

日本養生（ようせい）学会

第25号

よ う せ い

YOH SEI = Life Awakening Arts

事務局：東京女子大学文理学部・横浜研究室内

FAX:03-5382-6092 <http://www.yosei.gr.jp/>

- ▷ 卷頭言
- ▷ 世界フェスティバル参加報告
- ▷ ようせいサロン開催
- ▷ 編集委員会の検討
- ▷ 本会の活動が月刊誌に

本会のモットーは「共生原理」

「死」の問題は養生学と無関係なのか

日本養生学会

常任理事 遠藤 卓郎

昨年度の大会（2005年3月）で天外伺朗さんの講演を聴いて驚いたことが二つあった。ホロトロピック・ネットワークのお話しをされていたときのことである。一つは、この名前の由来について説明した時であった。ネットワークの前身の名前は「マハーサマーディ研究会」だったそうだ。その日本語の意味は「死に方研究会」なのだそうである。これを聞いてハッとさせられてしまった。頭の中で、「体育」と「死に方を考える」がくっついてしまったのである。体育教師歴30年、今まで体育と死に方は全く関係がなかった。それが突然くっついてしまった。いや、くっつけられてしまった。

これは私だけのことではないだろう。体育界全体でも、死に方を考えるということはされてこなかったのではないだろうか。先輩たちの書かれた体育の本を見ても、良く生きるためにどうすればよいか、生きる力を育てるにはどうしたらよいかと知恵を授けてくださってはいるが、死や死に方については取り扱われていない。死に方を考えるという発想すらないように見える。本学会でも事情は同じであったような気がする。

二つ目の驚きは、そうしたどちらかというと重い話題であるはずなのに、それにもこだわらず彼の話し方が軽かったことである。会場には5分～10分おきに笑いが生じていた。それも明るく爽やかな笑いであった。何とも不思議な感じであった。これほど重く深刻な話題は無いと思うのだが、こうした話題を笑いの中で取り扱えてしまえるということに驚いてしまった、と同時に希望も感じさせていただいた。明るく爽やかに、語ること・聞くこと・考えることができる問題なのだと！

さて少し時間が経った今、落ち着いて考えると、どうも人ごとではない。個人的な問題としても、死に方についてはどうも他人任せにしてしまっていることに気が付いた。天外さんが言うように医

プロフィール

1948年、三重県生まれ。愛知教育大学教育学部卒。東京教育大学大学院体育学科研究科修了。図書館情報大学を経て、現在、筑波大学体育センター教授。気功や武術等の東洋的身体技法を中心としたボディワークを研究中。現在のテーマは、「ボディワークの体育における教材的意味」。主な著作に「気功における身体」「授業から『からだ』を考える」ほか。体育・スポーツ哲学会副会長・本会常任理事。

者に任せてしまっていた。死に方について考えることすら避けてしまってきただようと思える。

これまでの生活は日々の暮らしを確保することに精一杯であったし、少し余裕が出てきた頃には、生きることの愉しみに浮かれていたようにも思える。黄昏に近くなった今頃になって漸く実感として思うことは、これから生き方は死に方と無関係ではあり得ないということである。いや寧ろこれまで本的には無関係ではあり得なかつたはずだということに気が付いた。目を背けていただけの話である。

この事情は筆者自身ばかりではないだろう。生きている人間一人一人に関係があるのは勿論であるが、組織体としての本学会にも大いに関係があるように思えてきた。いや関係があるのは勿論であろう。そもそもこのような講演がなされたのは養生学会の大会なのだから。このような講演者を選んだ理事長の慧眼を讃えずにはいられない。それはともあれ、内容的にも関係しないではいられないように思える。本学会の名称を養生（ようじょう）ではなく養生（ようせい）と読むかぎり無関係ではいられない。

「生を養う」と言うとき、何のために生を養わなければならないのか、という問いに答えることは不可避である。なぜ「生」を養わなければならないのか、その問い合わせに対する答えは「死」をどう考えるかに関わってくるだろうし、死に方の問題に関わってくるに違いない。「生を養う」ことを研究する学会として、「死に方」を考えることも研究テーマとして取り上げていただきたいと切に願って止まない。一学会員としての個人的な希望はあるが、敢えて言わせていただきたいと思う。活き活きとしてあの世に旅立ってゆきたい。初めて飛行機に乗る子供のように！ この地上を離れるとき、若干の期待と恐れに興奮しがちではあるが、活き活きと見送りの人たちに手を振りながら、旅立って行きたい。そのための方法を研究していただきたいと思う。いや自らも研究したい、と言っておこう。

世界伝統民俗舞踊フェスティバル

— 参加報告 —

横澤喜久子（東京女子大学）

2005年7月9日から13日までの間イタリアのサルデニヤ島にあるクアルトゥ・サンタ・エレナ市で、同14日から20日までの間テンピオ市で「世界伝統民俗舞踊フェスティバル」が開催されました。このフェスティバルはユネスコ主催で国際民俗芸能組織委員会（C.I.O.F.F.）イタリア支部によって開かれたものです。

この「会」（C.I.O.F.F.）の設立の主な目的は次のとおりです。

- (1) 平和を守り、世界の人びとの間の友情を固くすること
- (2) 国際理解の促進、各国民の文化と伝統を尊重し、正当に評価すること
- (3) 民俗芸能分野におけるユネスコの方針に従って民俗の文化と伝統を保存普及させること

2005年度の参加国は、メキシコ、ブラジル、オーストラリア、ハンガリー、グルジア、スペイン、台湾、日本、イタリアで、各グループほぼ30名ずつでした。観客数は3000人から4000人でした。私たちの「民俗舞踊研究会」はこのフェスティバルに向けて結成されました。日本養生学会の会員である近藤洋子先生（国際基督教大学）を中心としたこの民俗舞踊研究会は2005年4月10日に発会式を開きました。その後週3回の練習会、合宿、合同練習会、リハーサルと入念な準備が進められました。民俗舞踊研究会のメンバーは、民俗芸能を研究し、楽しむことを目的に創設を呼びかけた近藤洋子先生と近藤清さんのご指導のもとに集まってきた、ICU日本民俗舞踊部の学生、日本養生学会会員、ICU及び東京女子大学の授業の受講生、それにOBやOGや舞踊学会関係のみなさんで構成されました。今回のフェスティバルへの参加者は33名で、日本養生学会からは、近藤洋子、鈴木秀明、小林勝法、長谷川洋三、森

下春枝、横澤喜久子の6名が参加しました。このフェスティバルには日本の初参加ということもあって、一行は、大歓迎されました。

世界の中でも最もファースト社会に暮らす私たちがスローライフを楽しむイタリア・サルデニヤ島でのフェスティバルに参加したのです。日中は40度以上も気温があがって暑いのですが、日陰に入るとさわやかな気候、あまりにも美しいビーチに囲まれ、異文化をもつ人びとの交流の中で非常に多くの経験をして帰ってまいりました。世界・地域のどの踊りも世界中のひとびとの生活の中から生まれたものです。踊りをとおしての「魂」の触れ合い。それぞれの国・地域の文化。伝統の差異と共通性。肌身で感じたことは感動と信頼でした。こうした世界フェスティバルに参加できた国々の社会状況、事情の異なることも身近に感じながら、一人一人の健康、幸せの願いから、一層に世界の平和を願う気持ちになっております。

ホームページに写真を中心にして「フェスティバル特集」を紹介しております。是非、ご覧ください。<http://www.yosei.gr.jp/index.html>

ようせいサロン

本企画の第一回「ようせいサロン」が下記の呼びかけのもとに開催されました。

趣旨：これまで多くの皆様からご要望をいただいております勉強会・意見交換会を開催することになりました。この勉強会を「ようせいサロン」と名づけます。少人数の気軽な雰囲気で、ご自由に意見を述べ合い、中身の濃い勉強会を開きたいと考えております。

企画：本会研修部（久保隆彦・張 勇）

日時：2005年7月22日（金）

午後2時～5時

会場：東洋英和女学院大学校舎403号室

講師：池田裕恵教授（東洋英和女学院）

題材：子どものこころとからだ—からだを動かす、こころが育つ—

内容：現在、本会から出版準備中のテキスト「からだの礎」に寄稿されている池田先生の問題提起をもとに討議を進行。

今後も適宜、「ようせいサロン」を開催しますのでご期待ください。

会員募集！！

本会はますます斬新な企画をみなさまとともに展開しております。大学院生や学生も含めて「新会員」をご紹介ください。

編集委員会の検討

本会編集委員会は下記のとおり委員会を開催して今後のあり方について検討を行った。

日時：2005年6月18日・11～15時

会場：東京女子大学

出席：横澤・池垣・池田・遠藤・張・天野
議題：

- (1)委員追加：天野・池垣・美馬氏の追加了承
- (2)オンラインジャーナル案が可決され、今後の会誌はメールで送付する。年4回の発刊が望ましいが当面は2回発刊。発刊時期は4月と10月。ただし今年度は9月刊行。
- (3)現在受理している「論文」は9月のジャーナルに掲載する。
- (4)2005年9月発刊号は「天野・張委員」の責任編集とする。原則として、各号の編集責任者を決めて、「全体の構成」などを企画し、その企画のもとに編集作業等を行うものとする。
- (5)原著論文の掲載数を確保する。
- (6)会誌の「オンラインジャーナル」化にともなう「編集規定」「投稿規定」「論文審査規定」等は整備して次回総会に諮る。
- (7)「9月号」は例外処置とする。

年会費の振込は下記へ

みずほ銀行西荻窪支店・普通2118044 日本養生学会・横澤喜久子

特集：東洋の養生法

本会の活動が、標記のタイトル特集で、「見直される東洋の健康法、身体技法」の副題のもとに、月刊『スポーツメディスン』の7月号（72・2005）に紹介されました。

◆
「和」や武道・武士道のブームを始め、東洋的なるものへの注目が高まっている。今月は健康法・身体技法として、太極拳など中国から入ってきたもの、操作法や真向法など日本で考案されたものを通して、東洋の養生法について考えてみる。明治以降西洋文化の学習・導入に懸命だった日本がやっと自らの足元を見始めたと言えるが、そこには新たな視点もある。

◆
同特集号は、上記の「リード」のもとに、次の5つのテーマほかで組まれている。

- ◆
1 「体育教育と養生：日本養生学会の活動とともに」……横澤喜久子
- 2 「まず知るべきは、形ではなく真髓」
……張 勇
- 3 「『太極拳を科学する』というゼミを通じて：科学で説明することの大切さ」
……跡見順子
- 4 「『気持ちよさ』を基準にした操作法の考え方」……鹿島田忠史
- 5 「健やかな体、康らかな心をつくる真向法」……佐藤康彦

◆
特集フロントページには本会常任理事の張勇先生（長野県短期大学）の授業風景の写真が飾られていて、キャプションは次のように本会の活動趣旨を要約しきっていてくれる。

◆
近年、日本古来のものや東洋の伝統的なものへの関心が高まっている。衣食住はもとより身体技法、養生法、医療、人生観、哲学にいたるまで、東洋的なるものの見なおしが始まっている。今月は、「東洋の養生法」と題し3つの大学における導入について、その背景や養生法の捉え方について紹介、さらに操作法や真向法という日本で生まれた養生法についても取材した。科学的でない、あやしげで

あるという人も少なくないが、科学的アプローチも始まっている。東洋、日本という視点をことさら特別に考えるのではなく、身近なもの、馴染み深いものとして見つめる作業が必要であろう。

◆
3つの大学とは、東京女子大学、長野県短期大学、東京大学であって、そこではそれぞれ本会の横澤喜久子、張勇、跡見順子会員が指導と普及に取り組まれている。本会所属会員の勤務する大学ではそのほかにも積極的に数多く「養生学」の実践に取り組まれているのであるから、そこで実践知を蓄積すれば、月刊誌『スポーツメディスン』の期待に応えることができると編集者は考えている。

◆
本年度から始まった「ようせいサロン」の企画にとりあえず上記の「実践知」の蓄積の問題を取り上げてみてはいかがだろうか。

アイデア募集！！

本会では、活動の活性化を期して、本年度から「ようせいサロン」の開設と学会誌の「オンラインジャーナル」化を新たに進めることになりました。特に後者の企画は、「スピード・経済性・労力の軽減・画像の有効活用・メール発送の利便性」などを視野に入れて、本会と会員のみなさまの架け橋としての役割機能アップを目指して、また本会の広報活動の機動性を確保するために、踏み切るものであります。展開方法に関する皆様の斬新な「アイデア」を本会までどしどしお寄せください。

事務局のFAX番号が下記に変更！！

03-5382-6092

日本養生（ようせい）学会

東京女子大学文理学部・横沢研究室内

FAX: 03-5382-6092

<http://www.yosei.gr.jp/>

〒167-8585 東京都杉並区善福寺2-6-1