

ホリスティック スペース

Holistic Space 「水輪」通信

HOLISTIC SPACE SUIRIN's NEWS LETTER



ゴールデン・ボーイ

目覚めの時だ
過去は過去
もう二度と戻ってはこない
悲しみや、後悔や、怒りを忘れる

ゴールデン・ボーイ
お前を呼ぶ声がある
ゴールデン・ボーイ
早くお前を取り戻せ

静けさだ
心の深いところから来る
安らぎの場所
ここには、光が存在しない

ゴールデン・ボーイ
それが本当のお前
ゴールデン・ボーイ
輝きながら生きていく

心の光がお前を包む
弱い心が強くなる
なんにでもトライし続ける自分になる
ゴールデン・ボーイは誰の心にもいる
本当の自分

詩 栗原良太

心と体といのちのセンター Holistic Space 「水輪」通信 第50号 2004年10月28日発行

発行：水輪の会 編集：早稲理庵水輪通信編集室(kaoru.Y)

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原2471-2198

TEL(026)239-2630 FAX(026)239-2736

ホームページ <http://www.suirin.com/> e-mail suirin@suirin.com

「水輪の会」東京事務所：東京都中央区銀座6-4-5 オリエンツビル7F

山本歯科医院内・山本勇人先生気付 ☎03-3571-3305

秋

vol. 50 2004

～21世紀は心といのちに向かう時代～

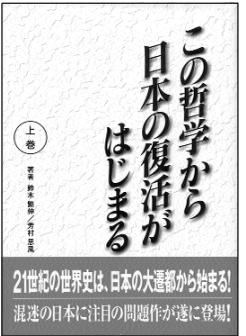


人間をつくる教育の本道

社会人教育と生活者教育

芳村 思風 (哲学者)

■プロフィール 哲学者。米国イオンド大学哲学名誉博士。日本哲学会会員。名城大学講師。昭和17年奈良県生まれ。学習院大学文学部哲学科卒業。学習院大学大学院博士課程を中退して「思風庵哲学研究所」を設立する。感性論哲学の創始者。「いま、感性は力」(行徳哲男氏と共著)「21世紀日本の使命」(共に致知出版)、「この哲学から日本の復活が始まる」(マネジメントブレイン)など。



●教育とは？

本日は、教育の本道というテーマで話をします。社員教育というのは、子供に教える教育とは違ってね、学校を卒業して、仕事をしはじめた大人たちを対象にして、どう教育的に関わっていくのかというのが社員教育になってきます。そういう観点からしますと、社会人教育と生活者教育というものが柱になると言わなければなりません。

●社会人教育とは？

社会人教育をするという事は、まず基本的には、社会とは何なのかということをお教えしなければならない。学校では社会と切り離された治外法権的なところがあって、独特の空間の中で、勉強しているわけなんですけど、実際仕事をして、会社に勤めて、社会に出れば、社会の厳しさというね、そういう所でもまねなければなりません。そういう社会の中で生きるためには、どういう力、能力、人間性を求めていかなければならないかが、まず課題になってきます。

●生活者教育とは？

それから、生活者教育からするならば、生活者というのは実際問題、金をもうけて社会の中で、いろんな人と関わりながら、他の人と共に生活していくということ。また、生活者とは、単に会社の中の人間関係だけではなく、家庭の中での人間関係もある。やっぱり経営者というのは、社員の家庭におけるあり方ということまで配慮しながら、指導力を持っていかないと、会社の中でちゃんとした能力を発揮して働いてもらうことはできない。その意味では、社員の家庭で持っている悩みに対してもある程度、教育的に関わりを持っていくことが、仕事の上から望まれる。この生活者としての関わりを会社としても考えなければならない課題なんです。で、生活者教育ということからするならば、社会の中で生きる力をどういう風にして授けてあげるのかを社員教育の中で考えなければならない課題となってきます。



感性論哲学を体現してあらわれる芳村先生の講義は、心に響きます

●社会人教育と生活者教育を仕事を通して…

この社会人教育と生活者教育を、社員教育の場合は仕事を通してやっていかなければならない。これが会社の中での社員教育ということになってきます。仕事を通して社員を成長させていく。これは職業教育になってきます。職業教育の目的は、その仕事に従事する人間を人に喜んでもらえるような仕事の仕方ができる能力と人間性をもった人間に育てることです。

●力を持った大人に育てるといったことはどういうことか

本当に力を持った社員を育てるといった意味で、感性論哲学では、会社内だけに留まらない広がりを持った、大人の教育とはどういうことかを考えていくというレベルで話をしようと思っています。そうでないと社会の中で、職業人として、仕事をしていく人をちゃんと育てていくことはできないと私は考えておるんですね。

●人間をつくる

実際問題、松下幸之助がですね、よく言ったことに、松下電器は何をつくっているのですと聞かれたときには、「人間をつくってるんです」とまず答えなさいと社員に言うのとっただしです。人間をつくるということが、結果として会社をつくることであり、またすばらしい仕事をさせることであり、すばらしい製品をつくることであり、またすばらしい社会人としての人間をつくるということにもなってくる。

職業を通して、人間をつくるという事は、決して単に社員教育という小さな範囲に留まるのではなく、松下電器が人間をつくってるんですという様に、人間の持っている広がりというのは、会社だけではなく家庭も社会もずっと広がっていく関係性の中に、具体的に会社もあるし、仕事もあるのであって、単に社員教育という小さな範囲で考えておったのでは、本当の職業人教育はできないと思うわけなんです。 (続く) (水輪での感性論哲学講座 第4回の講義「教育の本道」から)

〈2004年9月5日に行われた第4回感性論哲学講座「教育の本道」の感想文〉

- 意思を持つこと、もっと人前で話す事こと、聞くこと、責任感を持つこと、素直に謝ったり人の長所を見つけること、誉めること、何より自分自身が夢を持って目標に向かって切磋琢磨すること。せっかく人からチャンスを頂いたのだから、自分自身が答えていくという強い意思を持ち、家族やみんなと一緒に、大きく育てていきたいという希望を持ちました。(Iさん)
- 今回のテーマは「教育の本道」でしたが、その講座の中でも人間が生きていく上でとても大切万事を教えていただきました。「社会とは何なのか、自分とは何なのか」、自分と違う性格や考え方、価値観、立場、感じ方の人といかに関わって生きることが出来るか。それは相手のことを誤解することなく正確にわかる力をつける。また自分のことを誤解されること無く分かってもらえる能力と人間性を養うことが大切だと教えられました。人間が社会の中で生きて行く中で一番大切なことを学びました。今後社会に戻り、現実には多くのことを学んでいきたいです。(Hさん)
- 私の会社はスタートしたばかりで利益が出なく、仕事もうまく行かず、社員の不満が多かったために自分自信悩みが多く、何をどう動かせばいいか分からないだらけ、セミナー参加によって何か一つでも変化させようという気持ち一杯で先生の話聞いていました。今までの問題を全て社員の責任にして、自分自信を反省もせずに社長だからと社員との壁みたいなものを作っていたような気がしました。問題が起きた場合、そのことから逃げずに皆で話し合いながら良い方向に導き、プラスに変える。客観的に物事を見る。(Tさん)
- 自分自身、毎日の仕事の忙しさばかりでバタバタしていた為に、経営理念とか未来のことを社員と話し合う機会が無かったし、部下に対して上からものを言うような態度があったと反省、今まで部下をあまり誉めてなかったし、感謝もしていなかったために部下から不満も出るし、仕事が楽しくない、利益が出ないの悪影響であったし、コミュニケーションが足らなかったと思います。問題がおきたら一人で悩むのではなく、部下と一緒に悩み、部下の意見を尊重しながら会社を繁栄させていきます。(Mさん)



朝の坐禅

いのちの本質である感性をみがき、良い人間関係をつくる実力をつける
2005年度感性論哲学講座開講

いのちの学校

「いのちの学校とは、私とは何か、愛とは何か、私の本質とは何か、私の本質である永遠の生命とは何か、感性とは何か、自分の人生の使命とは何か、ということを中心にし、いのち本来の活力と自信と喜びを呼び覚まし、理論的、かつ具体的(体験的・実践的)に学んでいく学校です。理屈ではなく心から腑に落ち、体全体・五臓六腑に染み渡る体感講義です。また一人一人の経験談や具体例を通し、みんなで話し合い、学びます。(芳村思風)

講師 芳村思風(哲学者・感性論哲学創始者)「理論面から意識の目覚めと成長の講義を担当」

ファシリテーター 塩沢みどり「真実にふれる体感のワークを担当」

対象 自分を良くしたい人(経営者・教育者・お父さん・お母さん・会社員・主婦・学生)

各回集合時間13:00 各回解散時間13:00

会費 年4回一括 正会員 108,000円/ビジター 121,000円 ※会費には、講師謝礼・宿泊・夕朝食・おやつ含む
各回ごと 2泊3日 正会員 35,000円/ビジター 39,000円 1泊2日 正会員 26,000円/ビジター 29,000円

第1回 3月19日(土)~21日(月祝) 2泊3日

私とは… <理論と体感の実習>

いのちから湧いてくる私の輝き/私とは何か、愛とは何か
私の本質である、永遠の生命とは何か/感性とは何か
本当の自分をしっかり見つめる/自分の人格を高める
わかっているけどやめられない・わかってないからやってしまう自分
自分を客観的に知る/輝いている自分を発見していく

第2回 6月4日(土)~5日(日) 1泊2日

生きるとは… <理論と体感の実習>

私は何を求めて生きているのか/人生とは何か
人は何のために生きるのか/何をするために生まれてきたのか
人とつながる/いのちとつながる/人を許す
自分の心の声を聴く/人の心の声を聴く
生きている実感/感じる力/人間として基礎的なことを学ぶ

第3回 8月6日(土)~7日(日) 1泊2日

愛とは… <理論と体感の実習>

悪化した人間関係を修復する力
良い人間関係をつくる力/相手を思いやる心
真実の愛とは/実現する価値ある自分とは
謙虚さを身につける真実への勇氣/限界への挑戦
長所短所をどうしたらいいか/自分の天分、素質を見分ける力

第4回 11月5日(土)~6日(日) 1泊2日

愛の実力 <理論と体感の実習>

この命を何のために使うのか/対立を乗り越える実力
誰でも好きになり、どんな人からでも好かれる実力
使命を果たすための意志の力とは/決断に懸ける/自分の存在そのものが素晴らしい贈り物/輝ける自分の人生の可能性
将来のビジョン/輝ける新しい自分

～水輪通信50号記念 特別企画～水輪の存在意義と21世紀の使命①



自分と静かに向き合える場所

本田 健 (作家)

■プロフィール 神戸生まれ。経営コンサルティング会社、会計事務所、ベンチャーキャピタル会社など、複数の会社を運営する「お金の専門家」。独自の経営アドバイスで、いままでに多くのベンチャービジネスの成功者を育ててきた。娘の誕生をきっかけに育児を中心とした“セミリタイア生活”を送っている。現在は長野に住み、子育てのかたわら大好きなテーマである「お金と幸せ」に関する講演、カウンセリング、セミナーなどを不定期に行っている。著書に、『スイス人銀行家の教え』（大和書房）他多数。



今回は、『水輪通信』第50号を記念しまして、水輪の評価と道標の再確認の意味で経済・金融の分野でご活躍中で、本年8月水輪の会に法人会員として参画された本田健さんと、来年度ホメオパシー合宿講座の講師を務めてくださいます水輪の会理事で、日本ホリスティック医学協会運営委員、神之木クリニック院長の山本忍医師に寄稿いただきました。お二人の貴重なご意見から触発され、スタッフ一同、水輪のさらなる進化に努めて参ります。

● 気のビシッと通ったところ

このたび、会員にならせて頂きました作家の本田健です。私は、3年前まで、育児セミリタイア生活をしていましたが、思うところがあって、育児のかたわら、お金と幸せについての本を書き始めました。多くの読者の方に応援され、『ユダヤ人大富豪の教え』をはじめとする著作シリーズは、おかげさまで100万部を越えるベストセラーになっています。

知り合いが全くいない長野には、娘の幼稚園が理由で、2年前に引っ越してきました。そして、娘の通っている幼稚園の園長さんの友人の内田さんのご縁で、水輪にお邪魔することになりました。最初の印象は、なんて気のビシッと通ったところなんだろう！というものでした。一流のお寿司屋さんに感じられるような空気を感じたのです。静寂と清らかなエネルギーに満ちた素敵な場所だと思いました。スタッフの方たちも、とっても爽やかで、ここは何かが違うぞという印象でした。自然、行き届いた掃除、建物の素材、雰囲気、どれをとっても、うなるようなすばらしさです。これだけの施設を作って維持するには、すごい力があると感心したのを覚えています。

● いつでも帰っていける安らぎの場

塩沢さんご夫妻とお話させて頂くうちに、いっぺんで、ご夫妻と水輪のファンになってしまいました。お二人の謙虚でありながら、パワフルな生き方に、深い感銘を受けるとともに、ぜひ応援したいと感じました。この二つの特質を持っている人は、非常に少ないと思います。多分、これをお読みになっている方も、私と同じ思いでしょう。

多くの人が人生に迷い、元気をなくしている今日、水輪のような場所は、いつでも帰っていける安らぎの場、少し大げさな言葉を使うと、聖地のようなところだと思います。日本では、そういう場所は、ごく限られています。それは、その場所がリゾート施設のようになるか、宗教団体になるかどちらかだからです。そういう点で、水輪は、日本でも、非常に特殊な独立性と、行き届いた環境を持っていると思います。

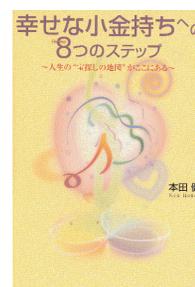
● 幸せな人生を生きるために……自分と静かに向き合う環境が必要

今年の2月、講談社と共同で、日本の億万長者12,000人を調査しました。そして、分かったことは、彼らが、例外なく、自分の大好きなこと、得意なこと、人に喜ばれることを仕事に選んでいることです。これは、金銭的な豊かさだけでなく、幸せな人生を生きるためにも、とても大事な要素だと言えます。

しかし、普通の両親に育てられ、普通の教育を受けている限り、この大切なことを体感することはできません。それは、小さい頃から、外の情報を処理するのに忙しくて、自分の内面を見つめるチャンスを持たないからだと思います。どれが有利か、不利か、社会的によさそうかどうかでしか、仕事もパートナーも選べなくなっているのです。自分は誰なのか、何をしたいのか、どういう人生を生きたいのか。何を仕事にするのかなどは、自分と向き合わなければ、明確な答えを得るのは難しいでしょう。その答えを見つけるためには、自分と静かに向きあえるような環境が必要です。

その点で、水輪が提供しているものは、すばらしいと思います。おいしくて心のこもった食事をいただき、静かな環境と自然に癒されながら自分と向き合うことが出来ます。また、そこで知り合った人たちは、一生を通じて、支え合えるような関係も生まれるでしょう。

これからの水輪が、多くの人の支えとなられることを心からお祈りしています。そして、その聖地を応援するささやかな力でもありたいと願っています。



～水輪通信50号記念 特別企画～水輪の存在意義と21世紀の使へ



未来の自分に出会う場所

山本 忍 (医師)



■プロフィール 1958年千葉県生まれ。1986年東京医大卒業。1995年「医療と福祉を結ぶ」をテーマに、横浜市に建設された福祉マンションの一角に神之木クリニックを開設。いのちまるごとみる「ホリスティック医学」の実践に取り組んでいる。日本ホリスティック医学協会運営委員。監修書に『糖尿病は快癒する』(DHC)がある。

●未来の自分に出会う場所

水輪を訪れるには、誰もが坂を登らねばなりません。七曲りの坂、新しくできた螺旋状の道路、どちらの坂を登るにしても心の準備ができていないと、素敵な時が訪れます。きっとそれは時空を超えた自分との出会いかもしれません。

●坂の向こうに

この夏初めて訪れたフランスで経験したのは、時間を超える旅でした。過去や未来へ旅する前には、坂を登る必要があるようです。

ローヌ川畔で造られる赤ワイン、コート・ロティ (焼けた丘) の味に魅せられ、そのブドウの故郷に呼ばれるようにして始まった今回の旅。その段々畑に降り立った時、懐かしい感動が蘇りました。私が、もの心ついた2歳頃の記憶に、貝殻のたくさん埋まった坂を砂まみれで遊んでいる光景があります。何度も坂を転がり落ちることで、私は今世での意識がスタートしたのです。今回、その坂を逆に登って無意識の世界へと入って行く、最初の入口が、そのブドウ畑でした。南仏プロヴァンスの名所、ポン・デュ・ガール (2000年前のローマ人による水道橋) とゴッホ (1853年生まれ) の愛した街アルルを巡りながら、2000年前、そして2000年前の過去に遡る準備をした後、パリへと到着。私はパリ市内の公園へと向かいました。

5年前のある晩、天なる声に起こされ、中学生以来の絵を描いたことがあります。本棚にあったフランス旅行本を頼りに描きあげた中の1枚が、リュクサンブール公園の絵で、その絵の持つ意味に後に気づきます。いつも私を導いてくれる天使のような女の子がいますが、彼女の描く天使の頭上には丸いクルクルがあり、(図1)リュクサンブール公園の絵の右上にもこのクルクルが…。私が行くべき場所を教えてくれていました。(図2)



図1

目指す公園に着き、マロニエの木立の中に足を一步踏み入れた途端、表現し難い感情が押し寄せてきました。凜として佇む3本の樹を発見し、私は迷うことなくスケッチブックに鉛筆を走らせました。7時間近くスケッチに没頭。最後に描きあげた樹の枝は、天に向かって指を1本突き出し、「ここでOKだよ」というサイン。よく見れば、天使のクルクルのマークです。(図3)「過去世で自分が埋めた宝物、そしてそれが今、未来の方向まで指し示してくれている…」おそらく、フランスに生を受けたことが過去に何度かあるのでしょうか。目的地まで天使が案内してくれたこと、樹が記憶してくれたその目印の正確さにも驚きます。そして、200年、2000年という過去を見つめることは、200年、2000年先の未来を見つめることにも繋がっているのでしょうか。公園のベンチに座り、樹々との対話に没頭していた時間は、過去や未来を行き来する至福の時間でした。過去にまいた種の成長を見届け、未来からも宝物を頂いて来た今回の旅でした。今後、診察室の中で患者さんの診療を通して、1つずつその宝物をひとつもといこうと考えながら帰国したのです。

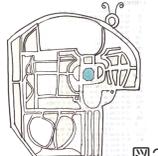


図2



図3

●未来の扉を開く

子供は風の子、風の中で遊びながら未来からの情報を受け取っています。今日も、風邪をひいて喉が痛い小さな天使がやってきました。喉のウィルスに尋ねると2090年の自分からの手紙を携えています。子どもたちは難無く未来の扉を開きます。邪心を持って未来を盗み見しようということがないからでしょう。大人が未来の自分と出会うには、子供心に戻ることが必要で、それは、過去を憂えたり、未来を心配したりしないこと。慾を出さず、お金を稼ぐことや生産的なことにすら距離を保てるようになった時、いつでも歓迎してくれるに違いありません。私たちが人生を生きて行く上で、一番頼りになる相談相手はきっと未来の自分だろうと思います。その語らいの場を提供してくれる処は世界中にたくさんあって、水輪という空間もその1つです。内観や瞑想によって過去の自分ときちんと対峙することは、未来の自分と出会うための1つの手段でしょう。螺旋の坂を登って行くその先には、きっと未来の自分が待っています。

ホメオパシーセルフケア合宿講座 2005年度3月より全6回1年コース

● 講師 山本 忍 先生 (神之木クリニック院長)
ハーネマンによりもたらされた人類の叡智「ホメオパシー」。病気やケガに対応する有効な手段というだけでなく、私たち人間が、スピリチュアルな存在であることに気づく“学びの場”を提供してくれます。

1. 人を理解する 2. レメディを理解する

この2つの道が交叉し、深いレベルで共鳴しあう時、生命の持つ無限の可能性や、ホメオパシーの魅力が引き出されてくるでしょう。各回、テーマに沿って1つのレメディを深く見つけ、関連するレメディ (3~20種類) を一緒に学んでいきます。シリーズ最後には自分と共鳴するレメディを見つけ出し、「深い気づきと出会い」を各自へのご褒美にし

たいと考えています。この素敵な道を、皆さんと一緒に歩を進めていきたいと思っています。山本忍

- 第1回 3月5日(土)~6日(日)「体と心を含む膜」 Phosphorus
 - 第2回 5月28日(土)~29日(日)「傷を癒す」 Amica
 - 第3回 7月2日(土)~3日(日)「浄化の身体」 Nux Vomica
 - 第4回 9月10日(土)~11日(日)「成長すること-死に行くこと」 Lycopodium
 - 第5回 11月12日(土)~13日(日)「私の中の女性性」 Sepia
 - 第6回 2006年1月14日(土)~15日(日)「タイプレメディを選ぶ」
- 会費 全6回一括 正会員168,000円 ビジター186,000円
※ 講師費、宿泊、夕朝食、おやつ含む

真言密教の教える宇宙観・心の成長・人の生き方を学ぶ 心の探求～声明

講師 宮島基行 (高野山真言宗阿闍梨)

■プロフィール 高野山大学に進み、教義を学ぶ一方で、高野山高室院の斎藤興隆老師に付いて行住坐臥密教の基礎的な行の習得に専心する。また、人間国宝中川善教師に師事し南山進流声明の伝統を受け継ぐ。現在は、一般向けの密教の手ほどきや、僧侶に対しての声明、修行法の伝授など、指導者としても日本各地を歩いている。右は先生推薦の本『空海般若心経秘鍵』金岡秀友訳(太陽出版)。



宮島師講座「心の探究」ご参加へのお誘い

高野山真言宗阿闍梨の宮島基行師の合宿講座は、10月の講座で第29回を数えます(※阿闍梨とは「伝法灌頂」という儀式を受け、密教僧として認められた位のこと、修行僧の先生にあたります)。この講座で、空海が最高の仏法として位置づけた真言密教を、講話、読経・声明・瞑想など日常生活に応用できる体感講座で学ぶことができます。

参加者各人が抱える課題にも、お答えいただく質疑応答の時間も設け、真言密教が教える真理を日常生活、仕事、人間関係に活かすことを目的として、合宿を進めてまいります。また、宮島先生の真理を得られた厳しくも爽やかな人間性に触れられる貴重な機会です。どうしても表面的で、心の深い部分を見つめることが難しい日常を離れ、密教が教える宇宙観、心について、苦や悩みについて、悟りについて、ぜひ学びにいらしてください。

〈第28回参加者の感想文から〉

●心の探求に参加させて頂いて、自分の中であって、日常は気付かない自分の中の無意識に気付かされました。お経の内容は頭で知識として教えて頂いた時と実際に唱えて実践してみると、全然違う気持ちになり感動的でした。戸隠神社に参拝してお経を唱えた時も胸があつくなりました。(Yさん) ●宮島先生の講義では、いつも自分の致らなさに気付かされ、もっとがんばろう、という気持ちになります。これからも機会ある毎に参加させていただきたいと思っております。戸隠神社参拝は、とっても楽しかったです。(Sさん)

心の探求～声明

- ・講師 宮島 基行 先生 (高野山真言宗阿闍梨)
- ・とき 第29回 2004年 10月29日(金)～31日(日)
第30回 2005年1月8日(土)～10日(月祝)
(2泊3日) ※体感を中心とした合宿です
- ・会費 正会員 33,000円 ビジター 38,000円
(講師費、宿泊、夕朝食、おやつ含む)



気の養生・食の養生・心の養生

帯津良一合宿養生塾

■プロフィール 医学博士。帯津三敬病院名誉院長。日本ホリスティック医学協会会長。日本ホメオパシー医学会会長、調和道協会会長、水輪の会特別顧問。東京大学医学部第三外科、都立駒込病院勤務を経て'82年埼玉県川越市に帯津三敬病院を設立。院長となる。医療の東西融合という新機軸を基に、ガン患者などの治療に当たっている。また、代替療法への造詣が深く、治療に積極的に取り入れるほか、講演や大学での講義なども行っている。著書に『がんを治す療法事典』(法研)など多数。



〈2004年度第3回(9月18～21日)参加者の感想文から〉

●3泊4日お世話になりありがとうございました。最後まで参加させて頂いて良かったと思います。今を生きる。一瞬一瞬を生きることが大事という事を3泊目の夜の呼吸法講義で話して頂いて、あーそうなのかと思いました。何かいつも「今」を先送りにしていたような気がします。ま、とりあえずこうしておこうとか、明日できることは明日にしとこう…、とか思っていていつも適当に流してきたような気がします。「今この時を精一杯生きる」ことを実践していこうと思います。こちらへ来た時は風邪を引いていて(峠は超えてましたが)気のエネルギーが落ち、あまり他の人と話したいという気持ちが少なくなっていました。こちらの自然、林、木の葉の揺らぎ、緑、そして部屋のコーナー、色々なところにある苔玉や、草花、置物、書にとっても心が癒されました。(Kさん)

●私は肋骨の腫瘍で手術を受け、入院中肺に水がたまったためにしぼんでしまい呼吸がしにくい状態に一時期なりました。初めて今まで当たり前に行っていた呼吸という行為を考えさせられました。入院前は都会に行くことが好きだったのに退院後は自然の中できれいな空気を思いっきり吸いたい!と願うことが多くなりました。まさに水輪は私が望んでいた場所でした。私は病気になったことで人生に負けた気がしていましたが、ここへ来て癌に前向きに付き合ってる方々と接し、私も「がんばらないで、あきらめない…」そんな気持ちになりました。また、第2の故郷として訪れたいと思います。(Nさん)

帯津良一合宿養生塾

- ・講師 帯津良一 (帯津三敬病院名誉院長・ホリスティック医学協会会長・日本ホメオパシー医学会会長)
- ・ファシリテーター 塩沢みどり (意識教育カウンセラー・ヒーリングセッション)
- ・とき 2004年度 第4回 11月20日(土)～23日(火祝)
- ・内容 ① 帯津先生講座：車座交流Q&A・講演・気功講座 / ② 養生セッション：イメージ療法・養生食レシピ進呈・呼吸法・リフレクソロジー(足裏マッサージ) など / ③ 酵素玄米講習会
- ・会費 2泊3日 正会員 35,000円 ビジター 39,000円
3泊4日 正会員 49,000円 ビジター 54,000円
(各回それぞれ、各講師費、宿泊、夕朝食、ティータイムのおやつを含みます。)



自分の心を客観的に見つけ、気づきと感謝を深める知恵 内観ワークショップ

神渡 良平(作家)

塩沢 研一 プロフィール 1947年長野市生まれ天秤座。明治大学工学部工業化学科卒。私立学校、社会福祉施設等の職員を経て1993年「水輪」を設立。2003年自然農と園芸療法を柱とした「水輪ナチュラルファーム」を設立。

プロフィール 1948年鹿児島生まれ。九州大学医学部中退後、新聞記者、雑誌記者を経て独立。38歳の時脳梗塞で倒れ一時は半身不随と成るが、必死のリハビリで再起。闘病中に起草した『安岡正篤の世界』はベストセラーに。他著書に『一粒の麦 丸山敏雄の世界』(致知出版社)他多数。



父母の恩愛と気づき

最近、駅に近くて便利のいいところに、東横インというビジネスホテルを見かけるようになった。この西田社長が自己を見詰める方法・内観に出合ったのは、昭和55年、32歳のときだった。父が突然急死したため、若くして聖徳電気工事(現・東横システム電建)社長を引き継いだものの、第二次オイルショックに遭遇し、その波をもろに被った。社員数も半分以下に減り、ストレスは溜まる一方、毎日胃の痛みに耐えて仕事をしてきた。このままではノイローゼになるという苦境のなかで内観を紹介され、一週間座ってみた。すると、父母の恩愛がいろいろ思い出され、自分一人で生きて来たのではなく、両親をはじめ、兄弟、妻子、従業員に支えられて今の自分がある事に気付いた。それまでそのことを知らなかったわけではなかったが、今度は頭ではなく心の底から感じ取ったのだ。そのため心のもやもやが、消えて非常にスッキリし、難題を前にあれこれ悩むのではなく、物事を客観的に捉え、建設的に取り組めるようになった。以来、西田社長は毎年内観に足を運ぶようになった。内観の効用について、西田社長はこう語る。「一番の効用は気づきが深まることです。風邪や虫歯は症状が軽い内に気付けば、早く手が打てるから大事に至らなくて済みます。内観も同じで、気づきが深まることによって、人生や仕事上の諸問題により的確に対処出来るようになるんです。...」

西田社長は社員の自己啓発に積極的に内観を取り入れるようになった。一人ひとりの気づきの能力が高まることによって、職場の人間関係がスムーズに行くようになるばかりか、一番大事な家族関係もうまくいくようになる。新入社員も全員内観をするようになってきている。「社員が全員、気づきのトレーニングを積むので、会社全体の感度が非常に高まり、時代の変化にも素早く対応出来るようになりました」と西田社長は語る。(神渡良平)

第6回内観ワークショップ

- ・面接者：神渡良平(作家)・塩沢研一(水輪)
- ・とき：2004年12月28日 13時受付～
2005年1月3日 13時解散
- ・会費：正会員 92,000円 / ビジター 98,000円
(夕朝食、宿泊、講師費含)



良い考え・良い言葉・良い行いを実践する

ヴィパッサナー(今の心=本心に気付く)実践合宿

藤川チンナワンソ清弘(タイ国ポムケウ寺比丘)

プロフィール 1947年京都市生まれ。不動産業建築業を経て、9年タイ国へ移住。99年タムケウ寺にて出家。96年ポムケウ寺へ転寺。「オモロイ坊主を囲む会」URL(<http://omoroibouzu.com/>)では藤川師の活動・人生が紹介されている。著書に『タイでオモロイ坊主になってもうた』(現代書館)他。



今までタイやミャンマーのお寺で座っても得られなかった『何か』が・・・

この春に2ヶ月程の日程で一時帰国した折、友人に招かれ“水輪”に伺いました。どんな所かも、どんな人が経営しておられるのかも、何の予備知識も持たず、気軽に出かけたのですが、時期も良く、車を降りた瞬間から、「やっぱり日本の緑は素晴らしい。世界一だ。」と感激したものです。

そして木目も新しく木の香りが漂う清潔なゆったりとした水輪の広間へ案内され、白い絨毯がひかれた木の床に座った途端、なにか心が静まって行くのを感じました。「ここで、このまま座って瞑想させて頂ければ、今までタイやミャンマーのお寺で座っても得られなかった『何か』が、ここなら得られるのでは」と心が閃くのを感じました。

タイに帰って2ヶ月あまり経ちますが、そのときの様子は今でも鮮やかに心に焼き付いて思い出されます。そして“水輪”の代表理事の塩沢みどりさんから『ここでヴィパッサナー瞑想を指導して頂けませんか』と聞かれ、思わず己の未熟さも忘れ、恥も知らず『はい』と二つ返事をしてしまい、『来年の帰京時には必ずここへ寄らせて頂き、皆様と一緒に座らせて頂きます』と約束してしまったのです。私は50を超えてからの出家の身。人様に「瞑想」を指導出来るような、資格も知識もありませんが、皆様と一緒に座り、一緒に修行させて頂こう、と考えています。きっと私を一段と成長させてくれるであろう、という予感に今から胸を躍らせている今日この頃です。

ヴィパッサナー瞑想実践合宿

ヴィパッサナーとは、自分の中で起こること全てに気づき、同時にそれに反射的な反応をせず淡々と観れる心の平静さを養う瞑想のこと。それが、瞬間瞬間の調和のとれた正しい考え、言葉、行動に結びついていきます。

- ・講師 藤川チンナワンソ清弘(タイ国ポムケウ寺比丘)
- ・とき 2005年度第1回 5月15日～21日 /
第2回 11月17日～23日
- ・会費 正会員 51,000円 / ビジター 56,000円
(夕朝食、6白石の宿泊、講師謝礼金・滞在費含)
- ・内容 慈悲の瞑想、座る・立つ・歩くの瞑想、講話、ミーティング、個別指導
- ・定員 15名(先着順)

環境活動・NGO活動・ワークショップの本質とは何か？

～先輩の成長を願い送った手紙～

今回ご紹介させていただきます手紙は、水輪スタッフの山下が、7年前から環境NGO活動、「環境教育」・「自分を見つめる」などのワークショップと一緒に企画してきた先輩（Tさん）に送ったものです。彼が、9月に水輪に来た際に、話をしたことがきっかけになり送りました。彼は現在、禅、遊び、ヴィパサナー瞑想、グループワーク、アーノルド・ミンデルのワールドワークなどを通して地球の安らぎを理念としたワークショップを企画・運営しています。



山下 薫

親愛なる T 様

深い生き方に関わりを持つ

この前は水輪に来てくれて、短い時間だったけれども、話をできたことをうれしく思います。その時、話をした中で、感じたことを伝えようと思います。今までの私だったら、人の深い生き方・考え方で深く関わりを持つ余裕がなかったのですが、水輪で学んだことで、少しずつでも関わりを持つようになりなりました。

環境NGOの活動をしていた頃、私は、Tさんから、本当にたくさんの方に影響を受け、学んできました。知性の部分でも、感性の部分でも、ほとんど雲の上の存在のようにも感じられていました。そして、自分が目指す存在でもありました。しかし先日水輪で、Tさんと話をすることで、目指そうとする方向性が明らかに異なっていると感じ、なんとも言えない距離を感じました。この違いの実感は、私たちのこれから先の生き方に重要な意味を持つだろうと思います。この違いは、私自身の生きる意味が明確になったことが原因していると思います。それは、昨年2月のヴィパサナー10日間コース参加から、その後水輪と出会い、スタッフにさせていただき、日々のワーキングスタディーで学びを重ねた、今日までの約半年で、明確になってきたものです。

安心感と依存の心

今、私が目指すのは、一人ひとりの真の幸せです。そして、そのためには、精神・心の真の自立が必要だと思っています。自分で自分を癒すことができる実力を養わなければそれは叶いません。Tさんが先日言った「人が変わるのに大切なことは『安心感』だ」というのは、必要なことではありますが、心の真の自立に向けては不十分だと思っています。北風と太陽のニュアンスでの『安心感』は、他人から与えられる『安心感』なので、他者への依存の心を生む危険性もはらんでいます。私自身、振り返れば、Tさんには母親を投影していたので、そのことを危惧します。

心の真の自立に必要なことは...

生き方が変わる必要があると

人が変わるためには『安心感』は、確かに入り口です。苦しみの中にいる人には、まず、理解・受容・肯定による癒しが必要です。しかしその次には、自分で自分の真の幸せをつくるための、真の心の自立への道が始まります。真の心の自立のためには、まず、誰かに依存したり、頼ろうとすることなく生きようという覚悟と、自分の苦しみや悩みを自力で越えようという覚悟が必要です。また、自分の生き方、生きる意味や、幸せとは何かということに、自分の中から答えを持つことが同時に必要です。このような生・死・いのちについてとことん深めていくと、自分のいのちは、他のいのちと切り離されたものではなく、相互につながり合って、支え合って、影響し合っているのだという事実に突き当たります。そうして、自分だけが真に幸せになることを求める無意味さに気付くと同時に、他者の喜び・成長が自分の喜びになり、自分の成長が他者に影響し合っているという絶対的ないのちのつながりに気付き、大きな安心が得られます。ここが心の真の自立のための土台になると思います。この意味での心の自立へ向け成長するためには、「共に生きあう、命がけで生きあう」ことが基本だと思っています。まず、自分が他者のために命がけで生き、後姿で伝えることなしには、このことを人に伝えることはできません。共に他者のために真剣に生き、その中でふと感じる深い幸せを共有すること、自分が他者の幸せのために役立っているんだという実感を重ねることが重要だと思います。

Tさんは、これからもっと世に出て活躍していくしていく才覚のある人だと思います。だからこそ、人の真に幸せに貢献できる仕事をしてほしいと願います。Tさんの成長と幸せを願っています。 薫より

山下薫 プロフィール 1978年福岡県生まれ。環境NGO活動を通し、環境問題の本質的な解決のためには、一人一人の価値観・強く感じる。その方法として、禅・瞑想をベースにした「自分を見つめる」学びに感心を持ち、水輪に出会う。水輪スタッフ。京都大学総合人間学部卒。

環境活動・NGO活動・ワークショップなどに取り組む方々への 体感メンタルトレーニング

～自分の生き方と活動と仕事を一致させる～

講師 塩沢みどり 意識教育カウンセラー・「水輪の会」代表理事・盛和塾長野代表世話人・日本ホリスティック医学協会専門会員

塩沢研一 明治大学工学部工業化学科卒。私立学校、社会福祉施設等の職員を経て1993年「水輪」を、2003年自然農と園芸療法を柱とした「水輪ナチュラルファーム」を設立。

日時 2005年2月11日 ～ 13日

集合11日：13時 解散13日：14時

参加会費 正会員：28,000円 ビジター：31,000円（宿泊、夕朝食、お茶・菓子、講師謝礼など含む）

参考図書 『早穂理。ひとしずくの愛』 / 『ナナカマドの咲く頃。』共に監修：塩沢みどり 原書房 1998 / 2001・『生き方』著：稲盛和夫 発行：サンマーク出版 2004

内容 今回の参加に当たって、自分のテーマ、質問したい事、講師に話してほしいことなどのアンケートをお送り下さい（事前に参考図書を読書されることをお勧めします）

自己紹介 / 基調講演 塩沢みどり「人の生きる意味について」 / 車座交流Q&A / 坐禅 / ～動の呼吸～ / ワーキングスタディーセッション / 懇親交流会 / 分かち合い



日々の生活と仕事の実践を通し 気づき、学び、真の実力をつける 水輪ワーキングスタディーで学んだこと



江本美樹

水輪ワーキングスタディーでは「心を高める人生を共に生きる」という水輪の理念を土台に、一人ひとり自らのいのちに真剣に向かい、今・ここ・自己に集中して、自分の本来ある素晴らしい力を、日常生活と仕事を通して共に磨いています。今回は、約5年前の1999年夏から約1年間毎週木曜夜の坐禅会に通い、翌2000年夏にワーキングスタディーに参加した江本さんにこの5年を振り返って、「水輪ワーキングスタディーで学んだこと」について寄稿していただきました。

そのままの自分と、わがままの自分とどこが違う？

卒業してからしばらくの間、考え続けていたことがありました。『みんな誰でもそのままの人が素敵である。』と言うけれども、そのままの自分と、わがままの自分とどこが違うのか、そのまましているとわがままがでてしまうのではないのだろうか...。その違いは『我を出さないこと』『相手を思う気持ちを忘れないこと』自分が、自分が...ではなく、それがわかったとき、また、胸のつかえがとれたような気がしました。



自分の全てに自信がもてなくなって水輪へ

私は、自分の考えていること、話している言葉、生き方など今までの自分の全てが間違っているのではないかと思えてきて、自分の全てに自信がもてなくなってしまい、水輪で瞑想を始め、ワーキングスタディーを行いました。いつでも素直でいること。言われたことは何でも聞く耳をもつこと。わからないことはわかるまで聞くこと。言われたことは、いろいろ言わずにとにかく実行してみる。そして教えられたことが自分の体験を通してわかったときに、本当に自分のものとして学ぶことができました。



自分が変わると周りも変わる.....

自分を見つめ続ける。人のせいにしらない。人の批判をしらない。誰かと比べない。人の言っていることを気にしない。自分が間違っていることを指摘されたことに関しては、反省し正していくことは大切なこと。それはいつまでも反省するのではなく、前向きに。ここがいけなかったから次回からはしないようにしようという感じで。ひとのうわさ話には参加しない、聞かない、係わらない。何かあったときには自分を見つめる。自分、自分、自分...自分を見つめ続け、自分がかわると周りもかわってくるように思います。

今ここ自己...今、この1分、1秒この瞬間全てが充実していると、その積み重ねが毎日になるのでずっと充実していくこととなります。充実した毎日は、何か予定を常に入れるということではなく、今やるべきことを精一杯行うこと。やるうと思っただけは必ずできます。自分に限界はないです。やるからには最善を尽くす。努力する。惜しまず行動する。

ぶれない自分である

ぶれない自分である。正しいことをやり続ける。それは誰かのため、何かのためなど自分ではない他のもののために一生懸命取り組む。人に何か言われたからとか、他の何かで自分の気持ちをフラフラさせず、しっかりとした自分を持つ。気持ちがぶれたら呼吸をして、気持ちを落ち着かせ、自分を見つめなおし、ぶれない自分に戻る。

話している言葉、思っている気持ちはとても大切に、相手や周りの人たちに伝わります。いつも相手を思い、前向きな言葉で関わられたらと思います。

感謝する。今この自分があるのは水輪でみどり先生をはじめ、研先生などたくさんの人に教えられて、強い人間に育ち充実した幸せな毎日を過ごすことができている。最近ではいろいろ小さなことを言えばきりがありませんが、とてもいい人たちに巡り合い、支えられているおかげで、いろいろな事に取り組めたり、結果が出せたり、周りの環境がとてもよくなったりしているのだなあとと思うと、全てに感謝し、ありがとうございますと思えてきます。今ここ自己から、今ここ愛になるようにこれからも学び続けたいと思います。



江本美樹

プロフィール 栄養士。県学校栄養職員。生活習慣病になってしまっている子供達がいる現代において、子供たちの健康を願い、学校教育の一環としての給食の食育にも取り組む。毎日食べる給食を旬のもの、輸入品ではなく地場のもの、手作りのものなど、出来るだけ良いものを提供し、自分の健康のための正しい判断が出来るようになって欲しいと願っている。



ワーキングスタディーステイ・セッション



青少年育成・教育の一環として、ワーキングスタディーを募集します。無気力・無感動・無関心の時代に、生きる目的を見つけたい方達が、水輪のスタッフと共に生活する中で自らの中にある素晴らしい力を発見していきます。そのプロセスは、人は変わる・人は進化する事を教えてくれます。詳細是水輪まで。



2004年企画・各セミナー参加者の声

この8~10月も水輪では様々な切り口から心と体といのちについて学びを深めるセミナーを開催致しました。また水輪正会員の開催する企画も開かれました。一部ですが、参加された方々の声を紹介させていただきます。会員の方は水輪で企画を開催できますので、どうぞご利用下さい。また、「水輪通信」のご感想、ご意見などみなさまからのお便りをお待ちしております。(編)

<スーザン・オズボーン リトリート&ボイスセミナー(8月13~19日開催)>

2年前にスーザンのヴォイスセミナーの話聞き是非参加したいと思っていました。自分をスーザンの歌で癒してもらえるのか?自分で自分を癒す歌い方を習うのか?他人を癒す歌を習うのか?何をするのか分からないでワクワクしながら参加しました。

ため息の様なアーという音から、どんどん自由に声を出していくことにより、自分の怒り、悲しみ、どうにもならない過去の出来事などが、やさしさ、喜び、愛等に変わっていくのを感じました。

そして誰もが愛に溢れた素晴らしい人で、心から自分の人生を誠実に生きていることを知りました。涙と笑いと喜びが一杯詰まったセミナーでした。大きな大きなエネルギー、元気、愛を頂きました。

清掃が心を静寂にする事を初めて知りました。いやいややるお掃除を毎日家で行っていました。そこに静寂はありません。しかし水輪でのお掃除には静寂が確かにありました。(HHさん)

一週間の合宿に来て、とてもうれしかったです。この一週間、日を追うごとに、自分の心と体の表情が変わって元気になっていくのを感じました。吸収とともに、感情を吐き出し、ネガティブな感情が声とともに喜びに変わっていく体験はとても感動しました。

一緒に出てくれた皆さん、スーザン、マリリンに感謝の気持ちで一杯です。(TWさん)

<こけ玉アートセラピー(9月23~26日開催)>

こけ玉作りは初めてでしたが、みんなで採集に出かけてすぐにそれを作品に出来るところが良かったです。土いじりは本当に久しぶりでしたので童心に返ったような気分でした。

いろいろなお話をしている中、みどり先生の「21世紀はいのちの時代」という言葉がとても印象に残りました。

いろんなところに命が宿っているということをもっと感じられる生活がしたいと思いました。今回は小さな草花という命に触れるこ

とができてよかったです。いつかは畑とかも耕してみたいです。



スーザンリトリートにて。夜はパッチワークを作成しました。

日常に戻ればまた色々と考えてしまうと思うのですが気持ちに無理をせず、淡々と行いをして行きたいと思います。(Tさん)

<ウォン・ウィンツァン ピアノコンサート&ワークショップ(10月9~11日開催)>

毎回のことですが飯綱の自然と水輪の凜とした静けさに感謝!初めての参加でしたがとても気分がリラックス。体も自然で心から楽しい二日間をありがとうご

ざいました。

ウォンさんのピアノの不思議な音色。何かその底に自然が宿っているような(川の流れてあったり、広い草原であったり)人間の細胞の一つ一つに自然に働きかけてくれるようで、何とも心地よく自分が音楽と一体化した気持ちは初めての体験です。

毎日の通勤にCDを聴きながら自分が浄化されるのを楽しみたいと思います。(Yさん)

水輪は日頃忙しく働く私にとってはかけがえのない大切な場所です。疲れた体、傷つき思い悩んだ心を抱えて、ようやくたどり着いた時間から安らぎと心づくしの空間にフワッと全身の力が抜けていくのがわかります。

今回はそれに加えてのウォンさんのピアノ。頭の奥底に凝固まった疲れの芯みたいなものがジワッとほぐされゆったりと意識の波が漂い始めたかと思うと本当に深い眠りに引き込まれて行きました。ほんの数十分のことだったのですが目覚めた時のスッキリ感は今まで経験したことの無いものでした。ウォンさん最高!癖になってしまう気持ち

が本当にわかりました(おやじギャグも許します)

それと今回は今までにお会いしたことのある方も一緒でしたので本当にいつに無く楽しい時を過ごさせていただきましたし、理恵ちゃん南さんの“よくなってね”という気持ちが一杯感じられたマッサージも最高。



9月こけ玉アートセラピーでのみなさんの作品



あなたの世界観を込める楽しいこけ玉づくり

最後になりましたが、お忙しい中、私のまったくの愚痴や悩みを聞いてくださり、貴重なアドバイスも色々頂きました。ありがとうございました。お勧め頂いた思風先生の講座もぜひ受講できる様スケジュールを組んでみたいと思います。(Nさん)

<ヒーリングステイ&ワーキングスタディーステイ(9月7~11日滞在)>

到着した日、水輪に一步足を踏み入れたとたん、非常に気持ちの良いところであると実感。滞在中も館内の隅々まで行き届いた清掃の徹底には、いつも感動していました。そしてかわいらしいこけ玉たちの表情に思わず笑い返してしまい癒されました。

「ワーキングスタディー」で畑の土に触られたことは大きな体験でした。暑い1日でしたが朝~夕方まで土と対話し(慣れない中での作業は時に辛くもありましたが)本当に気持ちのいい汗を流すことができ、「体が疲れて眠る」ことを徐々に体感しました。

いつも元気で明るいスタッフの皆さん。いままでに泊まったどの施設よりも本当の「気持ち良さ」を味わいました。単に「サービス」を超えた「おもてなし」と言うのでしょうか...私の心を読み取ってくださるさりげない対応がとても嬉しかったです。



熊野斐子さんの会(10月17日)



ウォンさんとの楽しい話らいの一時

「眠れない」「睡眠薬の服用」の繰り返しだったこの数ヶ月間から、少しずつ本当の治癒力の意味を納得いくまで全身全霊を掛けてお話して下さったみなさんには本当に感謝です。

最後になる4日目から「眠っている自分」を取り戻すことができ、久しぶりの気持ちいい感覚を味わうことが出来ました(YKさん)

<塩沢みどり講演会 於:福島県聖光学院野球部(7月1日開催)>

塩沢みどり先生、さおりさんへ

以前は長野より福島へ来ていただきありがとうございました。あの話があったからこそ県大会での優勝があったと思います。先月お母さんが長い闘病生活の末癌で亡くなりました。死ぬ前に一度、コーチに承諾を経て横浜に帰り優勝報告をしてきました。メダルを見せたら「よかったね」と元気が無いながらも喜んで笑ってくれました。自分が優勝して「夢がかなった」と言っていたそうです。そして安心したのか、静かに息を引き取ったそうです。

これから甲子園の初戦が始まります。相手は鳥取商業ですが、一瞬一瞬を大事にして戦って行けば必ず結果がつい

てくるのでそれを最後まで信じて戦います。今年の子園に 聖光旋風 を巻き起こすので応援よろしくをお願いします。最後にあの話を聴いてから辛い事があってもそれを乗り越えられるようになりました。そのごほうびである甲子園では、この大好きな野球が出来る事に感謝し頑張ります。 富田 貴士

会員の前野さんからの依頼で、福島県聖光学院野球部の部員、部員のご両親、監督、コーチなどの方々に「己に打ち克つ」との演題で塩沢みどりが講演。その

後の夏の高校野球福島県大会で見事優勝。甲子園に出場。初戦は聖光学院の甲子園で初めてとなる勝利を収め、2回戦も快勝。3回戦では惜しくも東海大甲府に9-8で9回裏逆転サヨナラ負けに終わったが、十分に聖光旋風を巻き起こした。11月27-28日に水輪にいらっしやいます。

インフォメーション

表紙の詩 8月10日から滞在中の実習生が書きました。3ヶ月かけて、薬を減量し、スタッフとのワークに1日中参加できるまで回復してきました。

講演 11月10日(水)塩沢みどりが諏訪南中学校PTA講演会で講演します。

講演会にご参加下さい 12月11日(土)伊那食品工業(かねてんパパ)の代表取締役社長塚越寛氏講演会。盛和塾長野主催の一般公開ですので、奮ってご参加下さい。場所は水輪です。

お礼とお祝い みなさまより、タオル、雑貨類、食品、こけ玉材料などたくさんいただきました。ありがとうございます。引き続き タオル、切手・はがき、パソコンなどいただけたらうれしいです。

耳より情報 水輪へお越しの際に、ナビゲーターに電話番号で行き先登録をされる場合は、水織音電話026-239-3908にて設定してください。データが2004年10月以降の場合は、水輪026-239-2630でも登録可能です。

スペシャルオリンピックスへの寄付 スーザン・オズボーンさん、ウォン・ウィンツァンさんの協力を得て開催致しましたチャリティコンサートの売上金などを寄付させていただきました。来年の期間中は水輪をスペシャルオリンピックス運営スタッフの方に解放致します。

野沢菜漬け お分けします。期間:1月中旬から3月中旬まで 1袋2kg 限定30名です。お越しの際にお持ち帰りいただけます。発送もいたしますので、希望される方はご連絡下さい。

佐藤信行さんによる英語バージョン制作 外国からの来訪者に備え、「滞在中のみなさまへ」「ワーキングメディテーションガイド」の英語版ができました。

石川洋先生の事務局をなさっている橋爪敏氏が訪ねてくださいました。是非、おいでいただき、お話などを伺えたらありがたく思います。

お菓子などありがとう いつもスタッフにお菓子や、その他のものをお送りいただきありがとうございます。

これから予定されている水輪での催し

新入会員

ロイヤルカナディアン有限会社 長野県
栗原 蒼枝(会社員) 埼玉県
大橋 信行(僧侶) 愛知県



2005年企画申し込み受付開始

水輪で、ワークショップ、セミナー、研修会などの開催をご希望の方は、日程の候補をいくつかお選び頂いた上でお電話下さい。 026-239-2630

各講座の詳細は資料をご請求下さい。

～真言密教の教えを日常生活に実践する～ 心の探求～声明

第29回 10月29日～31日 2泊3日
テーマ「幸せとは?」: 真の幸せとは何でしょうか? 自己の幸せ、他者の幸せ、社会の幸せ、世界の幸せとは?

第30回 05年 月 8日～10日 2泊3日
テーマ「体感合宿」: 体と心といのちの秘密の庫裏を開き、日常生活に活かします。
会費: 正会員 33,000円 / ビジター 38,000円
講師: 宮島基行師(高野山真言宗阿闍梨/南山進流声明第一人者)
ファシリテーター: 塩沢研一

～心が和み、癒されます～ こけ玉アートセラピー



11月2日～4日 1泊～2泊
2005年 5月6日～8日 1泊～2泊
7月9日～10日 その他の日程は、お問い合わせ下さい

会費 各日程で 1泊につき正会員 12,000円 / ビジター 13,500円(こけ玉材料含む)
根の付いた植物でこけ玉をつくっていると、大いなるいのちのつながりを感じます。あなたのお部屋に飾ってみてください。無心な気持ちになります。

～社員一人一人が会社に夢を抱く～ 芳村思風先生 感性論哲学

テーマ 「経営と社員教育」
第5回 11月6日～7日
「2世紀会社・社長・社員の使命」
第6回 2005年 1月15日～16日
「永続する企業経営と社長の哲学」
講師: 芳村思風先生(哲学者)

～気の養生・食の養生・心の養生～ 21世紀帯津良一合宿養生塾

第4回 11月20日～23日
講演講座「自然治癒力と人生観」
2005年度 第1回 4月1日～4日
第2回 6月24日～27日
第3回 9月2日～5日
第4回 11月25日～28日
会費: 各回それぞれ
3泊4日正会員 49,000円 / ビジター 54,000円
2泊3日正会員 35,000円 / ビジター 39,000円
講師: 帯津良一先生(ガン専門病院/帯津三敬病院名誉院長) 塩沢みどり
自然治癒力を高めます。講演、Q & A 呼吸法体験、体感実習講座も開講!! 野菜を中心とした健康食お料理のレシピを毎食一品ずつ、差し上げます。

～真の自分は愛の結晶～ 神渡良平先生



内観ワークショップ
12月28日～05年 1月3日 6泊7日
内深く今までの人生を振り返り、新たな気づきを得ていきます。水輪では散歩・講話・瞑想などの時間を設けています。
会費 正会員 92,000円 / ビジター 98,000円

体感メンタルトレーニング

～自分の生き方と活動と仕事の一致～
2005年 2月11日～13日
講師: 塩沢みどり・塩沢研一
会費: 正会員: 28,000円 / ビジター: 31,000円

～自然治癒力を引き出しココロとカラダを癒す、21世紀の医療～ ホメオパシーセルフケア合宿講座

第1回 3月5日～6日 「体と心を包む膜」
第2回 5月28日～29日 「傷を癒す」
第3回 7月2日～3日 「浄化の身体」
第4回 9月10日～11日 「成長すること・死に行くこと」
第5回 11月12日～13日 「私の中の女性性」
第6回 2006年 月14日～15日 「タイプレメディを選ぶ」 講師: 山本忍(医師)
会費: 全6回一括 正会員 168,000円 / ビジター 186,000円

～理屈じゃない、心が欲しい いのちの本質は感性～ 2005年度「いのちの学校」

第1回 3月19日～21日 2泊3日
「私とは...」
第2回 6月4日～5日 1泊2日

「生きるとは...」
第3回 8月6日～7日 1泊2日
「愛とは...」
第4回 11月5日～6日 1泊2日
「愛の実力」
会費: 正会員 33,000円 / ビジター 38,000円
講師: 芳村思風・塩沢みどり

2005年度 アントロポゾフィー 国際医学ゼミナール

主催: ゲーテアヌム精神科学自由大学
医学部門
4月29日～5月5日
対象: 医師、医療従事者

～深い心に気づく～

2005年度 ヴィパッサナー合宿
第1回 05年 5月15日～21日 6泊7日
第2回 11月17日～23日 6泊7日
会費: 正会員 51,000円 / ビジター 56,000円
講師: 藤川チンナワンソ 清弘 師
(タイ国ポムケウ寺比丘)

～神秘的な旋律に深い癒しと気づきを得る～
2005年度 ウォン・ウインツァン
ピアノコンサート&ワークショップ
7月16日～18日 2泊3日
10月8日～10日 2泊3日
会費: 正会員 33,000円 / ビジター 38,000円
ウォンさんの演奏の奥にある心、魂を感じ、生き方にふれられます。

～心といのちがよみがえる声と歌の体感～ スーザン・オズボーン

リトリート合宿 & ボイスセミナー
2005年 8月12日～18日 6泊7日
講師: スーザン・オズボーン(歌手)
静かな環境の中、スーザンとともにあなた自身の本当の声に出会う感動と喜びを体験する1週間。ボイスセミナー、ミニコンサートを開催します。日本語通訳。
会費: 正会員 128,000円 / ビジター 138,000円

～体と心といのちのエネルギーの流れを体感～ 中健次郎気功合宿

2005年 9月23日～25日
講師: 中健次郎(気功家)

*各会費には宿泊・夕朝食・講師費を含む。
*スケジュールなどは変更になる場合があります。

心と体といのちのセンター Holistic Space「水輪」・ゲストハウス「水織音」

〒380-0888 長野市飯綱高原 2471-2198 TEL 026-239-2630 FAX 026-239-2736
E-MAIL suirin@suirin.com URL http://www.suirin.com

水輪指定口座 振込先 郵便局(口座番号) 00550 0 6511(加入者名) 水輪の会

みずほ銀行 長野支店(426) 普通口座 1620273 名義: 水輪の会 塩沢 早穂理(すいりんのかいしおざわさおり)

*「水輪の会」はいかなる宗教・政治団体とも無関係です。*案内を必要とされない方は、ご一報ください。