

たとしても、そんな心では、社会の中でも見放され、自分の欠点にも気付かず、直すこともできずに終わってしまった、だんだんと一人ぼっちになって淋しい人生になってしまっています。

私の働いているところにも、毛嫌いされている方が一人います。その人は、仕事でもあつても、他の人が話しているときに、会話の中に入り込んできたり、仕事をしながら「これをやっというね」と社員の人に言われ「はい」と返事はするものの、あとから社員の人があることを聞くと「なんでしたっけ?」と言って、話を聞いていなかったり、一番はおしゃべりが多く、ぐいぐいと会話に入り込んできたりすること、それがみんなから厄介者扱いされてしまう原因のようです。そして「そういう人」とレッテルを貼られ、一度そう思われてしまうと、ずっとそう思われてしまいます。自分で気づいて



美しい大自然の中で心と体が解放されていきます。

直すことが出来なければ、社会では煙たがられてしまいます。いのちの森水輪のように、氣付いて指摘をしてくれる人は、社会にはほとんどいないのです。だから指摘を受けたら、素直な心でそれを受け止めることが大事です。自分を変えるチャンスを与えて下さっているのですから、それに応えて行動してゆく。

Kさんは今回たくさん陵太郎さんから指摘を受けていましたが、彼は素直に反省することもなく「はい」と言って直そうと行動していません。その心が本当に大事だと思えます。素直に受け止められることのできる心があれば、一生懸命に努力しようとする心があれば、社会でも見てくれて、評価してくれる方がいると思います。

ただ「よく見られよう」と思っ て行動するのは、下心のない心で動いたのでは、結果も大きく違ってくるので、何事も正直に生きる心構えが必要となります。

もし、下心があつて物事をすれば、評価されても何となくモヤモヤが残るはず。そしていつか「こんなはずじゃなかった」と後悔する日が来ます。いのちの森水輪を卒業していく人は、教わったことを忘れないでほしい。これがスタ

ツフや先生方が思っ ていらつしやることだと思えます。

だから先生は私に「二年間はいのちの森水輪にいるつもりで頑張つてほしい」とおっしゃり、まだ私の心が未熟であることを知っていらつしやるので、あと二年は家にもいいいのちの森水輪での学びを生かし、心を成長させていってほしいと、そんな風に思っ て送り出して下さつたのだと思えます。私はたとえ二年たつても何年たつても、倉持友美と言う人間の命が尽きるまで、いのちの森水輪のこととは忘れず、心を成長し続けたと思っ ています。

千葉の世界、周りの人は「俗世」と言っ ていますが、そこには本心に敵がいっぱいあつて、眠くなる睡眠もそうだし、マンガやゲーム、悪質な企業やサイト、人、数えたらさきがない。「誘惑」という敵、「自分」という敵、でもそれらと立ち向かつていく心の強さを持ち合わせます。これは本当に大変なこと。

いのちの森水輪では心の成長の手助けをしてくれる人達がいます。でも、こつちでは自分の力で切り抜けていかなければならない、コントロールしなければならぬ、ブレーキをかけなければならぬ。それらと戦つて行くこと、立ち向



時にはみんな楽しく歌つたり、踊つたりパーティー。

かつて行くこと、前を向いて行くこと、口で言うのは簡単ですが、並大抵のことではありません。

いのちの森水輪は社会の人達とは違うやさしさを持っている。こつちの社会で足りないものもいのちの森水輪にはある。それは、物ではない「心の幸せ」なのだ。

社会で壁にぶつかれば、それをどう乗り越えようか悩み、中々前へと進めない。目標を見つけれなければ、生きる楽しみもなくなつていく。物で溢れてしまえば、本当に大事なものを見つけられない。物に依存してしまふ。

でも、いのちの森水輪は、一度そういう世界から離れて「物」以外の大切なものに気づき、学びを深めてゆく大切な場所。家族の存在、野菜や自分たちが育てたものが成長していく喜び、指摘を受け、それを直してゆこうとする目標を見つけれたり、大自然の美しい山や木々、どこまでも透明で冷た

青少年社会教育実習

「いのちの森水輪で学んだこと①」

私がいのちの森水輪に来たきっかけは、不登校が始まりでした。高校卒業後、専門学校に通っていましたが、周りとのコミュニケーションも上手くとれず、学校を休むようになり、やがて不登校、ひきこもりとなりました。学校に行かなくなつてから昼夜逆転した生活となり、好きな時間に寝起きし、漫画を読んだりアニメを見たりゲームをしたり、友達と遊んだり、自分勝手に過ごしていました。

そんな私を心配した母は何とか社会復帰させようと、まずは朝起きる事からと、根気強く私を起こしてくれました。私は朝機嫌が悪く、母に対して「その起こし方がうざいんだよ!」など言葉の暴力や蹴りを入れたりなどひどい事をしました。

私には甘え心があり、もう十九歳なのに、小学生のように親に甘えていたり、常に親に依存してました。そんな私に父はよく「お父さん達がもし居なくなつたらこんな状態でどうやって一人で生きていくんだ」と言っ ていました。しかし、いつかは自立して一人で生きていかなくてはならない事

Y・K

発行:いのちの森水輪
長野市飯綱高原2471-2198
TEL 026-239-2630
http://www.suirin.com

もわかつていのに、私は泣いて嘆いてその言葉を受け止めようとしませんでした。そんな私を見かね「このままでは生きていけない」と心配した両親が、私をいのちの森水輪に連れてきてくれました。

水輪に来てからは、自分との戦いでした。昼夜逆転した生活をしてきた私にとっては朝起きるのが辛く、毎日のように朝起こされてきました。また家にいたように自分の好き勝手できるという事はなく、皆と一緒に朝起きて実習をすることを徹底されましたが、朝起こされる度に「うるさいな、何でこんな朝早く起きなければいけないんだ」と心の中で反発してました。ある時、私の事についてミーンティングがあつた時、「その起こし方がうざいんだよ」じゃなくて、「朝起こしてくれて、ありがとう」



ガラス磨きは「自己を見つめ、磨く」大切な実習

だろと

言われた時、心にグツとくるものがありました。

親に対して申し訳ない気持ちと同時に、私はなんて小さい人間だったのだろう、と深く考えさせられました。その後反発心はなくなり、朝は起きて夜は寝る事が人間本来のスタイルである事に気付かされ、朝起きる大切さというのを改めて知る事が出来ました。

また、朝礼で腹から声を出す練習や人の目を見てあいさつをしたり、家や学校では出来なかつた事が、少しずつですが出来るようになっていきました。

私は、ここ水輪で自分の内面を見つめなおす機会を頂いたと思っ ています。館内でお風呂掃除やトイレ掃除をしている時と比べて、自分が家で掃除をする時と比べると出ていたかという、やはりやっ ていなくて、家では洗剤とか掃除とか、ちよつとした手伝いですら拒んでいて親にやらせていた自分がありました。

いのちの森水輪では、与えられた仕事は責任をもつて自分でやることになつていて、始めは「嫌だな・めんどくさいな」というネガティブな思いがありました。毎日続けていく内に、掃除してその場所を綺麗にすることが気持ちいいと思えるようになり、そして自分がいかに愚かな事を家でしていたのか考えさせられました。

自分の使つた食器は自分で片付ける、毎日自分が使っているものは次に使う人が気持ちよく使えるように綺麗にする。当たり前な事が出来ていなかった自分。親に頼つてばかりいた自分。今はそんな自分がすぐ幼かつたと思えます。

水輪に来てから私はたくさん仕事を学びました。家ではスーパーに並んでいるお野菜を何気なく買って食べていましたが、畑実習では、種を蒔くことから始まつて、そこからひよつこりと苗が芽をだしてすくすくと育つていき、やがては実を实らせ野菜となります。人の成長も野菜と同じ。汗水流して一つ一つ手塩にかけて育てた自然農法で無農薬のお野菜は本当においしく、これが本来の人間に在り方なのだと実感しました。

どんな人も心の中に種を持っている。その種が成長する成長しないかは、その人の心意気次第。そして周りの人達の「愛情」の暖かさ。私は、水輪がそれを教えてくれた場所だと思っ ています。

親の大切さも、掃除をする大切さも、朝起きる大切さも、命を自分で育てる大切さも何もかも、人としてあるべき姿を忘れかけてしまつた私に、もう一度人として生きる術を教えてくれた水輪。

どんなに反発したり、時には怒られてふてくされたり、失敗した自分に対して、真正面から向き

く美味しい水、それを見たり感じたり、食べたり飲んだりできる幸せ、ありがたみ、そして暖かく応援してサポートして下さつたり、共に目標を達成できたときの喜びを分かち合つたり、共に泣いて怒つて、笑ってくれる、いのちの森水輪の人たちの存在。

私は久々にいのちの森水輪に触れ、帰る時もなんだか心にポツカリと穴が空いた様な気分、みんなとの別れも寂しく感じました。でも寂しいばかりじゃダメ。今回のことで、この先自分が何を思い行動してゆくのか、それが課題。

陵太郎さんの言つていた「成功するまで諦めない」これはすごく心に響きました。どんなことがあつても諦めちゃいけない、くじけちゃいけない、最後はあの時諦めないでよかつたと思えるように、そういう生き方をしていかなきゃと、改めて感じさせられました。

それぞれこれから歩んで行く道は違いますが、一人一人後悔のない人生を歩んでゆけますように。また伺いたいと思っ ておりますので、その時はどうか宜しくお願いいたします。

いのちの森「生き方と働き方学校」平成24年3月31日卒業



仲間と共に切磋琢磨し、共に心を磨き合う

合い、アドバイスをしてくれた水輪のスタッフの方や実習生の方達。大自然の山々に囲まれた広大な畑鳥のさえずり。美しく命を輝かせて成長してゆく野菜や花々。そこに生きるたくさん生き物達。その命の素晴らしさ。いつも暖かく見守つて下さる研先生やみどり先生。そして水輪を守り続けてくれた。そして早穂理ちゃん。「何とか良くなつてほしい」そんな皆の想いが私を愛してくれました。

水輪で学んだ事は、卒業しても忘れず必ず活かしていきます。水輪は私のもう一つの故郷です。

これから社会に出ていく上で色々な困難や苦難に出くわす事も多くなつてくると思いますが、辛くなつたら水輪での事を思い出して頑張つて乗り越えてゆこうと思っ ています。みなさん本当に大変お世話になります。そして心より感謝致します。ありがとうございます!

いのちの森「生き方と働き方学校」 青少年社会教育実習

「いのちの森水輪での学びを振り返って②」

Y・K

私はいのちの森水輪を「卒業」という形ではありましたが、中途半端な心で卒業しました。

もちろん、いのちの森水輪で教わったことがすべて無駄になっただけでなく、切り替える力や大きな声で挨拶すること、掃除の仕方など、学んだことで仕事にも生かせる事がありました。

しかし、社会の壁にぶつかるとも多々あり、なかなか乗り超えることは出来ません。本来ならば、ちよつとやそつとのことではくじけず、今ある現実には立ち向かってゆく、そんな強い心を持ち卒業してゆくべきだったと思います。

だからみどり先生は中途半端な卒業はよくないとおっしゃったのだと思います。

けれどいのちの森水輪にいたころの私は友達のこと、マンガやアニメのこと、そういった目先のことばかりに囚われていて、先の見えない未来におびえ、不安で心がすくくブレていました。

みどり先生から「あなたが本気

で頑張ったら、3月には卒業できるかもしれない」と、ある時言われました。

でも、頑張ったのは自分が卒業したいがため、「卒業」と言う名の人参をぶら下げて「それにつられてる」そんな感じだったと思います。

もちろん「どんなことにも一生懸命。そうすれば必ず、その努力は報われる」と思って頑張った時もありましたが……

結局、私はいのちの森水輪を中途半端に卒業してしまいました。

卒業後「今の自分でもできるはずだ、私はちゃんと働ける」と自分に言い聞かせて、宅配業者でアルバイトを始めましたが仕事は大変です。でも、いのちの森水輪で



定期的に勉強会で脳や心のことを各界一流の先生から学びます

やってきたことを思い出し、頑張りました。

しかし、単純なバイトでもミスをする場合があります。一番大きなミスは、ある会社にお届けする大切な精密機器を台車に載せて運ぶ際、台車を引っかけた精密機器を落としました。宅配業者の方、配送先の会社にも多大な迷惑をおかけしてしまいました。

申し訳なきやいろんな感情が押し寄せ、センターに戻って泣いてしまいました。いのちの森水輪スタッフの方がいつも言っていた「切り替える」ということを思い出し、「泣いてばかりじゃいけない、次は同じ失敗をしないように十分注意しよう」と思い「すみません、切り替えます」と言って泣き止み、切り替えることが出来ました。

この「切りかえる」という学びをいのちの森水輪で学んでなければ、昔の私なら逃げていたでしょう。でも、切り替えることができ、結果良い方向に行けたのは、いのちの森水輪の皆さんから学ばせて頂いたおかげだと思います。

私の課題である「丁寧なのは大事だがスピードが遅い」ということで悩むこともあります。大切なお客様のお荷物は丁寧に扱い誤配をしてはいけないので、慎重にや



大自然に触れ、野菜を育てることでのちの営みを体験します

ろうとするあまりに、スピードがゆっくりになってしまったり、必要以上に何度も確認したり、私は自分では普通の時間だと思っても、相手から見れば遅く「もう少しスピードをあげよう」と言われることもあります。

そのことで「なんで自分は出来ないのだろう、頑張っているのになんでスピードが上がらないのだろう、やはり私には無理なのだろうか？」と自分を追い込み涙することもありますが、職場ではいのちの森水輪のように自分の直したほうが良いところや、こうしたらもっと良かったんじゃないかなど、客観的に見てアドバイスして下さる人はいません。どうしても一度で覚えられないことは何度か聞いたりしますが、基本的に社会では「誰かから」ではなく「自分で」覚えてゆかなければなりません。社会の知識もある程度は分かっているといけない、後から「こん

「た「誘惑の世界」それが私の今いる世界であると。確かに好きなものが手に入ったり、食べたいものを食べたり、それが嬉しいと感じることも多々ある。けれど、それに溺れてばかりいると本当の幸せなこと、大事なものが、それが分からなくなってしまう、全てが当たり前のようにあるものと思ってしまう。それは本当に恐ろしいこと。物ばかり頼り、それで溢れてしまうと、それがあつことで自分は満たされている、物があるから自分は大丈夫と、物に執着し「心」を物に持ってゆかれてしまう。

そうになると、いざ物が無くなり手に入らなくなるとひどくショックを受けて「これが無いと、あれが無いと私は生きてゆけない」そう思ってしまう。気づいた時はもう遅い。本当に大切なものは何なのか分からなくなる。それが今後の自分の人生にどれほど大きく関わって来るのか、考えるだけでも恐ろしいことです。「物に執着しては



床を磨くことで、丹田を鍛え、集中力と気力を養います

いけない」みどり先生がよく私たちに言うことです。私は本当に大切なもの、大事なものを離れて初めてその大切さに気づきました。家族のことも、普段私たちが当たり前のように食べたり飲んだりしているもの、それほどのように生産されてゆくのか、命の在り方や大切さ、人は何かの命によって支えられ生きているということ、そんなことも物に溺れてしまうと分からなくなる。何が大切か、いつも自分の心を磨いている人しか見えてこない大切なものがあるので。ましてや農業は、農家に生まれた人や農業の道に行きたいと思う人じゃないと触れる機会はありません。お野菜を育てる心や自分が育てたからこそお野菜のいのちを大切に扱うなどのことはめったにありません。人は自然から離れると心を失って物(金)にしか興味のない人間になっていってしまう恐ろしさがあります。

例えば、お野菜はスーパーへ買いに行きますが、いのちの森水輪では、野菜は畑で自分たちで種を蒔いて、自分たちの手で育て、実った野菜を収穫して初めて手に入る事が出来ます。一見当たり前のように思えますが違います。私達はスーパーに行けば当たり

前のように人参があると思つていますが、いのちの森水輪では自分たちで育てなければ、野菜は収穫することが出来ないのです。野菜は、誰かの手が加わらないと手に入る事が出来ないもの、当たり前のようにあるわけではないと言ったことが実感できます。

簡単に手に入ったときと、苦労して手に入れたものとは、喜びも大きく違ってくると思っています。ましてや、自然農法で無農薬、こんなに身近で、安心、安全なお野菜のいのちを頂くことが出来るのは幸せなことだと思います。

いのちの森水輪は、こうして何かを育てることで「命」の大切さ、在り方、生き方、素晴らしさを学んでゆくことが出来るのです。

だから「今」という一瞬一瞬を、一日一日を大切に生きて行かなければもったいないことです。

しかし私のように、どうしても外の世界に憧れ、そっちの方ばかり意識がいつていると、目の前のこともおろそかになり、せっかく自分が学べて成長できるチャンスも逃してしまいます。みんなには、自分のように失敗してほしくありません。社会で壁にぶつかっても、その壁を乗り越えてゆける力をつけていってほしいです。

私が今、食前に食事の偈(しょくじ)のげ・いのちの森水輪の食事の前の祈り)を家に戻って続けているのは、いのちの森水輪で学んだ「心」を忘れない様にするためです。

いのちの森水輪を卒業して

先日卒業後にボランティアでいのちの森水輪に行かせて頂き、また新たなことを学ばせて頂きました。今はもう卒業した私が、母屋に何事も無いように入って行ったとき、陵太郎さんが「倉持さんは、今はもう外部の人なのだから、みどり先生に一言、なんでここに来たのか何でここに居させて頂くのか、ここに居させてもらえるありがたさというものを感謝して、感謝の思いを持って言わなくてはならない」と指摘を受けました。こんな一般的な礼儀も知らなかった私に、陵太郎さんは丁寧に教えてくれて、私が泣いて混乱していた時も話を聞いてくださり、アドバイスして下さいました。

みどり先生もそうです。ただ、もしこれが社会なら「変な子」と思われて話も何もしてくれないと思います。いのちの森水輪では決して「変な子」などとは思わず、ひとりの人間の中にあるダイヤモンドを信じて、磨いて育ててい



卒業後も家族の協力のもと、学びは続いていきます