

2015年11月ネパール支援ヨーガ・バス 参加報告

松原 加津子



19日(木) 00:30羽田国際空港から出発したのは参加メンバー10名のうち7名。バンコク・スワンフープ空港の動く歩道で便が違った小端さん発見、その後関空からバンコクに着いていた川崎さんと東さんとも合流。ここから3時間半のフライトでカトマンズに。カトマンズ空港に到着すると満面の笑顔でアニールさんとカイラさんたちが出迎えてくださった。ほっと一安心。山の仕事に慣れた無駄のない動きでダンボールに入ったタオルやスーツケースがあったという間に積まれてバイシャリホテルに向かう。ホテルでは前日からカトマンズ入りしていた虎谷さんと合流。これで日本側の参加者は全員揃った。翌20日(金)朝食後9時から11時、ネパール通訳(日本語からネパール語)としてガイドのバンさん、ダンさん、ネパールのヨーガの先生でアムリットさん、サフランさんと顔合わせ、自己紹介を行う。昼にはホテルを出発2時間かからずカルデ村ホテルホライズンに到着。ホテルホライズンとホテルキウイに分宿

するので一旦それぞれ部屋に入る。昼食後はホテルの下の部屋に全員集まる。ネパールのヨーガの先生もネパール語のDVDでアンチエイジング・ヨーガを学習。この企画のために作成されたTシャツとオレンジ色のビブスを着用して出発の合図を待つ。誰もが人が来てくれるのかどうか皆目見当がつかない。会場になるサラスワティ校とジャルパ・デヴィ校へは2班に分かれて向かうことになった。当初は20日夕方、21日朝・午後・夕方、22日朝とそれぞれの学校で5回ずつのプログラムを行うので途中で入れ替えるかもしれないとの見方もあったが、最終日まで同じ学校での実習となる。

さあいよいよ第1回目開始。サラスワティ校の先陣は善如寺さん。比較的小さい子供達が多い。明るく元気で、近づいてきて「ナマステ！」と挨拶する。遊びながら待っていてくれたようだ。会場全体の準備を整えている間から善如寺さんの子供達との交流は始まっている。後方ではスピーカーや旗も取り付けられている。準備の様子を見ていた



学校の先生が学校のスピーカーを出してきてくれた。参加者も徐々に増えていく。椅子が必要なお年寄りには椅子席を用意する。舞台下には善如寺碧子さん、舞台上では平塚さんが手本を見せる。善如寺留美子さんが指導する言葉は虎谷さんが英語でサフランさんに伝えサフランさんがネパールの言葉で参加者に伝える。思いの外多くなった参加者に合わせて虎谷さんが離れた大人の参加者の前で見本を見せながら英語で同時進行する。舞台の上の机ではスタッフの方が事前にタオルとうちわを運び入れてくださったことでシールが貼られていないうちわを前にカイラさん、お手伝いで加わってくださったホテルのお嬢さんやカイラさんの姪御さんがものすごい勢いでシールを貼りまくる。実習

が終わり、実習前に書いていたアンケート用紙を埋めたら、クッキーやタオル、うちわを配る。日が暮れて怒涛の初回実習が終了する。

2日目2回目の実習は平塚さん。指導の言葉に「成長ホルモン」が出てくる。続く英語では「G hormone」これをネパール語でもそのまま伝えている。3回目は松原。緊張と弛緩の感じが伝わっているか聞いてみる。後列の厳ついおじさんが手を挙げる。何か言ってる…。虎谷さんの顔が緩む。あとで聞いたら「目を閉じるんでしょう」とか「足がジーンとするのはヨガしてる効果？」といったことだったとわかり、みんなが伝えようとしていることがストレートに伝わることに感動。4回目は虎谷さん。腰が痛い女性たちを壇上に上げて一緒に行く。誰かが指導しなくても、自分たちで



できるようになったら素敵だ。

回が終わる毎にジャルパ・デヴィ校で指導していた人たちともホテルホライズンで合流。一緒にお茶したりご飯を食べて互いにどんな様子か確認し合う。そんな2日目が終わる夕食後、あと1日1回を残して、ミーティングをすることになった。明日はカトマンズに戻るのだ。ここで力を合わせて活動しているみんなも散り散りになる。自然な流れで虎谷さんが進行役をしてくれる。それまでビデオを回していた佐藤さんの番が近づくと川崎さんがビデオを引き継いだ。あらゆることが当たり前のように進

行していく。その場にいたアニールさん、カイラさん、宿のお嬢さん、カイラさんの姪御さん、ネパールのヨーガの先生、この活動に参加した療法士たちみんなが思い思いに語り狭い空間は一体となっていた。明日最後の回の準備をしたい人たちも夜更けになって時間切れ。カルデ村での最後の眠りにつく。

最終日は制服姿の高校生くらいの学生が多い。前日に虎谷さんが子供達に「ママを連れておいで」といったのが効いたのかお母さんたちも多い。その数はどんどん増える。最初は遠巻きに見ていても「ナマステ！」の力は偉大である。挨拶がかわせればブルーシートに乗ってくる確率は



格段に上がるのだ。

実習を終えたら、軽いハイキングに出かける。訪れたところは木村先生からいただいたDVDに映っていた被害が大きかった集落。ヨーガの実習でお見かけした人もいた。遠くから来てくださ

っていたのだ。ネパールの農産物自給率は日本に比べて格段に高い。この村も裕福な村だったと聞いた。一見するとどう被災されたのかわからない。大丈夫そうな住居も中は崩れてしまっていたり、片付けられて真新しいトタン屋根が目立つ。夏は焼かれ冬は凍える生活である。新たに建てるには基準を満たしていないといけならしい。が、そもそも基準もまだ決まっていないそうである。

夕方カトマンズのホテルに到着。ネパールのヨーガの先生とお別れ。夕食後には集まったアンケートを今この場でしかできない作業に絞って集計する。アンケート用紙の文字はネパール語。「女」「男」は丸の位置で判断できる。「年齢」は手強い。算用数字やネパール文字の数字、合わさったものもある。「症状」「困り事」の欄は全く読めない。アニールさんがこの欄を担当してくださった。(翌日いっぱいかけて記入してくださった) 子供達の「困り事」は算数とかで微笑ましいものである。とりわけアニールさんが笑って教えてくれた回答は「(守秘義務)」で、これには全員爆笑。ネパールの方の参加延べ人数はおおよそ1,300名になることがわかった。

ネパールに行って支援と言うけれど、何ができるのかと思っていた。自然が豊かで、自然と共に生きているネパールの人に都会で生きる日本人にできることはあるのだろうか？と。自己紹介でも同じように感じていた方がいたように記憶している。それでもこの活動に参加した。それは「行ってみなければわからない」との思いだった。

出発の羽田空港。搭乗の案内がされるまでのひとときに吉沢さんと佐藤さんにお話を伺うことができた。ネパール支援の具体的なことごとには何と言っても言語の壁が立ちふさがる。

タオルやうちわの文字、DVDの文字だけでなく「声」にもネパール語が入っている。これらを全てクリアしたのが、吉沢さんのお知り合いのネパール人マナダーさんで、出発までの短時間に仕上げるには行き違いも含めて綱渡りのような経緯がおりになったと。

カルデ村のミーティングではカイラさんがこの活動を実現させるまでのお話も聞かせてくださった。アニールさんとできそうな村々を回ってくださって、この地を決めたこと。村で泊まるどころも眺望の良いところを選んで下さったこと。ずっと準備をしてきてこの日が迎えられたこと。初日の混乱から学びプレゼントの渡し方を工夫していったり、参加者が増えたためビスケットの補充をしたり、その間もお茶や食事が用意される。おそらく私たちより遅く寝て私たちより早く起きて準備している。国を超えた多くの人々の思いが被災された人に寄り添う。そして自らもまた生きる力をもらって帰路につく。ネパールの空は青く山々は遠く白い。夜明け前の星の間を人工衛星も飛ぶ。ネパール支援ヨーガ・バス計画が木村先生から発案されたのは2015年のカイラス山巡礼ヨーガ修行会中だったので半年での実現となった。この実り多い活動に加わることができて、全国の療法士の皆様と一丸となる経験をさせていただき感謝します。お世話になりました。そして、ありがとうございました。

