Tたのしく　Aあかるく　Oおもしろく　∞　Tたるをしる　Aありがとう　Oおかげさま

ＴＡＯ通信　2009年　立秋号

編集・発行　波多野毅　2009 年８月７日発行　　通刊　第 43 号

TEL&FAX 0967(46)3913　IP 電話⇒050(3326)9695　ｽｶｲﾌﾟｱｶｳﾝﾄ taocomm

３分間でＴＡＯがわかる！ＴＡＯ紹介ビデオ http://www.earth-design.jp/taocomm.html

ＴＡＯの新しいホームページ　http://www.taocomm.net/　英語版　http://www.taocomm.net/index_e.html

E-mail wildoats@bronze.ocn.ne.jp　携帯 wildoats@ezweb.ne.jp　〒869-2501 熊本県阿蘇郡小国町宮原 908-4

この紙は国内回収新聞古紙 100%のリサイクルペーパーです。

Towards	１　独立自由人	**Be independent and free.**
enjoying	２　知的野生人	**Be intellectual yet down-to-earth.**
21st century	３　草根世界人	**Be international yet act locally.**

「三人のジョン」　　波多野毅

最近、マクロビオティックの講演をさせてもらう機会が増えてきた。講演の中で私は時々「三人のジョン」を紹介する、一人目は、ジョンケージ。あの有名な４分 33 秒の間一音も発しない「無音の音楽」などで知られる前衛的音楽家。私は在米中、ケージにマクロビオティックを指導した久司道夫氏（ボストン）、鍼灸指圧治療をしたシズコヤマモト氏（ニューヨーク）、そして書道を教えた僧侶田中成明氏（メイン州）の三人の日本人にインタビューをする機会を得た。ジョン・レノン夫妻の勧めでマクロを始めたケージだったが、食事を変えて一週間でアスピリンが不要になり、それまでの 15 年間毎日１２錠も飲んでいた薬がいらなくなったという。

ジョン・レノンは、1968 年「マクロビオティックに関する短いエッセイ」と題したイラストと文を「ハーモニー」という自然食雑誌に書いた。ジョンとヨーコが玄米食を十日間実践した後、ひきしまった身体になり空高く飛翔していくという内容。76 年には、私が学んだ Kusi Institute の一週間セミナーを受講したが、ファンやマスコミが騒ぎ始めたせいで二日しか滞在できなかったという。

大ヒット曲「カントリーロード」で知られるジョン・デンバーも、マクロビオティックを愛した。食事を変えたことで、身体がスリムになり、より一層ピュアな声が出るようになったと喜んだそうだ。

東洋そして日本の英知のマクロビオティックの素晴らしさをいち早く察知したのは感性の高い彼らアーチストたちだった。今秋、三人のジョンにマクロビオティックを教え、世界に広めた恩師・久司道夫氏が来日する。福岡での講演、是非とも多くの人に聞いて頂きたい。（ﾁｹｯﾄを TAO で販売中）

《ＴＡＯ塾　in 東京/日本ＣＩ協会　波多野毅の連続講座》
第一回 11 月 22 日「医食農同源とマクロ」第二回 12 月 13 日「複眼思考とマクロ」
第三回１月 31 日「懐かしい未来とマクロ」第四回２月 14 日「詩と音楽とマクロ」
第五回３月 14 日「食エコロジーとマクロ」第六回４月 11 日「東洋医学の哲学とマクロ」

《今季の講演・講座日程》
８月 22 日菊池養生園（菊池）、９月５日ＴＡＯ塾（小国）、８日国東商工会(国東)、12 日肥後木材（熊本）、14 日竹田市食生活推進委（ＴＡＯ）19 日MQ大学（鳥栖）、20 日藤岡医院（御船）、20 日ベータ企画（東京）、22 日 KIJ（小淵沢）、10 月２５日ポタジェララ（小田原）、11 月２日木魂館（小国）、７日肥後木材（熊本市）、14 日ＴＡＯ農場（小国町）、22 日日本ＣＩ協会(東京)

◎8 月　TAO女神講座最終章 「自然な出産」

三月から六回シリーズで開催したＴＡＯ女神講座いよいよ最終章を迎えます。今回は、自然な出産を手がける開業助産師･村上恵理さんの講演です。**人数に限りあり要予約！**

日時：８月 29 日(土)　13 時受付開始　13 時半～15 時半　場所：寺子屋ＴＡＯ塾
テーマ：「宇宙とつながる自然な出産」参加費：千円（ﾏｸﾛﾋﾞｵﾃｨｯｸｽｳｨｰﾂ付）

◎9月　満月食事会と月光浴

心、体、地球を浄化する食と月光浴を楽しみます。ゲスト：山口怜子さん（ｷﾙﾄ作家）、セバスチャン宮崎氏（医師）、戸練ミナさん（重ね煮料理）、村上恵理さん（助産師）

日時：９月５日(土) 18 時～会食＆月光浴　場所：ＴＡＯ塾　参加費：三千円（要予約）

◎10 月　中島デコ夫妻のお料理教室＆講演

四月の女神講座で好評を博したマクロビオティック料理研究家の中島デコさんが、再び今秋来塾します。今回は、目にも舌にも細胞にも美味しいお料理の秘訣を伝授するお料理教室に加えて、デコさんのパートナーでフォトジャーナリストのエバレット・ブラウン氏によるスライド写真ショーと夫婦での講演も企画しています。

日時：10 月 31 日（土）９時～12 時　お料理教室　13 時～15 時　講演会
場所：熊本市平山町 2986-11　肥後木材（株）会議室　※国体道路パークドーム横
参加費：お料理教室　6000 円　講演会　3000 円　ランチのみ 2000 円
申込締切：10 月 25 日迄にＴＡＯ塾 090(1978)3386 へ（先着順定員なり次第締切）

中島デコ（なかじま・でこ）さん　プロフィール

料理研究家。16 歳でマクロビオティックに出会い、25 歳から本格的に学び始める。二度の結婚で２男３女の母となり、99 年フォトジャーナリストの夫、エ バレット・ブラウン氏とともに千葉県・外房に移住。その地を「ブラウンズフィールド」と名づける。田園を望む「ライステラスカフェ」や古民家スペースでは イベントも開催。料理本やエッセイなど著書多数。

エバレット・ブラウン氏　プロフィール

東京を拠点に活動する報道写真家。その作品は、「Time」「Newsweek」「The New York Times」「The Times」等の国内外のメディアにおいて見ることができる。ドイツの GEO 誌で「ピクチャー・オブ・ザ・イヤー」に選ばれた他、世界的な写真展「M.I.L.K.（Moments of Intimacy, Laughter, and Kinship）」で入選するなど高い評価を得ている。

◎11月1日(日曜) TAO創立 15 周年記念祭

詳細は、ＴＡＯのＨＰにてお知らせします。ＴＡＯ塾で検索するとトップに出ます！