福岡自然農塾スタッフ

いのちの世界に生かされ、そして生きる

鏡山悦子

自然農歴 28 年
福岡自然農塾代表
一貴山学びの場(約 8 反)と鏡山農園（約 5 反）を営んでいる。米、季節の野菜、果樹、シイタケ、ニホンミツバチの養蜂など。お醤油作りは今年 3 年目になります。

宮崎で生まれ、育ち、英二さんと出会って 28 歳で結婚し、福岡に移りました。福岡での暮らしは、もう 36 年を重ね、宮崎にいた時間を越えました。35 歳の時、自然農に出会い、夫婦共に、川口さんに学び、それからずっと、自然農を営み続けています。

始まりは、糸島の二丈町唐原（標高 400m）の棚田で、家から片道 30km を通い、約 30 組の仲間と自然農の学びをスタート致しました。今でも、唐原の風景と年 2 回の川口さんからの学びと、楽しかった、仲間たちとの語らいなどが、鮮やかによみがえってきます。

その後、自宅から片道約 20 分の上の山に、7 家族くらいの仲間で、2 町の山の斜面を借り、陸稲と野菜を作りました。ちょうど、福岡大渇水の年で、陸稲はなんとか育ったものの、山のウサギに食べられ、収穫は、洗面器 1 杯だったのを覚えています。

でも、この自然農に疑いが入ることは一度もなく、収穫がなくても、それは、私達の学びの不足からと承知し、それより何より田畑に立つことが楽しい日々でした。

その後、どうしても水稲が作りたく、また、自給自足の農的暮らしを、実現したく、その思いが、ここ一貴山の地と出会うこととなり、農的暮らしが始まりました。

私達は、英二さんがサラリーマンを続けながら、自然農を営む、という選択をしました。

英二さんは、単身赴任や転勤を全て断り、それでも 3 ヶ月から半年の長期出張は、2、3 度は、せざるを得ない状況の中で、仕事を続け、自然農も続け、4 年前に定年退職をしました。今は、思う存分、田畑のこと、学びの場のこと、人力籾摺り機の製作のことに、毎日、忙しく、動きまわっています。

私はというと、結婚して約 10 年間は、子育てと母の介護に専念しながらも、自分の生きる場所と本当の生き方を求めてもがきつつ、出会った、いろいろなことに、私自身が育てられる日々を過ごしました。

その中でやはり、この自然農と川口由一さんに出会えたことは、最も大きく、私を成長へと導いてくれたと思っています。

自然農と漢方医学に出合えたことは、本当に幸いでした。

私達は、営農こそしていませんが、学びの場も主宰していることで、たくさんの方が学びに来られ、その中で私達も育てられ、そして、自らの役目も果たすことができます。また、漢方医学は、今でも学び続けていて、未熟ながらも自分と家族の病を、なんとか治めるというところに日々立っています。なにより、自らの生命そのもののことを識(し)ることは、同時に、生命の世界の全体

を識ることと重なります。
突然おこる、家族の病気、自らの不調を治められることは、本当に有難いことですし、それを成すことで、さらに、生命の世界はどうなっているのか、私はどうあるべきかを、問われ知らされることとなります。
様々なことがおこるのが常なる私達の人生ですが、右往左往することなく、そんな時こそ、静かに私を見つめ、相手を見つめ、私を治め、病もトラブルも治めてゆけたらと、切に願っています。
自然農の営みは、29 年目に入ります。私と夫は、64 歳になりました。まだまだ元気ですが、老いのことも頭にちらつく、この頃です。

ところで、宮崎に住む、私の母が 11 月に遊びに来てすぐ、20 年来の気管支喘息の発作で入院し、そして退院し、それから 2 ヶ月間、正月もこちらで過ごし、先日帰っていきました。
その間、私は 88 歳の母にひたすら寄り添い、有難くも母と娘が一緒に過ごせる日々に感謝し、三度三度のご飯を作りました。昨年まで、とても元気で、亡くなった父の畑に自転車で 30 分かけて通っていたのに、今回の母は、老いが進んでいました。それでも気丈な母は、庭に出て少しでも私達の役に立ちたいと、草取りや、庭掃除などをしてくれました。そんな母も来年は‥‥‥、その次の年は‥‥‥、となると、老いにはいずれ、あらがうこともできなくなるでしょう。
そのことを、あらためて、思い知らされたのですが、一方で母は、以前より、ずっと、いろいろなわずらわしいことから解放され、自らをも開放して、発する言葉も行動も楽しく明るい方へと、在ることに気付かされました。
これからようやく、少しずつ、老いの日々が始まる私達です。
生命の世界の本当を見極め、人としての分を悟り、自らの成長の歩みを止めることなく、この私の一生を全うできたなら、いいなあと、思っています。
「本当に大切なことは、日々の暮らしの中でしか伝えられない」と川口さんはおっしゃいます。
今を生きる私達は、次の世代のためにも、暮らしを整え、私を治め、このいのちの世界に生かされてこその私でありたいと願っています。

自然農を生きる

鏡山英二

自然農歴 28 年　　64 歳
一貴山学びの場（約 8 反、33 名）代表
鏡山農園（田畑合わせて約 5 反）
米、野菜、果樹、シイタケ、ニホンミツバチの養蜂。
電気を使わない人力籾摺り機作りに取り組む。

私は 28 年前まで､お米作りとは全く縁がない暮らしをしていました｡私は､企業のサラリーマンで、朝早くから、夜遅くまで仕事漬けの日々のなかで､「仕事でミスはしていないだろうか…｡」「仕事の納期に間に合うだろうか…｡」そのような心配もあり､「これは、忙し過ぎて本当の自分の暮らしではない…｡」ともがいて、鬱々とした不安な日々を過ごしていました。僅か休日だけが安らぐ時でした。休日には、仕事の疲れで、漫然とテレビを見て過ごすか、気分転換で、山登りやキャンプや魚釣りなどをして過ごしていました。また、日曜の夕方のサザエさんの番組が始まる時間になると、憂鬱になっていました。

そんな、日々のなか、妻の悦子さんから誘われて、自然農の勉強会に参加しました。

その勉強会で、川口さんの幼い稲の苗が、草の中でだんだんと逞しく成長して、稲が育ち、お米が稔る様子のスライドを見て、川口さんに「僕にも米作りできますか？｡」と尋ねたところ、「出来ますよ。簡単ですよ｡」と、爽やかに二つ返事で答えられました。この時から、私の自然農のお米作りが始まりました。

最初は、自宅から一時間半、車を走らせた糸島の山の中腹の唐原という、棚田で、お米づくりをしました。田植えして、その後、ひと月に１、２回世話をするのがやっとでした。秋の稲刈りの時に、殆ど分けつもせず、みすぼらしいお米の姿がありました。僕は「あー、たったこれだけか…｡」と恥ずかしそうにしていました。ところが、川口さんは､「いい種が採れましたね。厳しい環境で育ったお米は強い種になりますよ｡」と微笑みながら、軽快に稲刈りをされていました。その言葉と、そのお人柄に、その人間性にどうしたら自分はたどり着けるのだろうか……。そのような思いで自然農を始め、今も取り組んでいます。

それから、兼業サラリーマンとして、福岡市内の会社に通いながら、自然農に取り組んできました。「出来るだけ、自宅の近くに田畑がある暮らしをしたい｡」そのような思いで、私達は、糸島市の中山間地の扇状地の棚田の中に、20 年前に、家を建てて農的な暮らしをしています。

これまで自然農に取り組んできて、今、思うことは、サラリーマン時代に、仕事が辛くて始めた自然農でしたが、逆に、自然農に取り組むことで、人として逞しくなったのか、なんとか定年まで仕事を続けることができました。自然農に取り組むことで、自然農の方法技術を取得できたことは勿論ですが、川口さんから、そして自然農の実践を通して、決して、学校や会社では教えてくれない、人として生きる上での大切なことを学ぶことができたことは、最大の収穫でした。そして、今の暮らしの大きな喜びと安心につながっています。いろいろな困難な状況にあっても、周囲や他の人のせいにするのではなく、まず、自分を治めることの大切さ。今、自分が生きていることへの感謝の気持ち。地球が生まれて 46 億年、人類が誕生して数 10 万年とも言われています。この長い生

命の続きとして、偶然とも言えるこの生を授かって生かされているこの自分。この貴重な一生を、不安なく、喜びの中に生きて行けたらと思います。それは、日々、自分が今生かされていることに感謝して、自分が今できることを、一つ一つ最善を尽くして取り組んでいくことだろうと思います。そのような日々を積み重ねて、人として成長し一生を全うできたらと思っています。

また、近年、パソコンやスマホがあれば、色々な情報が入手でき、買い物に出掛けることもなく、いろいろな商品を手にすることができます。また、自動車も自動運転、そして、ＡＩ都市構想まで聞くこの頃です。ＡＩ（人工知能）があたかも、人は何も考えなくても、最善の答えを用意してくれるかのような、錯覚に陥りやすい状況です。でも、自分の叡智を駆使し、自分の手足、体を使って、汗をかきながら物事を成し遂げることが人本来の姿と思います。そのことにより、自ずと生きる喜びにも繋がってくると思います。

また、昨年も、全国で地球温暖化が原因とも思われる自然災害が相次ぎました。一般的な農家のお米作りは、農薬や化学肥料の投入による環境への悪影響は勿論ですが、生産されるお米のカロリーより、トラクターなどの機械に使われるガソリンなどの化石燃料のカロリーの方が大きいとも言われています。自然農をすることで、自然環境に負荷が少ない。むしろ、自然農の田んぼに入ってきた水より、出ていく水の方が清浄だとも思います。自然農は、自然の営みに沿った、お米や野菜作りが出来て、食の自給にもつながります。手足や体、そして頭を使うことで、心身にもいいと思います。

昨年の晩秋の稲刈りの時に、田んぼに感謝しながら、サクッサクッと稲を刈りました。「今年も、お米作りを続けさせてもらってありがとう。」昨年は、日照が少なく後半は雨が多く、実りは昨年より少なめでしたが、秋には、立派にお米を稔らせてくれました。そのお米を、脱穀、籾摺り、精米して年末には餅つきして、新年には雑煮として、そして新米として頂くことができて、何とも言えない満ち足りた気分でした。また、お米の裏作として育った麦を製粉して焼いた、手作りのパンは各別でした。

今年も、お米、麦、大豆を自給し、自然農の学びの場のお世話をし、自宅の周囲の整え、田畑の土手や通路の整えなど、自然農による自給を中心とした、暮らしを営んでいきたいと思います。また、長年取り組んできた人力籾摺り機も、そろそろ完成させたいと思います。また、一昨年からは、古楽器のビオラダガンバを習い始め、リコーダーとのアンサンブルが楽しみです。

これからは、我が家と農園を楽園にし、人生を楽しみ、全（まっとう）したいと考えています。一年に一度のお米作りが楽しみです。今年のお米はどのように育つだろうか、どんな味だろうか･･･。

これから、何回お米作りができるかわかりませんが、生きている限り自然農のお米作りを続けたいと思います。

静かな喜び

木下　まり
自然農歴 28 年
田 7 畝　畑 7 畝

冷たい風の中にも日差しは暖かく、青空が広がる穏やかな元日の朝です。2020 年がスタートしました。今日のように穏やかで清々しい私でありますようにと、空を見上げながら願いました。1 月 2 日、久し振りに歩いて田んぼまで行きました。たくさんの恵みをもたらしてくれた田んぼは、ちいさな青々とした草が一面に生え、その上に稲わらが重なって静かな営みです。畑ではソラマメやエンドウの緑色が何とも爽やかです。大根、白菜、キャベツ、ネギ達が出番を待っているかのようです。お正月料理にはかつお菜や人参、里芋、ブロッコリー、カリフラワーが活躍してくれました。昨日訪ねてきた甥っ子が「このブロッコリーはおいしい」とパクパク食べている姿を思い出しました。年末には緑米のおもちをたくさんつき、こうして今年も我が家で穫れた野菜とお米で新年を迎えられたことをとてもありがたく、うれしく思います。畑から今度は加布里神社に足を伸ばしてお参りした後はミツバチの様子を見に行きました。相変わらずイノシシが夜な夜な歩き回った跡がありますが、巣箱は大丈夫です。ミツバチ達も冬の間は少なく見えますが、ちゃんと出たり入ったりしています。「今年もおいしい蜜をよろしくお願いします」と声をかけて家路に着きました。1 時間半程の散歩でしたが何ともいえない充足感に満たされ、幸せな時間でした。

山の棚田で始めた自然農のお米作りから 29 年がたちました。年に 2 回川口さんから田畑での実践や言葉を通しての学びを重ねてきての今です。自給するには十分な家の田畑で自然農を続けることができ、2 か月毎の見学会では自然農を学びたいと思っておられる方々と共に、さらに自然農の世界を深く学ぶ機会を頂いています。そして自然農に信を置く仲間たちが、それぞれの場で今やるべきことをなし、学びの場を、暮らしを整えていく姿をまじかで見ることができます。この恵まれた環境に感謝せずにはいられません。29 年前初めて田んぼの畝作りをしたあの日が、今日の散歩を終えて味わうことのできた静かな深い安心につながっている、そう思えるのです。

自然農は「支配せず、添い従い応じ任せる」農ですが、このことは勿論田畑だけのことではなくて、いのちあるものに向かう時の私の在り方です。今何が必要で何が必要でないのかがわからないと、的確に手を貸すことができませんし、作物を、人を、私を育てることはできません。そして何よりも、目の前のいのちに対する信頼がないと、「支配せず、添い従い応じ任せる」ことはできません。二人の娘達はもう成人しましたが、私はこの子のいのちをよくよく観てきたのだろうか、いのちに寄り添ってきたのだろうかと問うことにためらいを覚えることがあります。子育てはその年齢その年齢で難しさがあって、年数を重ねていくことで子育ての難しさが減っていくことは決してないのだなと思います。母としてどうあればいいのか、私ができることは何なのか、答えはすぐここにあるのですが、その答えを生きることの難しさも感じています。悩みつつも、でも確かに答えがあります。今できる最善のことを一つひとつやっていくこと。それは、種を降ろすこと、苗を植えること、大根を切ること、お米をとぐこと、美味しいお味噌汁をつくること、家族が心地よいと思える場を整えること・・・何より大事なのは、心を込めた日常の生活、暮らしそのものではないかと思うのです。

心穏やかに、今日の空のように晴れやかに喜びの今を生きていきたい、そう思う年の初めです。

今日も自然農の田畑に立てる喜び

村山　直通
松国自然農学びの場（５反、５５名、1994 年）
花畑自然農塾（２反、２８名、1994 年）
元浜自然農塾（１.５反、８名、2015 年）代表
下関市ゆっくり小学校田畑の指導（６反、2015 年）
宇部市万倉自然農塾（０.５反、2015 年）

「私のいのちと全てのいのちは、つながっている。」と全身で感じた２９年前（1991 年)、福岡で開催された野草塾で川口由一さんにお会いしました。「８０年代」という雑誌に連載されていた文章は時々読んでいたのですが、その頃は農業にはさほど興味がなかったので他の講師の方の話を期待して参加していました。しかし、川口さんのお話をお聞きしていると「いのちは個々別々で一体です」とか「相対の世界と同時に絶対の世界がある」とか、私を大きく変えた体験と共通するいのちの話を数多くされ、引き込まれていきました。また初めてお会いしたのにもかかわらず、何ともいえず懐かしく、心が安らぐのを感じました。

そこでの出会いから、自然農のご縁が生まれ、実際に田畑を始めることになりました。やってみると、なんと、これはずうっと、ずうっと前から、生まれる前から？、やりたかった事だったんだと感じました。

師に出会い、仲間に出会い、それからは自然農が人生の柱になりました。川口さんの「僕の成長は教える立場に立ったから。」という話を聞いて、自分が成長するには教える側になるのが近道なんだと信じ、それから学びの場や見学会をやるようになったのか、いやそういう流れになっていたのか、２０年くらい前からやり始めました。

スタンスは、求める人がいる限り続ける、いなくなればやめる。これも川口さんが言われていたことですが・・。幸いにも？未だゼロにはならずに学びの場、見学会は現在も続いています。

また自分のところの勉強会だけではなく、求められればできる限り応じるというところに立って、今では退職したこともあり、いろいろなところに出かけています。

でも、なかなか自分の成長は難しく、学びの場の集合日や見学会、勉強会の後は、ああすればよかったのに、あの対応はまずかったとか課題ばかり気になります。少しでも来られた方の参考になるような働きができたらいいなあと思っています。

毎日、田畑に立ってたくさんの目に見える、目に見えないいのちたちとひとつになり、いのちの聲を聴き、風を感じ、雨を慈しみ、できたお米や野菜をありがたくいただき、ご縁のある人たちとたくさんのことを分かち合い、生かされていることを喜び、もし天命、使命があるならそれを果たし、心安らかに、大安心の中に在りたいです。