

公益財団法人  
いのちの森  
文化財団



Vol. 38  
2016. Nov

平成28年11月5日発行  
編集 木賊 萌



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



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](mailto:zaidan@inochinomori.or.jp)

**「本当の幸せとは何か」**

多くの人はも欲しいものがどんどん手に入る生活こそが幸福である、という価値観の中で生きてきたのではないだろうか。一生懸命に働き、働いた分だけお金が入り、そのお金で欲しい物を買う。収入が増えれば、それだけたくさんのお金や、より高価なものを買えるようになり、それが「豊かになる」ことだと信じているのではないだろうか。もっと良い物が欲しい、もっと高級車に乗りたいたい、もっと大きな家に住みたい……。カレードトしていくが、それは生活レベルが上がった証と思われているような……。しかし、それがムヒカ大統領の言うところの「貧乏な人」を示している。ムヒカ大統領の有名な言葉があります。

「貧乏な人とは、少ししかものを持っていない人ではなく、無限の欲があり、いくらあっても満足しない人のことだ」

現在、物に溢れ、何不自由なく、過すことができている、これが真の幸せといえるのでしょうか。何が本当に大切なことなのか、見失っているように思います。今回はホセ・ムヒカ大統領のスピーチを通して人間のあるべき原点を見つめていきたいと思えます。

自分のスピーチが終わったら、会場をあとにする首脳が多く、その時会場にはそう多くの人はいなかった。そんな中で、彼を語り始めた。

**物質的に裕福なことが 真の幸せか**

会場にお越しの政府や代表のみなさま、ありがとうございます。ここにご招待頂いたブラジル国、そしてデイルマ・ルセフ大統領に感謝いたします。私の前にここに立って演説した、心良きプレゼンターのみなさまにも感謝いたします。

国を代表する者同士、人類が必要とする国同士の決議を議決しなければならぬ。その素直な志をここで表現しているのだと思えます。

しかし、頭の中にある厳しい疑問を声に出させてください。

午後からずっと話されていたことは、「持続可能な発展と世界の貧困をなすこと」でした。私たちの本音は何なのでしようか。現在の裕福な国々の発展と消費モデルを真似することなのでしようか。

ノーネクタイのシャツにジャケットというラフな出立ち、国連演説らしからぬ語り口、そしてテーマという建前に隠された本音を暴くストリートな問いかけ。

最初、聴衆は、小国の大統領のスピーチに関心を示していなかったが、次第に彼の熱弁に引き込まれていっ

## 世界でもっとも貧しい大統領



第40代ウルグアイ大統領 **ホセ・ムヒカ**

たのだった。

質問をさせてください。ドイツ人が一世帯で持つ車と同じ数の車をインド人が持つと、この惑星はどうなるのでしょうか。

息をするための酸素がどれくらい残るのでしょうか。

同じ質問を別の言い方でしましょう。西洋の富裕社会がもつ傲慢な消費を、世界の70〜80億の人ができると思えますか。そんな原料がこの地球にあるのでしょうか。可能ですか。それとも別の議論をしなければならぬのでしょうか。

なぜ私たちはこのような社会を作ってしまったのですか。マーケット経済の子供、資本主義の子供たち、つまり私たちが、間違いなくこの無限の消費と発展を求め、社会を作ってきたのです。

マーケット経済がマーケット社会を作り、このグローバル化のあちこちまで原料を探し求める社会にしたのではないのでしょうか。私たちがグローバル化をコントロールしているのではありませんか。グロバライゼーションが私たちをコントロールしているのではないのでしょうか。このような残酷な競争で成り立つ消費主義社会で、「みんなで世界を良くしていこう」といった共存共栄な議論はできるのでしょうか。

どこまでが仲間で、どこからライバルなのか。このようなことを言うのはイベントの重要性を批判するためではありません。その逆です。

我々の前に立つ巨大な環境問題は、環境危機ではありません。政治的な環境問題なので、現代に至っては、人類がこの消費社会をコントロールしきれない。逆に、人類が消費社会にコントロールされているのです。私たちは発展するために生まれてきているのではありません。幸せになるためにこの地球にやってきたのです。人生は短いし、すぐ目の前を通り過ぎてしまいます。命より高価なものも存在しません。ハイパー消費が世界を壊しているにもかかわらず、高価な商品やライフスタイルのために人生を放り出しているのです。

消費が社会のモーターになっている世界では、私たちは消費が止まれば経済が麻痺し、経済が麻痺すれば不況のお化けがみんなの前に現れるのです。このハイパー消費を続けるためには、商品の寿命を縮め、できるだけ多く売らなければなりません。ということ、本なら10万時間持つ電球を作れるのに、1000時間しか持たない電球しか売ってはいけません。

私たちはそんな社会にいます。私たちが長く持つ電球はマーケットに良くないので作ってはいけません。人がもつと売るために「使い捨ての社会」を続けなければならぬのです。悪循環の中にあることにお気づきでしょうか。

これは紛れもなく政治問題です。私たち首脳は、この問題を別の解決の道に導かなければなりません。石器時代に戻れとは言っていない。スマートフォンをコントロールしなければならぬ。私には政治的な考え方は、これは政治問題です。昔の賢明な人々、エビクロ

ス、セネカ、マイアアラ民族までこんなことを言っています。

「貧乏な人とは、少ししか持っていない人ではなく、無限の欲があり、いくらあっても満足しない人のことだ」

これは、この議論によって文化的なキーポイントだと思えます。私はこの場に参加しています。私のスピーチの中には耳が痛くなるような言葉が結構あると思えます。しかし、みなさんには、水源危機と環境危機が問題の源でないことをわかってほしいのです。根本的な問題は私たちが実行した社会モデルなのです。そして、改めて見直さなければならぬのは、私たちの生活スタイルだということ。

私は環境資源に恵まれている小さな国の代表です。私の国には300万人ほどの国民しかいません。でも、私の国には、世界で最もおいしい1300万頭の牛がいます。ヤギも800万から1000万頭ほどいます。私の国は食べ物輸出国です。こんなに小さな国なのに領土の90%が資源であふれているのです。私の同志である労働者たちは、8時間労働を成立させるために闘いました。そして今では、6時間労働を獲得した人もいます。

しかしながら、6時間労働になつた人たちは別の仕事もしており、結局は以前よりも長い時間働いています。

バイク、車などのローンを支払わなければならないからです。毎月2倍働き、ローンを払っていったら、いつの間にか私のように老人になっているのです。私と同じく、幸福な人生が目の前を一瞬で過ぎてしまいます。そして、自分自身に質問を投げかけます。これが人類の運命なのか……。と。



給料の8割近くを社会福祉基金やチャリティ団体などに寄付している

# 日本人の未来に光はあるのか？

## 日本は世界の主要国の中で、

### 最も精神的に貧しい国！？！

#### ダマヌール日本代表 ジュゴン クスノキ



私の言っていることはとてもシンプルなのですよ。発展は幸福を阻害するものであってはいけません。発展は人類に幸福をもたらすものでなくてはなりません。愛を育むこと、人間関係を築くこと、子供を育てること、友達を持つこと、そして必要最低限のものをもつこと。発展は、これらをもたらさなければなりません。幸福が私達のものでも大切なものだからです。環境のために闘うのであれば、人類の幸福こそが環境の一番大切な要素であることを覚えておかなければなりません。ありがとございました。

## 人類が生き延びていくために大切なこと

物質偏重の今の世界において、産業発展の加熱や世界人口の増加から、毎日160%以上の地球資源が取り尽くされ、自然環境は日々破壊が進み、多くの命の種が絶滅していついていくという分析データを専門家たちが報告しています。こういった情報をもとに、地球の未来を予測すると、消費主義や産業神話が崩壊する日がそう遠いことではないという話も語られています。最先端の物理学者、ステイブン・ホーキング博士は、様々な情報をもとに考えてみると、地球の人類が生き延びるためには、新たな資源やテリトリを求めて宇宙に新天地を求めていく必要があるとコメントしました。一般には語られないけれど、宇宙の様々な観測や実験が行われているのは、地球の人類の未来に向けて、生き延びて発展することに希望をもたらすためなのではないか、と私は感じています。

## 調和的共存を実現するダマヌール社会

ですから、宇宙飛行士の適性を確かめるためにいくつもの試験の中でより大変なことは、何ヶ月間にわたって狭い空間で他の仲間と共同生活をし、その間に精神的なストレスのコントロールができるか、ストレス下で、自己の精神的なバランスを保ちながら、仲間との共同生活に問題行動がないかを生理的な変化や対処行動を継続的にモニタリングされるテストをクリアすることだそうなんです。

こういった情報をもとに考えてみると、どこにいようと結局私たち人間がよりよく生き延びるために大切な基本的要素は、良好な人間関係と互助や共生ではないかと思うのです。秘教的な知識に基づくダマヌール社会の前提は、個人の違いを賞賛し、

互助の精神で、あらゆる生命の存在との調和的共存を実現することです。これは、どの時代にも、どの場所にも共通する、人がよく生きるための前提だと思えます。かつて、アポロ計画やソユーズ計画が始まった初期の頃に、宇宙の限られた空間で過ごす時に一番超えなければならぬ問題が人間関係から起こるストレスのコントロールや人間の共生のための互助だということを知って、「ダマヌール社会では日常的にその訓練ができているので、宇宙に行くための実験に協力することが出来ます。」という手紙をNASAとソビエトの宇宙開発研究所に送ったことがありました。



アメリカでは黒人やネイティブアメリカンへの差別や迫害の問題があり、

弱者とともに生きあう意識を見直す必要がある日本社会

今一度日本の皆さんにも、社会の中で互助の精神で、皆が共生していくということについて、掘り下げて考えていただきたいのです。なぜなら、私が先日の朝に見た報道番組の中で知った、衝撃の事実は、今の日本の社会とその未来について、大いなる危機感を抱かせました。今すぐに、一人一人の意識や価値観や行動を変える必要があると、強く感じています。

その情報とは、アメリカのあるシンクタンク(頭脳集団)が、世界の様々な国の人を対象として行った、社会意識や動向を知るためのアンケートの結果でした。そのアンケートの質問とは、「自分の力だけで生きられない人に対して、国からの援助は必要でしょうか」という旨のものでした。

つまり、何らかの理由で働けないとか、障害を持っているために自力では生きられない人、貧困で困っている人とか、一般に社会の中で「弱者」と言われる人たちに對して、国が支援をすることをどの様に捉えているかを世界の国別の意識を数値化した調査でした。ヨーロッパの多くの国々は、「国が支援する必要がある」と答えた人は、全体の7〜8%にすぎず、中国でさえも9%という数値でした。私は、アメリカでは黒人やネイティブアメリカンへの差別や迫害の問題があり、

お金持ちと貧しい階級の格差が大きく、金の切れ目が命の切れ目！というような医療サービスの実態や個人主義の傾向が強いので、きつとヨーロッパより弱者支援を国が行うことを必要ないと考える割合が高いと思っていました。結果は、私の予想通り28%という数値で、ヨーロッパ諸国の人々とは、違った価値観が裏付けられていました。けれど、私がとんでもなく驚いたのは、日本人は38%という結果だったことです。なんと、日本人がアメリカ人よりも、一國が弱者支援をおこなうことを必要はない。」と答えた割合が高かったのです。私は正直、この結果に愕然としました。

なぜ、その番組でこの調査結果が報告されたかというと、このところ日本のあちこちで頻繁に起こっている、残酷な殺傷事件が後を絶たない日本社会の現状について、考察するための一視点として用いられたのです。

その中で、かつての日本人は、家族や社会の役にたつために働くという使命感を持ち、真面目に働くというのは美徳という価値観を持っていた。ところが、この調査結果から浮かび上がった現代の日本社会の価値観は、「人が働いて何かを生み出すことができるうちは社会にとって有益。けれど、仕事ができません、社会で生み出すことに関われない人は、無益で重荷。」という物質偏重で、弱者切り捨ての価値観が強く現れている。それゆえ、老人病棟で無差別に殺人が行われたり、障害者施設で19人も人が殺傷されたり、幼い子供を虐待して死なせたり、大人の世界も子供の世界もいじめがあつと絶たない。こういった弱者差別や切り捨て意識が蔓延し、命の重みを認めない現象は、日本の社会が抱える大きな問題

と云える。世界の主要国の中で一番精神的に貧しい国と結論付けていました。私は、この結論を聞いて、背筋が凍りつきました。

人は裸で生まれて、裸で死んでいくのです。けれど、人生を生きている間は、様々な出会いや、一人ひとりが自分にはない豊かさを持つことに気づき、互いに自分にはないところを補い合い、助け合って生きることによって、人生を豊かな感情で満たしていく醍醐味を味わうことができるのです。自分が好もうと好まざると、魂の進化のためには多様な人間の体験を通していく必要があるのです。自分だけは大丈夫！私勝ち組！などという考え方は、あまりに偏った現実味のないことだとは思いませんか。



多角的理解や価値観を育てていくこと

今や二人に一人は癌に罹患する世の中です。医学が進化していると言っても、不老不死は実現していません。健康はお金では買えないのです。人間自体が、ホリスティックな存在であり、自然の一部として存在しているのです。なのに、人間が地球の資源を搾取し、自然を破壊し、温暖化が急激に進んだために、世界規模で自然環境は悪化の一途をたどり、天変地異が様々な場所でも起こっているのです。地球自体が病んでいるのですから、その一部として生きていく私たち人間がバランスをとってよく生きるには非常に困難



# 大ホリスティック医学の幕開け



帯津三敬病院名誉院長  
日本ホメオパシー医学会理事長

## 帯津良一先生

### 人間まるごとをとらえる

#### ホリスティック医学

ホリスティック医学を求めて三十年、いまだ一つの方法論としてのホリスティック医学を手にしたわけではないが、少し先が見えて来たような気がしている。ホリスティック医学とはからだ(Body)、こころ(Mind)、いのち(Spirit)が一体となった人間まるごとをそっくりそのままとらえる医学である。いのちとはとりあえずは内なる生命場のエネルギー。とりあえず、と言ったのは、内なる生命場は環境の場の一部であって、環境の場を追い求めていくと宇宙を超えて虚空に達するのであるから本来のいのちは虚空の場のエネルギーであるということである。

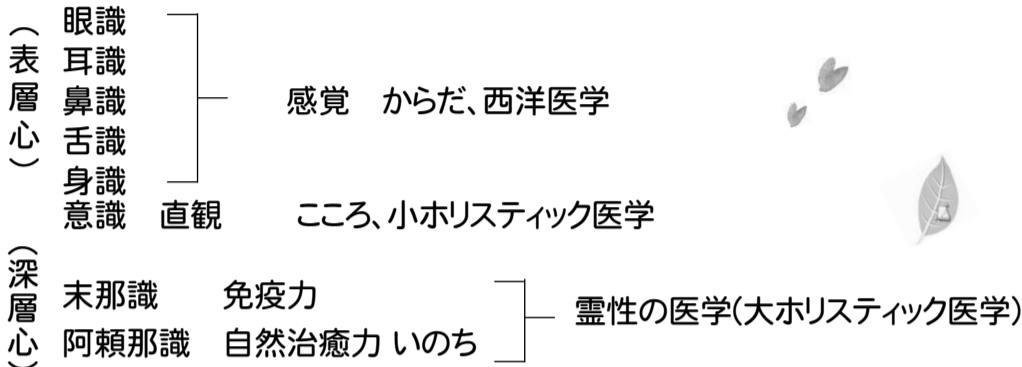


ここらとはその内なる生命場の状態が脳細胞を通して外部に表現されたものであり、その本体はやはり場ということになる。そして、からだは生命場のなかに生じた濃(よどみ)のようなもの(福岡伸一)とすれば、これもその本体は場ということになる。つまりホリスティック医学とは場の医学なのである。

実際、医学の歴史を紐解いてみても、個物個々のものから場への流れは歴然としている。その流れを表したのが表1である。仏教学説の一つ「唯識」に基づいてその流れを俯瞰(ふかん)しようというものである。

### < 唯識 >

(表1)



まず眼識から身識までは五官の世界。すなわちからだを扱う西洋医学の領域である。二十世紀の飛躍的進歩によってかなりの部分を

説き明かしてきた。次いで意識は文字通り、こころの世界、こころの医学が担当することはまちがいない。しかし先に述べたように、こころの本体は場であるから、ここをホリスティック医学の嚆矢(ほじまり)と考えてもよいだろう。小ホリスティック医学とした所以(ゆえん)である。ここから深層心に入り、末那識(まな)は生き生きしているかぎり常に持続する、自己愛の根源としての迷いの心の世界であるから、ここは免疫学ということになる。

### 霊性の医学(大ホリスティック医学)へ・・・

場の医学としての免疫学(多田富雄)がいよいよ大輪の花をさかせようとしている気配を感じているのは私だけではないだろう。そしていよいよ第八識の阿頼那識(あらいな)がやがての世界。虚空(こくう)に広がるといわれる自然治癒力にもとづいた医学である。まさに霊性の医学。さらには量子力学を超えて死後の世界の医学へという絢爛たる道が伸びている。これを大ホリスティック医学と名付けることにした。その所以はわれらが西田幾多郎の「全体」は、現実化されたあり方でとらえられるものではなく、それはまさに、関係性の無限の拡がり(△全体論観)にある。

これまでの私のホリスティック医学は、人間まるごとをあくまでも現実化されたあり方であらえていた。つまり小ホリスティック医学の域を一步も出ていなかったのだ。これからはこれまでの経験をもとに大ホリスティック医学時代に向けて歩を進めていくつもりである。大航海時代を築いたバルトロメウ・ディアスやヴァスコ・ダ・ガマのように。

### 9月養生塾参加者の感想文より

『食』  
9月17日(日)  
シヨクはシヨク!  
生き生きとした野菜中心の心のこもった料理は今まで味わったことがないくらい何となく美味し。

2年前左肺腺癌告知から動物性蛋白質、乳製品、糖質をなるべく排除した食事療法、玄米菜食を行ってきた。好みを避け、「食べられるだけ有り難い」「治療のためには」と頭では分かっていたにもかかわらず「旨いものが食べたい」との邪心が少なからずあった。座談会でこのことを質問した。これで良いのかと・・・

帯津講師いわく、「ウァハッハ、夕食時いつもこれが最後の食事と思つて食べている。いつお迎えが来るか分からない。今日もあと5時間しかない。」

「最後の晩餐」との思いで一杯グツグツ飲む。美味しい。イヤー心がときめく。飛び上がるほど幸せで嬉しい。いつもそういう思いで臨んでいる。

「食事でも何でもこれだけと決めつけないでもっと自由に楽しんでほしい。好きそうな物を食べてときめく。イコール免疫力アップに繋がる。どうぞときめいてください。」

いやはや目からウロコがポロリ。お聞きした瞬間に免疫力が上がった。

帯津先生大好き。塩沢ご夫妻、スタッフの皆さん本当に有難う。お世話になりました。くだいようですが



食事すべてが旨かった。ただし良い事はばかりではない。帰宅5日後腸閉塞になって入院。食べ過ぎにご注意!

### 2016年～2017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4回 11月11日(金)～16日(水)  
2017年 第1回 3月18日(土)～23日(木)  
第2回 6月16日(金)～21日(水)  
第3回 9月16日(土)～21日(木)  
第4回 11月10日(金)～15日(水)

「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4回 11月11日(金)～16日(水)  
2017年 第1回 3月18日(土)～23日(木)  
第2回 6月16日(金)～21日(水)  
第3回 9月16日(土)～21日(木)  
第4回 11月10日(金)～15日(水)

「直感力講座～本物とは何かを見極める力～」  
講師 細金勝治先生  
2016年 第5回 11月5日(土)～6日(日)



直感力養成講座の様子・・・

「年末年始、お正月気功合宿」  
講師 中健次郎先生 (気功家・鍼灸師)  
2016年 12月28日(水) 前泊

2016年 12月29日(木)～2017年1月3日(火)  
2017年 1月3日(火) 後泊  
久しぶりに高原の風にとても気持ち良い時を過ごすことができました。気場の高まった場(空間)を楽しい仲間といることで、自己の深い部分にまで、気持ちを向けることができました。自分が嫌いで仕方なかった私でしたが、まず自分を大切に愛してあげないと、他人への愛もだせないという中先生の言葉にはとさせられました。中先生に気に入ってもらい、からだを緩めていると、自分を愛おしく感じる事ができ、自然と涙が溢れてきました。(K.K)

「心の探求 ～般若心経の真髓をひもとく～」  
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)

2017年 1月7日(土)～9日(月・祝)  
大変貴重な3日間を過ごすことができました。いかに日頃、自分が雑に生活しているか、そしてまた表面上だけでもスピリチュアルなこととしてアピールしているものが多いかということに気づき、様々な大切なことを(祖父母が当たり前のように行っていた日常的なこと)御座なりにしてしまっていたと反省します。静かな心をもつということ、今の自分たちの環境は当たり前ではなく、恵まれているのだということ、頭で分かったつもりでいて、気付かずに不満や他人のせいにならざるを得ないことに気づかされました。宮島先生との出会いも含め、とてもありがたいことです。ありがとうございました。(K.M)

「心の病とやさしい心理学」  
講師 井上弘寿先生 (精神科医)  
2017年 4月19日(金)～20日(土)

「脳と心の勉強会」  
講師 久間祥多先生 (脳神経外科医)  
2017年 5月20日(土)～21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 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