



桜沢如一のコトバに学ぶ

第二回 「ミクロビオティックを超えて」

寺子屋TAO塾代表 波多野 毅



「食養は食事の規則を教えるもの
だと思っている人がいます。大
きな間違いです。食養は金ピラや、
大根や人参やコブや半つき米を食
べることだと思っている人があり
ます。馬鹿ですな。食養は砂糖や
菓子や果物を食べないことだと思
っている人があります。ボンヤリ
ですな。食養とは、何を食っても
「好きなものはかり食って」決して
病気になるはず、毎日毎日を力強く、
「何の心配もなく、楽しく暮らしな
がら、何かしら残る仕事を仕上げ
ることなのです。それは神を知る
ことであり、神を生かすことであ
り、神に生かされることであり、神に
かえることであり、神を不断に念
うことであり、慈母を慕う幼な子
のように、人自然、絶対無類、を
賛嘆することなのです。」

(食養人生読本)

◆ ◆ ◆
私が、鍼灸学校の学生だった八
九年、知人に薦められて初めて読
んだ桜沢如一の本が「食養人生読
本」だった。正直、新興宗教的ア
ジテームを感じ、「アケ」のある商
気の強さに辟易した記憶がある。
しかし、あれから二十年、彼の魂
の乗ったコトバの言葉は私を
鼓舞する「マジ」ある文章へと変
わった。ミクラ取りがミイラにな
ってしまったのだろうか？

否、桜沢はどこまでも「ノンク
レド」信じるな」とも言う。彼は、
外在する固定的教義に盲信するの
ではなく、実践を重ねると、時に大
胆しベソをかきながら自身をもち
て感嘆していく「己こそ」のよる
べ」の道を行く。



「食養人生読本」日本C協会
¥1,385(税別)
●日本C協会取扱いあり

●PROFILE
はたのたけし
寺子屋TAO塾代表・食育エコロジスト。1982年、熊本県阿蘇郡小国町生まれ。法政大学社会学部卒業後、信州諏訪の学習塾にて渡田俊夫氏の下でKJ法などを研修。祖母の死がきっかけで東洋医学・ホリスティック医学に興味を持ち、東洋鍼灸専門学校にて鍼灸指圧の資格を取得。その間、日本C協会、大阪正食協会にてマクロビオティックを学び、83~94年アメリカのKushi Instituteにてスタッフとして働く。帰国後、故郷小国町に「TAO塾」を創設。寺子屋塾の仕事の傍ら、時に紙、時にペンを持つ生活。教育・健康・環境に関する様々なプロジェクトを推進しながら、国内外の研修生を数多く受け入れている。その活動は計画一書「カルチャークリエイティブ 新しい世界を作る52人（ソフト新書）やNHK金曜リポ・TBSHAS特集などで紹介された。現在、NPO法人パーマカルチャーネットワーク九州理事、熊本県地球温暖化防止活動推進センター理事。著書に「医食農同業の論理—ひとつづらなりのいのち」(東方新報)などがある。モットーは「調音ひをせんとや生まれけむ」