

# ムスピの会ニュース

発行  
ムスピの会  
出版部  
5 月の月齢

満月	5/6
下弦	5/12
新月	5/20
上弦	5/28



## スローライフのすすめ (14)

### 寄り道人生のすすめ

#### ねじれることでパワーが増す

「自然界には直線は存在しない」、と言われますが、川の流れがまさにそうです。陸地を流れる川はクネクネと曲がりながら流れています。それは蛇行することである種力が生まれるからです。ヘビやムカデが蛇行することで推進力が生じるように、川もまた、左右にねじれ回転することで、水のパワーを増しているのです。

川は蛇行によって水を浄化し、生き物が生息しやすい環境を与えてくれています。東洋一と言われた大阪の海遊館も、水流を生じさせることで、大水槽の浄化をしています。洗濯機の水流も同じ原理です。

したがって、護岸工事などで水の流れをまっすぐにしてしまうと、増水した水が一気に流れ下る際に洪水が起こり、魚貝類などの住処がなくなると、生物資源の乏しい川になってしまいます。

#### 寄り道や無駄な時間でリフレッシュ

蛇行しながら流れる川を見てみると、悠久の時の流れが感じられ、なんとなくのんびりした気分になります。それは、曲線自体に人間を形作るDNAの二重螺旋構造が共鳴するからかもしれません。道だつてまっすぐよりも曲がりくねっている方が、趣があります。

昔の飲み屋街は横丁が多く、横丁とは市街のメイ

ン通りから、横に入った細い道のことをいいます。昔は表通りで火を使う商売が禁止されていたため、横丁に煮炊きする飲食店が増えていったそうです。会社からまっすぐに家に帰らずに、ちよつと一杯ひっかけから帰るのが、仕事に追われる会社員にとっては憩い(充電)のひと時だったのでしょう。

私は、学校からの帰り道に寄り道して草花を摘んだり、虫と戯れたりするのが好きでした。そんな一見無駄に見える時間が授業で疲れた頭をリフレッシュしてくれる至福の時でした。

#### 日本人は節目を大切にしてきた

家造りに使われる木材は節の少ない檜が最高とされていますが、日本人の生活は節目を大事にする傾向が強く、節分や節句に邪気を払い、すこやかな成長を願い、お祝いしてきました。

人生の曲がり角である厄年も大事な節目として重んじられています。節の多い竹や杉が家財道具や家作りによく用いられたのも、この節に味わい深さがあるからでしょう。盆栽の木だって、枝ぶりの良いとされるのは、クネクネと折れ曲がったものが多く、まっすぐなもの面白みにかけます。

#### さまざまな体験が人を成長させる

料理を出す場合も、作ったものや買って来たものをそのまま皿に盛るのではなく、ひと手間かけて美しく盛り付けたり、薬味を添えたりすることでより美味しさが増します。食べ物動物のエサとは違い、彩りや盛り付け、香りを楽しみながら食べるこ

とで味わい深くなり、心身ともに癒やされるからです。

食べることも、単にカロリーを摂ればよいというのではなく、作る過程や食べる過程を楽しむことでよりパワーアップするのです。

人生に置き換えると、順風満帆に志望校にストリートに入学し、一流企業に入社し、出生するというエリートコースを選択するのもありますが、もう少し生活そのものを楽しみむゆとりや余裕があってもよいのではないのでしょうか。

貴重な時間を受験勉強にあけられるだけでなく、友達と交友を深め、いろんな体験をし、今しかできないことをしておくことが後々の人生の役に立ちます。なぜなら、人は体験を通じて学び、成長し、進化していくものだからです。

「あれもやろう!」、「これもやってみよう!」という創造性の世界に遊んでいると、エネルギーがみなぎり、熱中し、時間があつという間に過ぎていきます。

#### 時には道を外れ人生の醍醐味を味わう

現代人には寝食を忘れて没頭するような趣味や遊びが不足しているように思えます。進学や就職、出世という結果にこだわりすぎると、人生の面白みや醍醐味が薄れていきます。時には道から外れて、自分だけの時間をもってみませんか。

すぐに上手くいかなくても、試行錯誤しながら前へ進んでいくことでいろんな知恵が備わっていきます。成功とは無縁のつらく悲しい体験、怒りや恐怖体験もまた、人生に彩を添えてくれます。順風満帆の人生も良いですが、紆余曲折がある方が刺激的でワクワクしませんか。

一度きりの人生、大いに楽しみましょう。

原材料  
国産 100%

化学調味料・酵母エキス、たんぱく加水分解物、発酵調味料不使用  
魚介エキス、チキンエキス、フレーバー不使用  
食塩、香辛料、色素、でんぷん分解物不使用

# 野菜の美味しいだし



原材料：粉末椎茸（福岡産）、  
キャベツ粉末、玉ねぎ粉末、  
人参粉末、大根粉末、ごぼう粉末  
内容量：100g（5g×20 パック）  
販売価格：1,998 円（税込）

国産野菜の皮や芯を余すことなくまるごと使用した  
体と環境に優しい野菜だしです。

野菜をミックスすることで、風味豊かで奥深い味に  
なりました。食塩や調味料を使用していないので、  
様々な料理に使え、素材本来の美味しさをお楽しみ  
いただけます。

野菜をまるごと使用しているため、食物繊維も摂  
れ、お腹のお掃除になるだけでなく、野菜の甘味で  
甘いものへの欲求を抑えることができます。いろん  
なお料理にお使いいただけます。

野菜を手軽に摂りたい時や体力が落ちた時、プチ断  
食の滋養スープとしてもおすすめです。

## 使用方法

- ①水 400cc に本品を 1 パック入れ、火にかけます。
  - ②沸騰したら弱火で 4～5 分煮出してください。その際、鍋の蓋はしないでください。
  - ③火を止め、お箸などを使って鍋のふちでだしパックを軽くしぼり、取り出せばできあがり。
- ☆水の量は好みで加減してください。
- ☆味付けは、お料理に応じて味付けを調べてください。
- ☆だしパックを破って中身もそのままお料理にご使用いただけます。

マクロビアン

ベジタリアン

無塩食の方

ヴィーガンの方々におすすめです！



## おすすめ料理

味噌汁、スープ、煮物、カレー、シチューなど  
あらゆる料理のベースに！



ムスピの会 HP はこちら