



お野菜さんありがとう

～菌ちゃん野菜作り～



「汚そうな生き物が大地の微生物を増やし、最高に元気で美味しい野菜を育て、そして自分につながっていく。」

菌ちゃん先生と言われている吉田俊道さんの言葉です。

わたしたちも園児と共に、また、食農教室の参加者と共に、菌ちゃん農法で野菜を育ててきました。

今回は吉田俊道さん著書「お野菜さんありがとう」から、わたしが見つけたステキな言葉を紹介します。

◇ブロッコリーさんごめんね

考えてみると、ブロッコリーさんもすごいです。今日はまで毎日青一色で必死に生きて育ってきました。そしてその一生の最後に、自分の根や茎や葉の栄養とパワーをふり絞ってつばみに集め、おしべとめしべを作り、そして黄色という新しい色をつくり、いよいよパワー満タン、「さあー花開くぞー……」という、その直前に切られて食べられるのです。

人間で言つと、結婚しようとした直前に、怪獣さんに食べられるようなものでしょうか。それでもブロッコリーさんは優しいから、こう言うような気がします。

「そんなに食べたいのなら、食べてもいいよ。だって、僕の仲間がちゃんと子どもを残してくれるから。」

だから、僕は君の中に入つて、君の体になり、心になって、君

の人生の中でひと花でもふた花でも花を咲かせてあげるからね……」

食べ物さんは、収穫され、調理され。その食べ物としてのい



のちは死にます。でも、そのいのちを支えてきた根源の力、つまりビタミン、酵素、微量ミネラルバランス、ファイトケミカル、そして生命力にかかわる未解明の栄養成分は、死なずに私たちにつながっていくのです。

◇アンパンマンみたいなお野菜さん

大きく育った大根を12月のうちに畑に戻すと、初夏のころには1本の親から、数千人の子どもがでけます。

「大根さんはスカスカになったけど、その栄養で数千人の子どもを産んだね……。大根さんってすごいねえ！」

「どうして大根さんはこんなにたくさん子どもを産んだんだろうねえ？」

子どもが考えて答えが出ないときは

「こんなに子どもを産める大根さんを、君たちはほとんどたべちゃったんだよね……」

そうすると、自分でタネをまいて、育てて、その大根さんの多くを食べた子どもたちには、大根さんの気持ちかわかるようになります。

「アンパンマンって知ってる？正義の味方のアンパンマンは、おながが空いている人がいたら、自分を食べていいよって言って、顔を食べさせるだろう？お野菜さんってねアンパンマンと同じくらいとってもやさしいんだらうね」

大根やニンジンを植えるおちゃんと立派な大根やニンジンが育ちます。親子のつながりがよくわかる体験になりますね。

◇感謝していただきます

たけの子では、食事の前に手を合わせて「それでは皆さん一緒に、かんしゃしていただきます」と言ってから食べ始めます。作ってくれた方に感謝、お野菜さんに感謝。わたしたちは「命」をいただいて、生かされているのですね。

辺見妙子

ミッシ教室



土手すべり



流しそうめん



田植え

