりたいと強く思いました。その理由については、後ほど触れさせていただきますが、その後、所長である瀬端さんから、“家族”という立場から、思うこと、感じられていることなどを、作文してくださいませんか？そして、よろしければ『サリュ通信』に載せさせていただきます。」と、今回のお話をいただきました。

はじめは大変驚きましたが、総会でサリュのメンバー及びスタッフの方々が、力を合わせて懸命に取り組まれている姿を見て、「僕にできる事ならば・・・」と、お引き受けしました。しかし、僕はとても口下手で文章力もありません。そして、公の場で、このように自分の思いや体験を語るのは初めてなので、不安な気持ちもありますが、僕の思いを綴らせていただきます。

妻との出会い

僕と妻は、学生時代アルバイト先で出逢いました。僕は当時大学生で、彼女は看護学生でした。彼女には、“いろんな臨床経験を積んで、ホスピスで働きたい”という大きな夢がありました。僕にも何となく、「将来的には、こんな仕事に就きたいなぁ」という思いはありましたが、同い年ながら、彼女ほどの目標はなかったと思います。

アルバイト先では、新人をトレーニングする立場であった彼女は、テキパキと仕事をこなし、持ち前の明るさでいつも楽しそうに振舞い、そして、休憩時間には、教科書を開いて、将来の夢に向けて熱心に勉強をしていました。僕はそんな彼女に惹かれ、交際を申し込みました。

妻の発病

大学生生活もアルバイトも恋愛も、何もかもが順調にいった5ヶ月ほど経ったある日、彼女から突然、「ごめん・・・。病気になった。」と告げられました。はじめは事の重大さを把握できなかったのですが、泣く泣く彼女が退学届けを提出し、「何でこんなワケのわからん病気になったんや！」と、あんなに明るかった人が自暴自棄になっていく姿を見て、僕はどうしたらよいのか分からなくなっていきました。「勉強は苦手やねん」と笑いながらも、自分の夢に向かって、あんなにも必死に頑張っていた彼女が、精神的な病を発病したことで、夢が絶たれてしまった・・・。人生において、大きな挫折というものを経験したことのない僕は、そんな彼女に掛ける言葉がありませんでした。しかし、一年間療養して病状が落ち着いた彼女は、後ろを振り返ることなく就職活動をはじめ、とある企業に就職しました。この頃の僕は、『病気』といっても一日中寝込んでいるわけじゃないし、仕事にも就けるようになったのだから、もう病気は治ったんじゃないかと、彼女の病を楽観的に考えていました。

結婚

お互い社会人として数年たった頃、若干若い二人でしたが、互

いの両親の了承を得て結婚しました。妻のことが好きだから、一緒に居たいと思う気持ちが大きかったから、僕たちは結婚したのです。

「もう治ったんじゃないか？」と思い込んでいた妻の病には、“体調の良い時と、そうでない時”という具合に波があり、結婚前から妻の病は、やはり完治していないのだと気付きはじめました。そして、妻と一緒に住みはじめて、僕は、ふたたび妻の病と向き合うことになりました。

それでも、一日から、長くて半年ほど病の症状がみられない時もあったので、僕にとって、そんなに大きな問題だという認識は、まだ無かったのです。

寝たきりとなった妻

長い間症状が出ることもなく、落ち着いた生活を送っていた妻が、「いまから看護学校を受験したいって言ったら、反対する？」と、僕に尋ねてきたのは、25歳の秋でした。妻は、「もう自分は、看護師としてフルタイムでは働けない体なんやってことは分かってる。それに資格を取っても、今のウチは、ホスピス勤務には就けないかもしれない。でも、それでもいいから、ウチは看護師になりたいねん。」と、訴えてきたのです。18歳の頃から、傍で妻を見続けてきた僕にとって、妻の意思に反対する理由など、ありませんでした。

妻は会社を退職し、あんなに「苦手だ」と言っていた受験勉強に没頭。翌年、見事に看護学生に返り咲きました。合格通知を手にして、「ありがとう。ありがとう・・・。ほんまに、ありがとう。」と泣き崩れた妻の姿を見て、一番感極まったのは、僕かもしれません。それからは、主婦としても学生としても、妻は何事も一生懸命に取り組み、忙しい日々を送っていました。そんな矢先、何事にも頑張りすぎてしまう妻の性格が災いしたのか、ふたたび病が妻を襲いはじめました。

病は徐々に悪化し、とうとう学校にも通えなくなりました。光や音を怖がる、食欲・意欲も落とし、そして、どんどん痩せ細っていき、妻の顔から、笑みをも奪ってしまいました。あんなに明るく、身支度にも気を配っていた妻が、一人でトイレに行けなくなり、風呂に入ることも顔を洗うことすらできなくなって、毎日同じパジャマを着用し、長い髪は絡んだ状態で、一日中布団の上で「死にたい。辛い・・・」と嘆くようになりました。そんな変わり果てた妻を見るのは、毎日とても心苦しかったです。僕は仕事柄出張が多いので、寝たきりの妻の傍に、当分の間の食材を並べて、仕事に向かわなければならなかった時が、何よりも心を締めつけられて辛かったです。だけでも、一番辛く苦しい思いをしたのは、妻です。後に妻は、寝たきりで“人型”にカビが生えた絨毯を指差し、「ウチ、生き延びたよ！」と、疲れきった表情をしながらも、笑いながら言っのけました。本当に妻の強さにはかないません。

寝たきり期間は、合算すると2年近く続いたのですが、あの頃は僕も妻も、「迷惑は掛けたくない。」という理由で、互いの実家には言えずにいました。相変わらず体調には波があり、調子の良い日が続くと、妻は自分の居場所を求めてパートタイムの仕事に就きました。しかし、また調子が悪くなって寝たきりとなり、仕事を辞めざるをえなくなる・・・。そんなことを数回繰り返すうちに、妻はすっかり自信を失い、「ウチの居場所は、

オリーブでつながるパレスチナの人々と私たち お互いのエンパワーメント (10/ 24)

ゲスト：皆川万葉さん（パレスチナ・オリーブ）

徳田 恵美子 (とだ えみこ)

当日は、資料としてパレスチナオリーブ通信「ぜいとーらん」のバックナンバーとパレスチナノイスラエルの年表をいただきました。持ってきてくださったザータルスティックやアーモンド（美味しかった！）をかじりながら、お話をうかがいました。

地中海に夕日が沈む国

パレスチナの南はエジプト、東はヨルダン、北はレバノン、シリア（その向こうはトルコ、ギリシャ）です。では西は？西は地中海です。皆川さんの「地中海に夕日が沈むんです。とてもきれいですよ。」という言葉が印象に残りました。

自他共に認めるベストチーム

オリーブオイルの輸入と販売を始めて12年になるそうです。パレスチナオリーブのパートナーである「ガリラヤのシンディアナ」も結成されて十数年だとか。シンディアナの現在のメンバーは自分たちのことをベストチームと言っている、ほんとに良いチームだ、と話す皆川さんの顔が嬉しそうで、今まで重ねてこられた交流の深さを感じました。

写真

パレスチナに行かれたときの写真をスライドで見せてもらいながら話をきいたのですが、被占領地であるという緊張感を強く感じさせる写真は少しかったです。“ヤバそうな所”では無理して写真を撮らないようにしていたからだそうです。もしイスラエル側に目をつけられる行動をとっても、自分はせいぜい強制送還くらいだけど、一緒にいるパレスチナの人にどんな迷惑がかかるかわからないからです。

パレスチナとの関わり

大学では国際政治をやりたいと思っていてもともと関心があったけれども、一番のきっかけは1993年の「オスロ合意」のニュースだったそうです。日本では良い出来事として報じられているけど、本当だろうか。現地に暮らす人たちにとっては違う面があるんじゃないか。ひっかかる、もっと知りたい。そう思っていた1995年、「パレスチナ子どものキャンペーン」のスタディーツアーがあり参加、初めてパレスチナを訪問されました。

それまでパレスチナというと政治的なイメージが強かったのですが、現地に行ってみて、自分たちと同じようなあたりまえの日常生活があることに気づいたそうです。政治的なことだけでなく、生活のことももっと知りたいと思い、帰国後、大学の専攻を国際政治から地域研究に移し、1998～99年にかけてパレスチナへ留学されました。

パレスチナの様子

1998～99年のパレスチナ（ヨルダン川西岸地区）、世界中の援助が流れ込んでおり、いわゆる箱物援助が多かったそうです。見せていただいたスライドにも、きれいな建物と整った花壇が写っていました。難民キャンプは放置されているのに、町には立派な建物が増えていく。爆撃による破壊と“復興”のための援助がずっと繰り返されています。建築資材はイスラエルから買う、つまり爆撃と援助でイスラエルが潤う仕組みがあるのだそうです。

アラブ女性というと、髪をスカーフでかくし足先まですっぽり長衣でおおっているという姿を思いうかべます。けれど、皆川さんがみたパレスチナ女性たちは、さまざまでした。家族だけ 女の子だけなら服装は自由でスカーフをしてなくてもOK。しかし男の人がいると必ずスカーフと長衣になる。イスラム教徒が多いけれど、キリスト教徒もいる。年配の女性には読み書きできない人もいるが、識字率はほぼ100%。一般的にパレスチナは子どもに教育を受けさせることに熱心とのこと。

現地で一番困るのは移動の制限なのだそうです。外出禁止や道路封鎖、分離壁、検問所。とつぜん外出禁止になったりする。きついときは、一週間で認められた外出時間はわずか5時間でした。こっそり外出する人もいるそうです。（皆川さんも行ってしまったことがあるとのこと！）分離壁の写真も見せていただきました。コンクリートの板を地面に隙間なく打ち込んでいったような巨大な壁です。検問所では、理由もなく足止めをされます。長時間待たされます。そこに“検問所ビジネス”がうまれました。足止めされた人たちにお茶を出したり、荷物を運んだり、という商売をする人がでてくる。遅しい！

料理の写真もありました。米はおかずの一種という扱いなので、パンと一緒にでてる。ご飯にはスープをかけて食べることが多いそうです。アラブサラダと（親しみあるからかいを込めて？）言っておられた料理があり、作り方は1. 玉ねぎ、きゅうり、トマトをこまかく切る 2. にんにく、レモン汁、オリーブオイルをかける 3. 以上！（これなら私にも作れそうです）

オリーブ

商品用のオリーブは、傷つけないように手で摘みます。その日のうちに加工すると酸化しないそうです。オリーブは水が少なくても育ちますが、水があれば収穫量は増える。北に行くほど水があるので、オリーブは北部に多いそうです。他にはオレンジも栽培されているとか。南部ではブドウを作っているそうです。

カゴ作り

ナツメヤシやオリーブの枝を編んでカゴを作るというのは伝統的な技術で、すたれてしまっていたものを復活させたのだそうです。技術の習得がむずかしく、習い始めた10人のうち2～3人が残るくらい。商品レベルのものが作れるようになる人は少しかたか。でも女性たちは、カゴ作りという挑戦を楽しんでいるそうです。生産者が元気なのは、仕事がある、世界の人に自分たちの作ったものを買ってもらえている、ということが自信になっているから、とおっしゃっていました。ただ、生活全体はとても不安定とのこと。

イドナ村女性組合の刺繍製品

パレスチナの女性は基本的に刺繍ができるのですが（町の若い娘さんは違うかも？）、それを製品化するのが大変なのだそうです。自分たちでマーケティングができない、売り先を探すのが大変とのこと。また、多くの刺繍団体があり、競合している状態だそうです。

実物を持ってきてくださっていたので、前から気になっていたエプロンを購入しました。ほんとうに丁寧なクロスステッチです。両側のちょうど良い所にポケットがあって、そこにも刺繍が。身に着けるのが嬉しいエプロンです。

ナーブルスの石けん

石けんを作るのに（最後の乾燥も含めて）約一ヶ月かかるのだそうです。そして重労働。時間と労力がかかっているのですね。経験の浅い人は、経験者の仕事をじっと見て覚えていく。経験者

は、あれこれ説明せず、やって見せる。そんな職場をみるにつけ、職人さんの世界だなあ、と感じるそうです。現在はだいたい週3～4日働いているということですが、外出禁止令がでると工場に来ることができなくなります。工場を稼働させることができなくて、月給でなく、週給や日給にしていたときもあるそうです。

イスラエル
イスラエルについても話してくださいました。イスラエル人は基本的に親切で、外国人旅行者にも優しい。でも検問所ではパレスチナ人に対してひどいふるまいをする。パレスチナ人だけは別扱いなのです。兵役があり、男性は3年、女性は1年9ヶ月、軍人として働きます。非政治的な兵役逃れをする若者は多いそうですが、政治的な拒否者（良心的兵役拒否）は投獄されます。

中国、タイなどからの外国人労働者が増えており、それまで工場やユダヤ人の農場で働いていたパレスチナ人がしめだされるという状況にあります。町には外国人労働者のための店もできているそうです。（看板を漢字で書いている店の写真がありました）

公用語はヘブライ語とアラビア語。（アラビア語は一応、という感じ）イスラエル政府は「ユダヤ人の国」をつくりたいわけで、移植者を「ユダヤ」で染めようとするのですが、旧ソ連からの移植者は取り込めなかったそうです。移植者の数が多く、かたまっただけで暮らしていきってしまうから。

貧富の格差が大きくなってきている。国の予算からは教育や福祉が削られている。住み心地の良い国ではない。矛盾の大きな国だと感じる・・・などなど。

現地に暮らす人々にとってどんな国なのかという視点だったので、とても新鮮でした。

パレスチナオリーブで扱う商品は地元でも使われているか

地元では高価なものなので住民は買えないとのこと。地元用の石けんは、輸入物の安いオリーブオイルを使って作られるそうです。それすら、イスラエル企業がアジアからの輸入した石けんより高く、収入のない家庭は輸入石けんしか買えない。ザータル、キャロブシロップは、同じものが地元でも流通しているそうです。

パレスチナオリーブのこと
発足は1998年（まだ大学院在籍中！）、本格的に取り組み始めたのは2000年から。平日はアルバイトをして生活費を稼ぎ、土日にパレスチナオリーブ、という生活だったそうです。

今は皆川さんと専従スタッフ、パートさんたちで活動しておりますが、儲かりはしないそうです。「儲かるなら大手がやりますよ」と明るくおっしゃっていました。そりゃそうだ、と参加者も納得。儲からなくても赤字にはしない、続けられないから。経費をなるべくかけないようにする。たとえばパンフレット。知り合いにデザインしてもらって、価格が下がったケナフ紙を使って、一度に15000部作った。すると1部10円から15円でできる（おお、と感嘆の声が参加者からあがりました。私も驚きました）。お客さんが他の人に伝えて、宣伝してくれている。

食事の後にも、質問に答える形で話があり、それがいつの間にかフェアトレード認証や仲卸（なかおろし）についての座談会みたいになっていきました。素人の素朴でまっとうな疑問に対し

て、参加者それぞれの仕事や関わりを元にした発言が重ねられて・・・私は聞く一方でしたが、とてもおもしろかったです。ほとんどメモでできていないので記憶に頼って書きます。

フェアトレードという言葉が広まったのはいいが、フェアトレード団体もいろいろある。生産者を対等なパートナーとして見ていない、共存できる関係を築けていない、イメージ作りのため商品の一部をフェアトレードにしてそれでおしまい、という団体の存在。購入者側も、フェアトレードと銘打った商品には関心を示すが、そうじゃないものは良くない商品という感じを持つ人がいる（認証をとっていないフェアトレード商品もある）。商品自体や生産者に関心がおよばず、フェアトレードと表記してある商品を買うだけで関心が止まってしまう。国外との貿易だけでなく、国内の生産者とも公正な取り引きができていないのではないか。フェアトレード認証制度の問題。認証をとるためにかかる時間、手間、お金を負担できない生産者と業者はラベルが貼れない。オーガニック認証と同じ問題をかかえている。

パレスチナオリーブは基本的に仲卸していない。仲卸すれば販売数が増えるかもしれない、増えれば生産者をより支えられる。でも販売先がどんな店かわからない状態で商品を送り出すことはしたくない。悩むところ。規模の小さい小売店側からすれば、少数の注文を受け付けて店に卸してくれるような仲卸業者の存在は、ありがたく力強い存在。だから開業することができた。

正解があるわけじゃないのですね、きっと。それぞれの現状 何を優先させたいか、どの手段がとれるか、どんなコストなら負えるのか に向き合って判断するしかないのだらうと思います。自分の知らない現場の、単純じゃない現状を垣間見ることができて良かったです。

日下部 伸行 (なかべ のぶゆき)

本当に色々な事を感じて考えていました。「働くこと」とか「生きること」とか、今僕は考えることが多いので、皆川さんのお話は良いきっかけになりました。

でも、あまりにも沢山色々な事が頭の中をぐるぐる回っていたので、当日の感想をお伝えする時、自分が何を話しているのか、良く分からない状態でした。今もまだ整理がついていないのと、先月末からずっとバタバタしていたので感想が遅くなってしまいました。

パレスチナの日常を知るとということは、僕にとっては初めてのことでした。常に戦争状態の地域とか、爆撃や悲惨な光景の写真とか、そういう断片的なものしか見たことが無かったような気がします。

イスラエルの兵士は、恐るべき存在としてイメージがあるのですが、そのイスラエル兵も、パレスチナ人ではない外国人には友好的だったり、ごく普通の表情を持っている、という話にはっとしました。でも、パレスチナ人相手にはどんなことでもする。戦争ってそれが普通なのでしょうが。

暴力的な世界で兵役を終えたイスラエル人が、普通の生活に戻った時、家族に暴力をふるったり、軍隊で自分がやってきた



ベジタリアンフェスティバル 出店報告

岩井 尚美 (いわい なおみ)

10/3(日)、ベジタリアンフェスティバルで西村正人・さゆりさんご夫妻と一緒に出店させていただきました。楽天堂さんをはじめ、来ていただいた方々、応援していただいた方々、皆様ありがとうございました。

ベジフェスに来ていただいたお客さんがお店を訪ねてください、私も嬉しい限りです。そうなんです。楽天堂のブースに来られた方の多くが、私達は楽天堂の店員だと思われていて、「私達は会員なんです」と言う「えええええ！！」と言う反応でした。「何で??」と言う感じ。楽天堂の会員からしたら特別なこととは思わないけど、確かに、そう言われるとそうやな。でも、よく考えてみると、以前の私ならベジフェスに出店するなんて考えられない私が、出店するという機会を与えてもらえる。なんてすばらしい！お陰で、一時的とはいえ協同でお店を切り盛りして助けあいながら作業する、たくさんのお客さんの反応を共有しながら私達も励まされる。また新たな繋がりが生まれる。などなど・・・。

確かに、大変な事もありますが、それも含めてよい経験をさせてもらえました。本当にありがとうございました。色々な方がお店に来ていただきましたが、印象に残っている方々・・・医療関係の方で、健康志向の患者さんにお豆のことを聞か



れる方が多く、情報不足を感じていたが、豆料理クラブを知ることが出来てよかった！！患者さんにも紹介しようと思います、と言って数種類の豆料理キットを購入されていました。また、お豆を通した様々な繋がりに感動される方... (ええええ！！豆料理クラブってお豆の料理教室やってる会じゃ無いんですか?!)それから、京野菜の農園をされている方(社長さん)が興味を示されていました。

千晶さんも書かれていましたが、片づけはじめたときに数人の外国人の方の一人がエゾゲリンスープをえらく気に入っていただき、ちょうど雨も降って後片付けにちょっと嫌気がさしていたところで、とても励まされました。レンズ豆もミントも購入されて、レシピもお渡ししました。作ってくださるかしら？「エゾゲリンスープ」と言う変わった名前に惹かれて来られた方もいらっしゃいました。「エゾゲリンスープって何だろう??前を通った時に気になった。どんなものか知らない」と夢に出てきそうだから・・・と買ってくださいました。

「豆の魅力キット」を使って「豆のワークショップ」

むらおか わかこ



も毎回さまざまな豆料理にチャレンジしています。

第一回目には、同じく会員の山上公美さんに応援をお願いして、小豆のノンシュガースイーツや緑豆もやしなどを紹介していただき大好評でした。

その後もいくつかの豆料理をご紹介しましたが、いつも千晶さんがワークショップでされる「なぜ世界中で豆が食べられているのか?」という肝心のお話がうまく説明できませんでした。そんな時に発売されたのが「豆の魅力キット」でした。

早速「ここから」で使って、皆で順番に声に出して読み上げました。千晶さんの素敵なイラストも入っていて、絵本のようになりやすく「根粒菌」について書かれています。(わたしはそれがうまく説明できなかったのです)。このとき、秋場さんの豆をさやごと乾燥させたものを楽天堂からお借りしていて、実際に「根粒菌はコレです」と見ていただけたのも良かったで

す。参加者の方は子どもを抱きながら「ふーん、なるほど」とうなづいてらっしゃいました。

続いて「豆の魅力 その2」では、秋場さんの銀手亡と「豆のゆで方」「楽しみ方」がていねいに紹介されています。キットに沿って「ゆで汁も飲んでみましょう！」と鍋のふたを開けたとたん「わあ、おいしそうな匂いがする！」とお母さんの一人が言いました。実際に一口味わってみて、さらにそのおいしさに驚き、赤ちゃんにも飲ませてあげます。

キットの中の「少々固ゆでの豆も、煮くずれた豆も、それぞれ違ったおいしさがあります」という箇所が私は好きです。楽天堂の豆のワークショップの、答えやレシピを提供するのではなく自分の今の好みのポイントを見つけるといっていか様をよく表していると思うのです。

その後、サラダやスープもそれぞれ作っていきました。今回は皆で相談して、銀手亡とキャベツ、しめじ、玉ねぎと塩・こしょうで味付けしたポタージュスープになったのですが、何度も「おいしいねえ」と言い合いながらいただきました。子ども達もカップをなめるほどの勢いでした(笑)。毎回新しいおいしさに出会えるのには、本当に感心してしまいます。

「豆の魅力キット」を使うと、私でも大事なポイントはずさず豆のワークショップができるのが頼もしかったです。娘が自分で味付けできるくらいになったときにまた、友達親子と集ってぜひやってみたいです。豆料理に興味を持ち始めた方へのプレゼントにもいいでしょう。

ソウルの旅 (前編)

伝統茶と伝統菓子

山上 公実 (やまがみ ひろみ)

今年の夏、一週間韓国ソウルを訪ねました。お隣の国、韓国の旅は初めて。足を踏み込んだことのない異国で出会う人、建物、料理、言葉、におい……。いろんなことを想像し、期待に胸を膨らませました。

旅の第一の目的は韓国の食文化に触れること(一週間だけだけれど……)。大阪鶴橋にあるコリアンタウンや京都に数件ある韓国家庭料理の店、伝統茶房には行ったことがあるけれど、本場で食べる料理はどんなだろう……市場は？屋台は？

ソウルのいんちゃん仁川空港に着き、まず目指したのは韓屋(ハノク) - 伝統家屋が立ち並ぶ北村(ブッチョン)というソウル市内の地区にあるゲストハウス。昔ながらの建物を改装したゲストハウスはとても落ち着き、一泊朝食付きでたったの3000円。「朝食はパンではなく、韓国式の朝ご飯をお願いします。」と頼むと、落花生入りご飯・海苔のナムル・もやしのスープ・プルコギ(焼き肉)・いりこのごまがらめ・菜っ葉の炒め物・オレンジジュース・ぶどうとりんごのデザートが付いてきました(!)。こんなにいいんですか?! 初日の朝ごはんから韓国は期待を裏切らないな〜と満たされた気分でした。

韓国の食文化、といっても触れられるのはたった一週間。なので西洋風のカフェやレストランには一切行かず(もちろんこれも今では韓国の食文化なのでしょうけれど) 伝統茶房・伝統菓子店・市場を主にいくつかまわることにしました。

韓国では果実や穀物、花、野草など身近にとれる材料を使った飲み物を緑茶も含め「お茶」と称して飲んできたそうです。緑茶は仏教と深い関わりがあったため、李朝時代に仏教が排斥されて儒教が重んじられると共に、だんだん飲まれなくなってしまったという歴史もあります(もちろん現在緑茶は飲まれていますし、ソウルでは緑茶専門店も人気です)。

ざっと韓国の「お茶」を並べてみると……ゆず茶・なつめ茶・五味子(オミジャ)茶・かりん茶・干し柿茶・ざくろ茶・しょうが茶・シナモン茶・ゆり根茶・高麗ニンジン茶・桑の葉茶・菊茶・紅花茶・ばら茶・あじさい茶・梅茶・とうもろこし茶・ドングレ(あまどころ)茶・くすみ茶・松の葉茶・蓮茶・よもぎ茶・笹茶・たんぼ茶・アカシアの花茶・シャクヤクの花茶・木蓮の花茶・茶の花茶……とその種類は豊富です。

日本でもさまざまな野草茶や柿の葉茶・びわ茶・黒豆茶・きし豆茶など、その土地にある植物をお茶として飲んできましたが、韓国も同じですね。韓国の伝統茶房ではやかりん茶、ゆず茶、なつめ茶、シナモン茶、数種の漢方茶などがいただけました。

たいいていお茶請けがお茶と共に出されたのですが、これがどれも美味しい。たいいていのお茶は蜂蜜などが入って甘味があるので、お茶請けの方は甘さ控えめです。韓国の伝統菓子の特徴は、うるち米やもち米、木の実やごま、果実、豆、などを使用していて、甘味は蜂蜜や天然の素材を使い、色付けは着色料に頼らず自然の色。「菓食同源」の思想が生きたお菓子なのだそうです。

ソルギ(米粉の蒸し餅)は豆やかぼちゃ、よもぎなどが練りこまれていたり、茶食(タシク)は黒ごまやきな粉、松の花粉などを蜂蜜で練った、日本の落雁のようなもの。ヨッカジョンは、ごまやえごま、松の実、ピーナッツなどを水飴でまとめた日本のお

こしのような飴菓子。菓食(ヤクシク)はもち米、なつめ、松の実、栗をごま油と蜂蜜、しょうゆで味をつけ蒸したおこわ。カンジョンはもち米粉を酒で練って揚げ、蜂蜜を塗り、砕いた乾燥もち米をまぶしたお菓子。そのほかにも水飴につけて食べる棒状のお餅、カレトクなどもあります。

驚いたのは、韓国では生栗を食べるということ。ある茶房でぎんなん、生栗、レーズンのお茶請けが出てきたのですが、この生栗が甘味がありこりこりと美味しいのです。

それから花煎(ファジョン)という、食用の花をお餅の表面に付けて焼いたものは見た目にも美しい。ツツジの花を使った花煎を見ている私に、知り合った韓国女性は「私たちは山登りをしていてお腹がすいたら、咲いているツツジの花を摘んで食べるわよ。」と。

街や市場ではいろいろな「おやつ」屋台が立ち並んでいました。棒状のもちを唐辛子などで甘辛く煮た「トポッキ」やごまやナッツ、黒糖などを包んで焼いた、甘いおやきのような「ホットク」、ベビーカステラのような、中にくるみが入ったくるみパン……「ホットク」は韓国のおやつ人気ナンバーワン、なのだとか。スナック菓子が流行している世の中、こういう素朴なおやつ文化が廃れずに続いていって欲しいものです。ソウルの街では何もかもが新鮮。今回は市場や食堂めぐりです。



【シナモン茶(ケジャチャ)】体がぼかぼか温まります。シナモンと生姜を煮出すだけ

【材料】(4人分)
シナモンスティック 30g、生姜(薄切り) 1片、水 1L、蜂蜜(お好みで)
【作り方】
1) 生姜とシナモンスティックを分量の水と一緒に火にかける。

2) 沸騰したら、弱火で約20分煮出す。色と香りが出てきたら、濾して出来上がり。お好みで蜂蜜を入れてください。

【茶食(タシク)】きな粉やすりごま等を蜂蜜で混ぜた柔らかい落雁風お菓子

【材料】(12個分)
きな粉 40g、蜂蜜 大さじ1 + 1/2 ~ 2
【作り方】

1) きな粉をボールに入れ、蜂蜜を少しずつ加えてスプーンで混ぜ合わせる。(注)生地がべたつたりすぎないように、蜂蜜は一度に入れずに状態をみながら入れて下さい。

2) 生地が全体になじんできたら手でこねてひとまとめにする。

3) 生地を12等分し、丸型や菱形など、好みの形に成形する。

写真は韓国で購入した茶食用の型(タシッパン)で型抜きしています。きな粉の他、すりごま、うぐいすきな粉、はったい粉、あずき粉などを使ってもいいです。



ことに罪の意識を覚えて苦しんだり、日常の生活に影を落とすことになるのだそうです。

虐げる側は「正義」を掲げて虐げているのだらうけれど、虐げることによって、彼らは幸せになるわけではないのだ、というところに気づきました。

でも、じゃあどうやったら幸せになれるのでしょうか。イスラエル人だって、自分や愛する人を不幸にしたいわけがないのに。

僕は皆川さんの活動のおかげで、パレスチナに出会いました。もちろん歴史的な経緯とかは知識としてもっていたのですが、それだけでした。

でも、皆川さんという、とても素敵なお方と、美味しいオリーブオイルのおかげで、パレスチナが好きになります。オリーブオイルを使う時に、皆川さんのことを思い出したり、何となくパレスチナを想像することができるということは、僕にとっては幸せの一つになります。

……と書いてたら、サン=テグジュペリの『星の王子さま』を思い出しました。

「あなたが、あなたのバラの花をととてもたいせつに思ってるのはね、そのバラの花のために、ひまつぶしをしたからなんだよ」

「ひまつぶし」なんて言うと誤解を招きそうですが、何かの為に時間と手間を使って、その何かがどんどん大切なものに思えてくる、というのはとても素敵なことだなあとと思います。

豆ランチパーティーもそういう場かも。今回は皆川さんというバラの花を囲んで、(決して「星の王子さま」のバラのようにわがままというわけではないんですよ)それぞれ何かを作ったり買ったりして持ち寄って、みんなが皆川さんを大好きになって、皆川さんと一緒になって活動しているパレスチナの人たちを好きになる。集まった人同士も大切な存在になる。

こういうあたたかいやり取りが、豆ランチパーティーでも話題になっていた「フェアトレード」の理想の形なんじゃないかな、と思うのです。

僕の場合は、エクアドルの山奥で色んな人と大自然に出会って、「ひまつぶし」したからエクアドルのコーヒーが好きなのであって、決して「公正な貿易」とか「環境保護」という大上段の正当性を求めたわけではないんです。

パレスチナの為に、殺し合いを止める具体的なことを何一つできていないけれど、パレスチナのことを思い出して、オリーブオイルを通じて応援することが、何かのお手伝いになればと思います。

多分なんですが、貿易とか商売にはそういう効能があるんだと思っています。知らない相手を知ること、想像すること。商品という物を通じてその向こう側を思いやることができたなら、商品を作る人も、同じように買う人のことを想像することができたら、お互いに良いものを安く買いたたいたり、粗悪品を高く売りつけたり、そんな対立関係を乗り越えられるのかもしれない。

作っている相手や売っている人を思い浮かべることができたら、とても楽しいですよ。『星の王子さま』の中で、作者と王子さまが別れるシーンと同じです。

「夜になったら、星をながめておくれよ。ぼくんちは、とてもちっぽけだから、どこにぼくの星があるのか、きみに見せるわけにはいかないんだ。だけど、そのほうがいいよ。きみは、ぼくの星を、星のうちの、どれか一つだと思ってながめるからね。すると、きみは、どの星も、ながめるのがすきになるよ。星が

みんな、きみの友だちになるわけさ。」

「フェアトレード」なんて言葉を使わなくても良くなればいいのになあ。参加者の方で、商社にお勤めの方が、「会社で商品を扱っていても別に『アンフェアトレード』をしているという意識は無いんです」とおっしゃっていましたが、その通りだと思います。

僕も、コーヒーがアンフェアに取り扱われているということを知ったのは、つい数年前のことです。コーヒーのことはずっと前から好きでしたが、生産者のこととか取引価格のことなんか考えたこともなく、美味しいものをちょっとでも安く買いたい、と思っていました。

でも、安く安くというのを追求していくと、当然ながら生活できなくなる誰かがいるわけですよ。友達が八百屋をやっているけど、「あっちのスーパーと同じ値段で売ってよ」とは言わないと思います。「ちゃんとお金払うから、これからもよろしく」と思える関係にしたいと思います。

相手がだれか分かっているとそういう風にするけれど、分からなければ気にも留めなくなるということは、ありがちなことかもしれません。そうなりがちなら、やっぱり知り合いを増やした方が良さなあ。知り合いが世界中に増えれば増えるほど、何か食べるたびに「あぁこれはこんな風にうちに届くんだなあ、ありがたいなあ」と思えるかもしれません。

そういう関係を作る為に、やっぱり今はお金の不要な世界ではないので、僕自身がお金とか仕事と向き合いつつ、自分のお金の使い方を考えて行ければいいなと思います。

イスラエル人とパレスチナ人が、同じ食卓で一品持ち寄りできれば素敵なんですが、まあ、今の僕には今いる場所で、小さなことをすることが大事なんだなと思います。

西洋医療と整体

二つの世界を行き来する (12/5)

ゲスト：池田文一さん(池田醫院院長)

水田 裕之(みずた ひろゆき)

久しぶりに豆ランチパーティーに参加させていただきました。今度、2月に豆ランチパーティーで話す機会をいただいたのですが、豆ランチパーティーの場で話しができるのだろうかといった不安を少しでも解消したいという思いで参加したのと、自分が14歳の時に血液の難病になり長期間入院したのですが、それが病院の西洋的な治療法ではなく治った(でも病院では緊急的には命を助けてもらった)体験があるので、今回のテーマにはとても興味がありました。みなさんと食べたおいしい食事にお腹も満足したのですが、お話しもずっしりしたものでした。充実した時間をすごせました。どうもありがとうございます。時々はこのふううに人のお話を聞かせてもらったり、みんなで食事をしたりすることは大切なあと帰り道に感じていました。

池田先生は西洋医療の現場で長年働いてこれ、現在は自身の医院を開業されながら、仲間の病院にも応援に行っておられるとのことで、今も西洋と東洋両方の医療現場で活躍されているかたです。

東洋医療といっても、野口整体をされているということでふつうの整体とも違い、ふだんはあまりなじみのないものです。「ふつ

うの整体」といっても様々なのですが、自分が思い浮かべるのはカイロプラクティックのようなものとか、骨や筋肉に働きかけて施術するようなものをイメージするのですが、お話を聞いているとそういうものとは一線を画すものだと思います。

病気になると、とくに病状が深刻なものになるほど、いろんな治療法を探し回ったり、友人や知人が心配してくれて、いろいろと紹介してくれたりするものだと思うのですが、やはり気になるのが、それによって治癒するのか、その治療法が自分の頭で理解ができるようなものなのか(あるていど科学的なものなのか)ということが気になります。池田先生によればその考え方自体が、すでにほとんどの日本人が刷り込まれている「体を機械としてみる」考え方のなさです。

池田先生の治療の方法は、一見はふつうの整体をしているようにも見えるそうなのですが、内容はまったく違って、池田先生と患者さんがお互いに楽器を演奏して音楽を奏でているようなものと表現されていました。それは今の西洋医療とは違って、目には見えないものを見ていく世界ようです。

例えば背骨にはその人のすべてが印されているショーケースのようなものさそうで、背骨のどの部分がずれているとある症状が出る。ではその背骨のずれは、じっと観察したり、レントゲンを撮ったりすると誰にでも見えるかというところではなく、「あの人は寂しい背中をしているなあ」といった、その寂しさを見るような世界なのさそうです。

人にほんとうの体力があれば、どのようなものを食べようと、西洋的な治療や予防接種などの「毒」は、体が排出し、食の乱れや、現代治療を受けたこととらわれる必要はないとのこと。大切なのは悪いものを排出できるようなほんとうの体力があること。でもほとんどの人はもうそのほんとうの体力はないとのこと。

食や医療にとらわれないということは、考え方も執着がないということで、池田先生は西洋、東洋どちらの医療の場にも楽しむことができるそうです。そして縁のある人だけが、池田醫院に訪れるようになるそうです。

千晶さんが書いておられた、体力もない、生き物としてのセンスもない自分たちの今後ですが、たしかに千晶さんのお父さんのような身体や心にはなれないかもしれないし、そして池田先生のように食べ物にもどんな医療にもとらわれずに生きていくことも難しいかもしれないと思います。でも、やっぱり食べ物は大切だし、どんな医療を選択していくかという気持ちも持ち続けるだろうと思うのです。自分は農作物を育てるので、やっぱり食べ物が身体や心に与える影響は多いような気がしています。池田先生はコンビニ弁当でも大丈夫かもしれませんが、自分が10年間、コンビニ弁当だけ食べたらどうなるかな(たまには食べるけど、)。)

豆ランチパーティーの翌日、たまたま友人がやってきて、彼女は子宮筋腫を患っていて、手術するかもと。池田先生が前日、「筋腫なんてダムの工事現場で土方仕事すれば治る(つまり贅沢な食事に運動不足ということだと思うのですが)」と言われていた話もしたのですが、彼女はもうずっと長年粗食で、ダム現場とはいわないまでもかなりの肉体労働を日々している人でした。

見える世界でさえ十分に見ていない自分たちが、見えない世界まで理解することはなかなかできないであろうし、病気になる原因というのもしっかりなかなかわからないと思います。それでも自分の身体に耳を傾け、いろんな人の手助けや縁で回復に向かう希望も残されているものと思いたいです。

でも、千晶さんのお父さんは、池田先生の言われていた年をとっても病気をしないタイプの人そのままですね。焚き火のようににはなれなくとも、湯たんぼくらいにはなれたらと思います。現代人の自分はホッカイロでさえも難しいかも。でもアイスノンにはなりたくないなあと思いました。

北川 けんいち (きたがわ けんいち)

講師の池田先生は47歳で独身。医療器具が一つもない24畳の部屋で身一つで金土日京都で診療を行い、他の日は大津の自宅から高速に乗っても1時間もかかる病院に勤めておられるということです。そこでは、周りから「何とかレントゲンを撮って診断して欲しい！」とお願いされたら、月に1度位は撮影されるそうです。そして、たばことコンビニ弁当を何よりも愛用し、「子ども以上にワクワクするものが在るのですか・・・」と言われる程、子どもに愛着を持たれている空手5段のお医者さんです。とても人間的で魅力的な先生ですので、今からの私の断片的な報告でも関心を持たれたら、是非第2日曜日11時からの「お話し会」(参加費千円)に出かけてみて下さい。

何も置いてない病院

医療器具で何が分かるのか？疑問！痛み・・・痛みを取ると他で出てくる。1年、2年とかけてその人の身体とつき合い、その人の身体が行きたい方向に援助していく。色々な症状は自分でその内に治っていくもの・・・病気は直接の死ぬ原因にならない！90歳になって死んでも、その死因は何か？と問う世の中。救急病院には「自然死」と書かないように・・・の通達。

思いこみは悲惨な結果を招く

情報が偏る 思いこみ 悲惨な結果。欧米ではインフルエンザは自宅待機が一般的。95%は自然に治る。日本の基準は医療の事を何も知らない厚生労働省の技官が決める。肺ガンはタバコが原因との刷り込みがあるが、タバコの影響が最もあるのは咽頭ガン。偏った、何が良くて何が悪いといった見方をすり込まれる事はとても悪い。良いか悪いかは本人次第である。悪いものは自然に出るようになっている。

実感が本当

同じ体重でも、重く感じる赤ちゃんと軽く感じる赤ちゃんがいる。体重測定計れない“生存感覚”“身体感覚”といった実感が本当ではないか。計測できるものは信じてないし、人間を理解する方向性として計測で決めるのは間違っているのではないか。

センスについて

女性は、子どもが小学校を卒業するまでは専業主婦でいて欲しい。生活する事が中心になっていくと、自分のスケジュールに自分の身体を合わせるようになってしまう。サラリーマンにうつが多くなってきている。会社勤めをしてうつになるのは、その仕事やその会社がその人に合っていないから。それは、その人のセンスの悪さでもある。妊婦で「いつでも生まれてきていいよ」と言える女性はいいセンスの持ち主。生き物としてのセンスが悪くなってきている。親のセンスが悪いと子どものセンスも悪くなる。見えないものを捉える能力が極端に落ちてきている。女性の身体は絶滅危惧種な程壊れてきている。数十年でみんな帝王切開にならないかと心配している。

麹と共に暮らすと、麹の波動に呼応して、暮らしも発酵するが如く味わいが深まる気がします。微生物達が自然の調和のもとに香しい味を醸すように、人生もふくよかに彩られて行く。私自身、麹に学び、育てられ、沢山の感動と感謝と幸せと出会いを頂いています。麹のお陰で私の世界はとても大きく広がりました。様々なご縁と多くの人の後押しに導かれ、麹と言う物が図らずも自分のライフワークとなった幸運を心から有り難く思います。

そして今、私は志を同じくする素晴らしい仲間恵まれ、次世代に麹食文化を伝え遺すべく、新たな活動に取りかかっています。先人達の智慧を礎に、新しい麹食文化を創造し、懐かしくも新しい日本の味を世の中に発信して、さらに多くの人達に麹の素晴らしさを広めて行きたいと思えます。その活動の詳細はもう少し形になってから追ってご報告させていただきます。

和の食に還る事は、和の心と呼び覚ます事。食べる人のまあるい笑顔が、歓びを紡いで行く。麹を通して人々が和の心を取り戻し、明るい未来を導きだすきっかけになれば幸いです。

＊

今回のレシピは私の麹料理の原点、甘酒を再びご紹介したいと思えます。

連載の一番初めにご紹介したのも甘酒ですが、この4年間で甘酒のレシピは、よりクセがなくまるやかな味を目指して何度もリニューアルして来ました。餅米とうち米をブレンドする所がミソで、華やかな甘味に仕上がります。美味しい甘酒を作るコツはしっかりと温度管理をして55?60を一定に保つ事です。ぜひ、料理用の温度計を一本ご用意下さい。麹は生き物です。愛情込めて優しい気持ちで「ありがとう」と唱えながら作ってあげれば、さらに美味しくなってくれるでしょう。

もうひとつ、とっても簡単な塩糍を使った小松菜の煮物をご紹介します。塩糍の出現で私の料理も飛躍的に美味しさを増しました。これはそんな塩糍の威力を存分に体感出来る、拍子抜けするほど簡単なのに、とびきり美味しい一品です。

小松菜とお揚げのたくたく煮



【材料】

小松菜 1束、えのき茸 1/2株、うす揚げ 1/2枚、塩糍 大さじ1 + 1/2 ~ 2 (適宜加減する)、水 大さじ2、ごま油 少々

【作り方】

1) 小松菜とえのき茸は3センチ長さにざく切りにする。うす揚げは3センチ長さの細めの短冊切りにする。

2) 鍋にえのき茸、小松菜、うす揚げの順に重ね入れ、上に塩糍をのせて、

水を加えて弱火にかける。小松菜がたくたくになるまで15~20分ほど蒸し煮する(野菜から水分が十分に出てくるが、万が一途中で水分が無くなったら、少し足す)。

3) 仕上げにごま油をまわしかけて器に盛って頂く。



甘酒

【材料】

うるち米 1 + 1/2合、餅米 1 + 1/2合、糍(生) 270g

【作り方】

- 1) うるち米と餅米を合わせて研ぎ、一晚浸水する。
- 2) 米をザルにあげ、水気を切り、炊飯器に入れる。米4合分の水加減で普通に炊く。
- 3) 炊きあがったら、炊飯器の電源を切り、時々かき混ぜて熱を逃がしながら温度計をさして65に下がるまで冷ます。
- 4) 65になったら、良くほぐした糍を加えて混ぜ合わせる。混ぜ終わると約55になる。
- 5) 炊飯器の保温スイッチを入れ、ふたは開けたままにし、ホコリよけと乾燥防止の為に布巾を一枚上にかぶせ、約10時間保温する。

【補足】

保温初期は表面が乾燥しやすいので、保温開始1時間半ほどしたら必ず一度かき混ぜる。その後は2~3時間に一度かき混ぜると温度を一定に保ちやすい。温度が上がすぎたら、20分ほど電源を切るなどして調節すると良い。

糍のコンディションや使用するお米の品種によって仕上がりには差が出るため、好みの甘さになるように保温時間は適宜加減すると良い。一般的には8~18時間の範囲内で調整が可能だが、時間が短いほどあっさりとした甘味になり、長くなるほどに糍のクセが立ってくる。

保存は冷蔵なら約1ヶ月、冷凍なら2~3ヶ月は可能だが、いずれにしても使っているうちに変な雑菌が入らないように注意が必要。また、長く冷凍するうちに冷凍臭がつく事があるので、早めに使い切るのが望ましい。

冷凍してもカチコチにならないので、冷凍保存しながら必要分をスプーンでこそげ取る事が出来る。また、そのままアイスとして食べても美味。

うるち米と餅米の配合比はお好みで調節しても良い。(例：うるち米1合：餅米2合) また、うるち米だけでも同様のレシピで美味しく作る事が出来る。

こうじ 麹遊び その15 (最終回)

私が麹そのものに出会ったのは確か今から5?6年前。ちょうど自然食や穀物菜食に興味を持ち、独学で勉強し始めた頃でした。アトピーが出始めた子供達、お酒好きの夫、そして自分自身の変革の為にがむしゃらになって食生活の改善を試みて、レシピ本や雑誌やネットなどから様々な情報を収集するうちに、麹から作る甘酒に出会いました。石川県はかぶら寿司などの麹漬けの食文化が今も一般家庭に残っているので、冬になるとどこのスーパーでも生の麹が手に入るという事もあり、甘酒作りに気軽にチャレンジする事が出来ました。それをどういうきっかけで料理に取り入れるようになったのか今となっては良く思い出せないのですが、何となく甘酒の醸す奥深い風味に惹かれて、気がつくオリジナルの甘酒料理を色々作るようになっていました。麹は実にさりげなく私の暮らしに入って来たのです。

当初、料理を仕事にする事は私の人生設計には全くありませんでした。ましてや麹専門になるなど誰が予想出来たでしょうか？それが今では自分の生活そのものを麹漬けにして、すっかり麹料理の先生が板についている。人生とは予測不可能なびっくり箱のようで、本当に面白い。

もともと私は美大で織物を学んだこともあり、染織作家を目指して育児の合間に徹夜しながらも必死に作品作りをする日々を送っていました。そんな中、一人の友人が私の家庭料理に目を向けてくれたのが、私の料理人への道の始まりでした。子供の頃から料理好きの私は自分のホームページで毎日の献立を写真と共に紹介していました。それを見た友人は「教えてほしい」と言って教室の出来る場所まで探して来てくれたのです。友人の熱意に後押しされて、戸惑いながらもママさん仲間での料理教室が始まりました。仲間内での料理教室は好評で、1~2ヶ月毎に1度のペースで2年間ほど続けました。

その他の場でも、私は人が集まる機会があればオリジナルレシピのマクロビスイーツを振舞いました。体に優しく美味しい物を皆に知って欲しい、ただそれだけの想いでせっせと作っていました。するとそれらスイーツも好評で「教えてほしい」の声はあちこちから上がるようになり、とうとう一般募集の穀物菜食の料理教室を始めるようになったのです。自分の作る料理が人に喜んでもらえる。それが何よりの原動力でした。

「世に求められる所に自分の為すべきことがある。」そんな想いが私の中にはあります。

独りよがりや自己満足にとどまらず、人の役に立つ事で社会と関わり合ってこそ、人生の意義を見いだせる。その求められる事が自分の得意分野なら大歓迎です。私にとって染織も料理も自己表現の手段としては同じでした。染織作家としての夢よりも、目の前に広がる活躍の場にやりがいを感じ、自分の活動を完全に料理へとシフトして行ったのです。

その流れの中で、楽天堂からの「麹遊び」連載の依頼は大きな転機でした。たまたま会員同士のメーリングリストで甘酒や麹の事が話題に上り、私も色々アイデアを投稿していたら、ぜひ「らくてん通信」で麹をテーマにしたエッセーの連載を、とのお話を頂いたのです。お引き受けしたのはいいが、さあ大変。麹の発酵食品には何となく興味があって甘酒や酒粕を時々料理に取り入れていた程度で、いざエッセーの連載となるとキッチンと勉強しな

ければネタに詰まります。「麹遊び」連載開始は私の本格的な麹探求の船出となりました。毎日、毎日、台所で麹と向き合う日々の始まりです。手探りで思いつく限りの事を試して新しい味を模索するうちに、麹の見せる様々な表情に夢中になって行きました。作るたびに、味わうたびに新しい発見と感動があるのです。

しかし、毎月開く料理教室へ向けてのレシピ開発は楽ではありませんでした。元来の凝り性から、納得いくまでとことん突き詰め、何度も、何度も試作と試食と失敗の繰り返し。頑張りすぎて胃袋にも気力にも疲労がたまって息切れしてしまい、1年半ほど活動をパタッとやめてしまった時期がありました。少し軌道に乗り出し、生徒さんもついて来た矢先の事。料理教室と言う活動形式は私には向いていないのかもしれないと思い悩みました。

でも、私に活動再開の勇気をくれたのは麹でした。「らくてん通信」の連載の為に細々と麹料理の研究はずっと続けていたので、新しいお菓子を試作しては友人達に食べてもらっていました。そして友人達の「美味しい、美味しい」と喜んでくれる笑顔を見ると私も嬉しくなって心が弾みました。やがて「麹の美味しさを、もっと多くの人達に味わって欲しい」との想いが募り「麹の美味しさと楽しさを皆と分かち合う場」が欲しくなりました。本当は甘酒カフェみたいな物が出来れば良いのだけれど、現状ではとても無理。じゃあ、やっぱり今出来る事は教室しかないのかな。と言う事で「麹料理教室」として活動を再開させたのです。

お陰さまで、今は積み重ねた経験から引き出しが増え、レシピ開発も無理なく出来るようになり、教室は毎回、歓びと感謝に溢れています。参加してくれる人達が麹の素晴らしさに触れて、感激しながら目から鱗を落とし、ふくふくとした表情で帰ってくれる。「素敵な物を教えてくれて、有り難うございました」と感謝してくれる。そんな反応を見るにつけ、私が自宅の台所で得た感動を何とか手渡す事が出来たと安堵すると共に、私自身が皆の笑顔に癒されて感謝の気持ちでいっぱいになるのです。そして、こんなにも人々を魅了し、幸をもたらしてくれる麹の力にただ驚き、有史以前から培われた微生物達の壮大な命の営みにしみじみ想いを馳せるのです。

残念ながら近年の急速な食生活の変化により、麹食文化の衰退には歯止めがかかりません。パン食が主流になり、ご飯を食べる人が減った。すると、米食に付随する麹食品の味噌汁、漬け物、醤油の類いが自動的に食卓から消えて行く。麹の需要は減る一方で、麹屋はどんどん廃業する現状。しかし、日本人は麹を愛する感性を失ってしまった訳ではないはず。私の教室の参加者のほとんどが初めは麹と言う物を良く知らずに来ます。でも、甘酒や塩糰の味に触れると素直にその素晴らしさを受け取ってくれるのです。きっと日本人には麹を美味しく感じるDNAが組み込まれているのでしょう。食生活が急激に変わっても、日本人が麹を食べ始めてから長い長い歳月をかけて細胞に刻み込んで来た味の記憶は、簡単に消え去る物ではないのです。きっかけさえあれば、人々はすぐに麹の味覚に再び目覚め、麹を食卓に呼び戻すはず。す

小紺 有花 (ここん ゆか)

重心について

左右だけでなく、前後もあれば上下もある。重心は丹田と一緒に、目に見えないけれどある。取って見せてあげられないものの中に大切なものがある。

痛みについて

人間の身体を理解するのに機械の発想になってきている。生き物の原理原則は「使えば良くなる」「使わなければどんどん悪くなる」という事。痛い！と訴えるのは一種の演技とも思える。痛いの、痛い！と言わずに踏ん張れるのは体力の差であり品のよし悪しでもある。痛い！と言うのはその人の表現、訴えである。年をとって手がしびれるのは老いに抵抗しているだけである。ぎっくり腰はその状況から逃げたいだけである。

身体について

食べ物なんてどうでもいいのであって、大切な事は食べた物を吸収する身体が問題なのである。ボクシングチャンピオンの長谷川穂積がおかんに言われた「起こった事は全てあなたの責任！」の言葉には共感する。毒を食っても、自然に排泄する身体を作ることが大切である。人間の身体は相矛盾することを同居させられる。例えば、力を抜くことと力を入れること。

病気について

病気になるのは自分の人間性の問題であり、病気に対する観念をシャッフルすべし。ガンが自然に消えるのは、生き方を変えたから。機械の発想から脱却して、生き物の感覚に戻ってきて欲しいと思っている。ベジタリアン・・・自分の生活のある物だけに偏らせすぎると社会から浮く事になる。病気の人を見ていて、自分の好きな事が出来ている人が一番元気になっている。病院が無くなれば一番いいと思っている。病院が無くなれば病人はいなくなるし、学校が無くなれば不良がいなくなる。確率は常に半々である。予防なんて本当は要らない。人生、すべからく半か丁かのどちらかである。

女性と男性について

大人になりきれない大人がいっぱいいる。子どもが子どもを産むと(産むべき身体でないのに産むと)産後うつになる。女性は目を使う職業はダメ！目は子宮と連なっている。男と女の違い・・・女の身体は複雑だが、男の身体は単純である。女性は精神が変わると生理が変わる、という風に分かり易いが、男性は頭で考えるのでなかなか変わらなくて頑固である。同様に、女の抵抗は体の抵抗であるが、男の抵抗は頭の抵抗と比較出来る。

池田医院でしていること

空手の気功も時には取り入れながら、整体操法で診療している。色々なものを勉強してきて、「方法が問題なのではなく、その人の生き方が問題！」という地点に到達した。整体操法とは基本的には「響き合い」であり、ジョイントコンサートみたいなものである。例えば、ピアノとサクソでセッションしようか・・・と言った感じ。街の整体と根本的に違うのは、機械を相手にするのか生き物を相手にするのかの違いである。生

き物にはそこにしか触れられない所があり、その人が元気を引き出せる方法を探っていく。カイロプラクティックは曲がっていることは悪！の立場。

さて、午前中、池田先生が話された事をメモをたよりに記してみました。「僕こんなことを言ったのかな？」と言われるかも知れませんが、本当のところを知りたい方は、池田医院に行って直接確かめて下さい。放射線から逃れる盲腸押さえの術も伝授してもらえるかも知れません。

その後自己紹介を済ませて、持ち寄ったおかずをみんなで美味しく頂きました。どれも作り手の個性が詰まっていて食べきれない程で満足でした。

食後の話し合いの中で、ねむさんが悩んでおられた、歯の矯正の問題の指摘がありました。池田先生は、歯は全身の表現である。歯を矯正することは全身に針金をかけるのと同じこととして矯正自体に反対だと主張されました。神様が創った身体であり歯である！どっかで妥協するかして、いじらない方が良く。また、虫歯になったら虫歯になったまま放っておいたらいい。野口整体で見えた子どもは虫歯にならない。それは体力の問題！とも言っ

ておられました。そして、病気にならないのが大事なのでなく、病気のある世界から抜け出すことが大事なことと言われながらも、最低限、自分の信念を押しつけるのを止めようと思っているし、その人の選んだ人生はその人の責任で解決すべし！と付け加えておられました。その意味でも、ねむさんの選択はそれで良かったのだと思います。

生き物としてのセンスがない(生きる力がない)人が増えてきていること

お先真っ暗のこれからを案じての千晶さんの涙は、竹内敏晴さんの一言で涙して全てを投げ打った若かりし無々々さんと同じように驚きです。やはり二人の純粋さは北川夫婦には全然ないものです。でも、目が輝いているのは第1次産業の人だけだ！との池田先生の話もありました。

キラキラと目が輝いている水田さん、バクバクと何でも食べるその奥さん、風邪を引いても自転車で桂から駆けつける西村夫妻、骨折を怖れないで合気道に精を出す千々石さん、そして山登りや古寺巡りにキャンプにと自然と遊ぶ高島家族など、この豆ランチパーティに集まっているメンバーでもセンスと希望がいっぱいじゃないですか。ケセラセラ・・・ノープロブレムですよ。

「人間も自然の一部」と言われて久しいです。人としての生きる力の衰えは、自然の荒廃と裏腹の関係にあるのでしょうか。人を相手にして、身体からの問題を提起された池田先生、次回の豆ランチパーティは、自然を相手にして、農業からのお話を水田さんに聞かせてもらえるのを楽しみにしています。

お知らせ

豆ランチパーティ 一品持ち寄り大歓迎！要予約
2/26 (土) 小さい農家の経営 ゲスト：水田裕之さん(京都府綾部市) 時間：10-15時 会場：乾窓院 会費：一般2000円、豆料理クラブ会員1500円、学生1000円、中学生以下無料
 *新規就農者として山間の限界集落に移り住み、家族で小規模な野菜や米作りに励んでいる水田さんに、これまでの歩みを振り返りつつこれからの展望を語っていただきます。



エクアドル・インタグの森の中から (8)

人と森の繋がりのお話

ウインドファーム・日下部 伸行 (さかべ のぶゆき)

「また会えるなんてちょっとした驚きだよ」

雨の中出迎えてくれたカルロス・ソリージャさんの、それが最初の言葉でした。

AACRI (アークリ: インタグコーヒー生産者協会) の焙煎工場のあるアプエラから車で1時間ほど走り、カルロスさんの家の最寄りのバス停に到着したときの事です。そこから更に1時間ほど歩いた所に、カルロスさんの家と農園があります。

最初に彼に会ったのは、福岡でした。カルロスさんが東京・福岡・大阪での講演活動の為に来日し、ウインドファームを訪れたのが2008年6月のこと。DECOIN (デコイン: インタグの生態系の防御と保全) の副代表として、インタグでの鉱山開発反対運動と、森の生物多様性を伝えるための来日でした。その時僕も、カルロスさん来日にあわせて福岡に滞在していたのです。

福岡での講演の翌日は、次の講演の場である大阪まで同行。当初はカルロスさんが一人で大阪へ行く予定になっていたのですが、急遽「カルロスさんの秘書」ということにしてもらい、大阪での2つの講演会場への潜入が実現したのです。

福岡から大阪へと向かう道中、大阪での講演の合間に、たどたどしい英語で色んな話をしながら、カルロスさんの人柄に触れ、今度は自分がエクアドルへ行こうと決意しました。それが、わずか3ヵ月後に現実のものになったのです。

カルロスさんが愛してやまないインタグの森。話でしか聞いたことの無い世界を、自らの目で見ると喜び、その美しい姿、澄んだ空気、森に囲まれた家。降りしきる雨さえも、彼にとっては愛しい存在なのです。

日本にいる間、彼が語り続けたその美しい世界に実際に身を置くということは、何とも夢物語のような不思議な気分でした。

朝、少し早起きをしてバードウォッチング。近くの滝までの散歩。散歩の途中の森の話。森の中には、誰も正確には分からないくらいに多くの動植物がいて、それらが互いに自分がないものを補い合いながら生きているそうです。樹木には着生植物が生い茂り、全身毛むくじらのお化けのような姿をしていたり、ある木は他の植物から身を守る為に、表皮を自ら落とし、サルスベリのようなツルツルの肌になって、生い茂る着生植物を防いでいました。

着生植物が沢山付着して、時々樹木の方が耐えかねて倒れたり枝を折ったりしてしまいます。

「それは木にとって悪いことじゃないの？」

「倒れた木自身が大地にとって養分になるんだ。それに、木が倒れることで森に光が差し込むし、そこに新たな生命が生まれる。植生が常にダイナミックに変化していくんだよ」

生物の営みの中からたった一つの現象を取り出して、そこに善悪の概念を持ち込もうとするのも、随分と浅はかな考え方でした。自然は、もっと深いところで色々と考えて存在しているのです。カルロスさんが、愛する森の中で何よりも夢中になっているのがランの花です。世界中に30,000種以上もあるとされるランの中で、エクアドルには約4,000種のランが存在するのだとか。

彼は、自宅の庭に「ランの道」を作っています。森の中で倒木を見つける度に、それを自宅に持ち帰り、庭にその倒木を置いていくのです。木には沢山の着生植物がいて、時には一本に

10種類以上のランが見られることもあるのだそうです。

「たまたま持ち帰った木から見

つけたこのランは、どの植物図鑑にも載ってないんだよ。」

そう言って、彼は嬉しそうに小さな花を見せてくれました。そう言えば、カルロスさんはとても優しい笑顔で、とても楽しげに話をしてくれます。福岡と大阪で、講演の為に一緒に動き回っていた時は、少し疲れた表情で、幾分苛立った雰囲気の時もあったのですが、森の中では本当に穏やかで幸せそうです。

福岡や大阪では「空気が悪い」「森が無い、木が無い」とぼやいていましたが、なるほどこの環境で暮らしたら、都会の人ごみや大都市間の移動が楽しいはずがありません。この森の中でこそ、彼は彼らしく、優しい笑顔で、多くの動植物と共に生きているのでしょう。

カルロスさんが自宅の「ランの道」を紹介してくれた時、植物と菌の面白い話をしてくれました。

「菌根 (mycorrhiza) というのがあって、植物はそれによって大地から栄養分を吸収するんだ。この土地は雨がなくて、栄養分も一緒に流れてしまいがちなんだよ。だけど、流れてしまう前に菌が栄養分を自分の体内に取り込み、その菌を通して、ランなどの植物は栄養を吸収するんだ。自然というのは弱肉強食の世界だと思いがちなんだけど、こういった共生の関係を持っている。奪い合うんじゃなくて、お互いの無いものを補い合う関係って素敵だと思わないかい？」

その言葉通りに、カルロスさんの農園は、色々な作物が助け合うようにして植えられています。コーヒーを単独で栽培するのではなく、バナナ等少し背の高い作物を植えることで、コーヒーにとって大切な日陰を作る。落ち葉などが堆積することで土は肥沃になり、化学肥料や農薬を使うことも無くなる。単一の換金作物だけで収量を増やし、収入を増やそうとするのではなく、多様な作物を育てながら、森と、大地と共に生きる。森から豊かさを奪い取るのではなく、森の豊かさの中で共に生きるという姿勢が、そこにあるのです。

エクアドルに来るまで、カルロスさんは「森を守る人」というイメージが強かったのですが、実は彼がただ一方的に森を守っているのではなく、森もまた彼を守り育てていたのです。「森と共に生きる人」と言ったほうが適切かもしれません。

そして、インタグで出会った多くのコーヒー生産者達も、異口同音に大地の恵みに感謝して、お金ではなく、この土地と共に生きていきたい、という思いを口にしていたのです。

遠く地球の裏側の、僕たちの食卓へとやって来るコーヒーが、そのような優しい思いの結晶だとしたら、僕たちはほんの少しだけ、あの美しい森と共に生きることが出来ているのかも知れません。



カルロスさん (右) と筆者

アイルランド
愛蘭土より (8)

アイルランドの経済

It'll be all right

ハミルトン 純子 (はみるとん じゅんこ)

この記事を書いている11月の終わり、日本ではまだまだ知名度の低いアイルランドが、大きくメディアを賑わせたようです。その2週間ほど前にも、アイルランドの経済危機が報じられていると妹から聞き、こちらが驚いたくらいでした。私たちが2年前に移ってからすぐから、大きな景気後退期に陥ったアイルランドでは、不動産バブル崩壊、銀行の破綻、失業率の上昇など経済危機のニュースが日常化しているので、何を今さらという印象でした。

今回、世界での大きな報道に繋がったのは、アイルランド国家自体が破産しそうになって、EUとMF(国際通貨基金)に救済を求めたからです。事実上破綻した銀行を国が救済すると決めたものの、それが巨額すぎてとても国家の手に負える額ではないことがわかったというお粗末な顛末です。EUに救済を求めることになったため、もはや問題はアイルランドだけのものではなく、EU全体、さらには世界経済にも影響を及ぼす可能性が懸念されたのです。

こちらでは銀行についての報道が出る度に負債額が増えてい雪、予想以上に破綻しているのは明らかでした。原因は不動産バブルの崩壊です。ここ15年あまりの大きな経済成長を遂げる陰で、不動産は異常に高騰していました。実はアイルランド人は不動産に対する執着がとても強く、不動産による財テクへの関心が極めて高かったのです。好況に乗じて我も我もと不動産を求め、銀行もどんどん貸し付けていたのがバブル崩壊で一挙に焦げ付いてしまった。昨年すでに税金による銀行の救済が行なわれていたのですが、そんなことで賄えるレベルではなかったわけです。

国は救済する条件として出された課題をクリアするために、政府はこの先4年間にわたる緊縮財政計画を発表しました。その計画には最低賃金の値下げ、福祉の大幅カット、公務員の人員削減、住宅税の導入など、厳しい税制案が出されていますので、人々の生活にじわじわと影響が出てくるだろうことは否めません。そして、一番大きな打撃を受けるのが低所得層の人々であることは間違いありません。そのため、バブル期に流入した東欧圏や中国からの移民が流出するのは止められませんが、特に若い人たちが仕事に就けないので国外へ出て行くので、国が衰退するのは目に見えています。

ただひとつ、私がホッと胸をなで下ろしたのが大学にかかる費用。これから子どもを大学に進ませる我が家にとっては大きな問題です。この国では大学はほとんどが国立で、登録費だけが徴収され、学費は無料です。学費の徴収については数年来議論されていますし、前年まで800ユーロだった登録費が、昨年から一挙に1500ユーロに値上げされたので、大幅な引き上げを心配していました。でも今回の計画書に提案されたのは約3割増の2000ユーロにおさえられていたので、日本と比べると大学教育にかかる費用はまだ低いのです。

たしかに大変な問題をかかえているアイルランドですが、こちらの生活には目に見える変化は何もありません。街はすでにクリスマスのイルミネーションが点灯し、ショッピングの人々にぎわっています。不景気を反映して、物価の値下げは顕著で、ありがたい面もあるのです。

アイルランドの「It'll be all right」(何とかなるさ)精神でここまで来てしまった経済。悲観的な要素ばかりが目につきますが、持ち前の粘り強さと反骨精神でこの困難を乗り越えろと信じています。

クリスマス控えて、11月に入るとこの店にも登場するのがクリスマス菓子。中でも私も大好きなミンスパイを紹介したいと思います。



ミンスパイ

【材料】

パイ生地 (直径5cm程度のもの10~15個分)

薄力粉 200g、バター 100g、卵 大1個

ミンスミート

レーズン・カラント 各125g、サルタナレーズン 60g、りんご 1/2個、くるみ・オレンジピール 各25g、レモン 1/2個、ブランドー・ラム酒 (ダーク) 各小さじ1、シナモン・ナツメグ (粉) 各小さじ1/2

*ミンスミートの材料をすべて混ぜ合わせてピンなどに詰めて冷暗所に置いておく。できれば2週間以上ねかせる。そのまま1年以上保存でき、熟成しておいしくなる。

【作り方】

1) バターを1~2cm角くらいの大きさに切り、冷蔵庫で冷やしておく。大きめのボウルに小麦粉と塩をふるい入れ、冷やしておいたバターを加えて、両手の親指、人さし指、中指をつかってバターを指先でつぶしながら、小麦粉とあわせていく。手の熱でバターが溶けないように短時間ですること。

2) 全体にさらさらとした状態になったら、割りほぐした卵を加え、生地がひと固まりになるまで混ぜる。ボウルの底に残った粉は生地で掃除するようにしてまとめ、ラップで包むかビニール袋に入れて形をととのえ、冷蔵庫で30分以上ねかせる。

3) 生地を2つに分け、粉をふった台に出して、2mmくらいの厚さになるまでめん棒でのばしていく。焼く型の大きさに合わせて円形に抜き、それよりひとまわり大きい円形を同じ数だけ抜く。型の内側に大きいほうの生地をはりつけ、ミンスミートを型の2/3まで入れる。ふちに溶き卵を塗り、小さいほうの生地をふたをして縁をフォークを押しつけてしっかり閉じ、ナイフの先で空気穴を開ける。

4) 上面に塗り卵をして、200 に熱したオーブンで15~20分、ほんのり焼き色がつく程度に焼いて網に取って冷ます。冷めたら茶こしで粉糖をふる。

生地は水分が少ないと感じる程度でまとめるほうが、あとで扱いやすい

*筆者ブログ 愛蘭土の林檎の木の下で <http://granna.exblog.jp/>