



# 出会い

第五十七号 平成二十七年五月発行

サラ・シャンティ  
神戸市灘区八幡町  
3-6-19 クレール六甲 2F  
T/F: 078-802-5120

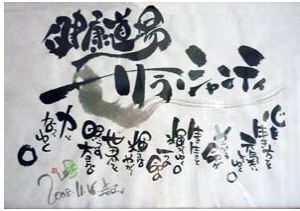
## 天と地の神々の祭りの再生

清水 正博

18年間、「縁を感じた方々の活動を支えるために場を提供する裏方に徹して来た私ですが、走りながら祈る」を書いたおかげで、人前で話すという新たな挑戦が始まりました。サラ・シャンティにまつわる若い頃からのちよつと変わった人生体験を語るには5・6時間必要なのですが、これからは、それを面白く要領よく大切なことを伝えられるようになりたいと思います。

サラ・シャンティの入口には、書き下ろしで有名な西山嘉克さんが、健康道場サラ・シャンティと聞いて書き下ろした言葉が掛けてあります。土居先生とカタカムナの受講生さんからのプレゼントです。

心と生き方を元気に  
していく、そこから命が  
生き生きと輝いていく。  
一つの命の輝きが世界を  
照らす大きな力になっていく」



最後の「世界を照らす」とは何を意味するのか

ずっと心に引つ掛かっていました。世界平和、地球環境のことを考えてきた私ですが、カタカムナを学ぶ人たちから贈られたことを考えると、縄文基底意識の中にある「カタカムナ精神が世界を照らす大きな力になる」と上からの啓示を示されたのだと思います。不思議なことですが、カタカムナの仙人、平十字のメッセージを伝える人が、最近になって登場するようになりました。

よく言われていることですが、日本に対する期待の中で、世界の宗教的な争いを解決するには、古神道ほど優れたものはないと。宗教と科学が統合する時代になり、それにシンクロして宗教の根源であるワンネス思想としての土着の信仰が世界中で復活しています。そうした世界的な傾向もあつて神秘的なことを語りあえる時代へと日本も変わってきましたが、カタカムナを世界に伝えるためには言葉だけではなく、数霊からの研究も必要と、五月から開講の佐藤敏夫先生が啓示を受けて「神の数学」が生まれそうです。

昨年は米国ブルックヘブン研究所において素粒子の実験的研究に従事し、その後カミオカンデで働いておられたもう一人の佐藤博紀先生の高等数学の講座が始まっていますが、不思議な啓示を受けて独自の数学論を展開される方なのです。正四面体を使って電場と磁場について説明され、それが小宇宙と云われる人体はエネルギーの電場と磁場の生命場であるという、宇宙物理の波動の世界への理解へと広がっていくのです。

波動測定器、低周波治療器など様々な電気治

療器がありますが、中でも政木式神経波磁力線装置はガンが消滅したり、脳梗塞など万能の治療器として脚光を浴びています。ですから大宇宙と同じ原理で、小宇宙である身体が働いているという、こうした別次元の世界からの身体学で代替療法が盛んになってきている訳です。

ところで私が苦手な数学に挑戦する理由は、吉野信子先生のカタカムナが佐藤敏夫先生の「神の数学」によって解明されたことが多く、宇宙論を語るには数学が不可欠だからです。ですから佐藤敏夫先生の「神の数学」講座が始まるのも、吉野先生のカタカムナをより深く学ぶために必要なのです。宇宙の様々な諸現象はなぜ方程式で現わされ、そこには虚数という「ありえない・実在しない数」があたり前に使われていることを理解する必要があります。

宇宙の原理が様々な数学の公式によって現わされ、スーパーコンピュータによって大規模解析でシミュレーションされる。波動性科学では虚質という概念が基盤で、虚質は宇宙の生みの親と言われる。そこでカタカムナで登場する相似象の考えが生きてくるそうだから大変興味深い。生活に密着する金融から電気もマイナスとプラスは当りまえ。仏教の無と空、東洋哲学の陰と陽がある。虚とはイメージのこと、だから数学を学ぶとイメージ力が養えるでしょうか。

最近の女性は元気で、男性は元気がない理由は多々ありますが、子供を産むお役目のある女性は見えない魂の世界、精神性を大切にす

ら、虚と実のバランスがとれる。だから男たちも合気道や氣功など見えない氣の世界を知り、畑で自然に触れ、歌や踊りで感性を育て、魂をイメージする訓練が必要になってきます。

カタカムナンの吉野先生の講座で紹介される陰陽太極の図を立体でイメージした模型があり、それを女性数学者が読み解いて、紙で組み立てる設計図が生まれました。トーラスのエネルギー体の形になり、吉野先生の講座で教材として使われ、組み立てる実習があります。やはり数学は凄いいと思います。佐藤敏夫先生の「神の数学」は、まったく別次元の世界の数学で、小学生でも理解できると言われていますので楽しみです。

こんな風に次から次へと新たな出会いが生まれ、自分の知らない世界へと意識が広がって行くのは楽しい事です。そして人のお役に立てることを生きがいにしてきました。そんな人生をやっと振り返り、『走りながら祈る』を書いた訳ですが、もっと詳しく伝えたい事が一杯あります。そして目に見えない世界の不思議なこと、魂の事など語りあえる場になればと思ってきました。

昨年、縁があつて政木式神経波磁力線発生器を入手し使うようになって、政木和三さんの著書「欲望を捨てれば不可能が可能になる・奇跡の実現」を読みました。その中では私の神秘体験とは比べられない不思議な事が書かれています。政木さんの口から30回以上も真珠が出て来て、その真珠は日ごと成長して大きくなつたとか、大黒天や観音大菩薩の木彫りの像が空中から突然現れ

たなど、不思議な事が一杯書かれています。

政木さんはエレキギター、自動炊飯器(電気、ガス)、瞬間湯沸かし器、低価格カラーテレビ、自動ドア、ウソ発見器、CTスキャン、魚群探知機、聴覚測定器、歯科治療用ドリル、バイオライト、パラメモリ、神経波磁力線発生器など980件以上にのぼるが、すべて無料公開しておられます。例えば16万円もしていたテレビを政木さんは1万5000円で作る技術を公開し、テレビが安価で普及するようになりました。

ですから、戦後日本の弱電気産業が発展したのは、政木さんのお陰で技術革新が進み、経済発展に多大な貢献をされた訳です。その背景に日本の神々(先祖様も含め)の偉大な意思が働き、政木さんという人物を育て、様々な発明品を作らせた。これこそまさに天意ではないでしょうか?でもこの事は政木さん一人が大いなる存在に選ばれたのではないです。日本人だから選ばれて、日本は技術大国となり経済発展したのですから、日本人すべてに見返りが届いているのです。

例えば京セラの稲盛さんも認めている事です。工業力の発展や、芸術から学問の進歩まで大いなる存在との共働があるという視点が不可欠なのです。こうした奇跡は、毎日神棚に祈ったり、教会に真面目に通って神頼みして起こる事ではないようです。政木さんがどんな天意に繋がる資質を持っていたのか知りませんが、大いなる存在が一方的に指名してきたのです。政木さんの利他の心で、すべての技術を公開される人柄を

大いなる存在が見つけ出したのでしょうか。

こうした事は、宗教家と言われる人にも起こっていることと同じです。僕が体験したサイババの物質化現象などは、インドに限らず、世界中で起こっているのですから、個人が対象になる訳でもありません。イギリスで多発していたミステリーサークルが、最近では東欧にも広がっているそうです。キリストやマリア像が出てきたり、ルルドの水のような病気が治る泉が生まれたり、ドクターフリップツのような一日千人の難病を治療する人が出てきたりと、大いなる存在は、地球人にメッセージを伝えようとして来ます。

世界では神秘体験をしている方は多くいますが、長い間キリスト教世界では魔女狩りなどして、こうした力のある人はギロチンや火あぶりや虐殺されました。その欧米人の恐怖の後遺症が日本にも伝播し深く影響して、非科学的なことを口外するなという風潮が生まれたのでしょうか。でも政木さんのような人が多く現れ、不思議な体験が普通に語られるようになり、インターネットで受発信する技術が普及し、オカルト情報広がりに始めています。私たちはそうした情報を正しく受け取るように力を養えば、新たな精神文化の時代が来るのではと期待しています。

日本が神国と云われる意味を素直に受け取り、これまでに培われた伝統を総ざらいして、縄文以来の神働きをすれば、歴史観や人生観もガラッと変わり生き甲斐も生まれると思うのです。歴史家で哲学者の梅原猛さんは天台本覚論や縄文基底意識に注目して日本文明論を書き、西洋

哲学の時代を終わらせるため日本哲学を完成させるには100才まで生きるぞと頑張っておられます。3度のガン手術を克服され元気に活躍されているのは、日本の神々からの期待を受けて生かされている方なのだと思います。

68才まで自分の事を後回しにして来た私に取って新しい生き方の挑戦が始まりました。それを象徴するのが今年の2月に来て紹介して頂いた東出融さんの「のちのちの響命プロジェクト」です。東出さんとはこれまでのサラ・シャンティで知り合った共通のお友達も多く、同じ目線や問題意識で山形の山奥に住みこんで始められた日本の水を守る壮大なプロジェクト、その日本人の魂を奮い立たせる活躍をされている東出さんからのお便りを紹介します。

「走りながら祈る」読み終わりました。保江先生、須賀悠一郎など、関係している様々の方々が、リンクしてヤツパリ繋がっているなど、更に強く感じました。とりあえず、素晴らしいご本ありがとうございます。二時間位で読破する程に、自然体な語り口、同じ武術や山伏など身体を通して経験なされた清水さんならではの、生きた内容でした。

ましてや日高見国、阿豆流為、モレ、司馬遼太郎先生、淡路島シオンの山、等々全てが又々繋がっていました。いよいよ実質的な、ネオ縄文に向けて活動が始まりますね。嬉しいです。今こそ先人であるそのような風当たりが強い頃から頑張って来られた方に、結果で明るい道

を示し、五十年代四十年代がフンドシ閉め直して、若者にきちんとした道筋を見せて授ける事に、全てを向かわせて行くべきと毎日を生きております。

僕は、この神様から授かった宝物の仕事で、自然界も人類も幸せが増殖する、新しい株式・愛の場を実現して、マネーだけの東証などの出来ないシステムを必ず作り上げ、アラエビスがアップルを抜く程の奇跡を信じています。三千名でまずは、完全な、アニミズム・ライファート・インステイチュートを完成させ、次の一万名で仕上げる不採算スキー場雛型は、実験とか様々なリサーチを経て、軌道に乗り出したなら「企業に売却を実行して」を繰り返しながら、その資金で民が民と自然界も含めた社会保障費を生み出す覚悟です。

全ての弥生の矛盾を、ネオ縄文アートで息を吹き替えさせながら、次はゴルフ場などと次から次へと雛型モデルを、作り上げ輸出します。其れまでには後十年必要でしょうが。様々な革新的な教授が、アラエビスに生徒を合宿させながら授業しないと限界を感じ、我々のやることに、可能性を感じて頂いて始まりました。そんな方々が授業で使う場が、三千名の雛型施設には予定されていますから、まさに保江先生の連鎖調和が起きてます。ネオ縄文学の知が集まるように仕向けると、限界を感じた企業の研究機関も入り込んでくるでしょう。

まさにシリコンバレーがアメリカならば、ネ

オ縄文バレー都市を里山に制作して行く。今こそ日本がネオ縄文リーダーとして、世界に可能性がある里山資本主義により観光や学習の場を創出していく事で、同時に環境も経済も福祉も解決出来る雛型を作り、それを日本各地に点在させ、古に学びながらの未来への世界遺産システムも、立ち上げたいと考えております。

それにより、アルビントフラーの第三の波から、僕ら日本人が第四の波で作りに出すのは、議会政治の終焉であると感じ確信し、僕は清水さんに続く世代として必ず実現します。企業誘致最終章は、ピクサーやドリームワークスやディズニーなんです。凄い知と行動力のピクサーなどが、日本の里山の可能性を知ったら、里山資本主義までアメリカが発になる。即ち、ジョブスのプランが、マイクロソフトに取られると同じ。ジョブスは見せてくれました。同じ道は通るな。

そして、前世が白虎隊の捨蔵である東出は、同じ道を通らない二重螺旋木造回廊を会津に訪れ、メッセージを見つけました。先人の失敗を先人の為にも学び、同じ道を通らない。同じ道は即ち、イバラの開拓。だから、なんとしても小さな雛型は、狼煙だから日本である必要があります。しかし、それを拡大して通説にするのは、他国でよいし大国でもよい。だから完璧な雛型を作れば、ピクサーやドリームワークスまで、誘致可能です。彼らも次はアニミズムと知っている。しかし、宮崎駿に会うしかない。それが場をきちんと持っていたら、ピクサー、ディズニー、ドリームワークスが、作品をヒッ

トする度に、日本にはマネーがまわる。

そのマネーが自然界と人類の仲直りプランに使われていたら、そこから生まれる様々は、又々彼らはアーティストだから、作品のアイデアの為に作品作りのスタジオ持っしかない。しかし景観を守る為に、あえて古民家やら廃屋やら、日本の景観に合うログにして貰います。これもシルクドソレイユ同様に、先ずはあちらが一目おく存在に自らならなくてはなりません。

それがたかだか三千名のサポーターと、そこからもう一步踏み出したい方々への、大神魅素(味噌)や、oh!里プロジェクトの各種企画によるだけで、出来ませぬ。何億円が必要から始まらない。そしてスキー場で、養老院ロジジがあり、それが様々なアートな形で経済導入で生きてきたら、必ず彼らは作品になります。そして、宣伝もいらぬ。勝手に観光客がくる。必ず同じようなシステムを求める他国の、素晴らしいアートなアホモンが、雛型システム導入を希望して来ます。即ちエコアジア・アート・シェアリング・システムのフランチャイズが始まる。

なんか長くなりましたが、サラシャンティさんでの、出逢いで三千名の予感が始まってますゆえに、その先をお伝えしたくなりました。このシステム稼働には、格好なパソコンソフトが、Theブレインです。この時期にこれに出逢い、皆で研究が始まったのも、神様ハカライですね。そしてとんでもない飛躍想像は、そんな雛型出

来たたら、宇宙人が力を貸すのはエリア51ではなく、縄文バンドに必ず降り立つでしょう。したら、本物のスペース未来型ランドが出来て、宇宙人にも社員になり演じて頂くつもりです。

-----

以上東出さんの夢いっぱい文章はいかがでしたか？ 僕はピクサーとかエリア51など意味が分からないのはネットで検索しました。

東出さんとの出会いで、いろんな夢が現実になりそうですね。僕もスグにでも山形に行つて住みたい気分ですが、サラ・シャンティという与えられたお役目を放棄するわけにはいきませんので、たまに遊びに通えればと思います。それを可能にするのが東出さんの提案する平成参勤交代・遊牧民スタイルで、その第一弾を企画しました。同封の5月末のバスツアーです。今回は第一回ですが、秋頃にも企画したいと思っています。

今回は『走りながら祈る』で私の神秘体験が書けたおかげで、ちよつとぶつ飛んだ内容になりました。今や、私の周りに限らず世界中で不思議現象はシンクロしており、神秘体験を語る人が本当に多くなっています。日本にかぎらず世界中の人々が神話の時代のように八百万の神々を身近な存在として感じ、祀りのある自然な生活を思い出しているのでしょう。一神教から多神教の時代への変化を察した世界の神々が、顕現始めている。それが自由を愛するみずがめ座の時代であり、いのりと祭りが復活している証なのでしょう。サラ・シャンティに女性が多く来られるのは、そんな理由だったと思うと嬉しいです。

次の四つの文章は

- ① 大飯原発のおおい町出身、徳庄博美さんの麗しの国・若狭よりのお便り22
- ② 原発立ち入り禁止区域の南相馬市の同慶寺・仲禅寺のご住職、田中徳雲さんからはアメリカ先住民ホピの伝統的なものの見方を伝える書「テツカイカチ」出版によせての文章。そしてその書を編集したランド・アンド・ライフの辰巳玲子さんの発刊の言葉
- ③ いわき市在住の若いお母さん、坂本しおみさんからは震災後四年の実情を伝えるお便り。
- ④ そして、7 Generations Walk 代表として祈りのウオークを主宰されている山田圓尚さんからの近況報告です。

## 麗しの国若狭より 222

### 若狭つながりソーラー協力の御礼

&高浜3/4号炉再稼働さし止めの仮処分

徳庄 博美

若狭の今年の桜は雨模様の日々でしたが、低くたれこめた雨雲の中にたたずむ山桜のピンク色に酔いました。雨の中の桜という初めての経験でしたが幸せが湧き上がってきました。

●本誌前号で「若狭つながりソーラー」への協力金をお願いをさせていただきました。その報告をさせていただきます。



「若狭つながりソーラー」は、若狭

(滋賀県高島町1軒含む)に31kwの太陽光市民共同発電所を設置しようというプロジェ

クトです。その設置費用1200万円を地域内外の市民の皆さんに出していただき共同発電所として運営していくというものです。そのうちの一口5万円の協力金については、毎年5000円相当のおおい町の特産物を10年にわたりお届けさせていただき、協力していただいた方々とのつながりを深めていきたいと考えていました。またこのことを通しておおい町の農林水産業で頑張ってもらっている方々の応援もしていきたいとも考えていました。

この呼びかけをさせていただいたところ、皆様から協力の申込みを数多く頂き1200万円を集めることが出来ました。当初皆様に資金協力を頂くのは900万円で残りの必要経費240万あまりは地域の金融機関よりの融資を受けることを計画していました。しかし皆様より計画を遙かに超える資金協力をしていただき、金融機関よりの融資は必要でなくなりました。そして現在、設置工事が完了してあとは送電を開始するばかりとなっています。

このプロジェクトが成功できたのは皆様のご協力があつたからです。皆様のご協力を深く感謝します。本当に有り難うございます。今回の取り組みを通して皆様の中に福島原発事故以後「原子力発電所は本当に危険である、持続可能な日本のためには再生可能エネルギーの普及による脱原発の道しかない。少しでも協力したい」という熱い思いを感じる事ができました。政府は原発再稼働への道をまっすぐに進んでいます。しかし、わたしたちは市民レベル

で再生可能エネルギーの普及をはじめとした持続可能な社会を生み出していくうねりを身近なところから作り出していきたいと考えています。今回のとり組みでその流れを形にすることが出来たと思います。私たちにとても大きな自信となりました、

そこで「若狭つながりソーラー完成を祝う会」をおおい町きのこの森で開催します。また今後継続的に都市部の皆さんと若狭とをつなぐイベントを計画していきます。若狭と皆さんとの出会いで新しい道を産みだしていきますでしょう。

日時 5月30日(土)31日(日) 午後5月10日  
問合せ・参加申込先 徳庄090-1135-3758  
みなさんの参加をお待ちしています。

### ●高浜3・4号炉再稼働差し止め仮処分

(5月14日)

樋口英明裁判長が、本日4月14日、2016年早期にも再稼働が予定されている、同じ関西電力の高浜原発3、4号機について、再稼働の即時差し止めを命ずる仮処分決定を示した。樋口裁判長は昨年也大飯原発3・4号機についても運転差し止め命令を出している。判決は、大飯原発の耐震性能が1260ガル以下の地震動に対応するものでしかないことについて、2008年に発生した岩手宮城内陸地震で4022ガルの地震動を観測したことを指摘し、基準地震動を超える地震が、大飯原発に到来しないというのは、根拠のない楽観的見通しにすぎないと断じた。

今回の判決でさらに画期的なのは、原子力規制委員会が設定した新規規制基準そのものにつ

いて、「緩やかにすぎ、これに適合しても本件原発の安全性は確保されておらず、合理性を欠く」と断じたことだ。原子力規制委員会が定めた新規規制基準のなかに、原発の耐震性能に関する基準が設定されているが、「全国で20カ所にも満たない原発のうち四つの原発に5回にわたり想定した地震動を超える地震が2005年以後10年足らずの間に到来している」ことが指摘された。

そして、「基準地震動を超える地震が到来すれば、施設が破損するおそれがあり、その場合、事態の把握の困難性や時間的な制約の下、収束を図るには多くの困難が伴い、炉心損傷に至る危険が認められる」と断じたのである。

4022ガルの地震動が2008年に観測されているのに、大半の原発の耐震規制基準は600ガルないし700ガルに設定されているのだ。(以上植草一秀メルマガより)

樋口裁判長は大飯原発差し止め判決後、最高裁事務局が行う人事異動で、地裁から家裁に左遷されました。また表からは目に見えない様々な圧力があつたと思われまふ。しかし樋口裁判長はそのようなことをものともせず今回の差し止め仮処分判決で信念を貫きとおしたのだと思います。裁判官の世界でたった一人で再稼働にストップをかけ、日本を救ったのです。勇気の人だと思えます。心より敬意と感謝をささげます。そしてその背後に宇宙の意志を感じます。宇宙にも感謝です。改めて宇宙の意志に全てを委ねたいと思います。宇宙の意志によりこれから全く新しい時代が立ち現れてくるのを信じます。



## 南相馬からのお便り テツカ・イカチ（日本語版）発刊によせて

南相馬市小高区 同慶寺 田中 徳雲

大地が揺れ、裂け、海が溢れて、  
たくさんの人々が命を失い、原子力発電所が大  
爆発を起こし間もなく四年…。

今なお十七万人もの人々が避難生活を余儀  
なくされています。それは十七万通り避難生活  
者物語があるということ。この生活は、支えて  
くださる方達のおかげで楽しい時もあります  
が、ほとんどは厳しく辛いものです。

長期化しているので心身ともに、疲弊し、ど  
のくらい疲れているのかも分らなくなってい  
ます。疲れているのか、もしかしたら被曝によ  
るブラブラ病の類なのかも分りません。心は見  
えないので、私たちの心がどれ程傷ついている  
かも、理解していただくのは難しいと思います。  
例えてみれば、私たちの心は、傷口が大きく開  
いたまま、一時は血がだらだらと流れていたと  
思います。

時間の経過と共に血は止まりましたが、傷が  
治ったわけでも、ありません。なんとか、ぶ厚  
いかさぶたができた状態ではないでしょうか。  
傷口がなかなか癒されない大きな理由の一  
つが、誰もちゃんと責任を取らないし、取れな  
い。それどころか真心のこもった謝罪もないこ  
とにあると思います。

生活は、根こそぎ変わり果ててしまいました。  
それを加害者側はお金で精算すると言ってい  
ます。お金では計れないものの方が世の中には  
多いはずなのに。そしてなにより、命を根底か

ら支える、大地と水、海に放射能が入り込んで  
しまいました。

私たちは、福島で生活を続けても良いのでし  
ようか？冷静に判断すれば答えはNOです。

チエルノブイリや世界中の負の経験から学べ  
ば、被曝は子供の子供にまで影響が出ています。  
しかし、現実には帰還政策の中でふるさとのな  
るべく近くで生活したいと考える人たちを  
放っておくことは、今の私にはできませんでし  
た。悩みながらいままでできることをしています。

そんな環境で今起きていることの真実を伝  
え、何度でも脚下照顧するために、私はテツ  
カ・イカチ（日本語版）の発行を応援させてい  
ただきました。

テツカ・イカチは伝統派長老達の闘いの記録  
であり、メッセージであり、遺言です。私は、  
地球と共に生きた先人達の生き方、考え方を知  
り、今からでも軌道修正ができれば、大難を小  
難に変えることができると思っています。

偉大なる浄化の時を迎えた今、生き方が問わ  
れています。生活の質を見直していきましょ  
う。大切なのは、大地（テツカ）といのち（イカチ）  
です。一度目覚めたら後戻りはできません。自  
らが変わるの一部になっていきましょ

う。社会や自身の限界をこえて、和合と融合、  
寛容の中に進化する時だと思っています。

イモ虫から蝶へ

野ネズミからイーグルへ



## 2014年冬至 テツカ・イカチ 大地と生命

発刊のお知らせ

辰巳 瑛子

『テツカ・イカチ (Teohua Ikachi)』は、  
アメリカ先住民ホピのホテヴィラ村を中心  
とする伝統派の長老たちが、1975年から9  
1年にかけて44号発行した英語による機関  
誌（ニューズレター）で、「大地と生命」とい  
う意味です。アメリカ合衆国の政府ともいえる  
ホピ部族政府との対立が高まるなか、さまざま  
な批判と攻撃をかわしながら、16年間にわた  
り、ホピの伝統的なもの見方を世界に発信した  
ものです。

この全44号日本語版の発刊は、翻訳者・永  
峰秀司氏の協力を得て、2008年初夏、ラン  
ド・アンド・ライフのプロジェクトとして呼び  
かけられ、多くの有志による有形無形の支援と  
御寄附によって進められました。

本書は『Teohua Ikachi』オリジナル原本（英  
語）を元にした日本語翻訳本です。プロジェク  
トの発足から6年が経過した今、伝統的なホピ  
の生き方ともの見方を学び、次世代の子供た  
ちに、地球と生命の環を引き継いでいくための、  
繰り返し読める教科書、あるいは歴史証言の資  
料として発刊いたします。「教えに値段をつけ  
て売ってはならない」というホピの精神を大切  
にし、非売品とします。

2000円（製作費）＋御寄附

☆送付の場合は、送料一冊360円、  
2冊以上実費ご負担ください。

☆20冊(箱単位)で取りまとめ頒布して下さる方募ります。

「お問い合わせ先」ランド・アンド・ライフ 〒370-0064群馬県高崎市芝塚町1980-8

救現堂(くげんどう)内 辰巳玲子まで

ご希望の冊数、名前、住所、電話、Eメールをお知らせください。

ご理解、ご協力どうぞよろしくお願い致します。

## 東日本大震災から4年の月日が経ちました

坂本 しおみ

私が住む福島県は、今も尚

原発事故の問題を抱えています。「福島」という



言葉が聞いただけで、多くの人が「放射能に汚染された地域」と

いう言葉を思い描くのではないのでしょうか？様々な意見や考え方があろうかと思いますが、私達家族はたくさん悩み・迷いながら何度も何度も話し合っこの福島で生きることを選択しました。

大震災当日、私は四歳の息子と二歳の娘の三人で自宅で過ごしていました。突然の地震。最初は「地震だ」という軽い気持ちでしたが、様子がおかしくいつまでも揺れがおさまらず、次第に今まで経験したことのない状況へ変わりました。

私は、無我夢中で子供達を抱きかかえ、裸足のまま家の外に飛び出しました。外に出てからも大きな揺れは続き、目の前で音を立てながら瓦が落ちていく光景を見たときは、この世が終

つてしまうのではないかという程の恐怖心で涙と震えが止まりませんでした。この日を境に福島は一変してしまいました。

東京電力福島第一原発事故が起き、連日の報道が流れていてもどれほど恐ろしい事態が起きたのか私には、正直わかりませんでした。

知識の少なかつた私は、家族で茨城県つくば市に避難した後に、つくば市の有識者やボランティアの方々を通して、初めて福島県で起きた原発事故の深刻な問題を知ることになりました。

先のない不安にこのまま福島を離れた方がいいのだろうかと思いましたが、避難生活での、息子の精神的なストレスは、極限に達し不安や恐怖で夜泣きや私に対しての暴力がひどくなり、これ以上避難生活を続けて行くことは限界だとの判断に至りました。

また同居をしている父や主人の仕事を考えてと離れて暮らす二重生活の困難さもあり、西日本方面への避難、移住と考えていた思いを断念し、避難先からいわきに帰る決意をしました。戻って来てからの生活は、毎日が不安の連続で、いつも放射能の事が意識から離れませんでした。飲み水の心配。食べ物の心配。外に出られないストレス。様々な問題が次々に起こり、心も体も疲れ切っていました。

また、当時四歳だった息子からは「これからどうなっちゃうの？」と不安な表情で話しをされる度に、とても胸が苦しくて辛かった事が

思い出されます。幼い子供にこんな怖い経験をさせてしまった事を悔みました。息子の言葉を重く受け止め、これから先この子供達を必ず守っていくという決意を強くした瞬間でもありました。月日が経つごとに、私達の住むいわき市は震災前以上の活気を取り戻してゆきました。それと共に、同じ福島に住む人たちの間で温度差を感じるようになりました。

いわき市には避難地域三〇km圏内の方々の多くが避難をしています。わずかに数kmしか違くないいわき市は、三〇km圏外に属し、保証も賠償もないということが避難する方々との間で摩擦となり、反発する人が増えていきました。なぜ国は、三〇kmという線引きをし、東京電力は多額の賠償をその線引きに沿いながら支払い続けているのか疑問が残りますが、四年が過ぎた今も、連日「保証・賠償・和解」の文字ばかりが情報として溢れている気がしてなりません。その度、いわき市民の気持ちを逆なでしているように思われます。

また許しがたい事は、東京電力が時を過ぎた頃に発表する汚染水の問題です。情報の隠ぺいは、福島県民の心を裏切り、増々信頼を失っていくばかりです。呆れてしまう程の情報の何度も繰り返される隠ぺいや報告の遅さですが、どれほど私達の日常に不安を助長していることでしょうか。これらの問題が起こる度に復興が遅れていく思いがしてなりません。私達は、正確な情報を知る権利があるはずで

様々な課題はありますが、特に私達大人が考えなくてはならない事は、子供たちの健康面と安心安全な生活を送れる為の環境だと思えます。

学校や公園で当たり前のように設置されている線量計を目にする度に現実に戻されつつも、線量の数字が、どれ程健康被害をもたらす値を示しているのかがわからなくなるほど麻痺してしまっている自分の感覚が怖く感じることもあります。

福島で生活している子供たちの多くは、屋内での生活を中心としています。その為運動能力の低下が心配され、事故発生の一年後にいわき市では学校や幼稚園の屋外活動を再開するようになりました。そこでもまた、「大丈夫なのだろうか」という不安の声が多く上がりましたが、その都度出される安全宣言を信じ、学校生活をおくらせてきました。

また、学校給食も今では県内の米や野菜など基準値以内の物が提供されているのが現状です。「これでいいのだろうか」と思われる方が大勢いると思います。しかし、大多数の親御さんは、福島で生きると決めた以上受け入れなくてはいけない現実であり試練だと思つてなかに諦めています。

その様な日常から、子供たちを放射能汚染から少しでも守り、安心して暮らしていただけるようにすることは、親の責任だと思つています。福島での生活を選んでから続けている事と

して、食べ物を選べるだけ遠方の物を選んだり、飲み水は無料で供給できる浄化した水を毎日近くのスーパーに汲みに行ったり、発酵食品が放射能を体の外に出す作用があると聞き、できる限り多く取り入れたりするなどして続けています。

これからも不安な現状から少しでも前を向いて生きていけるように続けていくつもりです。私達は精一杯努力して日々生活をしていきます。偽りのない情報がどれほど大事で必要か、国や東京電力には理解して頂きたいと思いません。放射能汚染という魔物が憎くて仕方ありません。『原発がなかったら』、『事故が起きなかったら』……。

四年前の当たり前の生活がどれ程貴く幸せに満ち足りた日々だったのか。もう一度普通の生活を送りたいと何度思っても叶わない気持ちに心折れそうになりながらも未来に向かつて毎日を送っています。そして、今後再び原発で甚大な問題が発生した際には、いわき市を離れようと家族で心を一に決めていきます。

更に子供の健全な発育・発達を第一とし、今後は思いきり野外で遊べるような場所への一時保養も考えています。

大震災から五年目を迎え原発さえなければ、復興は目に見えて来る年なのかもしれません。しかし、原発という大きな問題の中にある私たちは、復興はまだまだ先にあると思つています。おかれている状況を忘れず、家族が力を合わせながら前を向いて生きていき、私達の体験や生

き方を通して、脱原発を訴えていきたいと思えます。

たくさんのご支援くださる方々との出会いに心より感謝しています。

出会った皆様方の心温まる励ましに大きな力を頂いて、私達は夢や希望を失わず未来に向かってこれからも、愛する故郷福島の地で生きていきたいと思っております。

### 自然の中の祈りの場を開きました

#### 7 Generations Walk 代表 山田 圓尚



今回、京都府綾部市志賀郷町に「普光寺 森ヶ谷グラウンド」という自然の中の祈りの場を開かせていただく事になりました。私達7Gもご縁をいただき、交流を繰り返している中で、このような素晴らしい場所を祈りの場としてお貸しいただける事になりました。

デニス・バンクス師もご縁をいただき2015年から頻繁に綾部に訪れ、イベントやエッセイなどを中心に精力的に行ってきました。特に、出口春日さんをはじめ大本教の方々との出会いには深いご縁を感じておられます。母なる大地を讃え、命を尊び、平和を重んじる事など信仰や教えの面でも通じるところが多く、感覚的にも深い部分で共感されています。

私達は今まで「歩き」ながら、多くを学び、感謝し、祈り、伝えてきました。これからは「自然の中の祈りの場」を自分達で保ち、「母なる地球と繋がり直すこと」を大きな目的の一つとして、祈りや教えや体験をシェアする<sup>8</sup>



活動も平行して行っていけることになりました。

有難いご縁に感謝しつつ、凄く張り切っています。そして、このグラウンドを、私達が見失ってしまった生命のバランスを取り戻し、持続可能な社会と平和に貢献する場にしていくらと思っています。

乗り物や、現代社会の都会的暮らしは便利で確かに素晴らしいものです。しかし、その快適さの反面で、風の気持ちよさや、太陽のありがたさ、空気の清々しさなどを直接感じる機会を奪ってしまい、自然との繋がりが希薄になってしまっているのではないのでしょうか？

以前、私もそんな、生活の中で「何か満たされない」という状態が続き、もつともつと貪り続け、いつしか身体の調子も優れず、心も晴れず、それでも尚、求め続けて、さらに心身は荒廃するという状況だったと思います。

しかし、それでも何かを求め続け、音楽を通してご縁が繋がりに、デニス・バンクス師とネイティブの教えに出会うことが出来ました。サンダンスやウオークやイベントを通して、本当に多くの事を教えていただきました。その中で、自分の価値観を大きく変えた体験や教えがいくつあるのですが、その内で最もインパクトが強かった教えの一つが「一杯の水の中にある奇跡」でした。

2006年私はデニス師がリードする「Sacred Run」に参加しました。数人のランナーがリレーで走りアメリカを横断しながら

「All Life is Sacred」などのメッセージを伝え、環境保護などを訴える活動です。私は出発地点のアルカトラズ島から参加しました。そして、多くのランナーと共に走り続け、途中、カリフォルニアのジョシユアツリー国立公園近くの砂漠を走りました。一人10哩(16キロ)ずつ走ります。もちろん砂漠の中を走るのは初めての経験です。前のランナーからスタッフ(聖なるバトン)を受け継ぎ、500mlの水を持ち、走りだしました。皆は10哩先まで車で行き待っていてくれます。

さすがに喉が渇きます。あつという間に水は飲み干してしまいました。目の前にあるのは砂漠と空と道と地平線、そしてジョシユアツリー(☪)の歌でも有名、不老不死の木)とサボテンのような植物が少しあるだけ。車もほとんど通らず、とにかく大自然の中で走り続けました。

そんな中、心身はどんどんグラウンディングしていきます。一步一步！母なる地球の上を走っている！という確かな感覚が！肉体的にはけっこう辛かったようにも記憶しています。が、とにかく心は無限に広がる大地や空のように開いていきました。普段はアスファルトやコンクリートでカバーされた大地の上を歩いたり走ったりしていましたが、直接母なる地球の上を走っている感覚に戻っていき、そして感じました「母なる大地はなんて広大で雄大で大きいんだろう！」なんとも言えぬ「帰ってきた」感の中を走り続けました。

そして、私が次のランナーにスタッフを渡すゴール地点が見えました。皆が待っていてくれ

ています。すごい声援！皆がランナーの献身を讃えています。無事に次のランナーにスタッフを渡せました。そして、ネイティブが「This is your life」と言っていて500mlの水を差し出してくれたのです。私は空を見上げ、母なる地球に感謝し、無心でその水を飲み乾しました。

「おいしかった！！！！！」なんとも嬉しく、ありがたく、身体に水分が行き渡り、「満たされていく」感じ！すごく感動して、喜びに溢れました。仲間も凄く讃えてくれます。今までこんなに満たされたことあるか？いやなかった！でも「今はこんなにも満たされている！」そんな初めての感覚を鮮烈に覚えています。

今まで、都会で何でも手に入るような生活の中でさえ「なんだか満たされない」感覚に苦しんで来た私でした。それで、もつともつと求め続けて来ても満たされなかったのに、「なんで？！水一杯でこんなに満たされるんだろう！」という思いにかられたことも覚えています。一杯の水は確かに奇跡です。それは以前2013年の命の源を巡るウオークでも学び、お伝えしました。

太陽が水を蒸発させ雲となり、雨となって大地に降り注ぎ、その水が浸透して湧き水となって川の水源になります。雨が大地を通り浄化され湧き水になるまでに富士山なら約百年、他の土地でも何十年かかります。その水が川を辿って、村や町に行き届き、私達の口に入るわけです。その壮大なプロセスは大自然、宇宙の法則なくしてはありえない訳ですし、水が巡る瞬間瞬間を想像すると、ホントに

水は自然を巡る命の源、一杯の水は奇跡の賜物だと思えるわけです。

砂漠で走ったことにより、私の心は開き、私の状態が変わり、その奇跡に気づき、満たされることが出来たのだと思います。そして価値観は変わりました。もっともっとと求めることで、幸せにはなれない、まずは目の前に奇跡に気づける状態になり、それを保とう！という気持ちになりました。

しかし、それまでの都会生活では自然との繋がりが希薄だった為に、私は目の前にある奇跡、感動に気づくことが出来なかったのです。そして、さらに悪いことには、もっともっとの欲望の中で、このかけがえの無い命の源の水を汚してしまっただけ。環境も汚染し、その巡る命のサイクルも破壊してしまいそうです。一杯の水の本当の価値に気づけなければ、これからも環境汚染は続いていくでしょう。人の心が母なる地球から離れてしまったことで、多くの現代社会の問題が現れています。

でも、もしも、その心を取り戻し、普段の生活、毎日の仕事に戻ったらどうでしょうか？都会生活に戻ったらどうでしょうか？自分達の暮らしは、本来、奇跡と感動に囲まれている！と思えるのではないのでしょうか？一杯の水の中にも奇跡が詰まっていますから！

その中で、本来自分の命のもっている価値を見直して、奇跡に気づき、限りない感謝と喜びと幸せに溢れることが出来るのではないのでしょうか？そして、その幸せを分かち合うことが、

自然環境を護り、社会の平和に繋がっていくのだと思います。じつと深く感じることに、今ある自分の命の奇跡に気づく、そして、行動に分かち合うこと！

静と動、止と観、祈りと行動、女性性と男性性、様々なバランスを取り戻す場に、この普光寺、森ヶ谷グラウンドがなっていたら嬉しいです。断食護摩修行やネイティブの祈りなどを通して、実践的に実感的に母なる地球、命、命の源と繋がります場になっていたらと思っています。

7Gの活動も、静と動の側面を、それぞれに深め、よりクリアなメッセージと未来へのビジョン、幸せを分かち合っていくものにしていきたいです。そんな意味でもこの普光寺、森ヶ谷グラウンドでの活動はとても重要だと感じています。これからも、色々な祈りのギャザリングや精神修行やイベントの機会を設けていきます。是非、この地を訪れて下さい。お待ちしております。どうぞよろしくお願いします。

<http://www.Twalk.org>

続いている文章は

- ① 2月1日に講演してくださいました、東出融さんの山形県の黒伏山を訪ねた湯口夫妻のレポート
- ② 同じく東出さんのお話しに感動し、記録DVDを友人に配っておられる藤岡裕美さんの文章
- ③ 3・11の後すぐ石巻市に入り、被災者支援の車のサービスをし続けている吉澤武彦さんから、1月5日に旅立たれた山田バウさんを偲ぶ文章。
- ④ 伊勢に移られた元岡本の愛農人のオーナー吉田さんからの伊勢だよりその7

## 此処はアラエビス劇場

〜野生の目覚め〜

湯口貴則 + 聡子

山形から東出融ご夫婦が来られて、いのちのもり響命プロジェクトの話聞く。4時間に渡るお話は、自己紹介から始まり、今の社会が向う方向、活動内容、そして私達はこれからどうのような生きかたをしていくべきか？ 人としての役割とは？ など果てしなく壮大で、すべての命に負荷をかけず、包み込みハグをするような愛を感じた。会場では、2千年前の手汲みの水、そしてその水で炊いたお米を頂いた。

「これはいい、これだ！」そう体がはつきりと答えた。数日後、頼んだ水が届き、毎日飲んでいるとアトピーも少しずつ穏やかになり、生きた水のパワーを感じ、「これからカラダが喜ぶ事をしていこう」と思った。太古の水が湧き出る風景を想像しながら、水源地に会い、早速妻と山形に飛んだ。

まっ白な煙突の煙がたちのぼるアラエビスに到着。家の正面にはどんな冬をも乗り越えられる毛皮をまとったアラスカンマラミューートのアメ、ユキ、ハナ、



© Can Stock Photo - esp369150

3カ月にしては巨大なセントバーナードのダイちゃんがお出迎え。中に入ると暮らしに必要な道具たちがひしめき合い、都会にはない暮らしの生きた心地がとて落ち着く。そして猫はスコティッシュフォールで垂れ耳のウメ、野生に近いベンガル猫のコタケ、と3本足の幹太。

ふと天井を見上げると、アナホリフクロウの籠。いつもみんなの暮らし、せめぎ合い笑い合いうなずき、明日へと拳をあげる物語をこの籠は見ている。そう、ここは「アラエビス劇場」。

一人一匹が主役であり、それぞれの人生を生き、そしてみんなでこの活動を進めて、より素敵な地球にしたい。スタッフの皆さんはそう感じながら、日々の出来事を楽しんでいきます。

あ、あと家の裏にはアラスカンマラミュートのサクラ、まだまだ小さなオオカミの血をひくサン、そして近い将来2匹のオオカミが来て3匹揃ったら、田畑を見廻り作物を守ったり山の動物の数を調整し、生態系のバランスを整える役割を担うのがオオカミのようです。これからは、サンがボスと成りアラエビスの動物たちや此処の自然体系を纏めるようです。今は子犬ほどですが山のように大きく海のように総てを包み込む懐をこの子は有しているのでしょうか。

アラエビスの活動には協力者も多く、日々実践的な情報が更新され、時には掘削者のように力強く、時にはツバメのように風を切りひらりと歩を進める。

今アラエビスの活動で始まっている、味噌作りのお手伝いをさせて頂いた。使われていない田畑で作られた大豆、手汲みの水で、蒔ストーブの熱を床に送り床暖で発酵させて完成させています。担当の山一さんを先頭に毎日12キロの味噌作りがしばらく続くそうです。更なるステージでは3000坪の放棄されたスキー場にて無料の養老院、田畑でのしじみの養殖？

などなど耳を疑うような展開が待っています。

点が線となり今まで人類が望んでいたのに実行できずにいた生活や暮らし方、地球での同棲者としての繋がりが方を菌レベルから感じ合おう！と味噌も家もお金を出来るだけかけず既に在るものでそして手作りで創っていく。ひとつひとつに想いがこもっているから伝わのりだなくと感じた。

次の朝4時起きスタッフのしげちゃんと、想像をアドバルーンのように膨らましていた水源地向いざ！出発。雪の上でも走れるバギーに跨りアラスカンマラミュートのハナちゃんとの奥へ真白な世界へ冬眠から醒めるツキノワグマに会える期待をしつつ入って行った。

転がる石を除けつつ静寂を数十分走り水源地向へ辿り着いた。大木の下雪解け水と混ざり合いながらそれは在った。二千年前の水。この山の中を登ったり降りたりしながら自然濾過された縄文水。

胸打つ鼓動が春へ向けて雪解け水が滝となり刻々と変容していく山全体の風景が自分と重なり、なぜ今此処にいるのか？ペットボトルを凍みる水の奥へ手を突っ込み汲んだ。電気を含んだエネルギーの塊が舌を刺激しながらカラダを通るのがわかった。カラダの内側から「ソウダロウ？ソウダロオ」と聴こえた。講演会で飲んだ時と同じ声でした。目の前は広場になつておりハナちゃんが無邪気なこどものように満面の笑みで走り回る。

「もっと素直に生きよう、たくさんしてきた

見て見ぬ振りや無関心はもうよそう。カラダの声を聴きながら大切な仲間と暮らして行こう。」

そう思えた。2泊の旅だったが見送られる時、宇宙一美しい妻が10日はおつたよねと笑った。「また来ます」と告げみんな手を振ってくれた。車中、「マンションを出て民家を借りよう、いつかオオカミと暮らせたらいね」と未来を想像しながら愛の巣へ羽ばたいた。みんな、ありがと！

神戸から30分で富士山が見え4時間で山形に到着。一人往復一万円程度で行けちゃいます！朝出て昼にはシェフの減茶苦茶美味しい料理を頂き一泊千円。なにか少しでも感じられた方はふらっと行ってみてはいかがでしょうか？自分の中の野生の声が聴けるかも！？

今私たちは空き民家を探しています。情報あれば御一報ください(笑)

### みどりのもり響命プロジェクト

藤岡 裕美

立春間近な二月一日(日)、東出融氏講演会(於サラシャンティ大下塾)に参加の機会を頂いた。折しも、前年からのTPP推進、特定秘密保護法成立、集団的自衛権容認・・・に加え、開けて一月半ばかりはISによる日本人拘束とその動向が連日報じられ、閉塞感と暗澹たる思いを払拭しきれずにいた頃の事。

美味しい水と水源地の山を守るお話？と思つて参加した私は、究極は「市場社会から愛場社会へ」の移行を描く構想の遠大さ、

氏の経歴のユニークさ、超パワフルかつ迅速な行動力・・・と講演が進むにつれて、魂を驚掴みにされたかの心地がし、昨今の暗い世相にあつて一筋の光明を見出した思いに、度々目頭が熱くなるのを禁じ得なかった。

遺伝子に伊賀と甲賀両方の血脈を引くと言う氏は、男児ながら三歳でクラシックバレエを始められた由、二十代でブロードウェイの助手をされていた頃、両足ハムストリングス切断との過酷な試練をも克服し、五十代半ばにして敵冬にも三時起きで山奥の水源地向日参、手汲みの水を届けてくださるパワーの源は何処から？

幼少年時のスパルタ教育、世界各地での豊富な見聞・交流、山伏修業の特殊な体験等々、それらが全て相俟つて氏の内面に息づき、活力の原動となつているのだろうか。超一流のダンサーとして活躍されていたにも拘らず、全てを投げ捨てて東北の山里に移住し、世界的ロマンの実現に向けて丸ごと体当たりで関わり切り拓いているお姿に、類稀なる本物を見る。親しみ易さを併せ持ちながらも突き抜けた存在。プロジェクトへの参加により、争いも階層もなく、いのちといのちの響き合える社会の実現に一歩一歩近づけるようで、心ワクワク嬉しくなる。

先ずは伏流水を市場に乗せないことによつて、資本や政府の影響を一切受けることなく、水源を守り抜き森林を復活させ、野生動物を取り戻し、山々を蘇らせることを目指す。

その里山再生に、生態系のキーストーン・狼は欠かせない。狼の居ない山には鹿が繁殖し過ぎて広葉樹の葉を食べ尽くし、腐葉土が作られず水にも悪影響を及ぼすが、一方で鹿が居なければ、その角を通して天のエネルギを地の岩に送り届け、ミネラル豊富な水を生み出すことが出来ないとの事。狼パトロールによつて、狼の存在を察知した動物が自ずと居場所や生殖を調整し合う事により、山の生態系がほど良く保たれるという（狼もまた、自ら出産調整をしているとの事）。



ヒグマをも倒すという狼を頂点に、熊、鹿、ファルコン、広葉樹：山の生き物が共存して、自然ひいては人間社会の秩序まで保たれている事を教えられる。宇宙は総てが繋がつて成り立っている事を思い知らされ、自然の仕組みの妙・完璧さに改めて感嘆し、ただただひれ伏す思いだった。

懇親会の席で、その狼の画像を見せて頂いた。一目見るなり我を忘れ、何時になく「わっ？」と声ともつかぬ声を発してしまった。想像の域を遥かに逸していたのだ。まさしく大神―貴婦人のように凜として、高貴で優雅な佇まいにただただ見惚れてしまった。一体今まで、動物園で狼を目にする事はなかったらうか？

記憶が吹っ飛んでしまい、定かに思い出せなかった。赤頭巾、三匹のこぶた、狼と七匹の子ヤギ：、狡猾、乱暴、悪者が定番の昔話や童

話のイメージは見事に覆され、貧弱な先入観が恥じられてならなかった。慈愛深き眼差しの大神はしなやかに身を翻し、ハートの真只中に瞬時に飛び込んで来てしまい、爾来私を捉えて放さない。

ダンスや武術、修験道等を通して身体各部を知り尽くす東出氏のお話には、目を見張るような展開もあった。チータは獲物を追う時、尾骨を雑巾絞りのように振じって走るとか。人も尾骨を動かせる？ 昨今のアスリートは四十歳になつても尾骨が変容している人も居るとの事。尾骨は阿頼耶識に通ずる由、氏の柔軟性、しなやかさは尾骨を融通無碍に作動させられる所以だろうか？ 我々もまた、尾骨を意識し作動を試みることに、今少し感性鋭くかつしなやかにされるのだろうか？

東出氏には「世界味噌祭り―菌レベルから世界を融合」とのフェスティバル構想もあり、世界中（イスラムもイスラエルも）から参加を募り、菌を集めて大クッキングイベントを行うそうだ。真の平和の証となる美味しい祭りを是非とも実現させたく、サポーターとしても可能な限り応援させて頂きたいと思う。

氏の発想・実行力は日々、膨らみ進化し留まるところを知らない。里山再生は、不採算スキ―場を入手、無料余暇農園に転化再生し、更には養朗院と寮制学童教育合体という未来型福祉教育モデルの創出に繋がってゆき、最終的にとり残される都市の大改造（放るもん主義―要らなくなったもの？を発想転換）



有効利用して実現」という魔法まで遣って退けるグランドデザイン、少子高齢化時代の先進的な福祉モデルともなるがゆえに、国やあらゆる権力も介入する術がないと言う。ペーヌは愛場主義でありながら、そこまで計算され尽くされている事に舌を巻いてしまう。

雛型が一つ出来さえすれば程なく全国的に普及し、やがては世界中から見学に訪れる人々が絶えないノーマネー社会の顕現となる大和の夢！東出融版地球交響曲は、まだ序曲から第一楽章に向けてテンポアップ音量増幅中ではあるが、次第に優しさ、明るさ、力強さを増し、最終楽章終盤では、いのち輝く温かい波動が波紋となって世界中に行き渡り、地球丸ごと響き渡ることだろう。

一方で、ビル・ゲイツによるヒックス粒子の直線放出実験なる足下の話題もあった。頑丈な岩盤を探し廻った挙句に岩手を選び、既に着手しているとの事。意図不明かつ環境等への影響も懸念され、目が離せない。

日毎増すばかりのグローバル資本主義への違和感、殊に昨今の我が国の在り様に居たたまれない思いを抱きつつも、対応の余地とてなく情けないばかりであったが、先ずは伏流水プロジェクトに参加して、里山からフルポ酸鉄含有の良質水の恵みを頂く事から狼パトロールを支援し山の生態系を本来の姿に戻し、自然豊かな日本を蘇らせる事によって「市場から愛場へ」ソフトできる礎となるならば、願ってもない

幸いである。

人類が野生動物から見てもチャーミングで有り得るように！暮らすほどに地球が喜ぶ未来の生き方を具現させる為に、賛同の輪が大きく拡がり、先ずはサポーター数三千人、ひいては一人の一日も早い達成を願って止まない。

### バウさんから託された「49日間の物語」 一般社団法人 OPEN JAPAN

吉澤 武彦

1月5日、私の師、バウさん（山田和尚氏）が亡くなりました。

バウさんのことは清水さんが色々発信されているので、みなさん、大方ご存知だと思っておりますが、私はここ7、8年晩年のバウさんと共に過ごさせていただき、生きる上で大切な様々な事を学ばせていただいた者です。

サラ・シャンティの清水さんと初めて出会ったのは、2007年の秋に行ったバウさんの講演会でした。そして清水さんとキューバのプロジェクトを行うように導いてくださったのもバウさんでした。今回は、2月に私のメールニュースに書かせていただいたバウさんから最後に託されたことをこの会報に紹介させていただきます。と思います。

\*\*\*\*\*

12月28日21時59分。バウさんから

一本の電話がありました。

バウさん「ちょっとええか。たけちゃんに2つお願いしたいことがあるんだわ」

タケ「はい」

バウさん「ワシはもう、そんなに長くない。1年はもたん。」

タケ「えっ」

バウさん「ワシが死んだら、通夜も葬式もせずに、御茶ノ水にある山の上ホテルで『お別れ会』をやってほしいんだわ。ワシが好きな曲、10曲選んでおくからその曲をみんなに聞いてもらいたいと思ってる」

タケ「は、はい。」

バウさん「2つ目は・・・、あかん、忘れた、なんやったかなあ。うん。（10秒後）あつ、思い出した！」

タケ「よかったです（笑）」

バウさん「『チベットの死者の書』って知ってるか？」

タケ「聞いたことはありませんが、内容についてはよく知りません。」

バウさん「南アルプスの麓に住んでいて、ワシの犬を預かって飼ってくれている大江さんが、日本語に訳して日本に初めて紹介したチベットの経典なんだけど、死んだ後、死者の魂が49日間にどんな経験をするかそこに全部書いてある。ワシの死を題材にしてその解説本を作ってみんなに紹介して欲しいんだわ。新宿にダライ・ラマ事務所があって、そこに行けばチベットのお坊さんに会えるからそこのお坊さんと共著でその解説本を作ってほしい。もしかしたらダライ・ラマ法王からメッセージももらえるかもしれん。たけちゃん、どうや？」

タケ「えっ・・・」

『チベットの死者の書』について、正直あまり知らないのですが、お別れ会と本の件、喜んでやらせていただきます。」

パウさん「そしたら、たけちゃんの都合のいい時、一回打ち合わせよろか。こつち来れる3日くらい前に連絡しよう。その日に合わせて呼吸を整えて、打ち合わせできるように体調を整えておくから」

\*\*\*\*\*

このやりとりの一週間後、打ち合わせがないままパウさんは亡くなりました。パウさんは長くない、それは私も分っていました。

次の打ち合わせの時、めいっばい話をしよう、そう思っていたのですが、それは実現できませんでした。だから、半分くらい覚悟ができていたが、半分くらいは受け入れることができない自分がいました。

パウさんの訃報の電話をカーシェアの事務所を受けてから、身支度だけして仙台行のバスに飛び乗りました。新幹線で埼玉県に向かいながら、そのままのスピードで49日間を走り続けてきたように思います。パウさんから託された2つのこと、特に私が力を注がなければいけないのは、2つ目の『チベットの死者の書』についての本だということが、私には、はっきりしていました。

49日の時に行く「お別れ会」で参加される方々の手元にそれを届けることに照準を合わ

せて、既に取り寄せていたCD版の『チベットの死者の書』を移動中は常に「phone」で繰り返し聞き、時間を見つけて関連書を読み漁り理解を進めていきました。

そして、正式にはダライ・ラマ法王日本代表部事務所を訪れ、そこで紹介いただいたチベット仏教普及協会のクンチョック・シタル氏の元に毎週末、石巻から通いながらアドバイスをいただき、最終的に本の監修まで引き受けてくださることになりました。

導かれるように出会い、チベット仏教の研究もされていた田口ランディさん『チベットの死者の書』のCDをプロデュースされたことのある谷崎テトラさん、翻訳本で日本に紹介したおえまさのりさんにも時間を作ってください。アドバイスをいただきました。

パウさんが生前好きだった曲を自分なりに21曲選び、繰り返し聞きながら原稿を作っていました。表紙を含む本の全体的なデザインは、弟子屈のトシさん（トリオデザイン）のフジワラトシカズさん（が）が連日夜中まで作業してくださいました。そして、お別れ会の始まる2時間前、完成した冊子は会場にギリギリセーフで到着しました。

私が会場に到着すると、誰かが祭壇に一冊置いてくださっていました。「パウさん、なんとか間に合いましたよ！」そう思いながら、祭壇に飾られていた特大パウさんを眺めました。

お別れ会にはたくさんの方々が山の上ホテルに集い、その一人一人に冊子を手渡すことができました。それにしても、本当にいるんな方が集まってくれました。来られた方からそれぞれお話を伺っていったのですがみんな一人一人がパウさんとの特別な物語を持っていました。パウさんと出会ったばかりの頃、パウさんは『縁起』について話をしてくださった事がありました。「**全ての事は縁から起こる**」

会場に集まった方の数だけ、事が起こったんだろなああとみなさんの話を聞いていて思いました。お別れ会の様子と、会で流したパウさんのお気に入りの10曲をOPEN JAPANのブログで報告したのでよかったら聴いてみてください。一つ一つの曲が、本当に味わい深い曲なのです。さすがパウさん。

『パウさん、いつてらっしやい！』

自分の死でさえ、それを使って後に続く人たちに何かを渡そうとしたパウさんの想いのこもった冊子。生前パウさんは、「一緒に本を出そう」と、言ってくださっていたのですが、それが実現した私にとってもかけがえのない冊子。ぜひ手に取って読んでいただけると嬉しいです。

### パウの道中記

『チベットの死者の書』49日間の物語  
価格：300円（送料別）

お申込みは、名前、フリガナ、住所、電話番号、〒112 アドレス、購入数、

何でお知りになったかをご記載の上ご連絡下さい。<http://openjapan.net/more/howbook>

\*\*\*

お別れ会の翌日、出来上がった冊子を持って  
ダライ・ラマ事務所に再び行きました。ダ  
ライ・ラマ法王からのメッセージをいただくため  
の打ち合わせを行うためでした。責任者のル  
ンツク氏はできる限りの協力は行うと言っ  
てくださいました。ただ、法王様やその側近の方  
が内容を確認し、メッセージを送るかどうかの  
判断ができるよう英訳したものが必要とのこ  
とでした。ということで、第二版はダライ・ラ  
マ法王のメッセージ付で作れるように、英訳を  
進めることになりました。

では、バウさんから預かった最後のプロジェ  
クト、『49日間の物語』を広める活動を心を  
込めて進めてまいります。応援よろしくお願  
いします！最後に、『49日間の物語』の一日目  
をご紹介します。バウさんのお気に入りの曲を  
聞きながら読んでいただけると嬉しいです。

<http://openjapan.net/11201>

\*\*\*

バウの道中記

『チベットの死者の書』49日間の物語

1月5日 午前7時10分頃。

「とうちゃん、いってきまーす。」

「おう、早く帰って来いよー。」

玄関を出ていく芳美を、バウは、居間からいつ  
ものように声をかけて見送った。朝のニュース  
の左上に表示されている時間を確認し、テレビ  
のスイッチを切った。「そろそろ迎える時間だ  
な。ゆっくりロビーまで行っておこう。」

バウは10年ほど前から週3回の透析を続  
け、この3カ月ほど病院までの通院がづらくな  
り、送迎サービスを利用していた。この日も朝  
から、迎えに来てもらうことになっていた。  
いつもの赤いジャンパーに腕を通し、玄関に腰  
をおろし、ゆっくり靴を履き、手すりに手を伸  
ばした。「ほっ！」勢いをつけて立ち上がり、  
玄関に立ってかけている2本の杖を手に取って、  
ドアを開けた。表に出て、ポケットから鍵を取  
り出し、ドアに鍵をかけて、振り向いて一歩足  
を出そうとした時、急に目眩がバウを襲った。

「あれっ…」ドタン！薄れていく意識の中、「あ  
かん！まだ、死なん！まだ、死なん！」そうつ  
ぶやき続けた。今まで何度か、死の入りに立  
ったことがあった。しかし、いつもこの言葉を  
繰り返すことで、死の淵から戻ってくるこ  
うできた。

「山田さん、大丈夫ですか！」



近所の住人が、バウの倒れている  
姿を見つけ、救急車を呼んだ。心臓

マッサージなど、懸命な救命処置が行われたが、  
その甲斐なく9時17分バウは死んだ。

\*\*\*

チカイ・バルド（死の瞬間のバルド）

「まだ死なん…まだ…」

眩くことができないう意識の深淵に入っていた  
時、生まれた瞬間の世界が目の前に現れた。  
若いころの母親と産婆さんらしき人が見えた  
と思ったら、人生を一瞬のうちに再体験した。  
2度目の死を迎えた瞬間、強烈な光の世界が全  
体に広がった。自分自身が光を放っているよう  
で、世界全体から光に照らされているようで、  
その境界線がどこにあるかわからない。追体験  
と強烈な光を続けざまに体験し、ただ困惑して  
いる意識だけがそこにはあった。

やがて、バウは気づいた。「これが、死か…」  
光の世界で、バウの意識は困惑し、自分の死を  
受け入れることができないうでいた。死期が近い  
のはわかっただけで覚悟もしていた。しかし、死  
ぬまでの準備をもう少しだけやっておきたか  
つたのだ。

「戻りたい…」そう呟いた。  
すると、光が次第に鈍くなり、新たな風景が広  
がった。そこは病室だった。「とうちゃん！」  
自分の側にうづくまる芳美と、それを見つめる  
兄と姉が見えた。

「あちゃん！」叫んでも、バウの声は芳美  
には届かなかつた。自分の身体を眺め、もう戻  
れない現実を目の当たりにした時、バウの意識  
に悲しみが溢れてきた。

少ししてから、芳美が病室を出た。そしてカ  
バンから携帯電話を取り出し、電話を掛ける様  
子をバウはじっと見つめていた。

「あっ、もしもし、タケちゃん！」石巻のタケに連絡したことが分かった瞬間、パウの意識は電話を受けた石巻のタケの元に瞬間移動した。

「もしもし。」「年賀状ありがとうね。写真も一緒に送ってくれて、2人で写ってる写真はすごく貴重なのでありがたかったです。」

「いえいえ、送るのが遅くなってしまい、すいませんでした。」芳美は、少し沈黙して続けた。

「実は…山田パウが、今朝亡くなりました。」  
「えっ！」

パウは、一部始終を眺めながら、今、自分がやった瞬間移動に驚いていた。「これが、噂の意識の瞬間移動か。身体がなければ、人間の意識は一瞬でどこへでも行けるといふことか。」

深刻な顔をしているタケの顔色を眺めながら、パウは語りかけた。「タケちゃん、あとは頼んだぞ。最後の打ち合わせはできなかったけど、大体のことは話しておいたから。あとはタケちゃんの思うようにやってくれたらええ。」  
年が明けてから一度打ち合わせをする予定だったが、その打ち合わせは実現しないままこの日を迎えたのだ。

「とうちゃん！」自分を呼ぶ声を聞いた瞬間、パウは病室に戻っていた。パウは、自分の聴力が極めて研ぎ澄まされていることに驚いた。生前は、片耳の聴力を失い、もう片方の耳も、とても聞こえづらい状態だった。それが、今では自分に話しかけられた言葉は一言一句クリア

に聞こえるようになっていた。

パウの魂が身体を離れても、聴力と意識は繋がっていた。他の身体感覚は全くなかったが、音だけは直接パウの意識に響いたのだった。病室では、パウの身体に語り掛ける芳美に、パウの兄が葬儀について話を切り出した。

「芳美さん、葬式とかの準備はどうしますか？」  
「とうちゃんは生前、葬儀はやらなくていいので、式は行わないことにします。」  
パウは、その言葉を頷きながら聞いていた。

「それでいい…」そう呟いた瞬間、パウは再び強烈な光に包まれた。

たいていの魂は、この光で3日ほど気絶し続けるという。死後の混乱と恐怖で覆いつくされた死者の意識にとつてこの光は、驚きと恐怖に他ならないのである。パウの意識は、先ほどの混乱はなかった。何故なら、生前「チベットの死者の書」を読み、その光の意味が分かっていたのだ。「この光こそ、ワシという存在の本当の姿。この光を恐れず、抵抗せず、光に融け入ったら、ワシは成仏できるといふわけだ。」  
「…まだ、もう少し、ここに居たい。」

再び視界が開けてくるのを待ち、この日、パウは瞬間移動で様々な人たちに別れの挨拶を告げに行った。共に動いた友人たち。おもいきり叱った若い衆。喧嘩別れした、かつての同志。そして、家族。パウの意識は、常に過去と共にいた。一瞬でその時代に戻り、追体験をすることができた。また、人の心の中にも入って

いくことができた。その人が何を思い考えたのか全て知ることができた。そうやって自分の人生の行い一つ一つを自分の視点と他人の視点から見つめていった。夜、パウはカナダのビクトリアにある湖の湖畔にいた。カヌーと初めて出会った場所だった。湖には、きれいな満月が映っていた。

「やっぱり、迎えに来てくれたんだね。」

パウの人生の節目は、たいてい満月の日だった。パウは、いつも月を見かけると語り掛け、お月さんと特別な関係を自分の中で築いていったのだ。この夜パウは、大好きな満月を眺めながら、自分の死を少しづつ受け入れていった。

（死後4日目の途中までは、下記のサイトでサンプルで読めます。）  
<http://openjapan.net/more/bowbook>

## 伊勢からの便り 2017

吉田 博明

三重県と奈良県の県境となつている大台ヶ原（大杉谷）を源流に、全長90kmにおよぶ宮川は、三重県内を東西に横断しながら、伊勢市から伊勢湾へと注がれています。



その宮川河口部の伊勢市磯町には、伊勢神宮内宮の創建を記した「皇大神宮儀式帳」に登場する由緒ある磯神社が建てられています。境内には、ご神木である樹齢700年のクスノキ（幹経10m）がひととき存在感を示しながらそびえています。



磯町は2000年前、第二代垂仁天皇の皇女倭姫命（やまとひめのみこと）が、当時日本の中心地だった大和国（奈良）の三輪山をご神体とした檜原神社（ひばらじんじや）にまつられていた天照大御神の使者として、新しい鎮座地を探し求めました。伊賀・近江・尾張・美濃などを巡幸しながら、飯野の高宮（現松阪市山添町神山神社）から舟で榎田川を下り、大淀（おおいず）海岸を経て、海から「伊勢の国」にたどり着き、最初に上陸したところです。

倭姫命の巡幸はその後、さらに宮川を40kmさかのぼったところで、大内山川との合流地「大河の瀧原（たきはら）の国」と呼ばれていた美しい国に到着しました。そこに創建したお宮が、現在の皇大神宮別宮瀧原宮です。瀧原宮は杉の大木がうつそつと茂る長い参道や清らかな谷水が流れる御手洗場（みたらしば）などの景観や地勢が、現在の伊勢神宮内宮ときわめて似ていることから、内宮の遥宮（とうのみや）とも呼ばれています。

倭姫命は、その後、再び宮川を下り、五十鈴川の川岸にたどり着いたとき、矢照大御神から、「この神風の伊勢の国は、常世の波の重浪よする国なり、傍国のうまし国なり。この国に居らむとおもふ。」とのご神託を受け、創建されたのが伊勢神宮内宮で、以後、永遠の鎮座地と定められたことが日本書紀に記されています。常世とは理想郷のこと。傍国とは片方が山で一方が海に面した所。うまし国とは景観が美しいという意味と食べ物がおいしいとの意味

がこめられた言葉です。

天照大御神が伊勢神宮内宮に鎮座してからおよそ500年後、再び天照大御神から当時の雄略天皇に、次のようなご神託がありました。食材に恵まれたうまし国であっても、調理人がいなければ、おいしく食べることができないので、丹波の国（現京都府宮津周辺）から人々の食事を司る御饌都神（みけつかみ）である豊受大御神（とようけのおおみかみ）を伊勢の国へ迎えてほしいとのこと。そして、創建されたのが、伊勢神宮外宮だといわれています。

京都府宮津には豊受大御神を祭神とした籠神社（このじんじや）が創建されていて、その南側には海上を挟んで、参道である日本三景の一つ全長3.6km、8000本の松が並ぶ天橋立が続いています。宮津は、当時国家の中樞だった京都の台所を支えていた所です。京都府、福井県、滋賀県の県境となっている三国岳を源流とする由良川が若狭湾へ流れ込んでいて、川の流域とリアス式海岸が続く沿岸部は、地勢的に伊勢の国とよく似ていて、農産物、海産物などの食材に恵まれています。

2013年に、伊勢神宮では20年に一度の式年遷宮がとり行われました。神殿や装束・神宝をすべて新しくして、神の力のみがえりを祈る一大行事で、1300年以上に渡って、続けられています。樹齢300年以上の木曾ヒノキを伐採する御杣始祭（みそまはじめさい）から始まり、伊勢市民や全国からの大勢の人々が

参加して、15000本のご用材を神宮まで運ぶお木曳（おきひき）行事が行われました。これらを見て、再生とりサイクルを繰り返しながら、木の命を受け継ぐ文化の重みを感じました。

鎌倉時代まで式年遷宮のご用材は神宮の森から自給自足で供給できていたのが、その後、燃料として乱伐して、一時裸の山となってしまいました。神宮の森から再びご用材を自給自足するため、大正12年から「植林200年計画」がスタートしました。今から100年後には、人的サポートに支えられ、自然界の生態系と人工林が互いに依存と反発をしながら共生し、理想的な森や山が復活します。ご用材の自給自足態勢が整うことは、有限な資源を目先の理由だけで収奪するのではなく、長期的視点からよみがえらせる知恵が生かされていることを示しています。

また、衣食住と産業の神様、豊受大御神（とようけのおおみかみ）を祀る外宮では、1500年間毎日欠かさず、「日毎朝夕大御饌祭」（ひごとあさゆうおおみけさい）がとり行われ、古式にのっとりた神饌（しんせん）が調理されています。食材となる10種以上のコメは「神宮神田」で、100種類近い野菜や果物は「神宮御園」で、塩は「御塩田」で、神職の手作りにより自給自足で作られ、魚介類、海藻、四つ足以外の食肉は周辺の「ご料地」から調達されています。外宮の「神饌」は、生活を支える農林漁業などの第一次産業がすべての産業の土台であり、単に経済の対象としてではなく、

生命維持産業として、地産地消の自給圏を形成するモデルといえるでしょう。

檜原神社や籠神社の元伊勢伝承は、日本人が自然との共生の中に「信仰や祈り」、「心の安らぎ」を求めてきたアニミズムが脈々と息づいていることを物語っています。そして、24か所に及んだ倭姫命の巡幸史跡からは、大和朝廷が稲作をはじめ、建築様式、機織り、土器作りなどの技術を各地に授けながら、循環型生活圏を形成してきた過程をたどることができます。

1990年代後半、アメリカ中西部コロラド州ボルダーで生まれた「LOHAS」がマーケティング用語として提唱され、新しいビジネスコンセプトとなりました。「LOHAS」とは「Lifestyles of Health and Sustainability」の頭文字をとった造語で、健康と持続可能性について高い関心を持った人々のライフスタイルを総称した言葉です。現在、アメリカでは成人の26%（500万人）が「LOHAS」層を形成しているといわれ、5大マーケット分野

1. メガソーラー、バイオマス発電など再生可能なエネルギー
  2. 自然食品、オーガニック商品、スローフードレストラン
  3. エコ住宅、グリーン（スマート）シティ
  4. 漢方、ホメオパシー、鍼灸などの代替医療
  5. ヨガ、自己啓発セミナー
- などの消費市場が形成され、年30兆円規模にまで拡大していると報道されています。

日本ではスローフード、スローライフなどの言葉に続いて、2002年に「LOHAS」が紹介され、マスメディアが注目したことで、静かなひろがりを見せました。2005年には成人の29%（350万人）が「LOHAS」層に当たると伝えられました。ちなみに、ヨーロッパ（EU）では35%（850万人）といわれています。

「LOHAS」は、日本では次の6項目がキーワードとして取り上げられ、アメリカでのビジネス分野とは違い、一般消費者の共感を呼びました。

- 1・健康な暮らし 自分にとって快適で健康な暮らしを考える。
- 2・自然環境への配慮 自然の摂理に従った健全な環境を取り戻す。
- 3・五感を磨く 視聴覚中心の情報や数値に頼るだけでなく、自然に触れながら自身の感性で本質を見極める知性を身に付ける。
- 4・古いものと新しいもの 情報通信・集材などの最先端技術と伝統的な知恵・新しい発想と古くからの習慣の調和を目指す。
- 5・つながりを意識する この食べ物はどこから来たのか、捨てたゴミはどこへ行くのかなど、消費行動と地球環境との繋がりを考える。

- 6・持続可能な経済 化石燃料・原子力から脱却し、再生可能なエネルギーの導入など人に

も環境にもやさしい経済システムの創造。

日本人の基層部を築いてきたアニミズムを反映した「LOHAS」の受けとめ方は、人間中心の価値観を先導してきたアメリカでも、「LOHAS」はもともと東洋的日本文化を下敷きにしたビジネスコンセプトである」との認識が高まってきているそうです。

神戸で阪神淡路大震災に遭遇したとき、水道・ガス・電気の供給が止まり、食糧の調達に不自由し、都会生活（自給率・水3%、ガスと電気1%、食糧4%）の危うさを痛感させられました。

目先の経済・お金中心で、自己中心的価値観が、格差社会を拡大させ、修復不可能なまで環境を破壊し、国家の財政をおびやかす事態まで引き起こしています。

これまでの奪い合いから分かち合いへ、弱肉強食から共存共栄へと、価値観と発想の転換が叫ばれながらも、先の見えない閉塞状況が続き、グローバル化したマネー資本主義が行き詰まってきました。このまま、次世代の人たちに過剰な負担をかけながら、さらに経済成長を求めなければならぬのでしょうか。

地方創生が叫ばれる中、日本の文化・歴史の中に新しい地域活性化の方向性や具体的課題に対しての解答のヒントが隠されているのではないのでしょうか。

## ☆教室めぐり☆

### ラフターヨガとの出会い

木曜午後ラフターヨガ講師 大久保 信克

私とラフターヨガとの出会いは6年前の20才の時でした。当時、大学3年生だった私は、様々な社会課題を目的の当たり



にする中、「どうしたら世の中が良くなるのか」という問いと向き合っていました。しかし、明確な答えなどあるわけもなく悶々とするほかなかったのですが、一つだけ強く確信を得たことがあります。それは「人の幸せを考えたとき、そこには必ず笑顔がある」ということです。

また同時に、笑いの健康効果と、無料で誰でもできることに気づき、その時から「だったら、まず笑えばいいじゃないか!」と、世の中が良くなるとても大切なツボを見つけた感覚を得て、笑いの研究を独自にはじめることになりました。

そうして研究を進める中で出会ったのが、ラフターヨガでした。最初は、部活動の運営や就活でストレスが溜まっていた時に、友人3人でインターネットで見つけたエクササイズの動画を見よう見まねでマネて、遊びながら大笑いしてみただけです。

そうしたら、どうなったことでしょうか!心身ともに今までに体験したことのない爽快感とリフレッシュ感で満たされたのです。笑いの効果の即効性と、心の底から湧き出る喜びに忘れられない感動を覚えました。そして、その後す

ぐにラフターヨガリーダー資格を取得し、本格的な活動をスタートさせ、5年経った今では、ライフワークを通り越し、本業にするにまで至っています。

#### 《ラフターヨガのポイント5つ》

- ① 「ユーモア・冗談に頼らず、理由なく誰でも笑うことができる」  
おもしろい、楽しい等の条件(笑うための理由)を必要とせず、笑う意志さえあれば、誰でもすぐに笑うことができるユニークなエクササイズです。
- ② 「体の動きが感情をつくる」  
最初はエクササイズとしての笑い(つくり笑い)からはじめますが、アイコンタクトや子ども心を大切にすることで、次第と段々と本物の笑いに変化していきます。

- ③ 「笑いのエクササイズと、ヨガの呼吸法を組み合わせている」  
ヨガのポーズをして笑うわけではありません。ヨガの呼吸法を通じて新鮮な酸素を体中にたっぷり取り入れることで、体中にエネルギーが溢れてくるのを感じることができます。

- ④ 「科学的根拠に基づいている」  
人間は、つくり笑いも、本物の笑いも区別することができません。全く同じだけの心理的・身体的効果を得ることができます。

- ⑤ 「1995年にインドのお医者さんがはじめ、今では世界中で大人気の健康法」  
インドの公園で5人ではじめたラフターヨガですが、今では世界101ヶ国以上にまで広がっています。日本でも、リーダーの数がここ5年で千人から七千人まで増えるなどジワジ

ワと人気が出てきています。

他にもお伝えしたいことは多々ありますが、ラフターヨガは体感していただくのが一番早いです。食わず嫌いならぬ、やらす嫌いはもつたいないので、ぜひ気軽に「ご参加ください。お待ちしております。」

### 植田あきこ先生とシャドウ・ヨガ

小林 ふくこ

Shadd Yogaとあきこ先生に出合ってから。近頃、サラシャンティでかわいい小さなチラシを手にした、あの日の事をたまにフト思い出す。あの時の直感とワクワク感は、これから起こる事へのそれだったんだーと 思い出してうれしくなるのです。

小さい頃から私は、何でもちよつとやればなんとか出来るようになる努力をしない子供だった。真剣に一心に取り組む友達を「うらやましいなーと感じつつ、なんで私はしないんだろ?これは、37才になった今も続いている悩みだった。ちよつと出来たくらいで何も分らないぞーない!」と、形だけは大人になっていく私は、何か一心に努力したいと願い、夢中になれる事を探していた。

私は今、それを見つけた。自分を見つめる事』に、何の疑いもなく、まっすぐに、一心に夢中になっている。それは、口にするのはかっこいいのですが、私にとっては、ナカナカの修行なのです。こんなはずじゃない。あゝ見たくない、

。このたびは、耐えきれなくなり、逃げ出し、あげくのはてにギックリ腰にまで、なった。

だけど、おかげさまで、この痛みも疲れもいよいよ変っていく気がしてなりません。

日々を過ごさせている。これも、シャドウ・ヨガと先生、クラスの仲間の皆さんのお陰なのです。

先生はいつも小さな愛の種を植えてくれる。その種は、おけいこをしているうちに、いつのまにやらひよこり芽が出て、気付かされ、浄化されていく。。。

『元を重ね非凡へ』先生がよく言ってくれるはげましの言葉。毎日の積み重ね。。。

今、わたしは喜びの中で生きています。シャドウ・ヨガ

とあきこ先生、クラスの仲間の皆さんとの出会いに感謝

♡ 場を提供していただいているサラ・シヤンティさんにも感謝です。

Peace & Happiness



## シャドウ・ヨガに出合っ

伴 美和子

シャドウヨガ、そして、植田アキコ先生と出会って半年が経ちました。久にどう見られるか、できているかどうか、意識する必要は全くないです。ヨガの型に集中し、自分の内面とだけ向き合ってみてください。」と、先生が最初におっしゃったことを、よく覚えています。

約1時間半程、だんだんと集中できるようになりました。沸き起こってくる感情を一つ一つ認められるようになってきて、自分の思い癖や思いこみにも気づくようになりました。

ひとつ気づいて、自分で認めることができる、すぐに自分の中で統合される感覚があり、ああこうやって自分自身としっかり繋がっていきんだと実感できて、魂が喜んでるのを感じます。

回を重ねるごとに深まっていき、実生活での変化もおこりました。絶対に無理〜と思っていたことが、気づいたら叶っていて驚きました。

自分で思っている一番の大きな変化は、感情にのみ込まれなくなったことだと思います。それは、今の時代にとっても大事なことで感じています。

先生のヨガのご指導の素晴らしさも去ることながら、「食」についてのお話やアドバイスがとても有難く、色々と実践させていただいています。体の声が聞けるようになってきたと思いますし、何より毎日が楽しいです。

先生と、出会えた皆さんと、お出かけしたり語り合ったりする時間がとても楽しく、素晴らしい出会いを感じています。シャドウヨガに出会えて、本当に良かったです。出会いに感謝致します。

## 編集後記

菜種梅雨というのか、雨の多い4月でした。それだけに、たまに出でくれる太陽の有難さもひとしおでした。

思わず太陽に手を合わせていました。

今回の出会いでは、若狭でのソーラー発電に予想以上のたくさんの寄付が集まったという明るいニュースもお届けできて嬉しいです。また、山形でのいのちの森奮闘プロジェクトという壮大な構想を着々と実現している東出融さんの講演会などのお知らせもできました。

また、福島で、今も毎日理不尽な日々を送る方々の声も掲載することができました。

3・11を忘れないということは簡単ですが、それはどういうことなのでしょう。自分が体験しないことはなかなかわかりづらいのですが、少しでも共有するために写真や映像や文章があるのだと阪神大震災の折に実感しました。

夕食の支度をしながら聞いていたラジオのニュースで福島第一原発はメルトダウンを起こしている、今も誰も近づけないこと、メルトダウンした炉心が今後どうなるかの予測もつかないことを告げていました。知りたくないし、知っても何もできないけれど、やはり事実を隠すことはよくない。皆が知った上で何ができるのかと智慧を寄せ合うのが未来につながる人々への誠意の現わし方ではないだろうか。

清水和子

