



地球のいのちの営みと調和、融合して
共に生き合うコミュニティづくりの情報を発信する

いのちの森通信



公益財団法人
いのちの森
文化財団

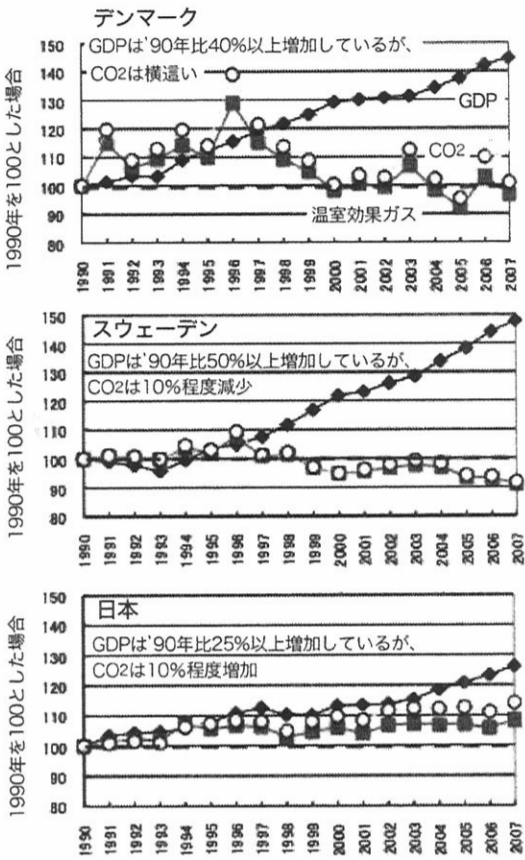


Vol. 22
2012.Apr.

平成24年4月1日発行
編集 山下 薫

発行/ 公益財団法人いのちの森文化財団 〒380-0888長野市大字上ヶ屋2471番地2198 TEL 026-239-0010 FAX 026-239-0011
ホームページ http://inochinomori.or.jp Eメール zaidan@inochinomori.or.jp

図1 CO2デカップリング



震災が問いかけた大きな課題の一つ「核エネルギー」の問題

震災が問いかけた大きな課題の一つは、言うまでもなく「核エネルギー」をこれからどうするかということ。事故後は、原発は止めようという声が高まってきましたが、「原子力がなくて産業も国も成り立つのか」と主張する人たちがまだまだたくさんいます。確かに、豊かさの指標とされてきたGNPと、エネルギー消費(また、二酸化炭素排出量)とはこれまではほぼ比例してきました(図1/ヨーロッパ諸国では、経済の伸びと二酸化炭素排出は比例しない成長ができてきました。日本はまだ比例していることが分かります。)

だからこの経済社会を維持するには、石油消費が制限されるなら、どうしても原子力に頼るしかないという主張になります。一方で、そもそも原発という技術自体が人の力では制御できないものだから、止めるべきだという主張も増えてきました。この二派が相容れないのは、技術そのものの判断と同時に、これからの「あるべき社会の姿」が異なっているからでもあります。

原発に反対する人たちは、多くは「自然エネルギー」派です。太陽に由来する自然エネルギーは安全で、地球にもやさしい。ことは言うまでもありません。しかし、その

連載 自然と共生する社会をどう作るか

第二回 これからの社会と原子力エネルギー

内藤 正明
(京都大学名誉教授)



自然エネルギーは地域に薄く分散して存在している。それで動く技術、産業ということになる。その特徴もまた、地域に分散した中小規模のものになるでしょう。そのために、仕事も地域に密着して地域の人たちの生活に直接に役立つ、小さな産業ができるでしょう。これまでのように規模の大きな産業が儲かるといふ規準からすると、この小さい産業は当面あまり儲からないかもしれません。そうなる、儲けではなく遣り甲斐で仕事

欠点は、量的にも質的にも原子力や石油には敵わないということです。特に、大きな産業の生産活動には大量のエネルギーが必要であるというだけではなく、質の高いものが必要なので、太陽や風などの自然エネルギーではまかなえないと言われます。そこでもし、どうしても「石油」と「原発」が駄目だとすると、これからの産業自体が自然エネルギーで動かせるようなものになるしかないでしょう。

自然エネルギー社会とその仕事

工業と農業のバランス社会

急激に動き始めている省エネ社会を進めるには、大きく3つぐらいの段階があることを、シリーズで紹介しました。その第二段階は技術の効率を上げ

イギリスの刑務所でレンガ積みのお仕事をしていた囚人が、大事な食事時間を逃しても、満足するまで仕上げることに専念したという逸話があるそうです。このように、「賃金のための労働」では報酬が目的になりませんが、「自己実現のための仕事」では、報酬よりも仕事そのものを大事と思えるようになります。働くこと自体が幸せをもたらすなら、現代的な意味での報酬を目的とする労働が、不幸をもたらした一因だといえないでしょうか。けれども、そのような力にならない仕事で食べていけるのか、という疑問が出てきます。でもそうしている、周りもそのような人たちが増えていって、各自が自分のしたい仕事をして、互いに支え合っている可能性が出てきます。そのような昔型の互助社会を、コミュニティを繋ぐココロの通貨で作り出すというところで、ある種の「地域通貨」も見られ始めました。

表1 低炭素社会へ向けた3つの段階

段階1	「現状の改善」 (CO2: ±0) 個別技術や個別施策などの個別対応	省エネ、太陽電池、低公害車、など
段階2	「システムの転換」 (CO2: -10%レベル) 環境負荷の元を減らす	エコハウス、エコタウン、モーダルシフト(自動車や航空機による輸送を鉄道や船舶による輸送で代替すること)、など
段階3	「社会全体の転換」 (CO2: -30~-80%) 新たな社会への転換	歩いて暮らせるまち(地産地消、コミュニティケア、地域経済の再生) 自然と共生する住まい(桂離宮に学ぶ建物のあり方) モノの消費から価値の享受(工芸、芸術、文化、自然の価値を楽しむ豊かさ)

これは、かつて言われた「(地域)適正技術」の類で、主に地域の人手と資金と材料で作られるので、地域の雇用に貢献することは勿論です。外から、大企業を誘致すると、近代工業は地域

この国はまさにおとぎの国、妖精の国のように。この国でも決して見られない。さらに関東大震災の後でも「滅びてほしくない唯一の民族、彼らは貧しい。しかし高貴である。」と評価されたのは何だっただのかを、もう一度考え直してみることがあるのではないだろうか。それは、幸せとは何か、という話に行き着くことになります。プータンの人々が経済指標では貧しくても、幸福感では世界でも有数であるということ、我々も小さい国の国王の来訪に大きな関心を持ちましたが、それは幕末の日本に来た西洋人が、その日本の姿に感銘したのと同じような意味であったと思われま

げ、生活や生産で省エネ行動をする、といった段階的な「改善」です。第二段階では、街づくりや産業、交通、エネルギー構造なども相当に変えるという「転換」ですが、第三段階では、人々の価値観までも変えた社会への「変革」です(表1)。もし、いま言われているような80%の低炭素社会にするとなれば、第三段階まで進まないとならないでしょう。



青少年達も参加した自然農法での稲作り

の人手をあまり必要とせず、また金を落とすに比べて、外部に吸い取られていく方が多い場合がある、もはや地域経済を豊かにする切り札ではありません。

脱石油、低炭素、卒原発社会の姿

もし「脱石油(低炭素)」でしかかも「卒原発」の社会を本気で考えるなら、最終的には、「朝は朝星、夜は夜星」という生活に近い生活になっていく。その時は、暦も太陽暦が便利になって、「暮れ六つ」などという時刻の名前が復活するかもしれません。それはもう、「三丁目の夕日」を越えて「大江戸の夕焼け!!」の時代かもしれない、という冗談のような話もあながち冗談では済まないかもしれません。

幕末に日本に来た多くの西洋人に、「この国はまさにおとぎの国、妖精の国のように。」と評された。この国でも決して見られない。さらに関東大震災の後でも「滅びてほしくない唯一の民族、彼らは貧しい。しかし高貴である。」と評価されたのは何だっただのかを、もう一度考え直してみることがあるのではないだろうか。それは、幸せとは何か、という話に行き着くことになります。プータンの人々が経済指標では貧しくても、幸福感では世界でも有数であるということ、我々も小さい国の国王の来訪に大きな関心を持ちましたが、それは幕末の日本に来た西洋人が、その日本の姿に感銘したのと同じような意味であったと思われま

「豊かさとは何か、そもそも「国」のあり方とは何か」については、改めて最終回に取り上げたいと思います。

ないとう まさあき 履歴: 1939年大阪府生まれ。1962年京都大学工学部卒業。1969年工学博士。1974年国立環境研究所主任研究員、同統括研究部長。1995年京都大学工学部教授。2002年同大学院地球環境学部長(併)。京都大学名誉教授。現職: 琵琶湖環境研究センター長(NPO) 循環共生社会システム研究所・代表理事。著書: 「持続可能な社会システム」, 「地球環境と科学技術」, 岩波講座など。活動: 持続可能な社会の理念と実現方法に向けた研究およびその実践活動

公益財団法人第2期事業計画並びに予算について

昨年6月、公益認定を受け、本年は第2期にはいりませ...

は他の財団と異なり極めて資産の少ない財団です...

被災地への支援金 長野県栄村・福島県南相馬市へ

第2次募集をして皆様方よりご寄付いただきました「被災地の子供たちの教育への支援金」は...



昨年3月13日の栄村の様子 本年3月9日支援金を栄村教育長へ

- 公益財団法人いのちの森文化財団では、引き続き ①「死を思い、より良い生を生きる、医療と養生の統合」事業...

Table of activities and seminars, including '自立支援・社会復帰支援事業' and '自然観察会'.

Table of youth education activities, including '青少年育成事業' and '自然観察会'.

Table of health and social education activities, including '健康社会教育事業' and '気功の実習'.

Profit and Loss Statement (正味予算書) for FY2012, showing revenue and expenses.

Profit and Loss Statement (正味予算書) for FY2012, showing revenue and expenses.

Profit and Loss Statement (正味予算書) for FY2012, showing revenue and expenses.

前回のコラムに引き続き、今回もまた青少年の育成、メタ認知能力をテーマにしたコラムです。メタ認知とは「認知」を認知すること。つまりは、「わかっていて、知っている」ということをわかること、知ること、ということであると前回のコラムで紹介させていただきました。そのことをもう少し掘り下げていこうと思っております。

メタ認知の大切さ

最近では学術用語に限らず、色々な用語が日本語、英語、その他の外国語とミックスされて使われています。中には、なんとなくは意味を知っているけれど、実はその詳細を知らずに使っている、なんて言葉も結構あるのではないのでしょうか。そもそもメタ認知能力の「メタ」って何でしょう。前回の概要を補足する意味でも、今回はまずそこから考えていこうと思っております。

英語の意味での「Meta」は、ほかの言葉と結びつけて複合語を作り、「〜のち」に「変化して」などの意味をつける接頭語です。ですから、メタという言葉だけでは意味が成り立ちません。例えば物質界の現象を超越した世界を取り扱う学問を「形而上学」といいますが、これは英語で「metaphysics」、つまり「physics (物理学)の後の学問として存在するもの」とされています。これに倣うと、メタ認知は「Cognition (認知)の後に存在するもの」となります。『認知』は言わずもがな、「認」は「見分け、見定める」といった脳の働き

であり、「知」は論理的に「理解判断する」脳の働きのことを指しています。心理学では、認知を「知識を得る働き、すなわち知覚・記憶・推論・問題解決などの知的活動の総称」と位置づけています。ですから、メタ認知とは、認知に対する認知、すなわち、見る、聞く、書く、話す、理解する、覚える、考える、といった通常の認知活動をもう一段高いレベルからとらえた認知を指します。

「脳と心」シリーズ 連載第17回

自己を成長させる

心理的能力-メタ認知能力2

角田佳菜子

(ニューヨーク州立大学卒業
バイオニューロサイコロジ専攻)



自然農園にて

具体的な例をあげてみましょう。例えば、英語の文章を一生懸命、何度も繰り返し返して覚えるのは、単なる認知活動です。前回のコラムで少し動物の記憶実験について書きましたが、動物の記憶実験もこの部類に入ります。ではこの通常の認知活動をもう一段高いレベルからとらえた認知を指します。

英語の文章を覚えるという作業に対して、「文や単語の意味を十分に理解してから覚えた方がよく覚えられられるのではないかと考えたり、「自分のペースだと3日に分けて覚えるのがちょうどいい」と判断したり、あるいは自分の学習のやり方を点検してみたりすることが、メタ認知的活動です。また、「関心のある内容は覚えやすい」といった知識は、認知についての知識であり、『メタ認知的知識』と呼ばれます。例えば英語の授業で先生が、課題の文章



いのちの森から見える日の出

に関連する歌や写真、映画などを紹介して、生徒たちの興味を惹いて、そこから学習意欲を持たせることがあります。私の古い経験で言えば、中学生の頃、英文法を学ぶのに英語の先生が、ビートルズの歌を紹介したことがありました。このように、教授・学習をはじめとして、認知活動の改善を効果的に行うために、メタ認知は重要な役割を果たすものです。

メタ認知能力と三つの条件

そう考えると、「簡単なことじゃないか」「メタ認知もメタ認知的知識もすでに教育の現場で多く取り入れられているんじゃないか」と思われるかもしれません。確かに『大人』にとっては簡単なことかもしれません。自分の学生の頃を振り返ってみると、気づかぬうちに、『メタ認知的知識』に触れていたか、意識せずに活用していたことがあるかもしれません。

例えば、仕事の場面などでどうしても効率が上がらない場合、大抵の人は最初の計画に立ち返って、戦略を練り直したり、アプローチの仕方を変えたりすることはよくある話です。個人的な勉強、例えば英会話などもそうです。ある程度までやってみて、行き詰った、自分のやり方や理解力を確認して、自分なりのペースややり方を考え直すことができます。メタ認知能力には条件として、

1. 考える材料として十分な知識があること
2. その知識をもとにいろいろなケースを想定していくつものパターンの推論ができて、その中からいちばん適切な推論を選ぶことができること
3. さらにその上に、たとえば自分の知識が十分であるかとか、感情に流されていないかなどと適切なモニタリングをするメタ認知ができること



いのちの森の自然農園の憩いのベンチ

せ反抗的な態度ばかりをとっていました。そんな私の態度を見た母の友人がある日、言いました。「あなたね、お勉強をがんばっているのはすごいし、みんな分かっているの。でもね、あなたをみてるとまるで大学に行つてやるってそんな風に見えないわ。でも違うのよ。行つてやるではなく、行かせてもらう、なのよ。勉強している、ではなく、勉強させてもらっているのよ。わかるかしら?」

そんな一言で、勉強させてもらっているのよ、わかるかしら?と、ご両親に感謝する気持ちを持っていないような大学なんて意味はないし、行く価値もないと思うわ。それにそんなにイライラしてばっかりだと可愛くないわよ、ほら少し笑ってみなさい。その方は、とても優しい方でいつもはお小言を言ったり、怒ったりする人ではありませんでした。この言葉を言われた時も、にこにこ笑いながら優しく言ってくれました。けれど、当時十九歳だった私はその言葉に、頭を激しくぶられたような気がしました。大人になった今振り返ればその言葉は当たり前のこととです。両親がいてこそ勉強、進学することが出来る。両親の理解があったからこそ、浪人などという我儘もできた。けれど、当時の私にはそれがまったく見えていなかったのです。経験も何もなく、世間を知らず、自意識ばかりが強かった十九歳の私は、「私だけが頑張っている」という考えを改め、少しづつではありましたが両親に対する態度や、周りの大人に対する態度を変えました。

先に挙げた三つの条件で言うならば、三番目の「自分の知識が十分であるかとか、感情に流されていないかなどと適切なモニタリングをするメタ認知ができること」この点を促されたように思っています。

メタ認知と共感能力、メタ認知能力を發揮するために、仲間や部下もしくはお客様のおかたが大切になります。これを「共感能力」といいます。

メタ認知を経て出した結論を様々な場面で実行していくとき、相手の気持ちを確かむことが大切になってきます。この共感能力を養うには、まず、相手をしっかりと観察することが大切で、相手の性格や気持ちを知るヒントになるようなことを見ることが意外と重要です。様々なコミュニケーションの中で、自分の立場から物事を捉えがちですが、相手の立場に立つことで、対人関係は、スムーズになり、メタ認知能力も發揮しやすくなるでしょう。

長させ、青少年たちの自立を促すのか、そう言った点から考えると、「大人側からの言い方」も大事なキイであるように思えるのです。それは、メタ認知能力を生かす条件の二番目の「知識をもとにいろいろなケースを想定していくつもの中からいちばん適切な推論を選ぶことができること」でもあります。つまりは、大人である、論ず側の人間も常にメタ認知能力を意識することで、子供や青年達にもその能力を的確に促すことができるのではないかと私は考えるのです。

【参考文献】
Wolfgang Schneider (2008) "The Development of Metacognitive Knowledge in Children and Adolescents: Major Trends and Implications for Education" MBE Vol. 2, No. 3, pp14-121
稲盛和夫 京セラフィロソフィ p120-122
すみだ かな「NY州立大学Albany校卒業。同校の大学院に在籍後、現在はリサーチアドバイザーとして、Office of Regulatory Research Complianceに勤務。在学中の専門は動物モデルにおける性ホルモンと認知行動、抑うつ行動。

①「報告」青少年育成公開講座 ①アフリカの大地で愛を育む

平成24年1月21日
講師 プレンダ・デーヴィス博士
(英国精神科医・ザンビア在住)

アフリカのザンビアで、地域の人々や孤児たちための社会活動を行っている英国精神科医のプレ ندا・デーヴィス博士をお招きしてお話しをしていただきました。参加者感想文の一部をご紹介します。



プレ ندا・デーヴィス博士(右)。深い愛とやさしさと強さが感じられたお話でした。

ていました。自分だけで終わりでないのだと思います。(Y・Sさん)

●まず、今ということについては、この瞬間に自分が居続ける。存在し続け、そこに全てのエッセンスが含まれていると言っておられました。

そして、人はその瞬間に居続けるということとは難しい、だけど、居続けることを意識している、切り替えることが大切だとおっしゃいました。

常に、ゼロ地点に留まり、変化を受け入れ続けること。何が起きても、その状況や変化を受け入れその瞬間、今ということに、在り続けること、それは心が穏やかであることや静けさがないと、到達することはできないと感じました。

起ることは、起るべくして、起きている。それは、必ずしも自分の理想とするものではないけれど呼吸を深くしていくと不可能を可能にすることができるとを学ばせていただきました。(C・Kさん)

②環境問題を考える

平成24年3月1日
講師 スティーブン・マクグリービー先生
(京都大学農学部生物資源経済学)

アメリカ・ミネソタ州出身で、2001年に長野市鬼無里村に移り住まれ、現在飯綱高原に在住。京都大学農学部博士課程に在籍し、持続可能な社会生活、農業、エネルギー、生態学などについて研究しておられます。



たくさんのスライドを見せていただき、環境問題の現状と欧州のエコビレッジの様子をお話いただきました。

●エコビレッジのコンセプトとこの森は近いものがあると感じた。欲望・エゴ・自分が自分、というものが人間と地球をダメにしてきたのだ。シン

ブルなものに帰らなければいけないとスティーブン先生はおっしゃっていたが本当にそうだと思う。

自給自足、節約、コミュニティとして生きる。「今の子供は、一番大事なことを学んでいない。」と先生はおっしゃっていた。

いのちの森は子供も学ぶことができる。畑、掃除、実習。生活そのものを学びとして吸収できる場所だと思えました。

そして何より、今日一番感じたのは、どんなコミュニティを創り上げていくにしても、その根底に、心を高めるということが不可欠なことではないかと。(K・T)

●一秒で熱帯雨林が40アールなくなり、人類全員が日本人並みの生活をしたら、資源再生産および、産業物の浄化には地球が5つ必要ということを教えていただき、ヨーロッパの4つのエコビレッジを紹介していただきました。「コミュニケーション 助け合い 経済」その様なことがポイントになっていると思えました。

環境破壊は、ここ100年の話だと思えますが、このままいっただら、人間の住める土地、エネルギー、水、食料を争うようになり、日本は60年以上戦争をしていませぬが、また戦争ということになってもおかしくない方向へ世界は進んでいるという状況なのだと思います。そんな、状況において、日々の自分たちの生活を考え、行動していく事が必要なのだと思います。

いのちの森の活動は人間の生活の本当のところを作っているように思いました。水田の復活や、自然農園の生産もその一端であると思えます。(T・N)

●スティーブン先生は環境問題とは、環境危機だとおっしゃっていました。それくらい重大な問題だと思います。先生は環境問題の話をすると暗くなるおっしゃっていました。環境問題は私たち人間が成長するために与えられた問いだと改めて思いました。

それは環境問題を本質的に解決する為には、人間が「自分さえよければ」から四方善(自分、相手、地域、将来世代)に価値観と実践が変わらなければならないからです。(K・Y)

2012年～2013年 いのちの森文化財団主催事業 いのちの大学講座 (学長 帯津良一 副学長 巽信夫) ～一人一人の生き方を深める～

集中内観セミナー 【随時開催】
面接 塩澤研一 (日本内観学会会員)
自身の過去を振り返り、父、母などとの人間関係の中で、①お世話になったこと、②して返したこと、③迷惑をかけたことこの3点について調べていきます。その結果、自分を客観的にとらえ、今後の生きるビジョンが見えてきます。

リーダーシップセミナー 【随時開催】
講師 塩澤みどり (いのちの森文化財団理事長)
生活と仕事を通して学ぶ。心の持ち方、人との関わり、志。人を導く立場の方に必要な資質・能力を身につけます。リーダーシップを発揮するために人格を磨き、人を引きつけ導く力をつけていきます。

こけ玉グリーンアートセラピー 【随時開催】
こけ玉は私たちの心の風景を映し出し、元気を与えてくれます。出来たこけ玉は手入れをすれば何年でも生き続けます。指を使い土を練り、こけ玉をつくるプロセスを通して忘れていた大切なものに出会っていきます。

いのちの森の学校 【随時受入】
知力・体力・気力を充実させ、人間力・仕事力・徳力・生活力を養い、若者の「働く」と「自立」を応援します。体験入学受付中 (2泊3日～)

いのちの森の音楽祭
8月 アーティスト ゴスペル歌手
9月 アーティスト 岩月悦子 (ハーブ演奏家)
12月 アーティスト ピアノ演奏家

シーズンチャレンジボランティア 【随時開催】
つながりあおう人と自然と大地といのち。ボランティア保険にも加入しています。

Webカウンセリング 【随時開催】
財団では、Webカウンセリング事業(無料)を行っています。

※詳細はお問い合わせ下さい
いのちの森文化財団事務局 TEL 026-239-0010

脳と心セミナー
講師 久間祥多 先生 (脳神経外科医)
2012年 6月16日(土)～17日(日)
11月10日(土)～11日(日)
脳と心の関係を探り、私たちの無限の可能性を探ります。また、意識によって脳と心をどのように良い方向へ向けてゆくことができるのか、具体的にお話いただきます。脳と心に関するどんな質問も受け付けます。

気功合宿
講師 中健次郎 先生
2012年 9月15日(土)～17日(月祝)
気功・太極拳・家庭療法・瞑想法・心のあり方・東洋哲学・東洋医学等を指導されている中先生の気功合宿です。中先生著書：『病気が治る「気功入門」』DVDブック(マキノ出版)

青少年育成公開講座
各界第一線で活躍の先生方をお招きし、青少年育成の為の公開講座です。親子でもご参加いただけます。(参加費無料)
【2012年】
4月 山下宗洋 先生 (茶道裏千家準教授)
テーマ「お点前の心」
5月 松本賢治 先生 (㈱フラワーキッズ代表取締役)
テーマ「自分に矢印」
6月 鈴木寛 先生 (ベッカライ麦星 パン職人)
テーマ「環境保全とパン作り」
7月 井上弘寿 先生 (精神科医)
8月 細川佳代子 先生 (スペシャルオリンピックス日本名誉会長) ※7月or8月長野市にて公開講座予定
9月 中健次郎 先生 (気功家)
テーマ「気功と人間の本質」
10月 小林計正 先生 (元県職員)
11月 久間祥多 先生 (脳神経外科医)
テーマ「脳を知ろう」
12月 高野道隆 先生 (会社役員)
【2013年】
1月 宮島基行 先生 (高野山真言宗阿闍梨)
2月 早川明良 先生 (㈱ダイサン青果代表取締役)
3月 帯津良一 先生 (帯津三敬病院名誉院長)
テーマ「白隠禅師と呼吸法」

がん患者のための合宿養生塾
講師 帯津良一 先生 (帯津三敬病院名誉院長)
2012年 5月18日(金)～22日(火)
8月24日(金)～28日(火)
11月2日(金)～6日(火)
2013年 3月29日(金)～4月2日(火)
免疫力・自然治癒力を高め、病を克服し、明るく希望を持って生きるための実践講座です。手術、サプリメント、代替療法、心の持ち方、その他どんな悩みにも帯津先生が直接お答えする車座交流Q&Aや気功実技指導、基調講演など帯津先生から学べる時間がたっぷりあります。

「いのち学」
講師 帯津良一 先生 (帯津三敬病院名誉院長)
2012年 5月18日(金)～22日(火)
8月24日(金)～28日(火)
11月2日(金)～6日(火)
2013年 3月29日(金)～4月2日(火)
志高く、人を患者を尊重する言葉の在り方、帯津先生の存在そのものの在り方を学びます。本年は特に帯津先生の40年以上にも渡る豊富な臨床実践例から「いまから始める養生訓」についても学びます。

いのちの森で学ぶ親子相談勉強会
講師 巽信夫 先生 (信州大学病院外来専任医)
2012年 6月29日(日)～7月1日(日)
臨床歴40年以上の大変豊富なご経験と見識をお持ちの巽信夫先生をお招きし、様々な事例を通して学ぶ貴重な勉強会です。親子でも、親御さん・ご本人だけでもご参加頂けます。

心の探求
講師 宮島基行 先生
(高野山真言宗阿闍梨 南山進流声明第一人者)
2012年 8月31日(金)～9月2日(日)
ご要望をいただき、1月に引き続き、夏も般若心経を中心に学びます。般若心経の真髄、生活の中での活かし方を高野山の宮島阿闍梨に直伝していただきます。また、あわせてご真言も教えていただき、日々の心のあり方や生活が良い方向に導かれるように、ご指導頂きます。