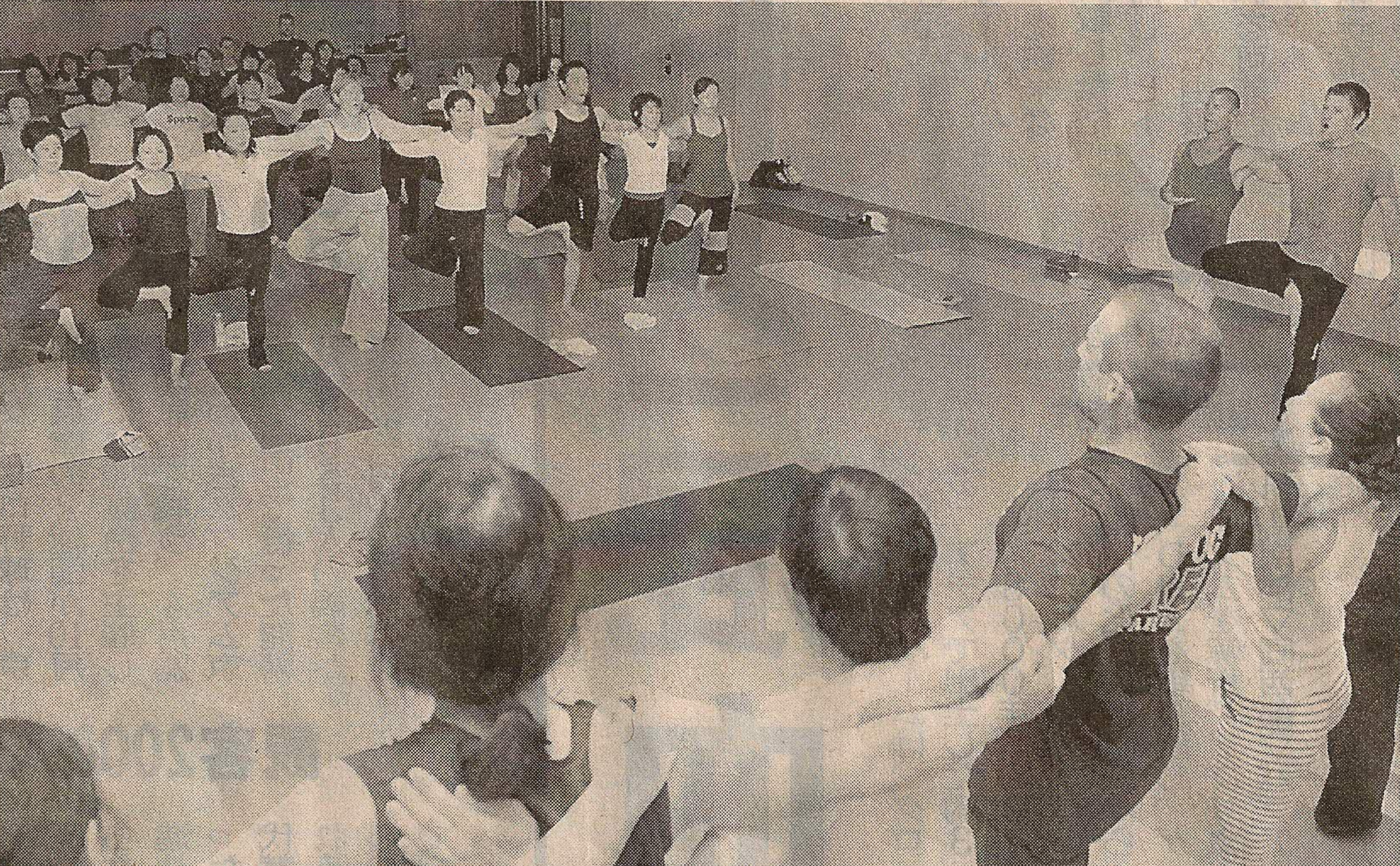


一人一人の「木のポーズ」が「森」に。右奥の2人がオリバー・ラインシュさん（左）とブレット・ミリナーさん＝高知市総合体育館で

ヨガを「緑」のために



70人の「木」ポーズで森 高知 スクール代表 ラインシュさん

地球のあしたのために、何ができますか……。ヨガスクール「TOSA YOGA」代表、オリバー・ラインシュさん(40)がみどりの日の4日夕、高知市総合体育館(同市大原町)でチャリティーヨガを開催。国内外の約70人が参加した。参加費など計8万3200円は後日、県森と緑の会(同市)に寄付される。

06年に始まり、今年で4回目。これまでチャリティーヨガの収益金約20万円を同会に寄付、森林教育活動などに役立ててもらっている。昨年5月には功績をたたえられ、同会から表彰を受けた。

参加者は2〜75歳で、日本、豪州、米国、ブラジルと国籍もさまざま。約400平方メートルの会場にヨガマットを敷き、中央のラインシュさんらを手本に、牛や太陽礼拝などのポーズをこなし、また、片足で立ち、両腕を天に向かって伸ばす「木のポーズ」では、ラインシュさんが「森をつくるのは一人では難しい」と呼びかけ。参加者が片足立ちのまま横の人と肩を組み合わせると、会場内に「森」が現れた。

最後に、高知大英語教師、リブル・ダニエルさん(53)が尺八、岡豊高校外国語指導助手(ALET)、コスタ・レソムさん(29)が豪州の先住民アポリジニの楽器「ディジュリドゥ」、イギリス奏者の葛目絢一さん(25)がロシヤ・トゥバ共和国の弦楽器「イギル」などを会場の中央で演奏。参加者は、めい想しながら腹式呼吸を繰り返し、国境を超えた音の競演に耳を傾けた。

最高齢の参加者、高知市の川崎正子さん(75)は「(温暖化などの環境問題は)日常生活の便利さのつけなのかも。一人一人が関心を持つことが環境を守る第一歩になり、命のつながりにもなっていくと思う」。豪州出身のヨガ講師、ブレット・ミリナーさん(31)は「千里の道も一歩から。小さな行いが大事です」と流ちょうな日本語で話した。【千脇康平】

チャリティーで寄付へ

70人の「木」ポーズで森 高知