

繊腕なんて言わせない!!

316

心の癒やしにつなげたい

「私自身も勉強中です」と語る

藁谷 弘子さん

Re.yoga Lotus 代表
リ・ヨガ
ロータス
 いわき市常磐湯本町三函二〇八（元緑彩雅宿古滝屋8F）

電話／〇九〇―八六二―一八七八



「ヨガは、ある種のポーズといったものだけではなく、心の健康、そして癒やしなどケアにもつながるんです」と、熱っぽく語る藁谷さん

一見、物静かな女性。と、感じていたら、十数年にわたって行ってきた自らの仕事、「ヨガ」の話になると熱を帯びたように語る藁谷弘子さんは、「この三月十二日で五十歳になるんですよ」と、照れながら年齢を教えてくれた。

藁谷さんが指導中の「ヨガ」は、一般的に言われるポーズを主体としたものではなく、「心の健康」に特化している。

「よく行われているポーズは体の運動に近く、最初はそれがヨガと思っていたのですが、技を深めていくうち別な認識、例えば人の持つ喜怒哀楽のうち、心を穏やかにしたり鎮めたり、ということなどを学びました」

彼女が口にしたのは、心と体のケアにつながる「アールヴェエダ」という言葉。サンスクリット語の「寿命、生氣、生命」を意味するアーユスト、知識、学のヴェエダを合わせた文言。インドでは古くから病気の治療、健康維持などに関する「伝統医学」として受け継がれてきた。

ヨガの歴史、効能、効果などを柔らかく語った彼女、この道に入る前はブライ

ダルカメラウーマンとして活動。高校を卒業後、会社員として勤めながら月に数回、都内のカメラ関連の専門学校へ月二、三度の割で通い、二年間学んだ。その後、仙台を拠点にアシスタントをしながら東北一円を回り、独り立ち後はいわき地区の結婚式場などで働んでいた。

「挑戦することが好き」

「なんでも挑戦することが好きなんです。いろいろやってみてみなかった」と、笑顔で話す藁谷さんは、ヨガにも興味を持ち、二〇〇八年に市内で開かれた教室に参加。性格にあったのか、本格的に学ぶため都内のインストラクター養成学校に入校。二年後の二〇一〇年に組織を設立して代表に就任した。

ング悪く、一カ月後にはあの東日本大震災。さらに、その数年後にはコロナ禍がまん延。勇躍、新たな船出を開始しようとした矢先のダブルパンチ。

「震災、コロナ禍ですから本当につらい日々でした。原発問題で子どもたちは屋外で遊ぶことを不安視されたし。人は集まれない。私は少しでも生活の足しにしなければとオンラインで『朝ヨガ』を始めました。これが今の出張ヨガにつながり、市内の幼稚園や小学校、公民館などから依頼が来るようになりました」

受講者の中には各種の障がい（視覚、ダウン症など）を持つ子ども、あるいは



施設のお年寄りなどもあり、そうした体の不自由な人たちのため移動式施術車「アビヤンガカー」を購入し、「心の癒やし」を提供している。

施術は車中で行われているが、レベルアップを図りたいとして車両の改装を図るため、いわき信用組合などが展開している「企業・ひと・技応援ファンド」を活用、広く支援を求めている。

藁谷さんは、「最初、私のヨガは受け入れてもらえませんでした。今はなんとか。人からはいつばい感動をもらえます。私自身も勉強をさせていたで行きます。これからも心を大切に努めていきたい」と、強い思いを語りつつ、今の社会については「あまりにもモノがあふれ過ぎていますねえ。政治ですか。疑問があります」と、きっぱり語った。



応援ファンドで広く支援も呼びかけ中

ダブルパンチ克服 車内の改装実施へ

プロフィール

わらがい・ひろこ

1974年3月12日、小名浜生まれ。「これからも長くこの仕事を勉強していきたい」。受講者は、0歳児から92歳まで。施術時間は1時間～90分程度。休みなしで奮闘してきたためか、「今年から週に1日ぐらいいは…」。趣味はキャンプ、スノーボード、山登りというワイルド派。得意な料理は、「マーボー豆腐」と肉じゃがなど。血液型はA型

■お知らせ=このコーナーでは、自ら選んだ仕事に、あるいはその人生においてひた向きに励み、努めている女性を紹介しています。情報をお寄せください。

※このコーナーは隔月掲載です。

近代 現代日本画展

—軸装を中心に—

横山大観、堂本印象など近代を代表する巨匠から、現代を代表する日本画家作品を中心に、秀作40余点を一堂に展示いたします。

■会期/令和6年3月14日(木)～25日(月)



出品作家一例

横山大観、堂本印象
川合玉堂、竹内栖鳳
山本倉丘、堅山南風
山口蓬春、松林桂月

◀堂本印象作「雨収清風来」



有限会社 小野美術

営業時間 午前10時～午後6時
(最終日は午後5時閉場)

いわき市平字中町22番地の2 Kビル1F ☎0246-35-0383

HP: <http://onobijutsu.jp> e-mail: onobijutsu@sirius.ocn.ne.jp