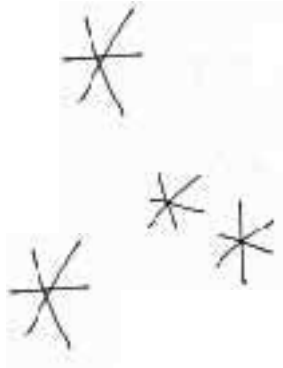


<いのちの大学講座—音楽>

長野オリンピック・パラリンピックで熱唱した歌声は日本から世界にひびいた

Susan Osborn

スーザン・オズボーン
ボイスセミナー & ミニ・コンサート



日本のみなさまへ

この週末には「美しさ」の

底深いパワーを探索することで

本来の自分たちを取り戻し、

自分のそして皆の声に

慈悲深く耳を傾けることを

学んでゆきます。

歌うことは原初的、肉体的、創造的な

営みであり、歌うことは心と体の体験

と感情的反応を統合させます。

歌うことは、生き物としての

わたしたちのなりたちの中に精妙に

おりこまれている贈り物なのです。

時がたつにつれて私たちはこの本来の

なりたちとの接点を失い、

歌うという行為を課外活動科目とか

エンタテインメントの領域だけのものと

格下げしてしまったのです。

このクラスは、うまいとかへたとかに

関係なく、歌のもつ本来の力を

回復させたいという方なら

どなたでも大歓迎です。

この美しい水輪でお待ちしております。

スーザン・オズボーン

9月 16日 ~ 18日

ビギナークラス

9月 22日 ~ 24日

アドバンスクラス



信州飯綱高原 主催・会場

心と体といのちのセンター ホリスティックスペース「水輪 <すいりん> —水輪の会」
「グリーンオアシス」/ スーザン・オズボーン記念ハウス「水織音 <みおりね>」

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



信州のさわやかな木々のそよぎと草原の野の花たちと...

Susan Osborn

スーザン・オズボーン ボイスセミナー

歌えばいのちが
癒される

ビギナークラス

歌えばいのちが
よみがえる



日本のみなさまへ

美しさ が私たちを自由に解放してくれる、そのような機が熟してきています。美しさ には奔放な天性があり、どんな意図もそれを枠にはめ込むことはできません。キャンドルの灯のようにまばゆい 美しさのもとではエゴのやり口などは、炎の中にたちまち溶け去ってしまう細かいクモの糸のようなもの。フレ

デリック・ターナー

が、美 は一

番の統合の

とれた理

解のレ

ベルで

あり、

効率性

の高い

行動をも

ともわか

りやすく示し

た状態」と言っ

ています。美しさ はわ

たしたちをもっとも深い宇宙の方向

性へ導いてくれます。

私たちは意識的に呼吸をスローダウンさせることから始めます。鼻から息を吸って、吐くときには肺がす

っかり空っぽになってしまふところ

まで吐ききります。吐ききってしまった

えば肺の中は真空状態です。そう

なると息は自動的に肺の中に入り込ん

できてくれるものなのです。次に吐く息に、シンブルなくつるいだ音を

のせてのばしてゆけば、心の内の世

界がそのまま外に現れます。体内を

流れる感情の流れ、そしてそのエネ

ルギーはこのようなプロセスを通し

て高まっていくのです。私たちはそ

の波をつかむことを練習するのです。

そして歌の中の感情の波に乗るので

す。こうして歌うことはそこにある

自分のエネルギーを明確にし、本当

の自分との喜びにあふれた再統合が

おきてきます。それから究極の静寂

へとそのエネルギーは変質してゆく

のです。

歌は魂の直接の言語です。才能に関

係なくどの人にも備わっている、普

遍的にどのような場においても通じ

合えるコミュニケーションであって

いいのです。そう、言葉を超えて、

一人の人間からもう一人の人間へと

...ひよっとしてあなたが愛でる

美しさ とは実は自分自身なのでは

ないのかということを考えてみてく

ださい。あなたの声の響きの中にそ

の美しさを発見し慈しみ育てていく

ことができるでしょうか？

この二日半の私たちの探求にあなた

も参加してみたいかがでしうか。

歌いきり、聞きとおす ことによ

って湧く力の探求に...

スーザン・オズボーン

9月 16日 ~ 18日

・ 受付 16日 / 1300 ・ 解散 18日 / 1400

- 参加費 水輪正会員 72,000円 / ビジター 78,000円 (2泊・夕朝食・講師謝礼 / 渡航費 / 宿泊費 / 通訳込)
- お申し込み FAXまたは emailまたは郵便で申込書をお送り下さい ● 定員 30人
- 振込先 参加会費振込確認後、順次正式受け付けとなります。

みずほ銀行 長野支店 (普) 1620273 水輪の会 塩沢早穂理 (すいりんのかいしおざわさおり)

郵便局 (口座番号) 00550-0-6511 (加入者) 水輪の会

- 主 催 心と体といのちのセンター「水輪 <すいりん> - 水輪の会」

「グリーンオアシス」 / スーザン・オズボーン記念ハウス「水織音 <みおりね>」

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原 2471-2198 TEL 026-239-2630 FAX 026-239-2736 email:suirin@suirin.com

高原の澄んだ美しいみどりの風と鳥のさえずりと...

Susan Osborn

スーザン・オズボーン ボイスセミナー



歌えばいのちが
安らいで

歌えばいのちが
満たされる

アドバンスクラス&ミニコンサート

対象 ビギナークラス終了または 過去のボイスセミナー参加の方

日本のみなさまへ

言葉を持たずに歌うことは自分のパターンをくずします。おきまりの思考やストーリーをくずしてエネルギーの流動性をよみがえらせます。それと同時にもっと統合の取れた新しいあり方を創りあげます。言葉ではない声を出して歌うにつれ、ときとしてやってくる怖れの感覚は、自分が信じている枠をはずすことから生まれてくるのです。今まで自分たちに語り続けてきた、“世の中にはこのような枠があるんだよ”という思い込みのたがはずれて、どんどんと未知の世界に引きこまれてゆきます。マインドは“知ってなきゃおさまらない”もの、言葉なくして歌うことは知りようのない何かの实在に引き込まれてゆくことなのです。なぜならそうした歌は瞬間ごとにまっさらな今の中にあなたを置いていくから。

文明社会の大人たちは言葉の無い自分自身の歌声の中に身をゆだねたことは無いでしょう。言葉というものが二つ三つのころに入り込んでしまえば幼子の持つ言葉なき自然の歌声は消えてしまいます。もっとも基本的な人間としての自然をいちいち編集しなければならないなんて、なんておかしいことでしょうか。そしてまた私たちの身体が知る自発的なダンスや動きも

振り付けの影に姿を消していってしまうなんて...

人というのは本来五感との太い絆によりなりたっている、とても感覚的な存在であり、そして五感の歪められることのない自然な反応表現は私たちにとって生存の要であると思うのです。せっかくのそうした自由なものを抑え、編集された枠組みに入れてしまうことは生きる基盤としてわたしたちを取り囲む五感の素の素晴らしい世界とのつながりを途絶えさせてしまうこととなるのです。

歌うというシンプルで基本的なことの中にこそ、人生をもっと優雅に生きとうしていくためのカギが秘められているのではないのでしょうか？ 感覚が、使用されないということでだんだんとマヒしてゆくのをそのままにしていれば、生きる力も弱まってゆく...。私たちのいのちの豊かさには、枠のなかで編集したり排除したりしてしまっているものなどないはず。このワークを通してあらゆるものの真ん中にある歌と静けさという、自分たちの生得権を取り戻すプロセスをさらに深めてゆきましょう。

スーザン・オズボーン

9月 22日 ~ 24日

・受付 22日 / 1300 ・解散 24日 / 1400

- 参加費 水輪正会員 74,000円 / ピジター 80,000円 (2泊3日・夕朝食・講師謝礼 / 渡航費 / 宿泊費 / 通訳・ミニコンサート込) ミニコンサートは9月23日 18時半開場
- お申し込み FAXまたはemailまたは郵便で申込書をお送り下さい ● 定員 30人
- 振込先 参加会費振込確認後、順次正式受け付けとなります。
みずほ銀行 長野支店 (普) 1620273 水輪の会 塩沢早穂理 (すいりんのかいしおざわさおり)
郵便局 (口座番号) 00550-0-6511 (加入者) 水輪の会
- 主 催 心と体といのちのセンター「水輪<すいりん>-水輪の会」
「グリーンオアシス」/ スーザン・オズボーン記念ハウス「水織音<みおりね>」

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原 2471-2198 TEL 026-239-2630 FAX 026-239-2736 email:suirin@suirin.com

スーザン・オズボーン ボイスセミナー & ミニコンサート



「歌うこと」で人々の心と身体を癒し、学びと成長の喜びを教えてくれる
スーザン・オズボーン。毎回好評のボイスセミナー & ミニコンサートを
開催することになりました（今回のミニコンサートはアドバンスクラスに
含まれています）。なお、ビギナークラス終了の方、または、過去のボイスセミナー
ご参加の方は、引き続きのアドバンスクラスに参加することができます。今回も
深い癒しと気づきの機会になることでしょう。皆様のお越しをお待ちしております。



スーザン・オズボーン プロフィール

幼い頃から教会の聖歌隊に参加。学校でも聖歌隊で歌い、種々の楽器にも馴染む。アイオワ州立大学在学中にベトナム戦争が拡大、フラワームーブメント（歌による反戦運動）に関わり、歌手としての道を歩む。

1978年「音楽による地球環境問題への提言」で知られる音楽家ポール・ウィンターと出会い、共演。その影響を強く受け、いわゆる「アースミュージック」の分野に目を向けるようになり、国連ライブ「地球のためのコンサート」に参加。

1981年から「歌声の種（Seeds Of Singing）」ボイス・セミナーを開始。アメリカはもとより世界各地を飛び回り、自分の真の声と出会う感動的な体験を多くの人々に広める。現在、年に数回のコンサートツアーをこなす反面、移り住んだオルカス島の小さな教会や祭りで歌ったりの質素な生活を送る。地球環境と、人々がそれぞれの違いを認めあい、共に生きられる世界を願いながら歌うことに専念。それが彼女の思想であり、心からの祈りでもある。

水輪代表理事の塩沢みどりが中心となりオリンピック委員会と交渉し、1998年3月、長野オリンピックとパラリンピックのセレモニーに、ゲスト・ヴォーカリストとして参加。パラリンピック閉会式で「上を向いて歩こう」を熱唱した彼女の姿は印象的。国際的に認められ、世界中で3年間に渡りCDを出し、歌い、「静寂と歌」のバイオニア的な仕事を切り開いている。

ビギナークラス・アドバンスクラス 申し込みについて

- * 「申し込み書」をFAX 郵送 / Eメールにて「水輪」に送付後、一週間以内に参加会費をお振込下さい。振込確認後、順次正式受付となり、詳細資料をお送り致します。定員になり次第締め切りとさせていただきます。
第1次〆切 7月31日
- * キャンセルの場合、会費の返金は致しませんので御承ください。代理参加は可能。
- * 希望者には、当日長野駅から「水輪」へ直行の乗合タクシーを手配させていただきます。4名様以上で車代として一人1,000円です。申し込み書に必要事項を記入し、参加会費と合わせてタクシー代をお振込み下さい（片道1,000円 / 往復2,000円）。
- * ビギナーまたはアドバンスクラスにご参加の方は、クラス間の9月18日～22日の滞在はスーザン特別週間により割引会費でご滞在頂けます（スーザンも滞在します）。1泊2食付：9,500円（水輪正会員・ピジター共通。ピジターは通常11,500円～）。個室希望の方はお申し込み下さい（個室料が必要です）。
- * 洗面用品、タオル、パジャマは各自で御用意ください。
- * カーナビをご利用の方は、ゲストハウス水輪音（026-239-3908）で検索して下さい。
- * 環境を守るため、箸やシーツなどご自分のものをお使いになる方はお持ち下さい

参加者の声（過去のボイスセミナー）

・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。大きな大きなエネルギー、元気、愛を頂きました。（Hさん）
・セッションの中で出会った自分の姿、まわりの方々の姿の中に、あらためて自分を投影しながら 今を生きていること を考え、感じました。ようやく、自分の人生を本当に受け入れることが出来たように感じています。涙もたくさん流しました。 感じる」という事はこういうことをいうのかなと思います。気持ちはずっきりしていき、静かな眠りにつくことができ、安らぎの中に過ごすことが出来ました。今回のセミナーは10年分位の価値があったと思っています。（Kさん）

施設・食事について

信州飯綱高原。この大自然のエネルギーは私たちの自然治癒力を高めます。館内寝具類は清潔を保ち、建物には和紙の照明と、天然木の檜や杉材を使い、大自然のもっている澄んだ気を人工的な建材によって遮断されことなく存分に味わうことができます。厳選された無添加の食材・調味料、無農薬野菜などを使った心のこもった美味しい食事は心身をリフレッシュしてくれます。



みんなであうたう



長野パラリンピック閉会式にて



水輪ホールでのボイスセミナー



厳選素材の健康自然食料理

スーザン・オズボーン ボイスセミナー 申し込み書 * 該当項目の□にレ印をお付け下さい FAX 026-239-2736

参加会費 A ビギナークラス □ 水輪正会員 72,000円 □ ピジター 78,000円

B アドバンスクラス(ミニコンサート会費含む) □ 水輪正会員 74,000円 □ ピジター 80,000円

延泊・前泊 □ 希望（9月 日～ 日）スーザン週間特別会費 9,500円 / 1泊 × 泊 = 円 □ 個室希望（個室料別）

氏名 男 女 年齢 ご職業 申込日 月 日

住所 〒

TEL FAX 携帯電話

乗合タクシー □ 「行き」 / □ 「帰り」 (片道 1,000円 × = 円) email

会費 (+ +) 計 円を 振込日 月 日に (□ 振込済み □ 振込予定)

お申し込みのきっかけ 水輪からのお知らせ 紹介: 紹介者 () インターネット 新聞・雑誌 () 060516M-Y