

～ Source of the universe ～

太極の理

玄米屋たいぞう 店主 南部 修一 著

著作権について

本e-Book【太極の理 ～ Source of the universe ～】(以下、本e-Book)は、著作権法で保護される著作物です。取り扱いについては、以下の点にご注意ください。

本e-Bookの著作権は、南部修一にあります。

著作権者の書面による事前許可なく、本e-Bookの一部または全部をあらゆる手段(紙媒体、電子媒体、映像媒体、音声等)により複製、流用、および転載、オークションなどでの転売をすることを禁じます。

著作権侵害を行なった場合は、5年以下の懲役または500万円以下の罰金に処せられ、このような侵害行為が法人等の従業員により法人等の業務として行なわれた場合には、当該法人等に1億5千万円以下の罰金が科せられます。(著作権法119条)

使用許諾契約書

本契約は、本e-Bookを購入した個人または法人(以下、甲とする)と著作権者(以下、乙とする)との間で合意した契約です。本e-Bookを甲が受け取った時点で、甲はこの契約に合意したものとみなします。

第1条(契約の目的)

乙が著作権を有する本e-Bookに含まれる情報を、本契約に基づき、甲が非独占的に使用する権利を許諾するものです。

第2条(禁止事項)

e-Bookに含まれる情報は著作権法によって保護され、また秘匿性の高い内容であることを踏まえ、甲が、その情報を乙の書面による事前許可を得ずして、出版・講演活動及び電子媒体による配信等により、一般公開してはならないものとします。

第3条(契約の解除)

乙により甲が本契約に違反したと判断された場合、乙は何の通告もなく使用許諾契約を解除できるものとします。

第4条(損害賠償)

甲が本契約の第2条に違反した場合、本契約の解除にかかわらず、甲は乙に対する違約金として違反件数と販売価格を乗じたものの10倍の金額を支払うものとします。

また、インターネット等での公開により、違反件数が特定できない場合は、一律500万円を甲は乙に対して支払うものとします。

第5条(責任の範囲)

乙は、甲に対し、本書の情報の使用により発生した一切の損害について責任を負わないものとし、損害賠償の義務もないものとします

目次

著作権と使用快諾契約

はじめに

序章

著者紹介

1. 人間とは何か? ～己を知ることの大切さ～

2. 人の『不快』を理解する

- ・人が不快になる理由とは?
- ・なぜ人は分からないことに興味を抱くのか?
- ・不快の際の『無意識』の行動
- ・不快の際の『意識』の行動

3. 無意識の行動 ～自己保存～

- ・自己保存の欲求について
- ・自己保存のパターン ～消費と依存～
- ・自己保存のパターン ～共感～
- ・自己保存の欲求 ～安心を求める人～

4. 人の『意識』を理解する

- ・安心を求める人の意識
- ・人の意識の本質とは?
- ・「未来の意識」と「過去の意識」
- ・喜びを求める人の意識
- ・喜びを創造する人の意識

5. 人の『感情』を理解する

- ・『快』の本質
- ・二元の感情について
- ・感情と人の関係性について

6. 太極の理を知る

- ・生命の理
- ・太極の理

7. お金と人の感情

- ・お金の本質とは？
- ・お金の創造

8. 健康と意識

- ・本当の輪廻
- ・成功者マインド

おわりに

【はじめに、序章、著者紹介】の音声ファイルは ⇒ <http://genmaiya-taizo.com/hazime.wma>

はじめに

こんにちは！本書の著者となります玄米屋たいぞう店主 南部修一と申します。

このたびはe-Book【太極の理 ～ Source of the universe ～】をお求めいただきまして、誠にありがとうございます。

本書では、私が「食」という人の営みを抽象思考し続けたことによって見出した人生哲学、そして人間という存在の普遍的な理解を促すためとなる理（ことわり）について書いています。

もし、今のあなたが何かしらの悩みに囚われていたとしても、あらゆる人にとって普遍的となる理を見出すことが出来さえすれば、あなたはいつの間にか孤独に悩むことも、ひとり絶望に陥ることもなく、常に明朗活発でワクワクと胸が湧き上がるような人生を見出すことが、自然と出来るようになっていることでしょう。

本書が、あなたの人生に大きな気づきと喜びを見出すきっかけとなりますことを、心より祈願いたしております。

2013年 吉日 南部修一

序章

【人を悦ばせるのではなく、あなたを不快にさせなければそれで良い】

もし、あなたがこの言葉に何かしらの不協和を、ほんの少しでも感じてしまう様であれば、残念ながらあなたはまだ本当の自由” **誠の自在心** ” を手に入れてはおりません。

【人を悦ばせるのではなく、あなたを不快にさせなければそれで良い】

あなたがこの言葉を受け入れられない様であれば、あなたはあなたの中にいつまでも

【成功と失敗】 【幸福と不幸】 【光と影】 【生と死】

これらの二元の価値を自ら創造し、あなたは自ら生み出したあなたの怖れと共に生きることになるでしょう。

しかしあなたが不快に陥る必要はありません。

あなたが不安に怯える必要もありません。

・・・なぜなら、その怖れを解き放つことのできる知恵と力を、あなたはもうすでに手に入れているからです。

人は皆、自分が理解できないことを怖れます。

人は皆、自分が理解できない人を怖れます。

人は皆、自分が理解できない心を怖れます。

” すべてを理解する ” とは ” すべてを許すこと ”

あなたが全てを理解することさえ出来れば、

あなたはあなたの目に映る、そしてあなたの目に浮かぶ、

ありとあらゆる” すべて ” を許可することのできる人へと成長します。

” すべてを許すこと ” とは ” すべてを信じること ”

そしてその瞬間、あなたはあなたの無限の可能性を受け入れ、

ありとあらゆる怖れを克服することの出来る、偉大な智恵と勇気と信念とを、

あなた自身の力で手に入れることが出来るでしょう。

$$1 + 1 = ?$$

$$1 - 1 = ?$$

これは現代社会に生きる人であれば、そのほとんどの人達が当たり前のように解くことができる、人にとって普遍的ともいえる**問題**であり、**数式**です。

$$1 + 1 = 2$$

$$1 - 1 = 0$$

そしてこれが、どれほど大きな数になったとしても

$$12345 + 98760 = 111105$$

$$98765 - 43210 = 55555$$

$$43210 - 98765 = -55555$$

0から9の数字という”**情報**”と、そして”**足し方**”と”**引き方**”

この二つの理法さえ知っていれば、

人は誰もがこの**数限りのない問題**を

自ら創ることも

そして

自ら解くことも

・・・その**全てを可能**とするのでした。

・・・古今東西、人は誰しも自分の中に、無限の問題を抱えています。

その悲しくも愛しい”人”という存在が抱える、ありとあらゆる全ての問題を、いかなる人であって自らの手で解くことができる究極の理法。

たとえ高度な教育を受けていなくとも、最小限の情報を知るだけで、誰もが全ての理解と共有を可能とし、人にとって、いやあらゆる生命にとって普遍的となる”生命の理 (いのちのことわり)”。

私とその理を見出すためとして、ずっと力になってくれていたのは、他でもない私自身の心

「お父さんを助けたい」という感情でした。

この3年間、いや28年もの間、私がずっと求め続けてきた生命の理、

ありとあらゆる人にとって普遍の理となる”太極の理”

私はそれを、父を、私自身を、私の目に映るすべての人を、私の中で救うためとして、ずっとずっと求め続けてきたのです。

著者紹介

本書では、私がなぜこの【太極の理】を見出すに至ったのか？

それまでの私の経緯を、長々と30ページ近くもかけて書いております（笑）

私の身の上話などを赤裸々に語っている内容でして、たいへんお恥ずかしい限りではありますが、本e-Book【太極の理】では、私の過去の話などにも多少ながら触れているところもございます。

長文でのご紹介となりますが、本書の理解を促すためとしまして、どうかお目を通して下さいます様、よろしくお願いいたします。

- ・始まりは父親の病気 ～父の関節リウマチの痛みと悩み～
- ・暴力に荒れた10代
- ・17歳の時に知ったC型慢性肝炎
- ・治らない病気？
- ・父親と祖母の死
- ・東京での料理修行と焼肉店の経営
- ・C型肝炎の悪化
- ・自然食レストランの経営と失敗
- ・再起後に知ったアスペルガー症候群
- ・自分自身との対話 ～一人でも絶対にあきらめない～

ずいぶんと昔の話ですが、私が福井県の一乗谷という観光地へ遊びに行った時のことです。

私は当時10歳でした。

その観光地で家族と共に、バーベキューか何かをして遊んでいたのですが、私の父が溪流沿いにある堤防から下へ行くために、堤防から飛び降りたことがありました。

ですが、父は着地の際に転倒してしまい、足腰に打撲の怪我を負ってしまったのです。

その時はそれほど大事には至りませんでした。しかしながらそれ以降、父は足腰に感じる鈍い痛み、日々悩まされる羽目となりました。

父はいつの間にか「痛たたた・・・」という言葉が口癖となるようになり、季節の変わり目や、冬などは特に痛みが増したようで、少し動くたびに足腰の痛みを訴えていました。

怪我をしてからは、何度も病院のお世話になっていたようですが、ある日、父は自分の身体の痛みが”関節リウマチ”という病気によるものだということを、通っていたお医者さんから教えられたそうです。

(「関節リウマチ」とは自己免疫不全型疾患の一つで、自分の肉体の細胞が自分自身を攻撃してしまうことによって、身体に痛みと変形を引き起こしてしまう病気です)

医者からは「**関節リウマチは治る病気ではない**」とも言われたらしく、父はずいぶん落ち込んでいました。

その時の「お父さんの痛いのは治らんのやと・・・」とがっかりした父の言葉姿は、今でも私の脳裏に焼きついています。

父と母は様々な薬や治療法を模索し、それらを試してはいましたが、何度となく病院に通っても、どれほど薬を服用しても、父の身体はじわじわと悪化していきました。

そして私が中学生の頃には、父の病状は障がい者の認定を受けるほどにまでなっていました。

手足の関節がどんどんと変形し、次第に痩せ細っていった父。

年を追うごとに覇気を失い、毎日のように身体の痛みを訴えていた父。

私が高校生頃には、父は病院への入退院を繰り返すようになり、家に帰ってきてもうつ状態で、寝たきりであることもしょっちゅうでした。

・・・ただ、父の名誉のためにあらかじめ言っておきますが、父は家族のために一生懸命に頑張ってきた人でありました。

身体の痛みを訴えながらも、

「仕事をしなければならない」「少しでもお金を稼がなければならない」

そう言いながら眼鏡製造に関わる仕事に勤しんでいました。

まだ父の病状が悪化する前、私が小学生の頃などは、家のローンの足しにするために始めた新聞配達や、眼鏡の内職など、父は朝から晩まで自分の身を粉にして、家族のためにと働き続けていました。

今思えば父は、人付き合いが下手で不器用な人ではありましたが、本当に真面目な働き者だったのです。

新聞配達などは私も一緒になって手伝い、それが終わった後に連れて行ってくれる、日曜の早朝ドライブが何よりの楽しみでした。

仕事から帰ってきた父と、将棋を指し合うことも何より楽しいひとときでした。

卵焼きを作るのが得意で、もっと食べたいと言うと、自分の分を何も言わずに分けてくれた父。

あの頃は父と一緒にいるだけで、ただそれだけで本当に嬉しかった。

私は父が大好きでした。

しかし、中学校に上がり、高校（高専）へと進学していく中で、私はどんどんと弱気に落ちていく父親の姿を受け入れることが出来なかったのです。

いわゆる反抗期という年頃には、いつしか父を避けるようになり、両親ともに良い関係を結ぶことが難しい自分になってしまいました。

当時の幼稚な私は、高校に行かず、少しでも早く社会で稼ぐことができるようになりたいという願望をもっていたのですが、結局は先生や両親の要望に従い、福井高専への入学を選択しました。

親のおかげで進学したわけですが、それを自分の意志で選択したとは言い難く、当時はもやもやとした鬱憤の中での学校生活を送っていたものです。

私は抑圧した自分自身の有り様に、常に不満とイラつきを感じながら居たのでしょう。

後輩を殴って停学になったこともありました。

先生を蹴り倒して停学になったこともありました。

剣道部の顧問の先生と後輩を殴り倒したこともありました。

見知らぬ人間に喧嘩をふっかけては、幼稚に喜んでいた時など、何度も何度もありました。

朝からパチンコ店に入り浸り、まともに授業を受けることも少なく、学校なんてつまらない、早く辞めたいと、しょっちゅう両親に駄々をこねては困らせてもいました。

そしてあろうことか、あれほど大好きだった父を、この手で殴ってしまったことすらありました。

・・・今思えば、よくそれで高専生活の5年間を無事に卒業することができたなァと、我ながら感心してしまいますが、両親をはじめ、当時の私を気に掛けていただいた多くの方々には、今さらながら本当にお詫びと感謝を申し上げるばかりです。

そんな学生生活の中で、私が17歳の頃、原付バイクでパチンコ店に向う途中で車にぶつかってしまい、救急車で運ばれたことがありました。

その時は幸いに靭帯を損傷しただけで済み、完治に一ヶ月近くの入院を要したものの、特に大事には至らなかったのですが、そこで入院先の先生に、自分が「**C型肝炎キャリア**」であるということを伝えられました。

私はC型肝炎に罹っているかどうかを調べて欲しいなどと、別にお願いはしていなかったのですが・・・(笑)

ただ、当時はC型肝炎という病気が発見されてそれほど間がなく、人への感染リスクについての誤情報などがあったことなどから、お医者さんも良かれと思って教えてくれたのでしょう。

しかし、その際に医者から「**C型肝炎は治らない病気です**」などと言われてしまった私は、激しく動揺をすることとなりました。

なぜなら父は、自分の病気に対して弱気に落ちていく中で、私への希望と期待を強く持っていたのですが、

(当時は少なくともそう感じていました)

もし私までもが”**治らない病気**”を抱えているなど知ったら、父は一体どれほど悲しむことになるか・・・

それを想像することなど、なんら難しいことではなかったからです。

私は医者から言われたことは両親には伝えず、C型肝炎がどういった病気であるのかを自分で色々と調べました。

当時の情報では、C型肝炎に確実に有効となる治療法はなく、感染してから20～30年ほどで肝硬変や肝臓ガンに至る病気とのこと。

そしてC型肝炎は母子感染はほとんどなく、輸血による血液感染が多いとのこと。

入院先の女性看護師にはセックスでも感染することがあるから、きちんと避妊用具を使って下さいね、などとも言われてしまいました（笑）

【なお、現在ではC型肝炎の場合は性交渉における感染リスクは非常に低い（限りなくゼロに近いリスクとされています）ことが証明されておりますので、可能性がゼロではないという理由と、他の性行為感染症予防のためとしての避妊具の使用が勧められているのみとなっております】

母親にそれとなく、私がこれまでに輸血したことがあるかを聞いてみますと、2歳の頃に輸血をしたことがあるのを知ることができました。

私は1歳の頃に、祖母の目から離れたときに熱湯をかぶってしまい、半身に大やけどを負ったことがあるのですが、その火傷で癒着した皮膚を治療するために、輸血をする必要があったそうです。

そしてその時に急性肝炎になったことがあるという話を聞いた私は、その日から自分の死への怖れに囚われる様になってしまったのでした。

2歳の頃にC型慢性肝炎ウイルスに感染して、それを知ったのが17歳の時です。

感染してから20～30年で肝硬変や肝臓ガンに至る病気で、確実な治療もなく、人にも感染することがあるなどという情報を知った当時の私は、親に相談することもできず、次第に”自分は長生きはできない人間なんだ”と思い込むようになりました。

インターフェロン治療も当時は保険が効かず非常に高額で、完治率が低かったこともあり、当時は自分の未来への希望を放棄してしまったのです。

それからは学校の授業にはろくに出席せず、様々なアルバイトに精をだすようになりました。

・・・あの頃は、とにかく色んな仕事を経験したかった。

弁当屋、牛乳配達、ゲームセンター、警備員、肉屋、居酒屋、喫茶店、小売店、染色工場、パチンコ店、・・・etc

それらの職を大体3ヶ月ほどで辞めては、新しいアルバイト先を探すということを繰り返し、結果的には数十職種ものアルバイトを経験していました。

そして高専を卒業してからは、就職活動はせずに、それまでのアルバイト先の中で一番楽しかった肉屋に就職しました。

ただ、せっかく高専を卒業したのにも関わらず、肉屋に就職するなどということを、母は受け入れることができなかつた様で、肉屋への就職を決める前も、就職をした後も、私の選択は母には何かと反対され続けました。

しかし、自分の長い人生などという未来を見出してはいなかった当時は、一般的なサラリーマンになるなどといったことは、自分にとって不愉快なことではなかったと思います。

それに高専での5年間の学校生活を我慢してきたという思いもあり、これ以上の拘束をされることなど、もはや我慢ならないことだったのです。

肉屋での仕事は、厳しくはあったものの、本当に楽しいものでした。

あの時の職場の先輩方の理不尽なまでも思える仕事の要求は、私の中に”辛抱”という名の強い意志と行動を育むためとして、良い勉強になったものです（笑）

当時、私は自分の長い人生の希望などというものは、まったく見出してはおりませんでした、少しでも早く独立して自分の店を構えたいという願望を強く持っていました。

それは私の中学生の頃からの夢でもありました。

なぜなら、それが父の夢だったからです。

私がまだ小学生の頃、父は板前になって自分の店を持つことが夢であったことを、何度か聞かせてくれたことがありました。

しかしながら結婚してすぐに私が生まれ、家を買うという目標を叶えるために、その夢をあきらめたそうです。

その話を聞いてから、漠然とではありますが、私は父と同じ夢を抱くようになったのです。

肉屋に勤めていた当時は、焼肉店は今ほどの隆盛はみせておらず、しかしそれが益々と流行っていくであろう兆候を感じていました。

気がつけば「焼肉屋のオーナーになる」という夢を、自分の中に膨らませるようになったのです。

開店資金を貯めるために、肉屋の仕事以外にも、朝は牛乳配達をしたり、また夜は繁華街のホストバーでアルバイトをしたりもしました。

その時はなんだかんだと遊びに溺れて、一向にお金は貯まりませんでしたが・・・（笑）

肉屋に3年ほど勤め、その仕事をあらかじめ見極めたように思った私は、自分の店を構える夢をより鮮明なものとするために、肉屋を辞めて東京の料理店に修行をしに行く決意をしました。

ですがその当時、寝たきりだった父からは、東京に行くことについては断固として反対されてしまいました。

父はそれまで、私がしたいと思ったことにむやみに反対したり、私のやりたいことを束縛するような人ではありませんでしたが、東京に行くことだけは断固として許せなかったようです。

（後になって理解したことですが、東京行きをあれほど反対したのは、父が幼少期に抱いたトラウマが原因であったようです）

ただ、当時の私は自分の夢を少しでも早く実現したいと渴望しており、父の願いに耳を傾けることはありませんでした。

あろうことか、父に対して早く死ねばいいのに・・・などという願望まで抱いてしまったこともありました。

そんな願望を抱いてしまう自分自身に嫌気を感じながらも、とにかく早く自分の夢を実現したいと焦っていました。

私は心の奥底では、父の夢を叶えることで、父を喜ばせたかったのです。

ちょうどそのとき、焼肉店を新規開業しようとする知人が居て、店の立ち上げを手伝って欲しいという申し出がありました。

私は自分にとって良い勉強になると思い、東京に行くまでの3ヶ月だけという約束で、肉屋を辞めてその知人の店の立ち上げに携わることにしました。

結局、父の反対を押し切ったわけです。

ですが、その後みると父の容態は悪化し、数ヵ月後、父は帰らぬ人となってしまいました。

そのとき、私はどうしようもない罪悪感に襲われながらも、ようやく解放されたような複雑な気持ちになったことをよく憶えています。

そしてその日から私の胸には、ぽっかりと大きな穴が空いてしまったのでした。

父の葬式を終え、間もなく東京に行き、肉料理店を数軒渡り歩いた後、ここぞと決めたところで2年と少しの修行をしたのですが、その間に今度は祖母が亡くなったことがありました。

祖母は昔から、決して怒ることなく、いつも私を褒め、そして認めてくれる、誰よりも安心することのできる人でした。

そんな大好きな祖母でしたが、中学生の頃、二人っきりになった際に、突然祖母に土下座をされて、「ごめんねごめんね」と泣きながら謝られてしまったことがあります。

その時、あまりに驚いて声も出ませんでした。それは祖母が私の半身の火傷の事故のことを「自分が目を離してしまったせいだ」としていたからでした。

私は火傷の痕のことで多少のイジメに遭ったこともありましたが、しかしそれを怨んだことなど、祖母に誓ってただの一度もありません。

ですが、土下座をして謝る祖母の姿には、戸惑いつつも、悲しいような、しかし嬉しいような、なんともいえない感情を味わったことを、今でも忘れることが出来ません。

私は祖母を心の底から愛していました。

ただ、その祖母が痴呆症になり、次第にそれを悪化させていった中で、その悲しみからも目を背け、会う時間を作らなかったことに、ずっと後悔と罪悪感を抱え続けていました。

祖母の亡骸と向かい合った時、まだ父を失った悲しみを癒すことができなかった私は、自分の胸の穴がさらに広がってしまったのを感じたのでした。

私は26歳の時に東京から福井に戻り、間もなく13坪の小さな肉料理店「炭火いろり焼・肉料理大蔵～TAIZO～」を開店させるに至りました。 → <http://genmaiya-taizo.com/post-50.shtml>

店は開店直後に狂牛病騒ぎに見舞われるなど、多少の難もありましたが、それでも経営はすぐに軌道にのり、それなりの成功を収めることができました。

ただ、店を営んでいる最中、病院で2ヶ月ごとの肝臓検査を受けるたびに検査結果が悪化していくばかりの憂き目に遭い、再び自分の死への恐怖に怯えるようになってしまったのです。

検査のたびにGOTやGPTといった、肝臓の壊れ具合を調べるための数値が上昇し続け、ついに肝硬変へのステージに上がり始めた時には、いよいよ焼肉店を辞める決意をしました。

ちょうどその時、”店を引き継ぎたい”と言ってくれる友人が居りましたので、互いに好条件で店を売却することができたのが幸いでした。

ちなみに友人は最初まったくの素人でしたが、数ヶ月間のコーチをただけで、店を引継ぐことができるようになりました。

今では店舗を拡大改装し、さらなる活躍をされているところが、私のひそかな誇りにもなっています。

友人の独り立ちを見届けた後、病院でのインターフェロン治療を始めたのですが、しかし一年弱の通院治療の甲斐も無く、慢性肝炎がなくなることはありませんでした。

担当医からは、いずれまた新しい治療法が出てくるので、肝炎の進行を遅らせるための薬を飲んだり、できるだけ疲れないような生活をするのが、これ以上の病気の悪化を防ぐために最も有効だという説明を受けましたが、私はそんな生活を選択することはできませんでした。

なぜならそうした生活の中で、みるみる覇気を失っていった父の姿を、よく知っていたからです。

私は父のようにはなりたくないと思っていました。

父が大好きだったからこそ、父と同じような生き方をしたくはありませんでした。

自分を惨めに感じていた父が、喜んでくれるような生き方をしたかったのです。

一年間の通院治療をする中で、インターフェロンによる倦怠感の影響もあったのですが、私は自分の心がどんどんと怠惰な安定志向に陥っているのを感じていました、

そして、そんな自分の姿に拒否感を抱き、医療に頼らずとも自分自身でC型肝炎を治すことが出来るような情報を求めるようになっていったのでした。

私は次第に東洋医学へと傾倒するようになり、その過程で玄米の存在を知るようになりました。

色々と勉強する中で、玄米の素晴らしさに惚れこみ、玄米を広く知ってもらうことは人のためとなる、素敵な仕事だと思うようにもなりました。

そして32歳の年に、玄米や自然食と呼ばれる食材を販売する店「食彩浪漫たいぞう」を開店させたのでした。

しかしその店の経営は、まさに苦難の連続でありました。

従業員やアルバイトを募集しても、その多くが数ヶ月も経たないうちに次々と辞めていく始末。

わずか2年ほどの間に数十人以上もの従業員が入れ替わり、経営者としてはとてもお粗末で、恥ずかしい限りの最低の有り様でした。

その時は、なぜ皆がそんなに簡単に辞めてしまうのか？

それがまったく理解できませんでした。

お客様に喜んで貰えることが、自分達の喜びになるといつて聞かせても、多くの従業員達にはそれが通用しませんでした。

店のサービスは試行錯誤でありながらも、少しずつお客様の支持を得られるようになっていきましたが、しかし従業員が次々と入れ替わることだけは変わりありませんでした。

従業員の給料を捻出するために、毎日毎日夜が明ける前から夜遅くまで仕事をし、自分の車を売り、母親に金の無心をし、消費者金融に手を出してまで努力し続けてきましたが、そこまでしても経営が軌道に乗ることはなかったのです。

幸いにも店のサービスは、多くのお客様に喜んでいただけるようなレベルにまでどんどん向上していましたが、経営の方はそれまでの負債や人件費がかなりの重荷となり、苦しいばかりの有り様でした。

開店から3年目にして、もうこれ以上の傷を深めるわけにはいなくなり、店をたたむ決意をしたのですが、その時には母親との関係は相当に悪化し、親戚などとの関係も自ら避けるようになってしまいました。

それまで多くの従業員が、私を責めるようにして去っていったことに、正直いってかなりの傷心を抱えていたのですが、親族までもが私を責め続けたことにそれ以上耐えられなかったのです。

その時の私は、一体何が悪いのか？

なぜそこまで責められなければならないのか？

あんなにお客様には喜んでいただけているというのに、それを自分の喜びとすることが出来ない人達の気持ちが、あのときはまったく理解することができませんでした。

深い傷心を抱えたまま、店を閉めることになりましたが、幸運なことに市の空き店舗対策による補助で、すぐ近くでほぼノーコストでの新規開業が可能であることを知ることができました。

そこで屋号を” 玄米屋たいぞう” と改め、移転という形で店を再開させたのでした。

店の業務内容は玄米の販売にほぼ絞込み、私は当時のパートナーと共に店を営みながら、玄米の素晴らしさへの信頼を得るためとして、さらなる勉強に励みました。

人の肉体の健康のみならず、環境の健康や、心の健康といった領域の勉強についても、自分の時間や労力、お金を惜しみませんでした。

栄養学はもちろんのこと、社会学や文化人類学、自然科学、心理学など、様々なジャンルの情報を貪欲に求め続けました。

そしてその時でした。

私がアスペルガー症候群と呼ばれる、自閉症の人間であることを自覚することが出来たのは。

(アスペルガー症候群とは、社会性・興味・コミュニケーションについて特異性が認められる、知的障がいのない自閉症と定義されます。くわしくはウィキペディアをご覧ください。)

私は自分がアスペルガー症候群に見事にあてはまっているということを認識した途端、自分の人格が急速に変化していくのを感じました。

まるでその意識が子供の頃に還っていくかのように。

私は子供の頃から「母親や他人がなぜ不快になるのか？」・・・それを理解できないことが多々ありました。

みんなを喜ばせようとしているだけなのに、不快になる人がいる。

ただ、みんなを喜ばせようとしているだけなのに、なぜそんなに不快をあらわにする人がいるのか？

幼少の頃から、それが分からないのが悲しかった。

一対一であればコミュニケーションにさほど問題はありませんでした。3人以上の複数の人達とのコミュニケーションになると、不快となる人に合わせるのに疲れてしまうことが多々あり、大人数の輪の中に入ることはしょっちゅう避けていました。

私は成長するにつれ、少しずつ心を閉ざすようになり、私に与えられる不快をただ我慢し続けるような人間になっていきました。

そして、そうありながらも私は私の中に、もう一つの人格をつくり、我慢した不快の感情を解消するためとして、強気の自分を形成するようにもなっていたのです。

もう一人の私は、何ものにも負けない心を持つ自分へと成長することを求め続けていたのです。

もう一人の私は自分の中にある弱さを認めることができませんでした。

弱い人間を認めることが出来ませんでした。

そして後になって分かったことですが、私は自分の弱さを認めることができなかつたがために、自らで不愉快となるような出来事を次々と創り続けていたのです。

ただ、自分がアスペルガーと称されるようなタイプの思考をもつ人間であったことを知り、それまでの自分というものをおおよそ理解したのにも関わらず、それまでの私の生き方を変えることができませんでした。

何ものにも負けない心を持つ自分へと成長することを、諦めることができませんでした。

医療行為に頼らずとも、自分自身の力で病気を治すことができる知恵を求め続けることを、諦めることができませんでした。

ずっとそばに居てくれて、私の力になってくれた人を手放すことになっても、自分でそれを選択した以上、逃げるわけにはいきませんでした。

一人でも立派に生きていけるような強い心と身体を得るための知恵を、どうしても手に入れたかったのです。

・・・私は私の記憶の中にある父の苦しみを救いたかった。

私はいつ頃からか、父が本当は自らで自らを救わなければならなかったことに気づいていました。

だからこそ、私の中に生きている父が自らで自らを救うためとなる知恵、そのためとなる”理”を求め続けてきたのです。

父の苦しみの反映である、怒りや悲しみ、怖れに嘆く人達が、自分自身の力でその不安と不快に打ち克つことができるようになるための理を、どうしても手に入れたかった。

私は玄米屋たいぞうを経営しながら、その間ずっと自分自身との対話を続けてきました。

少しでも多くの人達が、医者のお世話にならなくても済む”理”を求めて。

もうこれ以上、誰もが不安と恐れを我慢などしなくても済む”理”を求めて。

私の目に映る、怒りや悲しみを訴える人達が、自分自身の力でその怖れを克服できる様になる”理”を求めて。

不幸を訴えるすべての人達が、いかなる状況にあったとしても、自らの力で幸福をみいだせるような”理”を求めて。

私はそれまで以上に様々な情報を求め、自己啓発本を読み漁り、多くの成功哲学を勉強しました。

引き寄せの法則やマーフィーの法則などをはじめとした、精神世界に関する情報なども貪欲に吸収しました。

政治哲学、東洋哲学、宗教学、宇宙科学、生物化学、経済学、経営学、歴史、地球科学・・・etc

人の自立と自律のためになると思えた情報ならば、すべて興味の対象とし、自分の意識の中に取り込んでいきました。

そして私自身、その成功法則を実践していくことによって、C型肝炎ばかりでなく、ありとあらゆる病、そして死への怖れをも克服することに成功しました。

自分が望む環境の健康すらも、少しずつですがその願望を叶えていくことになります。

実際に全国各地で、特に私の住んでいる福井県などでは、自然再生や環境保全活動のムーブメントが盛り上がりを見せるようになっていったのです。

・・・まア、自分の見たいものしか見ておりませんので、そう感じるのも当然なのですが。

自然再生とは私が望んでいた肉体（物質）環境の調和に役立つエネルギーであり、父が臨終前に帰りたがっていた越前大野、その故郷の景色を守り続けるための力でもありました。

自然豊かな環境を守ることは、父が愛した景色、その場を守り続けることにもなっていたのです。

私はとにかく父を喜ばせたかった。

私の記憶の中にいる父の、喜ぶ顔が見たかった。

もうこれ以上、父の痛がる姿、悲しむ姿は見たくありませんでした。

父の望みを叶えることで、父の苦しみを救いたかった。

それが本当は自分のためではないことを分かってはいても、それでも私は父の喜びを創造するための力となりたかった。

先にも言いましたように、私は肉体環境を維持創造するための様々な知恵を得て、それを自ら実践することによって、自分が望んでいた現実を少しずつ創造していくことに成功はしました。

しかしながら金銭的には、経済的には、次第に自らで自らを追い込んでいくことになりました。

なぜなら、自然の有り様を、つまり肉体環境というものを、それらを次々と変革していくような人間の営み（今の経済活動）を、私はどうしても許すことが出来なかったからです。

私の目には今の社会システムにおける人間の営みが、自然環境の消費変化を促進するばかりの様に映っていました。

その自然環境の変化に不安を抱き、自ら不幸を味わうような人達が、目の前に次々と現れもしました。

未だに増加傾向にある生活習慣病患者や、原発事故関連の出来事などはその最たるものの一つでしょう。

私が人にとって望ましい未来を見だし、その実現のためとなる”理”を見出そうとしても、実際の私の目の前には「幸福な人」と「不幸な人」が依然として存在していたのです。

お金が無いことに苦しみ、不満や愚痴、そして将来への不安をこぼす人達は、目の前から消えるどころか、増える一方の有様でした。

私は様々な成功法則を理解していましたが、自然環境（肉体環境）を維持創造するための知恵だけでは、やはり社会に生じる人の悲しみを救うことはできないということに気づいていました。

自分の心一つで肉体環境の調和を創造（想像）することはできても、他人の肉体環境の創造については私にはどうにもできないと、当時はそう理解していたからです。

どうすれば私の望む、全ての調和を創造できるのか？

私はその本質的なところがずっと分からなかった。

・・・人は理解できないことに怖れを抱く生き物です。

私の中の悲しみと怒りの火はいつまでもくすぶり続け、消えることはありませんでした。

どれほどの”理”を求め続けても、私の両目に映る現実には、やはり父と同じ様に様々な”痛み”と”悲しみ”に苦しむ人達が、キリなく現れ続けるのです。

全ての人達が苦しまなくとも済むような知恵を求め、そのためとなるであろう行動を実践しても、それをないがしろにするかのような人達が、目の前からいなくなることはありませんでした。

私はそうした人達の行動や思想を自分の意識の中で批判しながら、より良い思想行動のためとなる知恵と理を求め続けてきましたが、しかしそれによって自ら心の孤独へと向う苦しみをも味わい続けていました。

・・・私はかつて自分が味わった悲しい思いを、未来につなぐようなことはしたくありませんでした。

愛する甥や姪には自分の悲しみをつなぎたくはありませんでした。

そのために、全ての人達の怒りや悲しみが救われることとなる”理”を求めていたのです。

その理を手に入れるまでは、自分が心から喜ぶことなど、決して許すことはできませんでした。

自分が金銭的な成功を実現したところで、怒りと悲しみに暮れる人達が増え、極化へと向うだけであろう未来を予想していたため、自分だけが金銭的な成功を得ることなど、許すことは出来ませんでした。

身体の痛みを耐えながら、家族のためにと朝から晩まで一所懸命に働いていた父の様な人こそを成功者にしたかった。

私は若人達の自由への憧れを煽り、キリなく自然環境の有り様を変革し続けるような社会システムを、どうしても許すことができませんでした。

父が愛し、臨終の際に帰りたがっていた古里の自然の有り様を、自分達の快楽を叶えるためばかりにキリなく変化させ続けようとする人間の営みが、私はどうしても許せませんでした。

自分達の一時の快楽のために自然環境や肉体を次々と変化させているというにも関わらず、その変化によって生じた出来事にいちいちと憂いや怖れ、怒りの感情を露にする人の有り様が、どうしても許せませんでした。

じわじわと迫り来る死の恐怖や肉体の痛み、不自由に、どうしても行動を制限されてしまう人が居るというのにも関わらず、その苦しみと恐怖を知りもせずに「成功には行動が大事だ」などと身勝手にのたまう若輩者が、私はどうしても許せませんでした。

自分を卑下し、自ら命を捨て逝くような人達が現れる社会、それを許すことが出来ませんでした。

人の喜びと成功の裏側に、人の痛みと不幸が在る二元の世界、その格差を加速させるかのような資本主義の社会が許せませんでした。

多くの人達が目の前の仕事に追われて、子供のそばに居てやる事が出来ない、私はそんな社会を認めることが出来ませんでした。

人が自ら怠惰に向うことを助長するかのような、医療行為の拡大推進を認めることも、やはりできませんでした。

私は「治らない病気だ」などと言い放った医者存在が許せませんでした。

笑顔が大事だと分かっている、父の笑顔を見ずにして、自分だけが笑顔でいることはもうこれ以上許せませんでした。

・・・結局、私は、自分も他人も、目に映る何もかも、それら全てが許せなかったのです。

私はただ、父と母がそばに居てくれればそれでよかった。

立派な家など欲しくはなかった。

また父と将棋を指したかった。

それが叶わぬ願望であるとは分かってはいても、どうしても私は、私の記憶の中の父親と共に、これからも生きていきたいかった。

もうこれ以上、父も祖母も裏切りたくなかった。

父を救いたかった。

父の助けになりたかった。

・・・私は一人ひとりの意識の中に無限の宇宙が在るということ、自分がアスペルガーであることを知った時から理解していましたが、その一人ひとりの宇宙に普遍的に在るはずの理、全ての人が不幸を味わうことなく、望む喜びを得るためとなる「理」を求め続けていたのです。

私は自分自身の行動を抑圧しながら、人にとって望ましい調和の行動とは一体何なのか？

それを「食」という人の営みを抽象思考し続けることによって、人間にとって普遍的となるであろう調和を生み出すための理を、3年の間ずっと求め続けてきました。

自らを経済的に苦しい状況へと追い込みながらも、それを受け入れ、全ての人が救われることとなる智恵を求め続けてきました。

・・・そして今、ようやく私は全てを理解することができました。

ようやく気づくことができました。

「ただ私が愚かでしかなかった」

・・・・・・ということ。

結局私は、私自身を寂しがらせなければそれで良かった。

目の前の人の不安を、そのまま受け止められる自分で在りさえすればそれで良かった。

目の前で喜ぶ人と、その喜びを分かち合うだけでそれで良かった。

目の前の人の感情を否定して、悲しみます様なことをしなければそれで良かった。

自分を、人を、不快にさえしなければ、そのための努力さえすれば、誰もがそれぞれの自分が思い描く現実を創造する資格と力があるということに、今になってようやく気づくことが出来たのです。

30年以上もの間、たったそれだけのことに、

ただただ自分の都合で人を喜ばせようとしていたことが間違いであったということに、

私はずっと気づくことが出来なかった愚か者でした。

それがただ自分自身を喜ばせようとしていただけであるということに、いつまでも気づくことができなかった愚か者でした。

その願望の裏側に、ただ悲しみに明け暮れ、ただ寂しかっただけの自分自身が居たということに、目を向けてやることが出来なかった愚か者でした。

人の幸せを求めるならば、自分と他人を不快にしなければ、ただそれだけで良かった。

自分の愚かさに気づき、ようやく全てを理解した時、私の両目には自分の愚かさに対する恥ずかしさと、体中にほとぼしる生命の躍動の慶びに、涙がとめどなく溢れていました。

・・今、愚かな自分から逃げずに3年もの間、真摯に向き合い続けたからこそ、自分の愚かさを受け入れると同時に、ずっと私が求めていた一つの理を見出すことができました。

そしてその理を見出したことによって「誠の自在心」をも手に入れることとなり、何ものをも怖れることのない自分へと成長することに成功することができました。

やっと私は、父と、そして全ての命と一つになれたのです。

今から3年前に「食育が伝える祝福の心」と題した自身のブログの中で、次のようなことを書いたことがあります。 → http://genmaiya-taizo.com/cat66/cat4/post_133.shtml

『私は孤独に苦しむ人たちを救ってあげることはできませんが、この事実を知り、しっかりと認識することで、あなた自身があなたを救うことができるということを知っています』

・・・ただ、今はあの時とは少し考えが変わりました。

私は今も、あなただけがあなた自身を救うことが出来ることを理解していますが、ただ、あの時とは違って今の私ならば、あなたを救うための力にもなれるでしょう。

もしあなたが今、あなたの中に何かしらの不安や不満を抱えていたとしても、もう何も怖れることはありません。

あなたは一人ではありません。

私もあなたも全てが調和の中にあります。

あなたも私も全てが祝福の中にあります。

あなたが今までも、そしてこれからもずっと祝福され続けているという事実を、どうぞ恐れずに受け入れてください。

あなたがあなた自身を恐れさせさえしなければ、苦しみや悲しみを味わうことなど一切ありません。

あなたは溢れ出す涙と、生命の慶びの震えを、ただそのままに味わえば良いのです。

・・・私は今もこれからも、あなたがあなたの全てを理解し、あなたの全ての怖れをあなた自身の力で克服する日が来ることを、心から願っています。

1. 人間とは何か？ ～自分を知ることの大切さ～

1-1. 人間の正体とは『情報』である

1. 人間とは何か？ ～自分を知ることの大切さ～

1-1. 人間の正体とは『情報』である

こんにちは。

私は今から、あなたにとっておきの話をしたいと思います。

私が見つけた”人生を楽しく生きる上で、とても役に立つ理（ことわり）”について、こうして何かの縁で出会ったあなたに、ぜひお話したいと思います。

私はどうすれば、この”理”を、あなたに余すことなく伝えられるのか？

あなたが素晴らしい人生をエンジョイするために役立つ、この素晴らしい智恵を、私はどうすればあなたに確実に伝えることができるのか？

それを考えると、喜びと興奮、そして責任の重大さに、まさに身が震える思いです。

今からあなたにお話することが、あなたがより良き未来を楽しむための大きな支えとなることを、私は切に願っています。

・・・ただ、私の話はもしかしたら、あなたにとって少し難しい話になるかもしれません。

だけど、それでもあなたには絶対に知っておいて欲しい、あなたにとって必ず役に立つ大事な話になると確信しています。

できるだけ分かりやすく、色んな例を交えながら説明していきたいと思うので、私が今から話していくことをあなたが快く受け取って、そしてゆっくりでいいので”理解”してくれることを心から願っています。

そうしてもらえると何より幸いです。

私はあなたに教えたいことが本当に沢山あって、何から順番に話そうか？・・・すごく迷ってしまうんですが、やっぱりあなたには一番最初に一番大事なことを話しておこうと思います。

その一番大事なことは・・・

「私は一体何者なのか？ そしてあなたは一体何者なのか？」

「私やあなたの本当の正体とは何なのか？」

ということです。

つまり『自分とは何か？』

・・・あなたに一番最初に伝えたいことは**自分を知ることの大切さ**です。

私やあなたの本当の正体とは一体何なのか？

・・・もし誰かにそんなことを聞かれたら、あなただったら何て答えますか？

私なら「**人間です**」って答えるけど、そんなことはもちろん当たり前のようなことですね（笑）

・・・でも、そうすると次に、「**じゃあ、人間ってのは何だろう？**」・・・っていう問題が出てきます。

もし、手足が2本ずつあって、頭が一つあって、目が二つ、鼻が一つ、口が一つ、耳が二つあって、2足歩行するのが人間だっていう定義をするならば、それはおかしい話になりますよね？

・・・じゃあ、手が一本ない人は人間じゃないのか？

片目しかない人は人間じゃないのか？

両手両足がなくて、歩くこともできない人は人間じゃないのか？

そんな疑問が山ほど出てきますからね。

・・・だから物質的に「人間とは何か？」というのを定義することはとても難しい・・・

・・・というか無理なことなんです。

ちなみに私の見解を先に言ってしまえば、

【 物質的（肉体的）に不自由や相違がどれほど見受けられたとしても、自分以外の者と「人間だよね」という共有認識をすることができる存在であるならば、その存在は人間である 】

・・・と考えています。

ややこしいですか？（笑）

まあ、この辺はサラッと流そうと思いますが、大事なことは ” 共有認識することができる ” という所にあるわけです。

別の言い方をすれば、

意識を共有できる存在であるかどうか？

・・・という所に「人間とは何か？」という問いに対する答えのヒントが隠されていると、私は考えているのです。

・・・で、その考えを突き詰めていけば、人間とは何か？

・・・私達の本当の正体とは？

あとがき

【太極の理 ～source of the universe～ 】はこれにて終了となります。

最後までお読みいただきありがとうございました。

・・・さて、いかがだったでしょうか？

本書の最初のほうで「あなたが人生を楽しむ上でとても役に立つ理についてお話します」と書きましたが、抽象的な話が多かったこともあって、あなたはもしかするといまいちスッキリとした気分にはなれなかったかもしれませんね。

もしスッキリした気分でなければ、それはあなたの意識に生じた意識のズレを、あなたが理解していないから、ということになります。

こんなことを言うと「なんて無責任なことをいうヤツだ」と呆れてしまうかもしれませんね（笑）

でも、それでいいんですよ。

私たちの世界には常に理解していないことばかりが生じているのですから。

本書では「それを理解すれば喜びを見出せる」という当たり前の様なことを、延々と200ページもかけて説明しているわけです。

「世界は常に自分が理解していないことばかり」

この認識が何より大事なのです。

自分自身に、そして人それぞれに、常なる意識のズレが生じているという事実を意識的に認識するようになって初めて、あなたは人生の喜びを創造するための本当のスタートを切ることができます。

その認識があればこそ、常なる『快』を見出すためとなる”理解”を選択することが可能となり、結果として日々を無理なく上機嫌に生きることができるようになるのです。

人は何かしらの「不快」を感じた際に、それが自分の意識のズレであるということを認識できなければ、それを理解するという行為を意識的に選択することは出来ません。

自分の意識にズレ（＝不快）が生じているという事実を、意識的に認識し、理解することができなければ、どうしても無意識に自分の行動を支配されてしまいます。

必然的に『自分の過去の快』に囚われてしまうのです。

それは自己保存の欲求による自然な出来事なのですが、不快を理解しないで居た方がラクに『快』を感じることができるため、本当に多くの人たちが以前と変わることのない行動習慣に流されています。

つまり、これまでに解いたことのある問題しか解こうとせず、同じ問題に固執してしまうわけです。

それによって自ら不快を創り出し、様々な苦悩に囚われてしまうことにもなっているのです。

誰もが全てを理解する力を持っているにも関わらず。

「世界は常に自分が理解していないことばかり」

それを知ること、理解することが『謙虚で在る』ということです。

そして、人は謙虚で在ることによって、常なる喜びを創造することができるようになります。

・・・私は本当に長い間、『謙虚』の真の意味を理解することができませんでした。

あなたにはぜひ喜び溢れる人生を送ってもらいたいと願っています。

本書は抽象的な内容が多いため、なかなか理解が難しいかもしれませんが、何度か繰り返して読むことで様々な気づきを得ることができるでしょう。

いついかなるときも、自然と喜びが創造されているという事実を、いずれあなたは身をもって知ることができるようになるでしょう。

最後にオマケとして、太極の理を見出した際に私の心の中に流れた歌と（笑）、そして手前味噌ですが、私の作った詩をご紹介しますとさせていただきます。

今後のあなたの人生に、一点の曇りなく澄み渡るような青空が広がり続けますように。

空がこんなに青いとは

作詞 岩谷 時子
作曲 野田 暉行

知らなかったよ 空がこんなに青いとは
手をつないで歩いて行って
みんなであおいだ空 ほんとうに青い空
空は教えてくれた 大きい心を持つように
友だちの 手をはなさぬように

知らなかったよ 空がこんなに青いとは
なぜかしら悲しくなって
ひとりで見上げた空 とっても青い空
空は聞かせてくれた 風にも負けない雲の歌
ひとりでも もうなかないように

【人間になりたかった神様のお話】

僕は本当は神様になんかなりたくなかったんだ。

神様なんかじゃなくて、僕は人間になりたいって、ずっとずっと願ってた。

それまで僕は、なんで僕がみんなの輪に入れないのか？

それが分からなかった。

なんで僕を嫌う人がいるのか？

それが分からなかった。

なんで僕はみんなの輪に入るとこんなに疲れるのか？

それが分からなかった。

みんなの輪に入りたいのに、不快になっちゃう僕。

みんなの輪に入って誰かを喜ばしたら、別の誰かを不快にしちゃう僕。

僕はそんな僕を許すことができなかった。

他の人達はありのままでもいいんだよと言うけれど、

僕がありのままでも、

僕の行動で不快になる人達が必ず僕の目に飛び込んでくる。

それを「ありのままだ」というのであれば、僕はそんな輪には入りたくはなかった。

でもその輪に入ることは嫌だったけど、

だけどやっぱり、僕は人の輪に入りたかった。

僕は人間になりたかった。

ああやって、手と手を取り合って笑い合える人達の中に、僕も入りたかった。

だから僕は、僕が人間になるための智慧を求め続けてきた。

人間になりたい、人間になりたい、人間になりたい

みんなの輪の中で、みんなと一緒に笑い合いたい。

だけど、そうやって願えば願うほど、

人間になるための智恵を求めれば求めるほど

人間は僕のそばから離れていった。

やがて僕は一人ぼっちになってしまったけど、

それでも僕はあきらめなかった。

そしたら僕は神様になった。

僕はあんなに神様になんかなりたくないと思ってたのに・・・。

だけど神様になったら、簡単にみんなの輪に入れるようになった。

だれも傷つかないし、誰も不快にはならなかった。

神様になった僕には、みんなの笑顔しか見えなかった。

そしてその時、僕はようやく分かったんだ。

みんなが人間じゃなくて、みんなが神様だったんだってことを。

ただ僕がずっと勝手に勘違いしていただけだったってことを。

何にも心配することなんてなかったってことを。

おわりに

本e-Bookを最後までお読みいただき、誠にありがとうございました。
本書の内容があなた様のお力添えとなりますことを切に祈っております。

また、本書の内容に対するご質問やご意見、ご感想を随時うけたまわっております。

ご質問に関しては、メールにて誠実に回答させていただきます。

読者様のご意見やご質問をもって本書内容のさらなる向上を図る所存ですので、ぜひあなた様のご意見、ご質問をお寄せいただけますと幸いです。

ご質問以外にも、ご感想などをお寄せいただけましたら嬉しい限りです。

玄米屋たいぞう 店主 南部 修一

発行責任者氏名： 南部 修一

住所： 〒916-0026 福井県鯖江市本町二丁目1-12

電話番号： 0778-52-9260（お問い合わせはメールにてお願いします）

メールアドレス： taizo1974@live.jp