

植物と愛情の効能

本間 由美 神奈川県川崎市 五十歳

六年前に引越したマンションには広いベランダがあり、たくさん植物を置いている。最近、その植物たちが元気だ。オリーブやコーヒーの木は初めて花を咲かせ、実をつけた。ミントなどのハーブの葉は緑が鮮やかになり、無秩序に伸びていたシマトネリコはきちんと剪定された。忙しい毎日、ベランダの緑を見るとリフレッシュできる。ガーデンチェアに座って、ささやかな森林浴を楽しむことも増えた。

これも二年ほど前にリストラに遭った主人のおかげだ。

再就職先が決まらず、うつ病になってしまった主人が、主治医のアドバイスに従って、ベランダの植物たちの世話を始めたのだ。それまでは共稼ぎだったこともあり、水やりもいい加減で少し元気のなかった植物たちだが、主人が毎日のように水をやり剪定などを行うようになって、元気になってきた。嬉しいことに、少しずつではあるが主人の表情も生き生きとしてきた。季節ごとに花を買ってきてはベランダを華やかにしてくれるようにもなった。一時期、部屋から一步も出られなくなっていたのが嘘のようだ。

ある時、主治医にそのことを話したところ、「人間も植物も愛情を注げば、きれいな花を咲かせ、元気に育つものなのです」と言われ、「なるほど」と納得した。

主人の愛情のおかげでベランダの植物たちはすっかり元気になった。さあ、次は主人の番だ。私ももっと愛情を注いであげよう。