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ー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. 35
2015.Sep
平成27年9月10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

言葉の持つ力

高野山真言宗阿闍梨 宮島 基行 師

去る平成27年5月15日の「森のいずみ」「森のことり」竣工式の翌日、竣工式神事を執り行っていただいた宮島先生に記念講演として「言葉の持つ力」についてお話し頂きました。その一部を抜粋してご紹介させていただきます。（なお、今回の内容の前の内容は「水輪通信92号」に紹介されておりますのであわせてご参照くださいませ。）

（前略）では、その言葉を、今度は自分のことじゃなくて、周りとの関係において考える、という話に移りたいと思います。言葉は、先程ちょっとお話ししましたけれども、人との意思の伝達には会話がなされる訳ですね。

お唱えする、人生の基本の十善戒に、10ある内、身体の事が3つ、心の事も3つだけど、言葉の事は4つもあります。どんな風な所に4つ気をつけるようになるかをご紹介いたします。

先ずは《不妄語（ふもうご）》。妄語せず、つまり嘘、自分ではこれは「白い色」していると思っていながら、「黄色い色」してますよと言うように、何らかの都合で嘘をついてしまうと、そういう事を「妄語」といい、嘘を言わないことを不妄語と言います。不妄語の「もう」は妄想の妄です。

それから《不綺語（ふきご）》。綺語を言わない。「綺」って糸偏に、埼玉県の埼のつくりの方ですね。綺語というのは飾り言葉とか、あるいは無駄口。**どういうのが無駄口かと言うと、本当に言わなきゃいけない事を選択してない状態**ですね。つまり、言葉という道具を使って、面白おかしく、或いは暇を潰す為に言葉を一杯使う。言葉と言うものはここにいる皆さん達が発明したものじゃありませんね。先輩達が代々に渡って、だんだんだんだん、日本の地域で作り上げてきたものですから、それを譲り受けたわけです。

それは言ってみたら、意思を伝達する為のお道具なんですね。**貴重な先輩達の築き上げてきた文化財産を教えて頂いている。お預りしている。**ですから自分のものと思い過ぎると、ちょっと、**言葉を丁寧に取り扱わなくなってくる可能性があります。これは、この地域のご先祖様達からの預かり物です。**この言葉を使って先程の様に、自分が今悪くなってしまう風に使ったりとか、人を傷付けたり、人の事を悪意を持つような事を言うように言葉を使うというのは、折角の預かり物を、自分や周りを傷付ける為に使ってしまっていると。こうなってしまったら、これは哀れな状況ですね。

しかも、**癖が付いてる人はですね、中々止められないわけなんです。**中毒して、そういう使い方に慣れてしまって、習慣化してしまって、お道具を大切に取り扱わない。そもそも講座では、お経本もちゃんとお渡ししているんですけども、「受持（じゅじ）」と言って、お経はちゃんと受けて持つ、受持する事からが大切で、丁寧にお受けすると。この言葉も、本当は、このような扱いがされるべきなんです。**言葉は言霊と日本でも言われてますけれども、そんな大切なものだったら、受ける時、或いは渡す時、或いはお子さんに教える時、自分が勉強する時にも、ちゃんと丁寧に取り扱って、恭しく受け渡しをするべきです。言霊と言ったらもう、魂、神様みたいなものですから、そういう風に取り扱うべきものです。その大切に頂いたその言葉を、正しく、どういう風に使ったらいいのか、使うべき所で、自分や他の人の所に良い影響を、意味のあるようなことを言うべきなの**に、お話が戻ると、綺語と言ったらですね、面白おかしければいいとかですね、その言葉をですね、本当に今必要なものじゃなくて、取り扱っている。こういう事をしないようにというのが、不綺語。

なるべくそういう言葉は減らして、自分が一体この口から何を発生させてるのか、潜在意識を汚して、将来何か悪い事が起きる種を、この口を使って、この筋肉を使って、それを出してしまったかどうか、何時も注意している必要があります。何遍も言いますけれども、将来どっちの結果が起こりやすくなるかは、自分が何を言っているかどうかが物凄く影響するんです。種を仕込んでるんですね、その一言一言が。言った事を耳から聞いて、自分の潜在意識にどんどん溜まっていきます。

3番目は《不悪口（ふあっく）》。今度は悪口。これもですね、例えば師匠が弟子の至らない所を指摘したら、これは悪口ではありません。これは、単にその生徒の成長を願って、至らない所を指摘したという事なんで、これはまあ、必要な事ですね。怒るというやり方でやっても、それは間違いではありません。

赤ん坊が、硫酸の入ったコップの所に、「危険」って赤で、ビーカーに危険って書いてあった、それが赤いもんですから、他のビーカーには水が入っていて白いから、それだけ赤い数字が付いてた、興味持っちゃったら、2歳や3歳の子がですね、ちょっと隠してもすぐそっち向かって来る訳ですよ。そうしたらですね、駄目ですよって言っても、もう言う事聞きません。そうしたら「こらっ！」て。昨日から向こうで不動明王をお祀りしましたけれども、メラメラと怒ってる訳ですね。何されてるかと言うと、投げ網を縄状に巻いて、羂索（けんさく）て言うんですけど、グルングルンって振り回して、ビュって投げたら、人に絡み付いてですね、動けなくなって、引きつけられ、もう片方の方にはこういう剣を持ってますね。時々刀って言う人がいるんですが、刀じゃないですよ、刀は刃が片面しかありませんけども、剣は両面あります。それを持っていて、私達の偏った考え方を、左右グルグル巻きに縛ってちょんぎってしまう。凄い怒ってですね。それは、母親が赤ん坊に「こらっ」というのと同じで、別に言う事聞かないから、腹立ち紛れのストレス発散代わりにやってる訳ではありません。

親が、子供が危ないから「こらっ」ていう事は、悪口ではありません。そういう事ではなくて、そこに自分の怒りの感情、ストレス、自分のやり方が通らない、通してもらえない事に対して、相手に怒ってしまっている。これ自分のやり方が通らない、通してもらえないという事はですね、相手に怒るよりかは、そんなが暇あったら、もっと上手にそれ通すように自分が工夫する。自分が工夫出来なくて、鈍臭いやり方しちゃった事に対して怒る位ならまだいいんですけどね。相手に対して怒っちゃったらですね、**自分は変わらないけどあんた変わってよ、という怒りな訳ですね。そういう様な事に基づいて言葉を発してしまいますと、これは自分の潜在意識を汚してしまいますし、同時に相手、言われた方とは関係が悪くなってしまいます。自分の潜在意識からも環境からも、将来に対する良くない種を植え込んだ事になってしまう訳ですね。**ですから、「悪口」と書いて「あっく」、悪口を言わない《不悪口》、「ふあっく」というんですね。

最後の4番目は《不両舌（ふりょうぜつ）》。両方の両に舌と書いてですね、両舌をしない。両舌と言ったら、あっちにはこう言って、こっちにはこう言って、人を仲違いさせる事です。非常にタチの悪い両舌の場合は、嘘を言うんですね。Aさんにはこういう嘘を言って、Bさんにはこういう嘘を言って、お互い同士が仲悪くなるようにですね、仕向けると。

人間関係の中では、陰でそういう事が行われたりする事が、無かったらこんな戒律が出て来ないですね。私達はそれをし易いという事になってます。時には嘘じゃない場合もあるんですよ。Aさんにはこういう事を言うと。Bさんにはこういう事を言うと。お互いの変な所、嘘じゃない面を言うけど、それを聞いたら仲違いしてしまうと。っていう風にして、私嘘言ってません、と言うかも知れませんが、動機があえてそういう側面を取り出して言ったという事は、その間に詐（いつわ）い、良くない感情を起こさせる事によって利益を得ようとしたという動機がある訳ですね。そうなったらもう両舌です。全く動機がなかったら両舌になりませんよ。たまたま言った事で偶然仲が悪くなったという事ならあるかもしれませんが、そうではなくて、両舌というのは、人の仲が悪くなることを計画して言ってしまったら両舌と言うんですね。

人が仲が悪くなる、それによって利益を得ることを考えついたことでまず、自分の意識を汚してしまいます。そしてその次にそれを言葉にすると、実際、言葉というのは振動ですから、思ったことはだいぶ細かい振動です。

それに対して、言葉というのはかなり物質的な振動なんですね。「あー」って大きい声出したら、振動感じますからね。**物理的なかなり大きな振動です。イメージで考えてるだけでは、脳の神経とか動いているだけで、それも物理的な振動ですけど、まだかすかなんですね。影響力の大きさが違います。ただし、頭や心で思いついたことは、その分細かいから、意識の奥の方に影響を与えることを含んでますので、気をつけなければいけません。**例えば、瞬間的にうわのそらで何かへんなこと言っちゃったといってもあまり潜在意識にそれほどの影響力はないんです。でもその逆だったら大変です。ですから、心の中も決して見過ごせないんです。

新春「心の探求」講座のご案内

第53回 平成28年
1月9日(土)～11日(月・祝)
講師：宮島 基行 先生
申込み・お問合せ：財団事務局まで (P1上部参照)

青少年支援活動と今後の展望

塩澤 研一
（いのちの森文化財団 副代表理事）

安心して復帰できるような社会なのかという疑問

年々猛暑が激しくなっていくような近年の地球であるが、一方で火山の噴火が頻繁に起こるようにもなってきた。避難を強いられる住民から考えれば一日でも早く収まってほしいと思うのは至極当然のことと言える。しかしどうもそんな簡単なことで終わりそうにもない地球の変動を予感してしまう。

当財団の位置するところは標高千メートルの高原であり真夏でも扇風機や、ましてクーラーなど用いたことのない場所であったが、ここ数年来扇風機は当たり前、ついにクーラーを何カ所か設置することとなってしまった。暑いとおもっても25度を超えたことのなかった飯綱高原も今年はついに30度を超える気候に変貌してきた。

真夏といえば幼いころは夕涼みに外に出て、天の川を見るのが夏の過ごし方として定着していたが昨今はそんな余裕すらなくなって久しいのではないだろうか。

加えて世界各国では人間の作った都市や市街において様々な事故が続出しており、火災、爆発、有毒物質の流失など人為的な災害も頻発している事を考えると未来に対する不安要素がかなり拡大してきているようにも感ずる。

これらの原因の大本を考えれば、人間自身が生み出してきた負のエネルギーの結果なのではないかと思う。

火山にしてもかつては危険な山として「崇めること」はあっても、気楽に観光として登山するということは少なかったのではないだろうか。また都市の中に住宅と工場が混在するような都市づくりは考えられなかったのではないだろうか。様々な化石燃料の大量消費による温暖化は洪水を呼び起こし、都会の温度変化は竜巻や雷雨、集中豪雨など一見自然現象にも思えるが、よくよく考えてみれば人間の作り出した現代の産業社会にその大本があると考えるのは邪推であろうか。

地球全体の環境汚染は想像をこえて深刻である。唯一の原爆の被爆国であり、福島原発による大きな被害を受け、大勢の人々が今なお避難生活を強いられているのに、まだ原子力発電に執着する政財界の人々の心は一体なんなのだろうかと悲しくなる。

さて、当財団では様々な課題を抱えた青少年の社会復帰支援の活動を行っているが、これらの活動に対していつも思うことがある。「果たして復帰するような社会なのだろうか？」復帰するのではなく「共に生きられる社会づくり」を優先しなければならないのではないだろうかとの疑問がついて回る。

お野菜の選別・発送実習

料理教室

課題を抱え、生き合えるコミニティーの創設が急務

私たちは様々な課題を持った青年たちに対し20数年に渡り支援活動を行ってきたが、常に脳裡をよぎるのはこの問題である。今の社会そのものがあまりに病んでおり、復帰するような社会ではないのではないか。だからこそ次の世代の課題を丸抱えにして生き合えるコミニティーの創設が急務に思えてならない。しかし私たち自身はあまりにも力が弱く、これらの課題をクリアーできるほどの段階にない。ここの生活もこの社会とかけ離れたものではなく社会の荒波にもまれながら歩み続けているのだけれど、私たちが親や兄弟の支援なしに生き合える段階まであとどのくらいかかるのだろうかと思いつつ、一歩一歩のあゆみを続けているのが現状といえる。

公的支援制度における様々な矛盾と複雑な課題

私はかつて障がいを持つ人々の授産施設で17年間働いていたことがある。300人程いる大きな施設であったが労働生産性は低く、ハンディーの重い人は1か月の工賃が2万円にも満たない。バスで通勤し、施設で昼ごはんを食べれば実質持ち出しになってしまう。それでも在宅で過ごすよりはということで通ってくるのだけれど、年金や公的支援がなければ生活は成り立たないのが現状であった。とりわけ精神障がいを持つ人々にとっては年金をもらえることは少ない。ここの財団でお預かりしている人たちに於いても、年金をもらえている人はいない。先の厚労省のデーターに於いてもこれらの実態について不満が続出しており、私自身も行政との交渉の過程で様々な矛盾に遭遇してしまう。

ただ安易に補助金や年金があれば良いとは言えないこともあり、その課題は複雑である。

田植え体験

コミュニティーの中で共に課題を引き受けあう

私自身はこれからの生活の在り方として、30人程のコミニティーにおいて力の在る者はそうでない人々の課題を共に引き受けながら人間としての尊厳を維持しつつ生き合える関係性と経済性を獲得していく以外にはないのではないかと考えている。

そのためにここで行われている実習は社会の一員としての自覚を獲得しつつ経済性を集団全体として成り立たせられることが重要であると考えている。

しかし現段階においてこれを100％実現することはかなり難しいこともあり、自立支援の適用や様々な支援制度を活用しつつ家族の負担をできる限り軽減していくことを目指して日夜奮闘している。

近年は家庭の事情で家族からの支援のない実習生が増えており、多くの皆さんの支援を求めたいところでもある。

青少年の自立支援の基金もお願いしているがまだまだ十分とは言えず、重ねてご支援をお願いしたい。

最近イタリアのトリノにある「ダマヌール」という素晴らしいコミニティーの方たちとの交流が始まった。一言では説明しにくいが、私たちが今まで学んできた様々な事柄すべてを内包しており、驚嘆すべきコミニティーであると思う。おいおい紹介していきたいと思っている。言わば真なる意識の進化を続けている方たちで、私たちが30年前に「意識の大学構想」として現在の活動を始めた原点ときわめて似ており、今後大いに学ばせて頂きたいと思っている。

『ダマヌール 未来への光』／ダマヌール日本代表 ジュゴン・クスノキ著／発行所 ㈱ビオマガジン

《東日本大震災支援》福島県南相馬市からのお手紙を頂きました

当財団では、平成24年より今なお多大な影響を受けておられる東日本大震災被災地に信州飯綱高原の安心安全な自然農法のお野菜を支援させていただいております。支援先の福島県南相馬市の保育園園長先生よりお手紙を頂きましたので、ご紹介させて頂きます。被災地への支援は今後とも継続して行ってまいりますが、皆様方のあたたかいご寄付が財源となっておりますので、引き続きのご支援を何卒よろしくお願い申し上げます。（ご寄付の詳細はＰ４をご参照）

お野菜は苦手だったＹ君。自然農法のお野菜ならおいしそうにまるかじり！

いのちの森文化財団の皆様

日ごろより大変お世話になっております。

「飯縄高原の安全で新鮮なお野菜」をお送りくださいましてありがとうございます。心より御礼申し上げます。

お蔭様で、子どもたちに安心して給食が提供でき、保護者の方々にも、「長野県のいのちの森文化財団さん」より贈っていただいていることをお伝えしていますので、保護者の方々にも安心していただいております。

昨年は、寒さが厳しい中でもお野菜を贈っていただきまして、大変助かりました。本当にありがとうございました。

……今も（5月末現在）就学前の子どもは、震災前を100％としたときに46％にとどまっていますが、在園している家庭や当園の職員にも赤ちゃんが誕生しています。避難されたままの方々は、帰還のタイミングに迷っている話も聞きます。放射能の心配、子どもの学校、家族と離れて暮らす疲れなどなど、各ケース違うと思いますが、国でも借り上げ住宅への補助の打ち切り時期が検討されているようで、当事者の気持ちを無視した進められ方に、不信と不満の言葉を聞くこともあります。これからも残る問題は、考えの違いが生む心のすれ違い、コミュニティーの構築も含めて、ますます複雑化していくように感じます。

保育園のある地区がようやく除染になりました。除染は生活圏でも南相馬市全体では、50％に達しておらず、やっと説明会が開催されて期待をして話を聞くと、除染を実行するのは0.26μSv／h以上の所と決められていて、説明会に参加していた人たちは、……折角順番が来ても期待が裏切られたように感じて、不満を口にする人たちもいました。

保育園では年に2回、保護者会と一緒に除染をして出たものを、敷地内に一時保管していましたが、3月末に搬出してもらいました。表土を剥いだ汚染土は、まだ敷地内に埋まったままです。……搬出で掘り起こした時に土埃が舞って、再汚染する心配もあり、掘り起こしや持ち出し方の方法をよく考えて、再汚染のないように実行していただこうと思っております。

感謝して。

原町聖愛保育園 園長 遠藤美保子

連載 日本の現状と将来を思う
～いのちの尊さとその発揮への道
第三回 人を表面で見ない

馬場 俊彦
（名城大学名誉教授）

私たちは、つい人を表面で見て判断してしまいがちです。ある看護学校に講義に招かれた第一回の日、教育主事の先生が言われました。「うちの子たちは、皆ほんとうにいい子ばかりなんですよ」。私は「なんと幸せな生徒さんたち！」と思いました。すると続けて「でも一つ足りないものがあるとすると、見えないものを見る力と申しますか…」と言われました。私はドキッとしました。実はその数年前、私自身トンデモナイ大失敗をしたことがあったからです。

遅刻生を怒鳴る

まだ40代初めの頃でした。朝9時からの授業に8時45分には教室に入って、次々と入ってくる学生の出席を取っていました。9時には授業に入るためです。すると40分くらいして一人の学生が来てうしろの隅の方に座りました。私は「キミキミ、今頃来て何です！」と怒鳴ってしまいました。その学生さんは「すみません」と言いました。私は授業を続けました。

ところが学期の最終試験の採点中、1枚の答案を見て愕然としました。問題への解答の後にこうありました。「僕はあの遅刻した朝のことを死ぬまで忘れません。僕は普段遅刻するような人間ではありません。ただあの朝は、母が急病になって、父は会社の大切な役割があるので遅刻できないし兄も就職したばかりで遅刻できません。僕はまだ学生だからなんとかということで、僕が母を病院に連れて行きました。幸い早くおさまったので時計を見るとまだ馬場先生の授業に少しは出られると思って飛び込んだら、いきなり怒鳴りあげられた…」。

私はもう、詫びようがありませんでした。できたことはただ一つ、以後二度と遅刻学生を怒鳴りあげないと決心することだけでした。それで以後、遅刻学生を見ると、「キミ、よく来たね、サボればサボれるところ、まだ時間があると思って来てくれたんだね。ありがとう、さあ、遠慮せずに前の方の席にお座り。ひょっとして今朝お母さんが急病？」などと言うようになりました！

講義で一番伝えたかったのは…

その何年か後のことです。学年の定期試験が終わった後、追試験の時間割が組まれ、私の哲学の試験も入れてありました。「おかしいなあ、全部合格だったのに…」と思いながら問題を作り指定時間に教室にいると、一人の学生さんが入ってきました。名を聞くと四年生の欄に確かにありました。調べると正規の二年生の時にさぼり、四年生になって第一回の授業だけ出席していました。

私は何か事情があるのではと思い、まず「キミ、ひょっとして低血圧？朝起きにくいって言うけど、僕の授業は9時からだから…」と言うと、「いえ、そんな病気はありません」「では…家が遠くて朝9時からの僕の授業に出にくい？」「いえ、近くに下宿しています」「では、…ひょっとして…学生さんの間では『パンキョウ（一般教養）の科目は採点が甘い。4年生になって、就職が決まってます、何とか…と教員に頼めば、何とか単位をくれる』って言われていると聞いたけど、キミもついそう思った？」と尋ねると「まあ、そうです」と。それで私は言いました。「そうだったんだねえ…キミとしてはそう思ったのも、まあ無理はなかったねえ。でもね、キミ、一つ大切なことを忘れているよ」「何です？」「それはね、自分の行動にはいつも相手がいるということだ。キミはいろいろ考えて、これでいいと結論して実行した。しかし、授業を担当する者としては、授業を聞いてくれる学生さんのことを思って、どういう内容の話をどのようにしたら学生さんの心に響いて、学生さんのお役にたてるか、一所懸命考え工夫して、せっかく来て下さる学生さんの時間を一分も無駄にしないように頑張って来ているんだ。その教師の気持ちを無視したんだよね。学生のうちはそれで済むかもしれないけど、実際の社会で働くようになると、そうはいかない。キミは誰からも相手にされなくなる。そこのところをシッカリ考える必要があると思うよ。キミの将来を思うとね、大切なことだと思うんだ…」すると、顔が赤くなったと思ったら急にワッと泣きだしたのでびっくりしました。そして「ごめんなさい、先生、ごめんなさい」と。あ、通じたんだ！ホッとし嬉しくなりました。「キミ、分ってくれたんだね。ありがとう、嬉しいよ。人生で一番大切なことを、キミは今、分ってくれたんだよ」。

そして言ってしまいました、「哲学の講義でいろいろ話してきたけど、一番伝えたかったのはそれだよ、人間、お互い心が通じ合う、それが人生の最高の幸せだって。それを今、キミは分ってくれた。単位を認めよう。レポートを書いてください。まずこの教科書（『ほんとうの自分』の前に書いた『真の自己 - 近代西洋哲学史に学ぶ』という本で、デカルトに始まった近代的自我の自覚の流れが、カントに至って「宇宙的英知が各個人の中に宿っている」という自覚にまで到達したと、身の回りの実際体験をおりまぜて書いたもの）をここからここまで100頁ばかりだが書き写して、その内容についてキミの考えたことを書いてください」と言いました。彼はしっかり書き写し、最後に「こんなすごい講義を聞かなかった僕は本当にバカでした」と書きました。嬉しかった。

しかし、サボりの根本原因は、本当は学生さんの側ではなく、学校教育のあり方にあったと、今は思います。

ロボットに熱中

こんなことがありました。電気科のある卒業生が、工業高校の実習助手に採用され毎日が楽しくてしようがない様子で、私もとても喜んでいました。その彼がこんな話をしてくれました。自分の受け持ちに授業をサボってばかりの困った生徒がいました。ところが愛知県の全工業高校でロボットコンテストが行われることになりました。それで彼はロボットを作る話をいろいろして、参加希望者を募ったところ、なんとそのサボリ生徒が名乗り出ました。そして、なんと朝は7時半には学校に来て、夜は11時過ぎまで実習室で熱中しているのです。先生の彼が「お母さんが心配してるぞ」と言うと、「大丈夫…オレ、学校がこんな面白いことばっかりだったら、絶対学校サボりゃせん」と言ったそうです。

学校が「一定の教科内容を教え込むとこ」だったら、サボってばかりいた生徒が、自分の興味を引くことに出会ったら、秘められていたいのちの力が眼覚めて一挙に噴出し始め、一番熱心な生徒に変わったわけです。秘められたいのちを眼覚めさせるのが真の教育ではないでしょうか。一人ひとりの学生は、それぞれ独自の個性と興味を持っている。先生がそれを気付き励ましていたら、生徒は学校に来るのが楽しくてたまらないでしょう。しかし、残念ながら現在の日本の学校教育は画一的で、しかも点数主義で、それに合わない学生は劣等生扱いされてしまう。大問題です。

自殺未遂から

ある学生ユキオ君は大学受験資格検定試験を経て数学科に入学してきました。しかし前期の試験を全部ボイコットして後期はどの授業に出なくなりました。級友のトシオ君が心配して「先生、ユキオ君を何とかしてやってくれ」と言いに来ました。それで我が家の土日のゼミに連れてくるように言いました。

すると来ました。次の週も来ました。「オヤ、続いたぞ！」それで「キミも訳してみる？」と言うと、「ハイ」と答えて訳し始めました。なんと私が高校時代3年間柴山先生のご自宅で学んでやっと読めるようになったニューマンの大学論の原文の幾行かを、2回目でパーフェクトに訳したのです。驚きました。「なぜ、こんな子が授業をサボる？」。毎回その力を見せるので、私は「この子は醜いアヒルの子、正体は白鳥の王子だ、日本の家鴨池（あひるがいけ）には合わぬ」と思って、「『アメリカの白鳥の湖』に行け、自分が白鳥の王子であることが分る」と勧め、学費は馬場が持つと言いました。1年後やっと受け入れ、留学しました。ところが向こうでは中学卒に資格しか認められず、どの大学にも入れませんでした。（実は彼は中学2年から不登校、理由は「朝から晩まで点数の話ばかり。なぜ？と聞くと先生は、決まってるじゃないか、いい大学に入るため、いい会社に入るため…と、こんなのが人生なら、僕のいる場所はない」と自殺未遂を繰り返していたのです。定時制高校も中退でした）。「でもコミュニティカレッジなら入れ、そこで成績優秀なら正規の大学3年に受け入れられる」と聞いて大奮闘、見事成功！

アメリカの大学と日本の大学の違い

3年後ひょっくり一時帰国してきたので、近くの駅まで車で迎えに行くと、我が家までの30分、元気一杯でしゃべりっぱなし！「あの無口でため息ばかりだったユキオ君が！」と妻も驚きました。「アメリカの大学と日本の大学とどこが違う？」と聞くと、「日本の大学では決められた科目を決められた数だけしか取れないけど、アメリカでは取りたい科目を取りたいだけ取れる」と。

この違いは、極端に大きい！いのちに対する姿勢が余りにも正反対です。どこまで伸びるか計り知れないほどの個性の可能性を、一定の枠にはめようとする日本と、それを自由にのびのびと発揮させようとするアメリカと！　また、アメリカでは、子どもが18歳になったら誰でも（金持ちの子でも）自立するのが当たり前で、親も子どもの自立を要求します。いつまでも親に頼っていたら欠陥人間と見られます。大学も本人が行きたければ行けばいいので、「せめて大学ぐらいは」などと親が押し付けることはありません。本人が自主的に進路を選ぶ。シリコンバレーなどで若者が次々と新しい仕組みを発明してそれが世界に広がってゆく。その底力の根の一つはこの教育の姿勢＝秘められた個々のいのちへの尊敬にあると思います。

明治維新以来、士農工商の身分制度は撤廃され、全ての人に「立身出世」の自由競争は与えられたけど、なおどこかに「強い者に弱い者が服従する」封建時代の価値観を引きずっている。今こそ《この世に生まれ出て来られたお一人お一人のいのちに秘められた不思議さ・掛け替えのない個性・役割》を尊び信じぬく姿勢を確立したいです。学校教育においても大反省・大改革が必要ですが、それにも増して家庭教育における親の在り方が大問題です。

※ユキオ君はラトガーズ大学で教育学の修士号を取得、今カリフォルニヤの大学院で「カウンセリング心理学」!!で博士課程大奮闘6年目、間もなく修了の予定です。

ばばとしひこ　1932年岐阜県に生まれる。1951年東京大学文科一類入学。出世競争に驚き文学部哲学科に転進。修士修了するも博士課程不合格。前途に絶望。ある夜自殺寸前から立ち上がり、以後不思議な人生の展開を経験。1966年名城大学就職、理工学部で英語・哲学担当。同大学大学院総合学術研究科・経営学研究科、また愛知医科大学看護学部で人間学を講義、現在名城大学名誉教授。

中 健次郎 先生の「気功と精・気・心」についてのお話

『まはぁさまでぃ vol.40』より抜粋（大字は本誌編集部）

気功は単に健康法だけではありません。性命双修の道と呼びます。性というのは意識、命はいのち（肉体）で、両方とも修めていくことが大事だということです。人間の身体には三つの宝があると言われています。精、気、心といい、これを練るのが大切です。ころも明るく保っていく。天の三つの宝は、月、星、太陽で、地の三つの宝は火、水、風といいます。大地を太陽が照らして湖、池の水が太陽の熱で蒸発して雲になり、風が吹いて雨になり、循環していって自然は成り立っているわけですけれど、人間の中にも同じような循環があるんです。人間の心臓には火のエネルギー、腎には水のエネルギーがあり、これが交わって来ないと心気が生まれない。

今の社会ではこの心気が交わっていないかたがいっぱいいます。放っておきますと、火が上にあがるように、心のエネルギーは上に上に行くんです。腎と交わらないと、下が冷えて、足が冷たく腰が冷えてだるくなり、逆に頭がのぼせて、首が凝ったり、頭が痛くなったり、不眠などの色んな症状が出てきます。火と水が離れてしまっているんです。これが運動（スポーツ）と違うところで、気功で内なるエネルギーを合い交わらせるわけです。心腎統合し、元気になります。今、冷えのぼせの方がすごく多い。仕事でもパソコンなどを使い、気が上の方にばかり行ってしまいます。日本も昔は腹文化といって、臍下丹田という腹の座った人という言葉があったぐらいです。今はそういう方は少ないですね。

エネルギーを合い交わらせていき、次に精、気、心へとエネルギーをどんどん昇華していきます。粗いものからより精妙なエネルギーに変えていくということです。精のエネルギーは、子孫を残すような生殖のエネルギーで、誰もが持っています。この精を練り、もっと微細な気のエネルギーに変えていく。つまり、精を練って気と化すわけです。さらに気を練って心と化します。これはもっと高次元な精神エネルギーとか意識エネルギーともいえます。エネルギーのレベルを上げていきます。それだけではだめで、反対のラインも必要です。心を積み上げて気を生み出し、気を積み上げて精を生み出す。心という高次元のエネルギーが出てくるとその五倍の気を生み出すことができます。でも無駄に使ってはいけないんです。よく超能力者や霊能者や癒しをやっている方に早死にする方が多いのですが、これは心を使いすぎているからです。皆さんが喜んでくれるからと心のエネルギー、気のエネルギーを使いすぎて、片側通行になっていって、自分がどんどん衰えていきます。これはあまり良くないですね。終点で廻ってくるんです。人の為に尽くされていた知り合いの霊能者の方が六十歳をすぎて、人のお世話にならないと生きていけなくなって気の毒な感じがします。心という高次元のエネルギーを使いすぎた結果です。私の先生も頭から煙を出したりする力がありますけれど、それも自分の中でちゃんと整理しながら、キャパシティを超えないようになさっています。**先ず自分の中で素晴らしい気を練っていき、自分の存在が調和し、気の場ができていき、そして意識も高まり、それがまわりの方々に自然と伝わっていくのが一番良いですね。**（中略）

中国語でリラックスすることをソーンといいます。静けさという意味もあり、このソーンを保つ力が大事です。ソーンはただ緩むのでは無く、関節が開いて行くという感じです。気がパーッと広がっていくようなつもりでやってください。**心の静けさとリラックスを保ちながら、集中するのは腎です。動かそうとしている意識は腎のあたりで、もう一つ随感といって、今やっていることを観察している意識、その両方の意識が必要です。**最初は集中の意識も無いんです。期待すると苦しくなるので、結果は求めません。

これは趙光先生もおっしゃっていました。期待すると苦しくなり、心のバランスが崩れてくる。すると身体のバランスも崩れてくる。李先生も「身体と心は一つだ、身体は心が凝縮したものだ」と言っていました。こういう精神を見習っていきたいと思うわけです。

（中略）**大脳の辺縁系は言葉以上にお互いに感応するそうです。相手が調和して平安の状態だったらそれが伝わってくるし、逆に相手がマイナスの考えで心配したりイライラしたりすると、それも伝わり、お互い交流しているらしいんです。**

テレビやパソコンでは交流できません。本当に面と向かい合って相対したときに、相手の脳と自分の脳が交流することが科学的にも分かってきんだそうです。脳の偏頭核という場所が快、不快を決めるそうです。快に感じるときはそこから海馬や他の脳に作用して免疫力も上がってくるし、記憶力も良くなっていくんです。患者さんが来たとき、「あなたに楽しいことはありますか」と聞いて、「無い」と答えた人はなかなか治らないそうです。

「ある」と言って、嬉しい顔をする人はどんどん良くなるそうです。心地悪いと記憶力も衰えてくる。老人達の認知症は楽しいことがあまりないからです。日頃楽しく心地良い気を与えながら気功をやってください。

「気功合宿」のご案内

Aコース 9月19日(土)～21日(月・祝)
Bコース 9月21日(月・祝)～23日(水・祝)
講師：中 健次郎 先生
申込み・お問合せ：財団事務局まで
（P1上部参照）

公益財団法人 いのちの森文化財団では
以下の公益目的事業への寄附金を募集しています

①「高齢者のための生きがい創造基金への寄付」
②「青少年の社会復帰と自立のための育成活動への寄付」
③「東日本大震災被災地の子供たちの教育を支援する活動（保育園へのお野菜支援含む）」
④「いのちの森の会費（一般寄付）」

※当財団への寄付金及び会費は、特定公益増進法人への寄付金として、所得税・相続税・法人税の税制上の優遇措置があります。また一部の自治体では、個人住民税の寄付金控除の対象となります。（詳細はお問合せ下さい）

【ご支援の方法】
▼郵便振替用紙にてお振込みの場合は、振替用紙に寄付先①～④をご記入の上、お振込み願います。
▼銀行振込み・電信振込みの場合は、財団事務局までホームページ・メール・FAX・電話（1ページ目参照）にて寄付先①～④をご連絡の上、お振込みをお願いいたします。

【お振込み先】
●ゆうちょ銀行振替口座
00520-3-42181
●八十二銀行　本店営業部
普通　1093531
●みずほ銀行 長野支店 普通 1991794
いずれも名義は「公益財団法人いのちの森文化財団」

被災地へお野菜を支援する保育園で、給食を食べる子供達。

2015～2016年 いのちの大学講座（学長 帯津良一・副学長 巽信夫）～人生をよりよく生きる～

「養生塾 ～体の養生 心の養生 食の養生～」
講師 帯津 良一 先生（帯津三敬病院名誉院長）
2016年 第1回 3月19日(土)～24日(木)
第2回 5月27日 (金)～6月1日(水)
第3回 9月17日(土)～22日(木・祝)
第4回 11月11日(金)～16日(水)
【参加者の感想より】死生観について、五木さんとの対談や、気功のよう先生のお話など、また、先生の豊富な知識や記憶からさまざまな方々の生き方のお話を聞くことができ、自分なりに死に時を考えて、今を大切に生きたいと思いました。（Y・Fさん）

「いのち学」
講師 帯津 良一 先生（帯津三敬病院名誉院長）
2016年 第1回 3月19日(土)～24日(木)
第2回 5月27日 (金)～6月1日(水)
第3回 9月17日(土)～22日(木・祝)
第4回 11月11日(金)～16日(水)

「生老病死のホメオパシー講座」
講師 帯津 良一 先生（帯津三敬病院名誉院長）
2016年 7月16日(土)～18日(月・祝)
【参加者の感想より】ホメオパシーの歴史から本質を知ることが出来ました。特に色々な病気、健康な人にも使われ、副作用のない効果があること、緩和されてされていることなど、自然界からのエネルギー（動物、植物、鉱物）であることなど詳細に知ることが出来ました。今迄、先生におまかせして、4年間続けて心も体も快くなっている効果に自分ながら感動しています。また、帯津先生のご自身の実体験からホメオパシーがなぜ効くかも驚きの一つで確信を得ました。(N・Aさん)

「気功合宿」
講師 中 健次郎 先生（気功家・鍼灸師）
2015年 Aコース 9月19日(土)～21日(月・祝)
2015年 Bコース 9月21日(月・祝)～23日(水・祝)

「心の病とやさしい心理学」
講師 井上 弘寿 先生（精神科医）
2015年 10月17日(土)～18日(日)

「脳と心の勉強会」
講師 久間 祥多 先生（脳神経外科医）
2015年 11月7日(土)～8日(日)

「心の探求 ～般若心経の真髄をひもとく～」
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）
2016年 1月9日(土)～11日(月・祝)
【参加者の感想より】何もわからない中、セミナーに参加しましたが、ただただ奥の深さ、人間のすごさを感じさせていただきました。歩く姿、講義をしている姿、セミナーに参加された人たちとの対話、それらすべてが美しく、本物に近づかせていただいた。(N・Sさん)

手作り野草酵素セミナー
2015年 10月24日(土)～25日(日)

いのちの料理教室
2015年 10月16日(金)～18日(日)

いのち輝く農実践講座
2015年 9月25日(金)～27日(日)
10月30日(金)～11月1日(日)

「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）

「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代表理事）

「青少年育成・自立支援個別相談事業」【随時対応】
相談者 塩澤 みどり（いのちの森文化財団代表理事）
アドバイザー医師 巽 信夫（前信州大学医学部助教授）

「いのちの森の学校」【随時受入】

「シーズンチャレンジボランティア」【随時開催】
長野市社会福祉協議会主催のサマーチャレンジボランティアへなどへの協力、田んぼ＆自然農体験ボランティア

※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
※日程は変更になることがあります