

私たちの生活は多くの人、物、自然の恩恵を受けて成り立っています。しかし、日頃その恩恵を実感することは少なく、ともすれば当然のものとして受け止めてしまっていることもあります。

K氏は長年、仕事一筋で歩み、家事や子育てのすべてを妻に任せてきました。ところが、妻が六十五歳の時に体調を崩し五十日間入院したことを機に、慣れない家事を一人で担う生活が始まります。

なかでも苦労したのは食事でした。外食や総菜はすぐに飽き、自炊に挑んでも思うようにはいきません。趣味の海釣りでも釣った魚を煮つけにしようとして、醤油だけで煮つけたため、辛くてとても食べられるものではありませんでした。

作ることができる料理は限られ、献立も味付けも偏ります。楽しみだった食事は次第に重荷となり、献立を考えることにも、買い物に出ることにも嫌気が差しました。

そのとき初めて、妻が毎日献立を考え、家族の健康を気遣いながら食卓を整えてくれていたことの重みを知ったのです。

妻への感謝の気持ちが増えるにつれ、K氏は見舞いに通う回数が増えていきました。調理法や味付けを教わっては再び台所に立ち、少しずつ料理のレパートリーを増やしていきます。

妻は一時退院したものの、その後パーキンソン病を発症し、次第に筋肉が硬直するようになり自宅での介護が始まりました。できることが少なくなっていく妻を支える



日々の食事を通して 見えない働きを自覚する

日々に、心が沈み、疲れ果て、介護から逃げ出したくなることもありました。それでも、妻が元気だった頃、家族のために力を尽くしてくれた姿を思い起こすと、今度は自分が恩返しをする番だ」と気持ちを切り替えることができました。

やがて病状は進み、妻は寝たきりとなって再び入院しました。それでもK氏は、できる限り寄り添おうと毎日病院へ通います。

その後、K氏は家庭菜園を始めました。収穫を楽しみにしていたものの、苗は病気になり、野菜は虫に食べられ、天候により成長が著しく左右されるなど、思うようには育ちません。自分で育てる難しさを知ったことで、スーパーで食材を手軽に購入できることをありがたいと感じるようになり、食事の前後には心を込めて手を合わせるようになったのです。

江戸時代後期の農政家である二宮尊徳は「たとえ一粒たりとも、天地人の三徳によりて生ず」と説きました。一粒の米でさえ、「天の恵み」「地の養い」「人の働き」が重なって生まれます。だからこそ毎日の食事の中で食前食後の挨拶を繰り返し、恵みや働きを自覚することが大切になります。

食事だけでなく私たちの生活も数え切れない支えがあつて成り立っています。日常の食事に対する感謝の思いを広げ、多くの支えによって生かされている自分であることを自覚し、周囲の人々の働きに、また物の働きや自然の恵みに感謝の心を向けていきたいものです。