

日本養生(ようせい)学会

第27号

ようせい

YOHSEI = Life Awakening Arts

事務局: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/>

▷巻頭言

▷日本養生学会第6回大会案内

▷第4回常任理事会議事録

▷湯浅泰雄先生のご遺志を…

▷2005年度総会案内

本会のモットーは「共生原理」

人間をサバイバルさせる力

日本養生学会

理事 伊東 秀子

若い頃私は、人は自分の意思で決めたとおりの人生を生きていくものと思っていた。思いどおりにならないのはそれを阻む「障害」があるからで、「その障害を取り除くためには闘うしかない」と考えていた。病気も同じで、健康を蝕む病気には「闘病」という言葉しか思い浮かばなかった。

ところが、年をふるにつれ、「これは違うぞ?」という声が私の内から聴こえてくるようになった。人生はこうしようと決めてもなかなかそのとおりにならないことばかりである。1つの障害を取り除いても、また新たな障害が現れる。こうした体験を重ねる中で、「人間は、何か目に見えない大きな力に動かされているのではないかと、その力に身を委ねて生きるのが最も理に適っているのではないか」と思うようになったのである。困難に対処する際も「直感」に従った方が頭でこねくり回した理窟よりずっといい結果になる。自分の身に起こっている様々な事態に対して「これも何かの意味がある。」と素直に受け止め、自らの内なる声に従って対処した方が心身ともに「いい状態」でいられることに気が付いたのである。このように考えると、病気も自分自身の一部であり、外からの侵略者でも何でもない。病気になった時は、私の身体が私に何かを告げているとして身体の欲することをすればよい。この考えが生来の怠け者の私にピッタリ合ったのか、それ以来病気をしなくなった。持病の腰痛とも根気よく気長に付き合えるようになった。

今、私は末期がんの家族を抱えて日々「人の寿命」の問題に直面している。抗がん剤を投与するかどうかの選択を迫られる中で、実はこの選択は死生観と深く繋がっていることに気づかされた。本人は「がん細胞を撲滅する抗がん剤治療をしたい。」と言う。私は「人は所詮自分で寿命を決められないのだから、大きな流れにお任せして生きている日々感謝して美しいものや自然を楽しむ

プロフィール

1943年中国東北部(現長春)生まれ。5人兄弟の末っ子。3歳の時中国から引き揚げ。都立戸山高校から東京大学文学部へ進学。1966年東京家庭裁判所調査官補。1979年司法試験に合格。1982年弁護士登録。1990年衆議院議員当選(2期)。1995年弁護士活動開始。主な裁判歴「すすきの相場」勝訴判決。道庁カラ出張関連文書「不開示」処分取消訴訟・勝訴判決。小樽の外国人入浴拒否訴訟・一部勝訴。十勝の口蹄疫牛損害賠償請求訴訟・一審敗訴。本会理事。

生活をしたら？」と反対する。そのためか、抗がん剤投与を勧めたい医者は私を相手にしなくなった。人は、死に直面している時にまで「やらねばならぬこと」に追われる必要があるのだろうか。死ぬまで慌ただしく「生」を送る必要があるのだろうか。何も生き急ぐことはない。誰もがいずれ必ず死ぬのであれば、生きている今に感謝して自然や美しいものを楽しむ、この「しなやかな感受性」こそ、「人間をサバイバルさせる力」になるのではないかと思う昨今である。

日本養生学会第6回大会案内

さて標記の大会を下記のとおり開催いたします。つきましては、会員のみならず万障お繰り合わせの上、またご知友の方をお誘いの上、ご参加くださいますようにご案内申し上げます。

記

主催：日本養生（ようせい）学会

日時：2006年3月4日（土）、5日（日）

会場：上智大学（7号館14階）

参加費：会員：3,000円／一般及び学生：1,000円

備考：「ようせいフォーラム」に関するお問い合わせは本会「事務局」へ

〔3月4日（土）〕

10:00 開場・受付

10:30-11:50 講演 演題：元気に生きるヒントー「幸せの公式」の翻訳からー

演者：平野卿子（ドイツ文学翻訳家）

プロフィール／横浜生まれ。お茶の水女子大学卒。ドイツのチュービンゲン大学に留学。帰国後は都立大学大学院でドイツ文学を専攻。翻訳多数。

11:50-13:30 休憩

ようせい体操紹介（11:50-12:10）

理事会（12:15-13:15）

13:30-16:30 研究発表（6題：20分発表／7分質疑応答）

座長：横沢喜久子（東京女子大学）

(1)楊名時太極拳の稽古が口腔内局所免疫機能に与える影響

笹本重子（日本女子体育大学）

(2)ようせい体操時の心拍変動

天野勝弘（関東学園大学）

(3)太極拳の効用ー脳機能向上および気分改善効果を中心にー

平工志穂（東京大学）

休憩（10分）

座長：遠藤卓郎（筑波大学）

(4)ボディワークがスポーツパフォーマンスに及ぼす効果についての一考察

小林 桂（筑波大学）

(5)理工系大学における気功呼吸法の授業報告

田中幸夫（東京農工大学）

(6)サルディニア国際フェスティバルで披露した日本伝統芸能の考察

近藤洋子（民俗舞踊研究所＝舞スタジオ）

16:30

総会

18:00

懇親会

[3月5日(日)]

- 09:00 開場
- 09:30-13:30 ようせい体操紹介
ワークショップ
- (1)遊龍功
羽根善弘(小石川整体・気功治療院)
- (2)からだ:コミュニケーション
越部清美(法政大学)
- (3)民俗舞踊:古能、古歌舞伎、霊祭り
近藤洋子(民俗舞踊研究所=舞スタジオ)
- (4)太極拳体操
谷 祝子(神戸女学院大学)

2005年度第4回常任理事会議事録

日時:2005年11月26日(土)12:00-13:00
会場:筑波大学:春日キャンパス第2TR
出席者:天野勝弘・池田裕恵・池垣功一・遠藤卓郎・久保隆彦・張 勇・宮本知次・美馬美千代・石水極子・横沢喜久子
欠席者:跡見順子・太田正和・谷 祝子・和田 勝・金田洋子・園部真理・伴義孝

議題:

- (1)「ようせいフォーラム2006」について
①大会(研究会)開催:美馬美千代担当
②会場:上智大学
③日程:2006年3月4(土)~5日(日)
- (2)研修会開催について
①久保隆彦担当
②次回開催の企画検討
- (3)編集委員会について
①天野勝弘担当
②会誌「オンラインジャーナル」準備状況
- (3)広報委員会について
①宮本知次担当
②ホームページの「情報」を募集中
- (4)開発委員会について
①横沢喜久子担当
②出版計画について
③上記出版計画に関連して販売促進計画を次のように検討:「多くの方に読んでいただきたいので、常任理事の皆様にご購入協力をいただきたい。一人「50冊」の購入を提案。可能な範囲のご協力を…」

近刊! 本会第2弾

『健康なからだの
基礎とはたらき
-からだの礎-』(仮題)

待望の第2弾が市村出版より近々発刊されます。本書は、第1弾『からだの原点:〔養生学〕事始め』(理論篇・2003・市村出版)につづく、「からだシリーズ」の第2弾実践篇です。本書は本会の執筆者の全力投入による時機相応の自信作です。ご期待ください。

多彩な執筆者

清水 司・鎌田 章・田中朱美・帯津良一・
小木曾友・太田正和・跡見順子・池田裕恵・
横沢喜久子・張 勇・遠藤卓郎・渡會公治・
天野勝弘・和田 勝・谷 祝子・瀬戸謙介・
桜井隆史・吉元昭治・平工志穂・久保隆彦・
松尾志郎(順不同)

時代の求める豊富な内容

養生学テキストの誕生/養生体操は心身一如の妙薬/生命の躍動/細胞が生きている/あたま・こころ・からだ/自然とともに/一人ひとり皆ちがう/心地よく息する/養生と呼吸法/呼吸のメカニズム/姿勢をつくる:立つ/からだの歪みを知る:直す/腰はからだの要:メカニズムを中心に/歩く/真似る:学ぶ/戯れる:遊ぶ/身を守る/動くことが生きること/寝方の工夫/こころを整え安らぐメカニズム/ようせい体操/養生の知恵/
問い合わせ:本会事務局へ

コラム：ようせい

— 湯浅泰雄先生のご遺志を… —

本会の顧問である湯浅泰雄先生が平成17年(2005)11月9日に呼吸不全で逝去された。先生は大正14年(1925)6月5日のお生まれであった。昭和24年(1949)3月に東京大学文学部倫理学科を卒。昭和31年(1956)4月に東京大学文学部助手に就任される。だがその間、大学院修士課程で倫理学を深め、東京大学経済学部学士入学、大学院社会学研究科理論経済学専攻に学び昭和31年3月に修了。まもなく瞑想修行も開始している。先生の柔軟な思想体系はこの若きときに幅広く学ばれたことに起因しているように思われる。

たとえば本会の会員のみなさまなどによく知られている湯浅泰雄先生の側面はその著書『身体論：東洋的心身論と現代』（講談社学術文庫・1990）を通してであろうか。この著書は昭和52年(1977)に創文社から刊行された『身体：東洋的身心論の試み』の改訂版である。なぜ、本書が、本会のみなさま方に馴染みが深いのかは明白である。1970年代といえば日本でもにわかには身体論が語られだした時代だった。しかしその学問的論議の源流には二つの出発点がある。一つは、注目を世界的に集めだしていたメルロポンティなどの西洋生まれの身体論に触発されて、いわばその流行現象に乗り遅れまいとする流れである。他方は土着の修行論などの実践研究を立論の出発点とする流れだった。いわば研究と実践の乖離を埋めようとする試みである。その出発点こそが湯浅身体論であると少なくない人びとが肌身で直覚したのであった。

この直覚がのちに人体科学会(1989)を結成させ本会の前身「大学体育養生学研究会」(1999)を結成させたのである。湯浅身体論は多くをユング思想に触発されて熟成されている。とりわけユング晩年の「共時性」理論に関心をもった湯浅先生はユング研究に没頭されそこに古代中国の東洋的な宇宙観が満ち満ちていることに魅せられる。いわば、湯浅身体論は、西洋の東洋発見という新潮流に促されて、東洋の反省による東洋思想の原点見直しへの視点を蘇らさせ、そこへの、西洋の反省を踏まえた新たなる西洋思想との融合を

提唱する壮大な端緒となったのである。

かつて世界史が「東は東、西は西、とわに会うことなし」と見做した時代があった。この壁を越えさせる偉業が日本に二つある。一つは昭和39年(1964)のあのアジアで初めて開催された「東京五輪」という契機である。たしかに日本の青少年たちの視点が日常的にも世界に向けられるようになった。もう一つは湯浅泰雄先生がその生涯をかけて求めてきた東洋思想と西洋思想の融合というパラダイム転換の提唱である。まだ道は遠い。だから人体科学会や本会(日本養生学会)などの活動が求められている。湯浅泰雄思想をどう受け継ぐのか。やらねばならない仕事である。

2005年度総会

標記総会を下記のとおり開催します。

記

日時 2006年3月4日(土) 16:30-17:30
会場 上智大学「7号館14階」
議題 ①役員改選について
②その他

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。一般会員や大学院研究生などの「新会員」募集中…。

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：横沢喜久子

日本養生(ようせい)学会
東京女子大学文学部・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