

## goo スローライフ

[新規登録](#) [ログイン](#)

[特集](#) | [暮らし](#) | [食](#) | [健康](#) | [自然](#) | [グッズ](#) | [ショップ](#) | [環境goo](#)

[スローライフ](#) > [特集](#) > [スローな暮らしの実践](#)



### 中庸に生きる

人間と自然環境がうまく調和した無理のない理想的な暮らしを求め、穀類・粉食・ハーブを中心にオーガニックフードの貿易・卸販売会社を経営している七林養宜海（よしうみ）氏に、マクロバイオティックな暮らしに行き着くまでの経緯を語っていただいた。

### ※マクロバイオティックとは



七林養宜海（ななばやし・よしうみ）

1951年三重県生まれ。音楽プロダクション経営後、身体を壊し渡米。帰国後マクロバイオティックフード会社オーサワジャパンに入社。身土不二、一物全体を信念に、88年オーガニック流通コーディネート会社マウンテンソングを設立。現在、アマジャパン代表取締役社長。音楽プロ

### ■ターニングポイント。アメリカン・インディアンとの出会い


**編** 七林さんはマクロバイオティックのお仕事をなさる前、アメリカにいらっしゃったと伺ったのですが。

**七** 僕は、大学卒業後から76年までは音楽関係の仕事をずっとやっていたのですが、仕事がとってもハードで身体を壊してしまいました。その頃すでにプロダクションの経営者としてかなりハードに仕事をこなしてましたから、これ以上ここにも自分の成長はないという思いもあって。それでアメリカへ渡って4年間留学していたんです。

**編** これで自分はいいいのか、という自問自答があったわけですね。

[環境 goo](#)  
[花粉症特集2008](#)  
[花粉症に克つ!](#)  
[間伐材利用の現場](#)

### Present

 砥石、手づくりパンの本、手打ちそばを計10名様に！  
→[プレゼントページ](#)

[会員登録/変更削除](#)

### ！ 特集

- [特集](#)
  - [スローな暮らしの実践](#)
  - [スローウェア](#)
  - [スローフード](#)
- [スペシャルエディション](#)
- [インタビュー](#)

- [暮らし](#)
- [食](#)
- [健康](#)
- [自然](#)
- [グッズ](#)
- [ショップ](#)

### 目 企業のみなさまへ

- [スローライフコンセプト](#)
- [Ecotフォーラム](#)
- [Ecotアンケート](#)
- [メニューガイド](#)

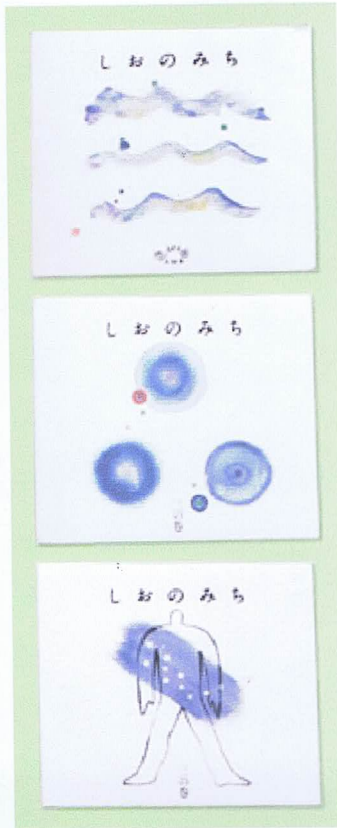
### gooスローライフについて

- [サービス案内](#)

デューサーとしても活躍中。



旅で出会った石たち。アメリカン・インディアンの伝統的な治療法として、ヒーリングストーンという治癒力を持つ石がある。



七林さんが92年以來ソーシャル・プロデュースしているCD『しおのみち』シリーズ。

七 そうですね。その頃はまだ独身で、その音楽関係のプロダクションのスタッフは、アメリカ人、イギリス人、またハーフの人が多かったので、日本にいながらにして、異文化を学んだ時期だったんですね。そこで自分のルーツを探っていた。

編 なぜアメリカを選んだんですか？

七 小学校の高学年～中学生頃の僕はタイ、インドに大変興味があったんですが、そのころから日本は高度経済成長期で生活様式等取り巻く環境が欧米化していました。メディアの影響も大きく高校から渡米するまでの期間は欧米化思考の世界で生きていた感じですね。実は七林家の先祖は「七宝山講堂院連光寺（ひちほうざんこうどういんれんこうじ）」という1637年に建立されたお寺なんです。母の実家も今日でも代々の禅寺。その影響で仏教をベースとした郷土・風土文化が私の中に強く根付いていた。だから日本に多大なる影響を与える大国アメリカをぜひこの目で確認したかった。

編 むしろ逆輸入の感覚を学びにアメリカへ行ったわけですね。

七 そう。それに父親が教師で、郷土史、考古学研究者で良く旅をしていて英語が話せたという影響もあります。

編 アメリカのどこへ行ったんですか？

七 まずカリフォルニアのサンフランシスコ、バークレーへ行きました。

編 バークレーでどんなことをしていたんですか？

七 ご存じのようにサンフランシスコ、バークレー市は米国でも東洋文化の影響が強く環境、エコロジー、平和を求めるオーガニック文化の発祥地です。1977年2月1日初めてバークレーに来てアパートを探すまで、2週間お世話になった家が当時ネイティブ・アメリカンをサポートするセンターでした。そのころインディアン・ウオークが全米であり数人のアメリカン・インディアンたちとの共同生活を体験しました。自然と共に生きる彼らから「共存とはその場に存在することすべて。分離することのない生命の（和、環、輪）の世界である」という価値観を教えられました。米国での生活の目的にアメリカ横断計画がありました。それも全行程アウトドアでのキャンプ横断です。1979年6月23日からの23日間の旅の体験は、ネイティブ・アメリカンの生活を含めアメリカの大地をパノラマで見れた旅路でした。

[1][2][3]

[次へ▶](#)

[1] [ターニングポイント。アメリカン・インディアンとの出会い](#)

[2] [川の流れのように生きる](#)

[3] [人間は自然界の一部](#)

## goo スローライフ

[特集](#) | [暮らし](#) | [食](#) | [健康](#) | [自然](#) | [グッズ](#) | [ショップ](#) | [環境](#) [goo](#)

[スローライフ](#) > [特集](#) > スローな暮らしの実践

[新規登録](#)

[ログイン](#)



七林さんが取引しているオーガニック農園。



愛用の湯飲み茶碗に「一物全体」「身土不二」の文字が。長男秀郷（しゅ

### ■ 川の流れるように生きる

七 僕が身体を壊した時は、「人間の肉体と精神は食物から成る」という基本哲学を実践するために、玄米菜食を始めた時期でもありました。自然食レストランが都心に出始め玄米や手作り納豆が都会で流行った時代です。僕は農村で18歳まで育ったので、子供の頃の食生活に切り替えるだけでした。

編 出身地はどちらですか？


七 三重県多気町河田という小高い山に囲まれた農村です。非常にのんびりした生活というか、自給自足的な生活をしていて。でも、小学校高学年の頃から農薬が使われ始めたんです。学校へ行く時にマスクをしなくちゃならなかった。自然環境が悪化して川魚が死んだり。12歳まで河田で過ごしたわけですけど、僕にとって不自然な現象として心に深く刻まれた時期でした。

編 そういう経験があった上で、旅をして自分が変わりましたか？

七 僕の生き方は、わりと川の流れるの



#### Present

 砥石、手づくりパンの本、手打ちそばを計10名様に！  
→ [プレゼントページ](#)

[会員登録/変更削除](#)

#### ！ 特集

[特集](#)

ト [スローな暮らしの実践](#)

ト [スローウェア](#)

ト [スローフード](#)

[スペシャルエディション](#)

[インタビュー](#)

[暮らし](#)

[食](#)

[健康](#)

[自然](#)

[グッズ](#)

[ショップ](#)

[企業のみなさまへ](#)

[スローライフコンセプト](#)

[Ecotフォーラム](#)

[Ecotアンケート](#)

[メニューガイド](#)

gooスローライフについて

[サービス案内](#)

うご)くんが16歳の時に作ったもの。



本棚には、玄米、そば、マクロバイオティックなど料理関係の本がずらり。



国産無農薬農薬栽培 実  
そば 250g

玄そばの殻を剥いた生のそば。そばがゆ、雑穀ご飯にすると美味しい。

秋田・大館の味 中山  
そば 250g

手打ち蕎麦の村として昔から栄えてきたみちのく大館市中山に伝承されてきた

「中山そば」は契約栽培の無農薬栽培のそば粉と南部小麦を配合した本物志向田舎そばです。自然乾燥、低速製粉、添加物は一切不使用。

[>>プレゼントページへ](#)

●問い合わせ

AMA Japan Inc.

e-mail:

[amajapa@gol.com](mailto:amajapa@gol.com)

ようにというか、中庸なんですね。最終的には自分が決めてるんだけど。

編 なんかやらされてるって感覚ありますよね。カーに乗っていると、虫がいたりマングースがあったり、途中エスキモーの部落があってそこに泊まるとか。自分が目指してそこを訪れてるのではなく、川の流れに乗って勝手に出会ってるんですよね。そういうことを普段の生活にあてはめていくと、出会うすべてのことが無駄にならない。

七 アメリカ本土から日本に一時帰国し再度米国に帰る時にハワイのマウイ島に滞在しました。そこで今まで見たことのない円形(サークル)の美しい虹に遭遇したんです。そのハワイの大地とアメリカ本土、そして日本の大地が一瞬に繋がったんです。海、空、大地、風が繋ぐ「モンゴロイドの大なる旅」の発見でした。

マウイ滞在中に親友の日系ハワイ人や地元の人々と交流を重ねる度に私の心は急に日本に向いてきたんです。自分のルーツは日本(三重県)にあると。1981年に日本に帰国し、すぐ日本CI協会出版の「新しき世界」という雑誌に出会いました。その時飛び込んできた言葉がマクロバイオティック(フード)、無双原理、陰陽論、CI(Le Center Ignoramus)そしてG・O(Geroge Ohsawa=桜沢 如一)でした。宇宙の秩序、法則に従った生き方、大自然と共に生き

る生活法。まさに Great Spiritsの  
世界です。

私はすぐ食品事業部に面接を請い  
就職しマクロバイオテックフード  
の生産、加工流通、貿易、料理  
法、食事療法、陰陽論、を学び始  
めました。

編 当時では新しい食を普及させるよ  
うな会社だったんでしょうね。

七 無農薬、無化学肥料、遺伝子組換  
作物不使用の生産物の卸販売会社  
です。そこで確信したのが、「一  
物全体」「身土不二」「陰陽」。  
この言葉に到達した。それからマ  
クロバイオテックについて勉強  
しました。本を読んだり料理学校  
に通ったり。食にも陽性とか陰性  
があるんですね。陰陽ですべての  
物事を考えた場合に、中庸である  
自分に近いなと思った訳なんで  
す。よくもなければ悪くもない。  
バランスがいい。僕は食と旅と音  
をやるために生まれてきたんだな  
と。



編 キーワードが見つかったんです  
ね。今は独立なさってご自分で会  
社を経営しているんですね。

七 1988年3月個人会社を設立し  
ました。会社理念は「持続可能な  
安定した国際経済社会の構築」。  
地域環境教育の育成と自立的な経

济構造へ転換を目的とした地球規模での持続可能な循環型農業・加工・流通支援ネットワーク会社です。

日本企業数社と提携し上記に従った事業展開を構築しています。国際的プロジェクトはユーラシア大陸、中国北東部の穀倉地帯の貧困農民支援の為（某）会社と提携しオーガニック国際貿易を1996年から本格化し純利益の10%をオーガニック農業推進基金として農民の教育支援活動に寄与しています。現在進行中のプロジェクトも日本の食品加工・技術メーカーとの連携で新商品を開発・流通販売し還元しています。

勿論日本でも自立的な経済・社会構造への転換のため環境循環型農業と加工・流通のエコマーケティングの構築を北東北、九州、その他の地域ポイントをネットしたシステムデザインを構築中です。

[◀前へ](#)

[\[1\]](#)[\[2\]](#)[\[3\]](#)

[次へ▶](#)

[1] [ターニングポイント。アメリカン・インディアンとの出会い](#)

[2] [川の流れるように生きる](#)

[3] [人間は自然界の一部](#)

[今までの特集一覧](#)

[スローな暮らし目次](#)

[【PR】 あなたのニーズに合わせて日経4紙をクリッピング](#)

[gooトップ](#) | [サイトマップ](#) | [広告掲載](#) | [免責事項](#) | [プライバシーポリシー](#) | [ヘルプ](#)

 Copyright:(C) 2003 [NTT-X](#) All Rights Reserved.

有価証券報告書、オンライン販売

## goo スローライフ

[新規登録](#)

[ログイン](#)

[特集](#) | [暮らし](#) | [食](#) | [健康](#) | [自然](#) | [グッズ](#) | [ショップ](#) | [環境goo](#)

[スローライフ](#) > [特集](#) > [スローな暮らしの実践](#)



### ■人間は自然界の一部

編 3番目のお子さんをご自分で取り上げたと聞きましたが。

七 1, 2番目の子は産婆さんに取り上げていただきました。3番目は自宅出産が自然の流れと信じていました。




3人の子供たちに囲まれて。右からから秀郷(しゅうご)くん、寛聡(ひろさと)くん、そして七林さんが自宅で取り上げた加奈子ちゃん。

編 大変だったんですか？

七 ビデオを片手に、もう一方に鉄みを持って……という感じだったかな。生命の強さをすごく感じてたから、問題なかった。ちょっと早いけど、塩湯をはって風呂に入れたと家内に言ったわけです。そしたらもう出そうというので2階に上がったら、すぐ生まれた。



#### Present

 砥石、手づくりパンの本、手打ちそばを計10名様に！  
→[プレゼントページへ](#)

[会員登録/変更削除](#)

#### ! 特集

[特集](#)

ト [スローな暮らしの実践](#)

ト [スローウェア](#)

ト [スローフード](#)

[スペシャルエディション](#)

[インタビュー](#)

[暮らし](#)

[食](#)

[健康](#)

[自然](#)

[グッズ](#)

[ショップ](#)

[企業のみなさまへ](#)

[スローライフコンセプト](#)

[Ecotフォーラム](#)

[Ecotアンケート](#)

[メニューガイド](#)



編 塩水を入れたのが良かったんじゃないかな。マイクロネシアのある島では、海の中にみんなが集まって子供を取り上げるんだそうですよ。すばらしいよね。

七 すごいね。原始ですね。強い子が産まれんだろうな。

編 命の生まれる瞬間を体験して、何を得ましたか？

七 私にとって子供の誕生は人生に大きい影響を与えました。自分と子供との関係は大きいテーマです。子供は鏡そのものですから子供からの教えは多大です。自分の命を受け継いでいってくれます。ありがたいことです。家内ともマクロバイオテック、禅のご縁で知り合い子供が授かりました。是非今後出産されるかたがあればまずヘルシーな体で自然分娩で産むことをお勧めします。人間（命）は自然界の一部であるという認識。それぞれの命は全て繋がっている確認。全ての宇宙エネルギーを感じながら秩序に沿った生き方が我が家の法則です。

編 子供たちに父親の生き方を伝えていくということなんですネ。

七 子供達と両親、祖父母、そして地球人の生き方を分かち合いたいと考えています。自分が自分らしくいられる心の術を毎日の生活から産みだし日常生活に取り入れ生き方を分かちあいたい。分かち合う心の教育が大切です。それには時間が必要です。やはりスローマインドでスローライフな生き方が大切です。



家には家族の写真がたくさん飾られている。家族の強い絆が感じられた。

左に写っているのが七林さんの奥様。親から子へ、ライフデザインは受け継がれ、進化していく。