⑦カレンデュラ収穫

なに他の野菜と違うんだろうね。感動的だなあ」「やっぱり土づくりですかね」という会話も聞こえます。

そして、鮮やかなオレンジ色のカレンデュラの花（写真⑦）。化粧水やハーブマザーチンクチャー（健康酒）として、また健康カクテルとして飲んだり、豊受オーガニクス化粧品としても生まれ変わります。

「指4本を花びらの下に置いて、親指は花の上に…。そしてすっと取ってください」

教えられたとおりに指を動かすと、意外にもポロッと花が取れました。何輪か摘んでいくと、手に花の油がつきますが、甘く良いにおい。「大きな花を遠慮なく穫ってくださいね。そうしないと、明日には枯れちゃいますから」

お花を穫ったらかわいそう、とつい素人の私は思ってしまうのですが、本来は、〝穫るべきときに穫ってあげないことが、かわいそう〟なのでしょう。次の年になれば、また花は咲き誇る。生命の循環を日々実感しているので、いのちをいただくことに対して、畏敬の念を抱きつつも、ニュートラルでいられるのかもしれません。

スナップえんどう、そら豆、絹さや、ウスイエンドウなどの豆類も順々に収穫していきます（写真⑧〜⑩）。その場で食べていいということだったので、ツタをはさみでカットしながら、豆を口の中へ。――メロンのように甘い！　野菜のはずなのに、果実のようです。とはいえ、ほのかな青臭さもあり、甘すぎるほどではありません。野菜が苦手な年頃の子もパクパク。春菊やコリアンダーの花など、珍しいものも見ることができました（写真⑪）。

⑧スナップえんどう収穫

⑨そら豆収穫

⑩ウスイエンドウ収穫

人と同様に、野菜も癒し育てる

ここで、参加者の方にお話を伺いました。東京からやってきた野口美穂さんは、お子さんの在宅介護などをきっかけに、この自然農を知ったそうです。

「昔は野菜嫌いだったんです（笑）。でもここで採れたものを食べたら、『うまっ！』て。理屈じゃないですよね。子どもにもどんどん食べさせるようになりました。以前は介護をしていたので、ツアーに行けなかったのですが、今日来れて本当に良かったです」

元リフレクソロジストという野口さん。彼女の他にも、今回のツアーには、セラピストが参加しています。インナーチャイルドセラピストのグラウス祐子さんもその一人です。

「昨年の北海道・洞爺（とうや）の農場では、一面に咲くエキナセアを眺めているうちに、心の奥底から何かがふつふつと湧き上がり、気づいたら涙が溢れていました。今日はカレンデュラを見ていたら、サーッと余計な感情が流れていって…。頭がグルグル悩みっぱなしでも、自然に触れると大したことがないと思えます」と話します。

ホメオパスの浅野典子さんは、3回目の参加です。フラワーエッセンスも実践しており、花が大好きなのだとか。

「野菜のお花が見たくて参加しました。ジャガイモのお花は、甘い野菜の香り。ナスのお花には気品を感じましたね。人が大切に育てたお花や野菜は、野生のたくましさとは違う、優しいエネルギーがあるように思いました」

まるでジブリの映画のような、平和な農場の景色……。浅野さんが語るとおり、ここで育つ野菜やハーブはとても幸せそうだと私も感じました。由井さんが、野菜たちの育て方の秘密について話してくれました。

「野菜が〝本来の形〟に戻るような育て方をしています。私は長年、ホメオパスとして、人がありのままの自分に戻れるようにセラピーをしてきましたが、植物も同じだと思いますね。

巷に出回る野菜は、品種改良でサイズを大きくしたり、窒素やリンを入れて色を濃くしているようですが、私たちは、そのようなことは行いません。

原型に近づくと、野菜のサイズは適性になり、味が良くなっていきます。野菜の色はうすく、根菜などは側根が発達し、効率よくミネラルを吸収できるようになります。土壌のミネラルを野菜が吸収し、そして人は植物からミネラルを摂ることで、栄養として身体に吸収していくのです」

⑪春菊の花

ホリスティックにセラピーや健康をとらえて

収穫後。農場の野菜などを使ったお昼ごはんをいただきました（写真⑫）。どの野菜にもうま味があり、味が今でも思い出せるほど。本当においしいものは、記憶として身体に刻まれることを実感しました。最後に、由井さんが大事なことを教えてくれました。

「セラピストの皆さんには、自分のセラピースキルだけにこだわるのではなく、食や考え方にも関心を持っていただきたいですね。どんなに良い水があったとしても、人も植物もそれだけでは育ちません。風が吹いて、豊かな土壌があって、雨が降り…風、水、土の気など自然界のさまざまなエネルギーを取り込み、いのちははぐくまれます。食や心、身体などが総合的に整っていくことで元気になるのです」

自然界がさまざまなものから構成されているように、健康や幸せも、セラピーや食などさまざまなもので支えられている――。セラピストは、このようなホリスティックな世界観を、常に意識してみると良いかもしれません。

日本豊受自然農の代表、由井寅子さん。農家に育った経験と、長年のホメオパシーの活動から、「アクティブプラント（植物活性液）」「野菜のためのマザーチンクチャー」など、独自の無化学肥料を開発し、農法の普及に尽力。また、セラピストに大切なのが、自身のインナーチャイルドの癒し。由井さんの最新の講演録、DVD『インナーチャイルド癒しの実践7』（ホメオパシー出版）が発売中。記事を読んだ方は、簡易版をプレゼント（数に限りあり）。admin@homoeopathy-books.co.jp

⑫ランチ

昼食は、農場のお米や野菜などをふんだんに使ったランチプレート。グリーンピースごはん、ミネストローネ、竹の子の水煮、魚の南蛮漬け、絹さやとにんじん、みょうがの酢の物、味噌田楽、サラダ、グレープフルーツ。さらに農場の小麦を使った焼きそばに、イカ焼き、豆乳で作ったヘルシーなケーキなど。素朴でありながら、エネルギーに満ちた豊かな食事。

ホメオパスであり、フラワーエッセンスにも精通する浅野典子さん。

元リフレクソロジストの野口美穂さん。息子さんを連れて参加。

インナーチャイルドセラピストのグラウス祐子さん。2人の娘さんと一緒に参加。

取材協力◎農業生産法人 日本豊受自然農株式会社　TE03-5797-3371　http://toyouke.com/