



4. 人間の身体の60～65%ほど
が水分だと言われています。水
の良し悪しは健康に大きく影響
すると言われるし、無農薬で
作られた食材で、心を込めて料
理された食事を楽しく食べられ
る環境は人間の成長、魂の成長

5. 水輪の磁場が良いのは皆様
良く知つておられると思います
が、目に見えない電磁波がすべ
てに流れしており、植物にも、動
物にも人間に電流が流れてい
り、それで色々な情報のやり取
りを植物もしていることが分か
っています。私たちの脳の中で
も手を動かせとか命令を下して
いるのは神経線維を流れる電流
です。動物が集まつたり、寝転
ぶ所は磁場が良い所、心地よい
所と言われています。この磁場
が人間に影響しないわけはない
と考えます。

1. 水輪には愛がある。無償の
愛、暴力も乱暴な言葉も怖がら
ない真の愛があり、それを感じ
させる強い愛がある。それを実
習生の皆さんのが感じる事がで
きていること。

2. どんな人も他の人とは同じ
になれないけれど、一人ひとり
何か違つた良さを持つていて、それ
を信じてくれる人がいて、それ
を引き出している。その為には
一人ひとりを良く観察していか
なければ見つけられないものを見
つけ、引出し、自信に変えさせ
ていること。(金子みすゞの詩み
んなちがつて みんないい)

3. もう過ぎ去つた過去の事や、
来るか来ないか分からぬ未来
の事を思い悩むのをやめ、今こ
の一瞬に意識を集中し、手、足
を動かすことの大切さに気付く
よう指導していること。

言つことに従えなかつたり、相
手を悪くしか言えなかつた子が、相
手でテーマとして与えられ
た「なぜいのちの森水輪で人が
良くなるのか、成長するのか」
を私なりに考えてみました。

6. 思考、意識、気付きを大切
にされていること。もつとも大
切なことかもしませんが、我々が何をどう意識し、考る
かによって、考えた、あるいは
意識したように手も足も動くの
で、事は自分が考えたように動
いていくという事をいくつかの
事例をあげて説めないことなど
を意識させていること。

5. 水輪の磁場が良いのは皆様
良く知つておられると思います
が、目に見えない電磁波がすべ
てに流れおり、植物にも、動
物にも人間に電流が流れてい
り、それで色々な情報のやり取
りを植物もしていることが分か
っています。私たちの脳の中で
も手を動かせとか命令を下して
いるのは神経線維を流れる電流
です。動物が集まつたり、寝転
ぶ所は磁場が良い所、心地よい
所と言われています。この磁場
が人間に影響しないわけはない
と考えます。



24時間の共同生活を通して、
絆が深まり、互いに切磋琢磨
しあう関係になります。

第2回「脳と心の勉強会」 講師 久間 祥多 先生（脳神経外科医） 2017年10月28日(土)～29日(日)

<第2回テーマ>

- ・脳と集中力～集中力を高める脳の使い方
- ・脳と運動～脳を鍛える運動の効果
- ・脳と時間～脳と力を最大限発揮できるの
時間の使い方 など



大自然の中で木々や植物とのふれあいなど
様々なワークを行うことができます。

考え方、意識の仕方は、一人
ひとり違つていし、違うけ
ども、自分の考え方、物の捉え
方ですべてが変わること。
自分が考えている事が絶対でな
いかもしれない、頭を柔軟にし
て、良いエネルギーを充分に体
の隅々まで満たせたら、気功の
ように見えなくともこの水輪に
は良い気エネルギーが流れてい
るのだと思います。皆様の回復
が早められたり、成長する助け
になるのは間違いないように私
には思われます。

●循環、融合、調和をとりなが
ら生きていくことが自然で人間
は自然の一部だから、そういう
ことが本来の生き方なのに、
不自然の中にいるために、不自
然が自然になってしまっている。
でも私は不自然になじめない部
分が出てきて、ズレが生じてき
たために、このような機会に恵
まれたのだということが分かり
ました。

直観力（本物を見抜く力）は、
私の場合はかなり退化してしま
っているので、自分が心地いい
と感じるものを増やしていく、
迷ったときは自分に問い合わせ
がら決めていきたいと思います。

【報告】第2回 直観力養成講座

講師／細金勝治 先生（感覚感知学研究家）

日時／2017年7月22日(土)～23日(日)

参加者の皆様のご感想から一部を紹介させて頂け
ます。この講座では、直観力を磨き、実践に結びつ
けられる考え方を分かりやすく、具
体的に細金先生からご教授頂きます。



細金先生が本物を越えた超本物と絶賛
する光の水自然農園のお野菜たち

●細金先生、スタッフの皆さん、
2日間ありがとうございました。
この講座のチラシの先生のお顔
を拝見したときにぜひお会いし
たいと思い、参加しました。「大
霧が晴れて今までの知識がす
りと腑に落ちました。

講座の最初に「実践」するこ
とが大切に仰っていましたが、
実践しない今までおりましたの
で、今日からしっかり実践して
ゆきたいと思います。ありがとうございます。

毎日、水輪の場と食と皆さん
に癒されます。背筋がピンとな
り心と体が喜ぶ感覚です。あり
うございます。

毎日、水輪の場と食と皆さん
に癒されます。背筋がピンとな
り心と体が喜ぶ感覚です。あり
うございます。（新潟県 Y・H）

●自分のセキユリティであると
いうことにビックリしました。
今、自分は仕事上で大きな問題
に向か合っていますが、良いチ
ヤンスと感じました。一輪車に
乗る実践、毎日の積み重ねが大
切。取り組んでいきたいです。

（長野県 S・M）

●直我と自我、常に自分の中を
見つめて、とらわれない様に、
常にみつめていかなければなら
ないことだなと思いました。ど
うしても確実なもの、これだと
決まったものを求めてしまって、
それが執着になってしまわない
ように気をつけていきたいと思
いました。（長野県 M・K）

●このセミナーに参加したこと
は、大変有意義ありました。
少しずつでも、本物の調和のと
れた食材、ものを取り入れて行
きたいと思いました。自分の真
我を信じて、直観を養いながら
行うと思いました。水輪の良さ
を改めて感じました。今後ま
た来たいと思います。（新潟県
Y・H）

●栄養素はあるけど、いのちの
ないお野菜、本物と超本物のよ
うな物の中にありました。超
本物でないことを知つていれば、
それをどこかで補うことができる。
そうした超本物に出会い、縁
が頂ける機会を逃さないで生き
たいと思います。不思議な事実
を体験させて頂き、ありがとうございます。

（愛知県 M・K）

「直感力講座～自然に添って生きるⅢ～」 講師 細金 勝治 先生 2017年 第3回 11月18日(土)～19日(日)

<第3回テーマ>

- ・直感力をマスターする
- ・宇宙との調和度を上げる3つの条件
- ・直観・ひらめきのしくみ
- ・本物の食材を見分ける など



●直我と自我、常に自分の中を
見つめて、とらわれない様に、
常にみつめていかなければなら
ないことだなと思いました。ど
うしても確実なもの、これだと
決まったものを求めてしまって、
それが執着になってしまわない
ように気をつけていきたいと思
いました。（長野県 M・H）

（長野県 M・H）

●栄養素はあるけど、いのちの
ないお野菜、本物と超本物のよ
うな物の中にありました。超
本物でないことを知つていれば、
それをどこかで補うことができる。
そうした超本物に出会い、縁
が頂ける機会を逃さないで生き
たいと思います。不思議な事実
を体験させて頂き、ありがとうございます。

（愛知県 M・K）

情感あふれる養生塾

6月養生塾参加者 上永吉耕司

自然治癒力を鍛え
免疫力を高める

昔から長生きするのも芸のう
ちと言われましたが、平均寿命
が伸びた昨今ではそればかりと
は思えません。一般に寿命と一
言で言つても、平均寿命に加え
て健康寿命というふたつの考え
方があるとされています。健康
寿命とは、人生の中で病気や障
害なく過ごせる期間のことです。
この期間をいかに延ばすかが、
もはや避けて通れない喫緊の課
題と言えます。そのカギとなる
のが、他ならぬ私達一人ひとり
が天性から授かっている自然治
力を鍛え、病気に抵抗する免疫
力を高めることです。病気にな
つてから気をつけるのではなく、
普段から健康に注意することが
大切なのは言うまでもありません。
歳を重ねてきたせいもある
のでしようか。私にとつて健康
寿命、すなわち健康へのカギは
自分自身の中にある。このこと
を水輪養生塾の実践トレーニン
グ講座を通して真摯に教えられ、
健康寿命の根幹を成す養生の奥
深さを再認識いたしま

そして、情慾あふれる養生塾で学んだ数々の尊い教訓を人生の新たな出発点としたことで、奇跡としか言いようがない不思議な明るい兆しが見え始めているのです。

便秘や下痢のないピンク色に輝いている腸は全てのがん予防の切り札ですよと指摘されていました。この「きれいな腸のための処方箋」への基本的知識が不十分であつたことが転移を招いた要因。否めない事実です。

ただ幸いにも新進氣鋭の有能な主治医に恵まれ、最高の医療を受けたことへの満足度は今も何ら変わっていません。しかし転移という予想もしなかつた事

に覚えていたのです。の度も、情感あふれ生塾に身を委ね、心い機会を持てたこと謝の気持ちでいっぱいです。

A black and white photograph of a large, star-shaped flower, possibly a morning glory, with many petals. The flower is the central focus, surrounded by green leaves and stems.

報告】 第2回 養生塾・いのち学

講師／**帯津良一** 先生
(帯津三敬病院名誉院長)
日時／2017年6月16日(金)
～21日(水)
参加者の皆様のご感想から一部
を紹介する予定です。

リニツクの早期優先予約が可能
帶津三敬病院へ診察の場合、通常
常数か月待ちですが、養生熟
『長野』にご参加は、早目に優
先的に病院の予約枠を帶津先生
に直接お取り頂けます。

のドクター カウンセリング
帶津先生よりホメオパシーを
日処方して頂
きます。 (料金
別途)

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

- 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）」

※当財団への寄附金及び会費は、特定公益増進法人への寄附金として、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、

個人住民税の寄附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、振替用紙に寄附先①～④をご記入の上、お振込みをお願いいたします。

▼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)にて寄附先①～④をご連絡の上、お振込みをお願いいたします。

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
いざれな名義は「公共財団法人 いのちの森文化財団」

2017年第3回、第
4回養生塾、いのち学

「空」を帶津先生より直接教え
頂きます。



12年前に描かれたいのちの森構想のイメージ図。イメージに近い形で実現してきました。

いのちの森構想は、私たち家族が傷心の思いで飯綱に小さな庵を建てて住み始めた38年前から、様々な思いを深めてくる中で培われてきたものです。自然農をベースにした農園づくりも単に野菜や穀物を作るというのではなく、「ターシャの庭」の様な草花が咲き乱れる農園にしたいという想いでした。ところがこの農園のイメージを膨らませていた隣の5町歩の農地は20年前の長野冬季オリンピックを契機に6億円という高価な価格で県外の建築会社に売却されてしまったのです。農園を

約40年の年月をかけて醸成してきた

いのちの森 「バラ園とエンジェルローズロード」構想 がスタート! 生きがい創造事業 「シェアハウス」も実現へ

公益財団法人いのちの森文化財団副代表理事

塩澤 研一



7月20日ひらまつを訪問した際には、いのちの森自然農園産のキャベツ、コールラビ、ヤングコーン、赤かぶ、こかぶ、パンジー、フェンネルなどが使われていました。

が大きな流れを生み出すことになり、田邦子さんと藤田和子さんとの出会いから、いのちが光輝く時代を目指して、この、いのちの森全体をバラ園にしようという想いが過日行われた中健次郎先生の「気功の会」に参加された中

バラ園構想が出発

この、いのちの森全体をバラ園にしようという想いが過日行われた中健次郎先生の「気功の会」に参加された中

年齢を超える 生き合える シェアハウス計画

さらに高齢者の生きがい創造基金として最後の事業として計画していました。



陶芸家安和さんの作品。いのちの森の館内に多く飾られています。

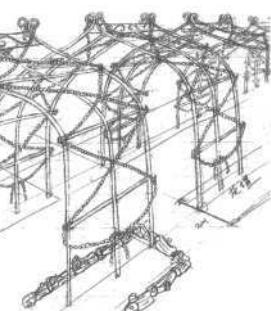
ストラン「ひらまつ」様にお伺いしました。折に、地下にある美術館を見せて頂きました。魯山人の見事な器が何点か飾られていた。魯山人の見事な器が何点か飾られていた。魯山人の見事な器が何点か飾られていた。

先日、東京の麻布にあるフレンチレストラン「ひらまつ」様にお伺いしました。この料理の器を作りたいと言う想いが心中に潜んでいました。

また30年前よりおいしい料理の素材としての野菜が栽培できても、その料理の器を作りたいと言う想いが心中に潜んでいました。

またこれと連動して私たちの古くから飯綱で陶芸をされていたのですが、

本年よりバラ園を作る計画がスタートします。



エンジェルローズロード構想
ばらアーチのラフ図



安和さんより寄贈いただいた約2,000個の耐火煉瓦。焼き窯を作る計画です。

2017年 いのちの大学講座 (学長 帯津良一・副学長 異信夫) ~人生をよりよく生きる~ 公益財団法人いのちの森文化財団主催

「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 8月25日(金)~27日(日)



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

「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 第3回 10月8日(日)~9日(月・祝)

「直感力講座 ~自然に添って生きるIII~」
講師 細金 勝治 先生
2017年 第3回 11月18日(土)~19日(日)
講座内容のご紹介 「直観、閃きのしくみ」

私達は生まれた時から、大事なことは良く考えて決めないと教わってきました。私達の脳のしくみは、思考(考える)しているときは、直観、閃きは起きない事に成っている事を、あまり分かっていないようです。自覚はないのですが、常に考えている時間と何も考えていない時間が日常に流れていて、考えが停止した時に直観、閃きが起きています。この講座は無意識に起きている直観、閃きを意識的につくり出し、日常に活用する為の講座です。

「自己変容のための新春 気功合宿」
講師 中 健次郎 先生 (気功家・鍼灸師)
2017年 12月29日(金)~30日(土) 前泊
12月30日(土)~2018年1月3日(水)
2018年 1月3日(水)~4日(木) 後泊



「脳と心の勉強会」
講師 久間 祥多 先生 (脳神経外科医)
2017年 第2回 10月28日(土)~29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 異 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。

