



生かされ、生きるチカラ。

## 人の役に立ち、喜ばれるものを作っていきたい。

旭川教会 内山裕史さん

北海道石狩平野のほぼ中央に位置する美唄市。内山裕史さんは、父が農園主を務める「内山農園」の後継として農業をはじめ6年になる。畑では、ホワイト・紫・グリーンの3種のアスパラをはじめ、大豆や季節野菜を作っている。作業は、朝早くから、収穫期ともなれば、未明からはじまる。アスパラは一本一本、手で収穫するため、時間的にも肉体的にもきついが、子どもを愛おむようにアスパラを育ててきた父と母の教えを胸に、一切の妥協を許さない。そうして丹念に育てていくことが「内山農園のアスパラは甘くておいしい」という消費者の声につながり、生産者としての責任を果たせた喜びを感じられるという。「人の役に立ち、喜ばれるものを作っていきたい」をモットーに、内山さんは今日も、農作物に愛情を注いでいる。



## 少食と心身の健康

およそ二千五百年前にあった話——コーサラ国王が、満腹になるまで食事をしたあと、苦しくなつて大きなため息をついたところ、それを見ていた釈尊が、「つねに心を落ちつけて、適量を知って食べる人は、苦しみが少なく、老いもゆるやかで、寿命をたもつのです」と助言するのです。すると、体の衰えや不調に悩んでいた王は深く反省し、食事のたびにこの言葉を唱えて、少しずつ食べる量を減らし、すっかり健康になつたということでした。

釈尊が挙げた言葉、「つねに心をおちつけて」というのは、智慧に基づいてものごとを正しく観たり、大きな視点でとらえたりすることを意味しています。では、そのような目で目の前にある食事を見ると何が観えてくるのでしょうか。動植物の生命をいただくという現実が、まずそこにあります。それから、自然の恵みを育て、加工し、届けてくれる人のご苦労や、食事を作ってくれる人の思いも観えてきそうです。また、一日に一度の食事もとれない人びとに思いを馳せ、自分の現在の幸福を味わい直す人も少なくないでしょう。情性で流し込むように食べるのではなく、心を落ちつけて食事に臨むとき、私たちは感謝にめざめるのです。

## 立正佼成会