

# けやき



複雑さを極める現在の社会環境で、健やかに生きるためのヒントを与えてくれます。氣功・呼吸法・一日本断食とまず実践できることから体験してみませんか？月一回銀座にて理論と実践の講演会を開催しています。

## P. 01

[ニュース]

27年11月3日

### 宮島の大聖院でコンサート決定！！

## P. 01~02

CDこもりうた発売に至った想いとは？  
会員の皆さんからの感想

## P. 02~03

弘法大師降誕会に参加しました

## P. 03

ラジオ放送のご報告  
活動報告

## P. 04

講演のお知らせ

## P. 04

健康法  
活動報告  
講演のご案内

発行日：平成27年8月

発行者：心健導場主宰 天明

住所：〒169-0074

新宿区北新宿3-33-3 ハイツ木村101

FAX:03-3334-2527

わせ-かい-ばあば  
天明

27年11月3日「文化の日」世界遺産安芸の宮島

### 宮島の大聖院でコンサート決定！！

コンサートの予定

帯広、札幌、南木曾ホテル木曾路、高松、沖縄石垣島、宮古島、西表島、熊本市、お近くのかたはおでかけください。

「生」はスゴクいいですよ！



<大聖院とは？> 引用：大聖院 HP より

宮島にある寺院の中で最も歴史が古いのが、真言宗御室派（総本山仁和寺）の大本山大聖院です。

空海が宮島に渡り、弥山の上で修行をして開基したのが806年といえますから、歴史の重みを感じない訳にはいきません。

皇室との関係も深く、古くは鳥羽天皇勅命の祈願道場として、近くは明治天皇行幸の際の宿泊先になるなど、格式の高いお寺といえます。

## CD「こもりうた」好評

おせっかいばあばという名前でデビューした理由

周りの大人が子どもは皆で育てると言う  
気持ちで見守らなければ

いたましい事件が続くなか  
どうしても命の大切さを伝えたい



手紙・お電話  
振込用紙にメモで  
沢山の反響を  
いただきました。

こもりうた  
天明

座主 CDすごくよ  
かったですよ。

Hさん いつもありがとう、大変かわいい声で 良くねむれました。

Iさん ありがとうございます。おちつきます。ピアノがすばらしい ピアニストはどなたですか？感謝！！

Mさん いいです。東京にいきたくなかったいっしょに働きたい。

Iさん よかった 歌よりかたりがなつかしい。しばらく  
会っていないので

うたよりかたりがなつかしい 口調を聞くと、導場でこう  
いわれたな〜と思います。

Tさん ありがとうございます。子供と聞いている。

Tさん 人種のことひびいた。今後のライブのことなど何  
か考えていますか？

Tさん お美しいお声ですね。若々しいお声は子供達の幼  
稚園時代と同じです。子守歌、さいたさいたなど二才の孫  
娘にうたっております。この子守歌が大好きですくお昼寝  
します。ありがとうございます。

Yさん 心なごやかにひ  
びきわたる。

Mさん

気持ちがらくなった。

Tさん いやされる。

きもちなごむ。

ピアノがよい。声がよい。

Yさん 心がいやされ安ら  
ぎます。くり返し聞いて  
おります。

お電話にて

Mさん

<泣きながら電話頂く>気持ちがらくなりました。

Tさん

<泣きながら電話頂く>これはいい本当に  
心にしみる。

ケーブルテレビ 町長・課長に紹介したいのでCDを4枚  
送ってほしい。

Tさん なけてなくていいですね。これは

Kさん 語りがいい・これはいい。

Sさん 生きていることはありがたい事だと再認識した。

Sさん なかなかいいね どれもみんないい。 参考に  
なった。

Mさん いいです。高音にのびがある。私も熊本の地で頑  
張りたいとおもいます。

Kさん 聴いて元気もらいました。いいですね。もう少し  
長生きできそうです。

Kさん 頭がおちつく 眠るときお母さんにつつまれる。  
むしゃくしゃがおちつく。

Hさん 母もいい歌とっています。K君学校から帰ると  
きいています。

Yさん ばあばの声は可愛い声で心や脳をやわらげます。

Dさん (8才) よくねむれた。行きたくない学校に気持ち  
よく行けた。 —このDさんは8才で大学程度の学力がある天才児です。

Bさん すてきなCD何度も聴かせていただいています。  
安心感と勇気が同時に湧いてまた頑張ろうと心から思える  
ようになりました。ぜひ生のお声でのお歌も聴かせていた  
だきたいです。



—振込用紙にコメントを沢山いただきました。

Kさん 前略ご免下さい。いろいろありがとうございました。  
知人にCDを今日送付します。拝聴しました・・・胸  
にしみる感じを受けましたね。ありがとうございました。

Kさん CD発売おめでとうございます。前作から何年が  
経つでしょうか。まるで別人？みたいになつてしまっ  
た歌唱でびっくりしました。探求の成果がありました  
ね。こう・・・力強さと、人の心に浸透するような説得力をも  
った歌声ですね。何にしてもお元気が伝わって嬉しかった  
です。今後ともよろしくお願ひします。

Kさん CDを早速拝聴させていただきました。先生の澄  
んだお声の歌声に乗せられ説法をおとき下さり、気づきを  
頂きました。この素晴らしい内容のCDを大切な方にお手  
渡しさせて頂きたく思っております。十枚お送り下さいませ。

Kさん 毎日車できている。いやされている

Kさん 説得力があつていいんじゃないの よかったよ

Kさん いつもありがとう。大変かわいい声で良くねむれ  
ました。

Kさん ありがとうございます。おちつきますピアノが素  
晴らしい



27年 6/15 AM11:00 ~ 12:00 「弘法大師降誕会」の体験談

当日に、吉田座主より「天明さん 11:00 にここにいらして下さい。」とだけいわれ社務所の前に何うと「二番目に並んで昇殿では左側に座して下さい。」何が起きるのかさっぱりわからない。左右に 150 余名の信者さんの合掌をいただきながら多喜山水精寺に向かう中央に座主、左のりっぱな座布団に座す。1 時間の声明が終わり座主のお説教を頂き、大師立像に「あまちゃ」をかけて降誕会が終了した。

翌日、座主に電話して貴重な体験をさせていただきありがとうございました。とお礼を申し上げて失礼な事はありませんでしたか何うと「いえ大丈夫でしたよ。」とおっしゃいましたので安心いたしました。

## ラジオ放送されました —おせっかいばあば

ラジオ日本 スタジオで録音しました。

自分が話しながら、感極まって涙と鼻水ズルズルで翌日取り直しとなりました。ディレクターいわく、プロは泣いても、スタジオを出ると笑っているとの事。翌日 1ヶ所取り直しが、音程が違う！といわれ、昨日と同じ声で話しているのに、ダメ、2 回目は一言前から流すからあわせるように、

といわれて OK でした。プロは何日後でも 1 回でピタッとあうとのこと—やはりプロはスゴイ！！。(8 月 14 日・リクエスト多数で再放送されました)

FM やまとでは、感情をおさえて、やれましたがとちったところは、やり直せるとおもったので、パニックにならずにすませました。ところが、生ですよ、えっ！！やり直し無し！？。でした。2 局終わって、病みつきになりそうです。いい体験ができました。

## 戦後 70 年をふり返って 操法仲間

先日、天明先生のお宅で、私がけやき新春号の土石写真を拝見した事から、戦時中空襲を受けた時の話をしはじめると先生のご操法の手が止まりました。次のけやきに私の話を書こうとメモを取り始められたのです。今まで長い間先生にはお世話になって居りますが、こんな古い話はしたことありませんでした。先生はこの様な話は体験した本人が書くのが一番なのよとおっしゃられたので、初めて筆を執った次第です。

—忘れもしない出来事

70 年前の事です。昭和 20 年 5 月 24 日 (1945) 東京の城南地区に焼夷弾の雨が降りそそぎました。その夜は父が遇々会社の宿直。母と幼かった弟妹達 3 人は鎌倉に疎開。兄は海軍に征って皆留守。当時女学校 4 年だった私と、10 年以上も働いてくれているねえやさんと 2 人きりでした。

洗足池の近くの家でしたが、爆音がすごかったので、私は玄関を出て防火用水の脇に立ち空を見上げて居りました。

—危機一髪

すると赤松小学校の方から東京工大の方へ向う B 29 がはっきり見え、その瞬間「ヒュー」という音と共に私の左腕すれすれに焼夷弾が落ちたのです。幸い分厚いコンクリート製の用水の中で「どかん！」と破裂したので、炎の水が足元に流れてきました。もし水の中でなければ、どんな風に炸裂したか分かりませんが、恐らく大火傷していたか、命を落としていたかもしれません。それからお風呂場で防空ずきんの上から何杯も水をかぶり、バケツで火を消していたのですが、小学校に駐留していた海軍士官の方が見廻りにきて、早く避難しなさいと言って下さり、2 人で小学校の線路沿いの原っぱで夜が明けるのを待ちました。

—大聖院 HP にも天明写っています。



明け方、家に戻ってみれば、二階ごと全部焼け落ちお風呂場では石炭がぼんぼん真っ赤に燃えていました。本箱にぎっしり並んでいた全集の本は一部びしっと灰が立っていたのですが手で触れると、はらりと崩れました。二階にあったお雛様がしまってた戸棚も一階に落ち、きれいな白い顔が地面に転がっているのを見て、可哀想で初めて涙が出てきました。

—それから

奥沢の知人や本郷から祖父が駆け付けてくれたりしましたが、ひとまず奥沢に行き、それから父と鎌倉に向かいました。数日後学校に報告にいかねばらばと思ひ、横須賀線に乗った日、今度は機銃掃射を保土ヶ谷の川の辺りで受けました。暫く電車は止まってしまい、横浜に到着した時、血だらけの水兵さんが担架で運ばれてゆく姿を目撃し、戦争が身近に迫っている事を実感したのを覚えています。やっと旗の台

の学校に着いて校門からきれいな築山の坂を上れば見えるはずの瀟洒な本館は無くなっていました。また当時学徒動員で、軍服のボタン着けや肩章のかがり等学校工場になっていたお教室も全くない焼け野原になっていました。先生がお一人いらっしゃって、学校も同じ日に全焼したとの事。下級生が直撃を受けて亡くなった事。連絡あるまで自宅待機といわれましたが、あまりの出来事にどう帰ったか全然覚えておりません。次に焼け跡に行った時、焼夷弾が何個落ちたか報告する様に云われ、探してみると100坪程の敷地に棒状の「から」が13本も出てきました。手作りの簡単な防空壕には狭い座席に何と2本も突き刺さっておりました。もし父が在宅していたらきっと中に避難して直撃を受けたかもしれません。

後になってこの間一発の危機をまぬがれた事、本当に不思議で何故か見えない「力」で生かされていたのだとつくづく感謝の気持ちでいっぱいになりました。又、我が家の裏に原っぱに焼夷弾が入っていた。大きな筒状の残骸が転がっていたのですが、今まで私一人の記憶では、18本位が2段重なっていたと思いましたが、今回記録するに当たり「東京大空襲・戦災資料センター」があることを知り、早速問い合わせしてみましたら、ご親切にも直ぐ資料のコピーを送って下さいました。19本づつ計38発も詰まっていたという図解を初めて目に致しました。8月15日に終戦。まだ国内に居た兄も無事帰ることが出来、家族揃っての生活を喜び合いました。学校も秋にやっと再開の運びとなり九品仏、浄真寺境内の建物を仮校舎

として借りる事になりました。畳敷の二階建の大広間で、本堂からはボクボク木魚が響き、同じ境内からは讚美歌が流れるという珍しい光景でした。長い机に4人づつ寺子屋のように座って徐々に普通の事業が出来る様になったのです。戦後の不自由さは多々ありましたが。友達同士本当に楽しく、平和の有難さを身に染みて過ごしました。今年は戦後70年の節目という事で、新聞・テレビで特集記事が多く、私も初めて知る事実が沢山あって、当時いかに情報不足であったかと驚いてばかりです。我が家も一夜にして何もかも失ってしまいました。この遭遇した体験を通して、平和の尊さ、戦争の虚しさ、無惨さを痛感し、「二度と戦争をしてはいけない!!」という思いを強く強く感じて居ります。

## 健康法

[外傷・虫さされに]

ブヨなど虫に刺されたら、塩をつける。打ち身も外傷、出血も傷薬として塩が有効です。軽いやけども塩をつけると火ぶくれになりません。

[夏バテ対策]

毎日、梅干しを1~2個。胡麻・シソ塩をふりかけに使い、味噌汁を飲みましょう。梅醤番茶(番茶に梅と醤油を入れたもの)を飲んだり

子供の脱水症状は塩(水一リットルに塩三十五グラム、砂糖四十グラム)を入れて飲ませましょう。



## 講演の告知

第425回 10月8日(木)  
第426回 11月12日(木)  
第427回 12月10日(木)

第1部 座禅と第2部の講演にわかれて  
います。1部無料 2部3000円  
時間:17:30~20:00  
会場:柏木地域センター

新宿区北新宿2丁目3番7号  
アクセス:東京メトロ丸ノ内線 西新宿  
駅徒歩10分 JR大久保駅北口徒  
歩15分 など

## 活動の報告

### 2014年12月

2 仁之君と導場から新宿大ガード  
までマラソン  
6 天明講演 宙にて  
8 ボイストレーニング  
11 呼吸、座禅の会 四ツ谷  
14 全国木工展、青山スクエアへ  
15 ホテル守田へ  
17 ボイス  
19 小笠原礼法  
21 野口先生生徒発表会  
23 暮の挨拶に松村一家来導  
25 勇志国際高等学校へ  
26 瞑想に入る ボイス

28 瞑想終了  
30 事務所移転  
**操法** 3日 5日 6日 7日 9  
日 10日 12日 13日 14  
日 18日 19日 20日 22日  
23日  
**出張操法** 10日 **遠隔操法** 27日  
カウンセリング 5日 9日  
**おくやみ申し上げます**  
24 中條高德 31 杉浦憲幸  
31 松浦章

### 2015年1月

1 天祖神社へ  
2 新年挨拶松浦様宅へ  
3 ギンザ足つぼ  
5 杉並区役所 柏木出張所へ  
8 新年会 神田明神あけびの実  
9 座禅呼吸の会  
10 杉浦憲幸 通夜  
12 パソコン  
14 齊藤社長に新潟の安保先生紹介  
16 原田アキさんのラジオ生出演  
17 イオンクリーム新年会へ  
18 携帯電話風呂のデータ全滅  
19 ギンザ足つぼ 野口先生打合せ

20 ボイス  
23 志学塾の新年会へ  
28 佐々木先生へ木村氏と  
29 松浦先生へ木村氏と  
**操法** 9日 12日 24日 25日  
31日  
**遠隔操法** 7日 23日  
**カウンセリング** 22日 31日  
**おくやみ申し上げます** 30日 勝野  
英一

## 2015年2月

1 小笠原新春交交賀会  
ボイス  
3 パソコン  
4 ギンザ足つぼ  
ボイス  
6 座禅呼吸の会  
2月 天明講演会 宙  
8 CDレコーディング  
10 松永氏と吉祥寺CDの件  
11 靖国神社参集殿 参拝  
13 つつじヶ丘へCD打ち合わせ  
15 ミヤティック社長来導新年挨拶  
16 パソコン ギンザ足つぼ  
野口先生CD打ち合わせ  
18 奥村先生  
19 青木塾へ  
21 南木曾講演 特老ボランティア  
(神戸の杜)  
22 恵那講演  
23 昼神温泉にS氏より接待  
神谷氏へ キャリアコンサルティング  
25 事務所水もれ  
**操法** 12日 14日 15日 17  
日 20日 **遠隔操法** 28日  
**カウンセリング** 16日 17日  
24日 28日

## 2015年3月

5 縄文総会へ  
6 ギンザ 足つぼ  
7 3月天明講演 宙  
9 ボイス

11 名古屋竹田耳鼻咽喉科にて手術  
12 神谷氏野口先生 第一ホテル  
13 座禅呼吸会  
17 ボイス 小笠原礼法  
18 CD発売  
20 ギンザ足つぼ  
23 志学塾セミナー講演  
27 みかづき会新事務局長と旧事務  
局長ひきつぎの御挨拶で来導  
28 新事務所と桜花見会  
30 おせっかいばあば申請する  
**操法** 1日 7日 8日 10日  
12日14日 15日 19日 27  
日  
**カウンセリング** 18日

## 2015年4月

2~7 中国南京献木ツアーへ  
10 座禅呼吸会・天明講演会 柏木  
地域センター  
13 静岡村上園でのコンサート打ち  
合わせ 野口先生と  
14 坂木氏けやきの会の動員につい  
て  
15 ギンザ つぼ 宙の会場中止  
16 川村先生へ  
17 17クラブへ  
20 日本経済人会へ 龍村和子講師  
21 11/3安芸の宮島大聖院で  
コンサート決定 小笠原礼法  
23 ボイス  
26 吉村さんというはうたについて  
28 ボイス  
29 難民を助ける会 サントリー  
ホール ギンザ足つぼ  
**操法** 11日 12日 14日 17  
日 18日 19日 23日 25日  
28日

## おくやみ申し上げます

27日 藤間夏枝

## 2015年5月

1~2 宮島へ野口先生と  
3 しがくセミナーへ  
8 野口先生11月3日のホテル予約  
とCD再注文打合せ 大村氏とお茶

9 天明BD ホテルオークラにて  
11 ギンザ 足つぼ  
14 座禅呼吸会 天明講演会 5月  
柏木地域センター  
15~16 南木曾へ町長、南木曾小  
学校長、小椋一男 松川勝三各氏 野  
口先生日本とヨーロッパの教育の違い  
ホテル木曾路社長と打ち合わせ  
9/19ディナーショー決定  
19 ボイス小笠原礼法  
23 パソナ本社バラ展に  
25 パソナ会長に毎日ハガキを出す  
ハワイシニアクラブへ  
27 ギンザ 足つぼ  
28 ボイス

**操法** 1日 3日 4日 5日 6  
日 12日 15日 18日 20日  
21日 29日

## カウンセリング

3日 5日 11日 12日 13日  
17日

## 2015年6月

3 ラジオ日本の収録「突撃！日本  
の歌道中」2度目携帯電話データ消え  
る  
5 坂木氏にデータ保存依頼 サン  
レックにてラジオ日本収録の雑音除く  
一部の再集録する  
6~10 伝票整理  
11 座禅呼吸 天明講演会  
12 伝票整理  
13 奥村先生 1~5月分  
14 広島 縮景園 ~ 美術館  
15 宮島大聖院 空海誕生祭へ  
17 FMやまと19:00~20:  
00生収録  
19 ラジオ日本野球延長のため中止  
20 FMやまと19:00~放送  
21 FMやまと17:00~放送  
24 小笠原礼法  
26 ラジオ日本放送  
29 秋山産業へ野口氏と  
**操法** 1日 7日 9日 13日