

# 充実した人生を送るために

後輩に伝えたいこと

【第57回】



NPO法人ガイア・イニシアティブ代表

野中ともよ

## 自分を信じて好きに生きる

「『ぶどう』はお好きですか?」と問われたら「もちろんです。重ためで、ややあつみのある」「えつ、フルコン系ですか?」「じえいえフルボディ。もちろん赤です」「ん?」。じめんなさい。決してふざけている訳ではありません。「ぶどう」と聞けば「葡萄」が第一義に想起されてしまう野中の頭の辞書。「武道」の嗜みもない門外漢であります。

「こんな私でもよろしいのですか?」の問いに、編集部の方は優しく「武道の思い出など、少しでもあればぜひ」と。お役に立てますかどうか。じ笑読ぐだされば幸いです。

## プロフィール

野中ともよ（のなか・ともよ）

NHK、テレビ東京等で数々の番組メインキャスターを務める。その後、日興フィナンシャル・インテリジェンス、住友商事、ニッポン放送、アサヒビール、三洋電機などで企業役員を務める。また、財政制度審議会（財務省）、中央教育審議会（文部科学省）、法制審議会（法務省）、科学技術学術審議会（文部科学省）など政府審議会委員歴任。現在は、2007年8月に立ちあげたNPO法人ガイア・イニシアティブ代表として地球環境・エネルギー問題と地域活性化に取り組む。ほかに公益財團法人日本生産性本部日本経営品質賞委員会委員、「Club o Rome」（ローマクラブ）正会員、中部大学客員教授、至学館大学客員教授。2018年度アカデミア賞社会部門受賞。



創心館空手塾に参加する筆者。「気」をかけられると身体は強くなり、80°の宇城憲治塾長が乗っても痛みも感じない。また、左手一つで相手を倒すことができる

### 激変の中生き抜くすべ

コロナ禍にあって、世の中のこれまでの「あたりまえ」が、音を立てて姿形を変えしていく。ICT技術の発展とも合わせて、世界は今、激変激流の真っ只中にある。この認識を、まず、忘れてはならない。

だから、後輩にはただ一言。

「自分を信じて、好きにおやりなさい」

過去の成功体験やアドバイスなどはかえつて邪魔になるほどに、異種であり異次元へのベクトルを伴つて進んでいる。

そう、「充実」の中身だつて、全く違つていく。国民の9割以上が自身を「中流」と認識し「二戸建てとマイカー」の次は、目指せ「ベンツ、別荘、クルーザー」。海外旅行はあたりまえと、ひたすら「働きバチ」で「ウサギ小屋」でも、なんのその。

そんな「昭和な充実感」は、もはや、突進してきた団塊世代からも「断捨離」されつつある。単にモノがあふれたから、とか、資源の有限性に気付いたから、を超えて、ようやくヒトはモノでは「しあわせ」になれないこと。私たちが生きている「いのち」の根元に立ち返ることこそが「しあわ

いは、平成の実業界でさまざまな企業經營にあたつていた頃ならば、イノベーティブであれ、とか、出過ぎた杭になれ、等々。それなりの社会の変化を泳ぐすべを伝え繋がることができたようにも思う。

だが、今起きている激変のスピードは、過言ではない。

とりわけ政治も経済も、すべからく、アメリカ的（あえて表現すれば、一神教的倫理観に伴う、西洋風味）価値軸を「優性」にし、自らの東洋的（やおよろづ的じねん観など）文化は「劣性」DNAと捉えてきた日本社会では、大逆転が始まっている。ある意味、大チャンスの時代でもあると思つてはいる。

「せ」の基本のキ、であることに気が付き始めたのだと思う。

コロナは、20世紀の地球、つまり国際社会をリードしてきた「あたりまえの価値軸」を総崩壊し始めている、と言つても

「コロナは、20世紀の地球、つまり国際社会をリードしてきた「あたりまえの価値軸」を総崩壊し始めている、と言つても過言ではない。

### 西洋的なモノサシから 東洋的物差しへ

それは同時に、「おかね」の目盛りから「いのち」の目盛りへと、ものごとを測る際の物差しを、作り直す時代の到来でもある。それは「ヒトは何故生きていくのか」という根元的なレベルの問い合わせを含めてのシフトもある。

だから、これからの方者たちには、まず「元気に、生きのびてほしい」と願う。

「健康なからだ」「健康なこころ」を、とにかく、自分自身の中に見いだし、創り上げること。それだけでいい。それさえあれば、どんな変化が来ようが大丈夫。己の力で変化を創り、牽引<sup>けんいん</sup>することだって可能になる。

そう、ここで「ぶどう」が、しつかり私の中で「武道」に漢字変換されていく。

私が初めて「道着」というごわごわした布に袖を通したのは、はるか昔、アメリカにいた大学院時代。憧れてはいたけれど、機会がなかつた「武道」へのドアが、「インターナショナル・デイ」という学園祭イベントで、突然開く。日本人の合気道と空手師範の「この指とまれ」に応募。締めるのは黒帯。「エイ！」と、俄習得<sup>にわか</sup>の型を私がければ、相方は正真正銘の黒帯陣がつける、白帯軍団。次から次へと、見事にやらせてくださいました。そう、やらせ丸出しの見世物、真似事出来レース。淑やかだけど、ホントは大和撫子<sup>なでしこ</sup>は強いのよ、とい

う日本文化の紹介の、パフォーマンス出場だった。

でも、短い特訓期間に教えられた「型」の理由や考え方、呼吸や姿勢。全てが新鮮で、「アメリカン」の輪郭にはめていた日常生活の心と身体に、ピシリと脊椎が戻るような感覚をおぼえたことは、今も忘れない。

次に道着を着たのは、1986年アジア競技大会のNHK中継のためにソウルで暮らし、現地から毎日お伝えした時である。

「初めて公開競技になつたテコンドーって何？」のリポートをすることに。当然、何でも自身でやらなければ気が済まない体质である。防具をつけて、プロのコーチを相手に組み手を模しながら、解説を伝えた。

「ラグビーからのアメフト化？」。何とな

く、そんなくすぐったさを感じた記憶がある。何も被らずはめず、素手で向き合

う「空手」の方がホンモノの風格だな、な

んて思つたり。生意氣はさておいて、今まで

は、そのテコンドーは200カ国以上に7千万人以上の競技人口を抱え、五輪正式種目に



ソウルで開催されたアジア競技大会開会式  
(1986年9月20日) を中継する筆者

時は流れ、数年前に、ついに記憶の彼方にあつた「武道」の真髓とも呼ぶべき、「戦わずして勝つ」。つまり、表層的な「技磨き」とは次元の異なる世界を実践して説く、宇城憲治師匠との出会いをいただくことになる。

「私たち人間は、生きているのではなく、調和の中にこそ真の、力が宿るのだから」。日頃、男性社会と格闘する後輩の女性たちを励ます時のフレーズを、道場で聞いた。黒帯軍団相手に、勝ち負けなど遙かに超越した、宇城空手を説く師匠の言葉である。衝撃だった。この出会いには、感謝をしてしまいかない。以来、私は、密かに宇城憲治なる人物は、本当は宇宙人ではないか、と疑うことになるのだが、その技は、技にしてワザにあらず。敢えて言えば、宇宙にある、私たちを取り巻く目には見えない「重

敵味方を超え、互いに等しい「いのち」の根元におもいを寄せ、己を開く。謙虚さと寛容が基の「身体脳」とも呼ぶ無意識の所作を、鍛錬する。欲得を廃し己を律した

## 『すべての人気に満ちてい』<sup>(※1)</sup>

<sup>(※1)</sup>

力」や「引力」を自在にする術、とでも言えようか。

魚たちが、水の中に包まれていてこそ生きていられるように、私たちヒトも、実は

「細胞レベル」では知っているが、「頭脳」や「意識」ではbrookして大きなエネルギーに包まれ守られている、と説き、実践して見せる。それは、利己では効かず「他尊自信」、己を律し、誰かを守るため、その時に、自身に備わっている力が溶け合って最大化する。それを「気」の力と言う。

意識がある時はヒヨイと抱えられるのに、寝入つてしまつた幼児を抱っこする時、体重は同じなのに大変な、あの重さ。この不思議こそ、無になることで獲得する宇宙のエネルギーとの融合。すなわち「氣」の中に入り、そのものとなることである。

さて、浮沈好調、運不運。今は、コロナ。ワクチン狂想曲が都市伝説含めて、喧しいが、ここでもはつきり断言できるのは、古からの「武道」に流れる真の「魂」は、ワクチンに勝る「いのちの本懐」に力を与えてくれるものではないか、と、私は思っているのだが。

者にのみ宇宙のエネルギーと繋がる「気」を自在にする、この術が降りてくる、と説く。

ワクチンに勝る「いのち」への力?

百聞は一見に如かず、という方はぜひ下記のサイト<sup>(※2)</sup>をご覧ください。

(※1) 宇城憲治著『すべての人に気は満ちている』(どう出版)  
(※2) 宇城憲治オフィシャルサイト  
(https://www.uk-j.jp.com/)