

# 自らが願いだした過酷な修行 大事なのはそれを実践してこそ



## 塩沼亮潤氏

福聚山 慈眼寺 住職  
大峯千日回峰行大行満大阿闍梨

1968年宮城県仙台市生まれ。1986年東北高等学校卒業。1987年奈良県吉野金峯山修験本宗管長五條順教に師事、総本山金峯山寺において出家得度。  
1991年大峯千日回峰行入行。1999年金峯山史上二人目となる大峯千日回峰行満行。2000年四無業満行。  
2003年故郷仙台の地に慈眼寺建立を果たす。2006年八千枚大護摩供満行。  
テレビやラジオ等メディアにおいて独自の宗教観を語る。  
『人生生涯小僧のころ』（致知出版社）『心を込めて生きる』（PHP出版）『忘れて捨てて許す生き方』（春秋社）『縁は苦となる苦は縁となる』（幻冬舎）など著書も多数出版。

命がけの極限の日々だからこそ集中力は途切れない  
大阿闍梨になりたいからではなく修行を達成させたいという想い  
毎日精一杯努めればやがて見えてくる世界到達していく感覚  
人生をより豊かによりよく生きるという仏の教え  
己を磨き人間力を持たなければ教えを施すことは出来ない

# リレー 対談

## 大峯千日回峰行は純粹に 宗教はあくまでも道しるべ

檀家もないお寺もない葬式もお墓もないのにお坊さん  
喜捨で建立した慈眼寺は奈良や京都の寺を觀て蓄積してきた総て  
難行道と易行道 人生では誰もが人間という修行をしている  
どうこうしようと囚われるより前に進んで行った方がいい  
行を終えて行を捨て生きてきた痕跡を残さずこの世を去るがよし



### 徳岡邦夫氏

株式会社京都吉兆 代表取締役社長

1960年生まれ。「吉兆」創業者湯木貞一氏の孫にあたる。20歳から本格的に修行を始め、貞一翁から料理の核心を学ぶ。修行を経て京都・嵐山本店へ。

1995年以降、総料理長として現場を指揮。

2008年北海道洞爺湖で開催された首脳サミットG8にて日本料理を担当。

2009年以降嵐山本店はミシュラン3つ星の評価。2015年イタリア ミラノ万博の国際連合食糧農業機関（FAO）にて日本人料理人として初めて地域活性化を提案。

2015年文化産業科学学会名誉理事就任。

2016年東京農業大学客員教授就任。伝統を守りながらも時代に即した食への多方面からのアプローチに挑戦し続け、日本料理に多彩な演出、提案を行い、日本食の啓蒙に尽力する。

常人の限界を超える  
大峯千日回峰行



塩沼亮潤氏

か？  
と思つたら、崖の間にいたんです。

多分、仏様が足首を持って助けて下さったのだと思います。

徳岡 食事はどのようなものですか？

塩沼 3食、ほぼおにぎりと水だけです。24km先の山小屋まで行き、山頂の宿坊でご飯と味噌汁とお漬物程度をかきこみます。

徳岡 栄養がすごく偏りますね。

塩沼 1日に1食、夕方に帰ってきたから作って頂いた精進料理をいただきます。歩き始めて1か月程で、爪がポロポロと崩れてくるんですよ。

徳岡 偏つた食生活なので、カルシウムもたんぱく質もビタミンも不足しているんでしょうね。

塩沼 中でも一番きついののは気温差ですね。谷底で朝起きた時が7、8℃、そこで滝を浴び、山を登っていくとだんだん気温が下がって山頂は氷点下ということもあります。そして麓に帰ってくると30℃を越えていたりして、一日のうちに30℃以上の温度差を体験します。

徳岡 それはかなり身体への負担が大きいですね。水分はどうされてい

られます。まずは修行の話をお聞きかせ下さい。

塩沼 毎年5月3日の「戸開け」から9月3日の「戸閉め」の期間の123日間は、どんな事があっても毎日往復しなければならぬという決まりです。往復48km、高低差が1300mですが、アップダウンがあるので実際はもつとあると思えます。

徳岡 24時間の内16時間歩きっぱなしですね。

塩沼 厳しいのは、帰ってきてからの残り3分の1の時間内で、掃除洗濯、次の日の準備、食事をしなければならぬので、就寝時間は4時間半程です。これがちよつときついですね。

徳岡 始まる5月はまだ寒いです

塩沼 何回か山に登っているのですが、真夜中に提灯ひとつで歩きますから、5m先に何がいるのかわかりません。1000日の間には熊や猪に何度も出会いました。

徳岡 遭遇した時のレクチャーはありますか？

塩沼 何も教わりません。熊除けの鈴も殆ど役に立ちません。一度襲われかけた時、振り向いて熊を威嚇したら熊がびつくりして方向転換して逃げて行ってくれましたが、瞬間的に身の危険が迫った時は、躊躇なく決断しないとイケないと身をもって感じました。常に、生と死と隣り合わせです。山のちよつと険しい所で、自分は寝ているとは気づかず急に足が重たくなって前に進めなくなつた

徳岡 初日でも山道は

徳岡 栄養がすごく偏りますね。

塩沼 1日に1食、夕方に帰ってきたから作って頂いた精進料理をいただきます。歩き始めて1か月程で、爪がポロポロと崩れてくるんですよ。

徳岡 本日は、仙台福聚山慈眼寺のご住職、塩沼亮潤大阿闍梨を指名させて頂きいただきました。「日本をよくしていこう」という目的で参加している「G1」という会で講義を受けたり、ご著書を拝読して尊敬している方です。今日はいろいろお話伺いたいと思います。宜しくお願います。

塩沼 こちらこそ宜しくお願います。

徳岡 初めてお目にかかったのは「G1サミット」でしたね。

塩沼 ランチの時に乙武洋匡さんと同じテーブルで、徳岡さんが前回対談された中川誠一郎さんも慈眼寺へ一緒に来て下さいました。

徳岡 5、6人で何って、囲炉裏端でお食事をしながらのお話も楽しくて、至福の時間でした。

塩沼 そう言っていただけで嬉し

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

徳岡 「大峯千日回峰行」と「四

ますか？

**塩沼** 水筒に500ml程度の水を入られて、山頂で補充して少しずつ飲みながら片道持たせる感じですよ。

**徳岡** 梅干しなどで塩分補給をしますか？

**塩沼** 胃が荒れるので、塩にぎりぐらいですね。

**徳岡** まず睡眠不足、栄養が偏って、水分も塩分も不足気味だと食事による成分が全くない。食に携わっている私から見たら意欲が湧かないと思いますよ、どうやってモチベーションですか？ 使命感ですか？

**塩沼** どういう状況に置かれても自分がお願ひしてやっているのですから。

**徳岡** 9年間に亘り、1年の内4か月は歩き続け、他の時間はどのように過ごされるのですか？

**塩沼** ずっとお寺で通常の修行です。

**徳岡** 極限を突き詰める生活をしていると精神がおかしくなりませんか？

**塩沼** 毎日命がけですから4か月間集中力は途切れません。途中で止め

る場合は左の腰に差している短刀で切腹する掟になっているので、逆に

簡単です。毎日辛い、苦しい事が続いて体調も悪くなったら、普通の人には嫌になるかもしれません。

**徳岡** 千日回峰行は比叡山でも行われていて、奈良の吉野の大峯千日回峰行は1300年前に始まって、達成したのは塩沼さんが二人目なんです。

**塩沼** 1300年前に、開祖が行ったのは1000日間山に籠る修行でした。あまりにも山が険しくて回峰行はできなかつたからです。明治期に新しい山道が出来、斜めに登っていく新道ができて距離は伸びました。がギリギリ往復出来る様になったのです。

**徳岡** 何を指して大峯山に登るの

ですか？

**塩沼** 1719mの大峯山の頂上に、開祖が修行された大峯山寺の大きな御堂があります。比叡山回峰行は峰々を周るという感じですね。

**徳岡** 昭和におひとり、塩沼さんがおふたり目で達成されたわけですが、それまでに行に入られた方はいらっしゃるんですか？

**塩沼** いない様です。今は1日でも無理ですね。3か月目でヘモグロビン尿という、真っ茶色の血尿みたいなのが出ます。

**徳岡** 栄養バランスがおかしいから……やっぱり血液もおかしくなりませんか？

### 断食断水不眠不臥の荒行のち DIYで慈眼寺を建立

**徳岡** 四無行も、大阿闍梨になるために必要な修行ですか？

**塩沼** 千日回峰行と四無行はセットで非常にお得な修行です。

**徳岡** お、お得……!? 千日回峰をしないと、四無行はできないのですね。

**塩沼** 1000日に耐えられるだけの経験があるから、これが出来るという事です。比叡山では、相応さうおう和尚かしょうという平安時代前期の僧が千日回峰行を始められた長い歴史があり、その千日回峰行の中の「堂入り」という修行で、9日間断食断水不眠不臥で堂に籠る四無行もやはり1000年以上の歴史があり達成者も51名いらっしゃいます。行の長い歴史の中で、10日目に死ぬという事が分かったので9日間で終わるのだと思います。水分を摂らないのでお

小水と吐く息と汗で1日に1リットルの水分が放出され、その分血液が濃縮されてドロドロになります。座っているだけでも全速力で走ると同じくらい心臓が悲鳴をあげて、すごく危険なんです。

**徳岡** 危険というか、自殺行為じゃないですか。四無行はお堂に籠って



徳岡邦夫氏

**徳岡** 千日回峰行は勿論偉業ですが、その後四無行を成し遂げられました。

**塩沼** 10年目に9日間、飲まない、食べない、寝ない、横にならないという行です。

お経を読み、お勤めをするだけでなく水を汲みに行かなければならないんですよ？

**塩沼** 基本は、お堂に籠って仏様のご真言を10万回、9日間で読み上げないといけません。常時、見張り役の修行僧が二人付きますが、3日目辺りになると死臭が漂ってくると言います。

**徳岡** ご自身では感じられますか？

**塩沼** 自分では全く分かりませんが、死んでしまうと歴史に残らないので、長い歴史の中では命を落とされた方もおられたかもしれません。

**徳岡** そんな過酷な行を自ら望んで成し遂げられたのですが、どのようなきっかけで志すようになったのですか？

**塩沼** 小学校5年生の時にテレビで観たことですね。今考えてみると、千日回峰行をしなければいけない役目があったのかもしれませんが。家はお寺ではありませんが観た瞬間に一切の欲がなく、純粹に「やりたい」と思いました。

**徳岡** 大阿闍梨になりたいたいから修行したのではなく、修行を達成させたという想いだけだったのですか？

**塩沼** 千日回峰行達成は絶対すると思っていました。この修行をしなければ将来自分はいろんな力を発揮出来ない、将来を見据えて「今頑張っておこう」というモチベーションでした。「行を終えて、行を捨てよ」という師匠の言葉があります。人間ですから、当然、辛いし苦しいし生きるか死ぬかの瀬戸際の時もあります

程辛さを感じる物質が脳から分泌されていたのかもしれませんが。日々、辛い方が自分自身成長していく感覚があるということですか？

**塩沼** おそらく料理もそうですよね。毎日やってもやっても師匠と同じ味は出せない、師匠には届かないけれど、毎日手を抜かずに精いっぱいやっていけば、見えてくる世界、到達していく感覚ってありませんか？ それなんですよ。

**徳岡** 自分自身が成長して自分の修行を究めていく事が、沢山の人の為になる、その接点について、どのように考えていらっしゃいますか？

**塩沼** まず自分が修行を達成しなければいい指導ができない、「人生を

より豊かによりよく生きていく」という仏の教えをどのように人に伝えればいいのか、ということですか。「あの人の言うことなら実践してみよう」と思ってもらえるような人間力が備わってこないか、人に教えを施すことは出来ませんか。まずは自分を利用する為の行を、その行を終えた後は他を利用する行を。自分を磨き、将来皆さんの為に生きていこうというモチベーションが楽しさになったのです。

**徳岡** 人の役に立って自分が輝いているとか、修行で磨かれているという実感はありますか？

**塩沼** いや、あまり実感はありません。

**徳岡** 「沢山の人の為になったかも」と感じ始めたのはいつ頃からですか？

**塩沼** 30代後半半位からですね。拘留所や刑務所から「人生をやり直したい」「著書に出合っって人生観が変わりました」というお手紙や「死のう」と思っていたけれどもYouTubeの動画を見て止めました「ひとりの命が助かった」という実感が出てきま

した。32歳で大阿闍梨になりましたが、まだまだ「自己採点」で点数をつけることができませんでしたね。

**徳岡** でも、周りの方や仙台の地元の人達は盛り上がったでしょう？

**塩沼** いえ、関西の人達は千日回峰行を知っていますが、仙台の人達は殆ど知りません。37歳で本を出させていただき、千日回峰行について発信するようになって、ようやく知られるようになりました。仙台に帰っても、何故檀家がないの？ 何故お寺やお墓を持たないの？ それではお坊さんじゃないでしょ、という程度の認識です。大阿闍梨になっても、私の親は全然喜んでいませんでした。普通、自分の子どもが何かを成し遂げたら喜ぶのが親ですよ。それでも「うちの息子は、大阿闍梨」という称号をもらった様ですが、単に32歳の世間知らずです。どうぞ皆さんいじめてやって下さい」と、お願いしたそうです(笑) 10年程後にその話を聞いて、立派な親だなど思いました。そしてまずは「お寺を建てよう」という目標に向かって行動を起こしました。

**徳岡** 何もない所に、ですよ？

立派なお寺ですがあれを建てる為にはかなりの資金が必要だったのでありませんか？

**塩沼** 大手の大工さんに頼むお金が

なかったのが材木もいただいできて、中の仕様も自分で設計しました。一級建築士の免許を持っていませんから、申請はお願いして施工者と一緒に相談しながら建てました。

**徳岡** 本当ですか？今のお寺ですね？

**塩沼** 奈良京都で将来の為にいろんなお寺を見て蓄積し、総て私の頭の中から出たものが慈眼寺です。

**徳岡** D I Yというか、日曜大工みたいな感覚で造れるのかなあ……？

**塩沼** 庭も自分で設計して、山から木を持ってきて造園屋さんと一緒に造りました。

**徳岡** 生活もあるし、檀家さんもないし葬式もない、で、どうされたんですか？

**塩沼** 頑張っていたら、友人知人の皆様がお金を寄付して下さって、溜まったら次はこのお堂を造ろう、次は……と喜捨していただいたものだけでやってきました。

**徳岡** 基本的には寄付で完成です

が、ご著書の中に「修行は厳しいけれど、実際、もつと厳しかったのはお寺を造るようになってからだ」とありましたが。

**塩沼** 収入がゼロですから、最初は母と祖母の3人でご飯に卵をひとつかけて食べていましたが、あまりにも痩せてくるので、皆さんが心配してご飯を持ってきて下さったり(笑)とにかくお金がないので、身体を動かして、自分でやる事を徹底してしました。

**徳岡** 本当に何もない所で、具体的には何をしていたのですか？

**塩沼** 説法をしようにも場所がありませんので、祖母の貯金を資金にして、毎日19時間ぐらいドロドロになってお堂を建てました。

**徳岡** 建築をしていらしたんですね。

**塩沼** 修行時代も慈眼寺を興す時も50歳になるまで睡眠時間はずっと4時間でしたので、ようやくゆっくりにできるのかなと思ったら、急に「本を書かないか」とか、テレビ、雑誌、ラジオ等のメディアから依頼がくるようになりました。元々ストイックな性格なので総てお受けしていました。

た。月に7、8本の講演で全国を飛び回り、日曜祝日は慈眼寺で護摩を焚き、年に2冊の本を書き、その合間にテレビや雑誌ラジオの取材を受けていたので、それは血尿も出ますよね。でも武者修行の経験があったから今は楽です。駆け出しの頃に無我夢中でやるというのはいいなと思います。

**徳岡** 塩沼さんの修行感は、そういう経験の上に生まれたものだったのですね。

## 「コロナ禍であっても毎日楽しく生き抜く」

**徳岡** 今、コロナ禍で、世界中が大きな変革の時を迎えています。この時代に宗教は必要ですか？ 又どのように宗教と向き合えばいいのでしょうか？

**塩沼** 人が少なかった原始時代は、大自然の中で人々は狩りをして命をいただき、自分の命もリレーしていくというサイクルで共存していたのでしょ。人が増え、コミュニティができて、その中には優しい人も意地悪な人もいて、どのように生きて

らいいのか悩み考え、答えを探し求めるようになる。実際宗教というのが現れたのは農耕時代になってからです。殺伐とした社会の中で様々な悩みが生まれ、そういう人々のリーダーになる宗教者が現れたのでしょ。それがイエスであったりムハンマドであったり釈尊で、彼らが発した言葉や行動が人の心に響き、いわゆる教えとなり、宗教になったのだと思います。宗教は道しるべとして必要ですが、大事なのはそれを実践してこそだと思えます。

**徳岡** ご自身が実践していることを見せて、それに倣ってくれる人を増やそうとされているんでしょうか？

**塩沼** 自分の教えを広めたいとは思いませんし、本山の教えを広めたいとも毛頭思っていない。私が楽しんでる姿を見て、「どうしてあのお坊さんは楽しそうなんだろう？」と感じてくれればいいのです。「自分はビフォア・アフターでこうなったんだよ。だから毎日楽しいんだよ」と伝え、皆が同感して実践していけば皆が楽しくなっていくですよ。だから人生を楽しもうと思っただけです。

**徳岡** 何かに属していることで安心感を得られるだけではなく、向上心を持って成長していける環境を作ることが大事だという事ですね。既存の宗教とはちよつと違うように感じます。

**塩沼** そう、宗教ではないと思えますね。勿論伝統の仏教という枠組みの中で修行させていただき、導いていただいて正統な法脈を受け継いでいますが、現代に合ったスタイルを模索しています。慈眼寺に来たい時に来ればいい、というのが私の考えです。

**徳岡** ニューヨークやヨーロッパなど世界各国にいらしていますが、語学は堪能ですか？

**塩沼** 全然(笑)間違つて発信したら大変なので通訳の方がきちんと翻訳して下さい。欧米では言葉でコミュニケーションを取って相互理解をする文化だと言われていますが、実際には、彼らは「人を見る目」があつて、会つた瞬間のわずかな時間で「あ、この人すごい」と分かるんです。普段は袈裟ではなくTシャツにジャージです。それでも会つた時に人間力の様なもので勝

負がつかます。「ワオー」つて思つたらリスベクトして楽しくコミュニケーションが取れるので、修行をしてきてよかつたなと思いますね。

**徳岡** 宗教というのではなく、人が成長する為のネットワークを作りたかと思つてらっしゃるんですね。ただ、海外では伝え方ひとつ取つても、歩いていて「やあー」と声をかけて、いきなりそういう話にはならないでしょう？

**塩沼** 片言の英語でも楽しく会話をしてお茶を飲む、ということはありません。勿論、自分の事しか言わない人では「対立」になつてしまいます。

**徳岡** そうですね。私も語学は全く駄目ですが、海外に行つて料理をやつてみると大勢の人が集まつてきます。基本的にはフレンチをベースにしてやつている所に、例えば生の魚を切つたり、出汁を引いたり、炭で焼いたりしていると皆見に来きます。味見をさせたりすると「おぉ〜」みたいな感じで盛り上がつて、皆で一緒に飲みに行くぞつて。私が払うつもりだったのに財布を忘れて、誰かが払ってくれた事もありましたね(笑) 大阪の西成に一時期住

んでいた頃、ホームレスの人と道端に座つて一緒に飲みながら「とび職が自分の天性の仕事だから、他の仕事には就かへん」と言つていた人の事を何となく思い出しました。ひとりの人としてしっかりと対面すること成り立つ関係性、その一方、現代社会では自殺をする若者も多く、その人達に対して何かできる事はないでしょうか。

**塩沼** なかなか難しいですね……。私はいろいろな嵐があつたらその嵐を乗り越えて、乗り越えた先に何が見えるのだろうとワクワクしてきた人間なので、ネガティブな考えの人の気持ちはよく分かりません。修行の道には「難行道」と「易行道」があつて人生では誰もが「人間」という修行をしています。難行道で、難関を乗り越えてこそ見えてくるものがある、という楽しさを多分小さい頃から教えていないんでしょうね。

**徳岡** 教育から変えていかないと、と考えておられるのですか？

**塩沼** 私の親は厳しく家庭教育も窮屈でした。お師匠さんも厳しく窮屈でしたが、その窮屈な中で自分を律

したので今があります。多分子ども中心で、子どもに嫌われない様になりたい感じになつているのでしよう。

**徳岡** 学校もそういう感じですね。  
**塩沼** 人生のピンチや苦しい状況に追いつまれた時に、這い上がるぞ、という気持ち起きないのでは、と思いますね。

**徳岡** そういう学校教育を何とかしよう、とは思いませんか？

**塩沼** 一番大事なのは就学前のお母さん達の教育ですね。

**徳岡** 今のお話を伺つていると、親になる人達の為に学校教育の中に「宗教」ではなく「塩沼」という授業を入れるのもいいのかな、と思えますね。ところで次世代の人達に向けて積極的にアプローチすることは、あまり考えていらつしやらないのですか？

**塩沼** そうですね、人生50年間苦行してきたので、あとの50年は人生を楽しもうと思つています(笑) そういう風に思つた瞬間に伝わるスピードが速くなりましたよ。

**徳岡** 「自分が楽しく生きよう」と思つてからの方が速いんですか。

**塩沼** ええ、広まっています。不

思議なものです。

**徳岡** そうかそうか。自然体で自身がおっしゃっている事を実践している方が実質的に変わっていく、ということですね。でも、メディアの力も大きいんじゃないですか？

**塩沼** 大きいですね。最近は大本にいいお仕事ばかりいただいて、そう思った瞬間に広がります。いただいたご縁の中で、しっかりとやっていくという事なんでしょう。

**徳岡** 厳しい修行の後、体調が回復するまでにはどのぐらいかかりましたか？ 普通であればなかなか回復できない程のダメージを受けているわけですよ。

**塩沼** 何十年という単位でしたね。

**徳岡** 小学校の時は子どもらしい遊びをされましたか？

**塩沼** 春夏秋冬、ずーっと下校後は真っ暗になるまで外で遊んでいました。テレビゲームもない時代でしたから、夏は虫取りや魚釣り、秋になると面子やコマ回し、冬は雪遊びなど。今の子ども達のコミュニティとは違って、必ず近所の子達と一緒に行動していました。

**徳岡** 同級生と話が合わない事とか

ありませんでしたか？

**塩沼** 全然なかったですよ。想いは誰にも話しませんでしたから。

**徳岡** プライベートな事をお訊きしますが、ご結婚はされていますか？

**塩沼** いいえ、していません。万が一、結婚して子どもができては跡継ぎができません。二十歳の頃、師匠が「日本山妙法寺に藤井日達さんというお坊さんがいてのお。そのお坊さんは、わしが死んだら、お寺は全部壊してしまえ。どうせ金儲けの道具に過ぎん」と言うたんや」と話してくれました。慈眼寺が完成していろいろと発信させていただく立場になりましたが、多分私の跡は誰も継げないと思います。私の場合はア



トの様にいろんな言葉が出てくるので、あんな田舎でも沢山の人が足を運んで下さいます。宗教というのは一代限りが一番潔くいいと思います。葬式もせず、墓もなし、ハワイの美しい海に散骨してくれ、と言っています。生きてきた痕跡を残さずこの世を去ると公言しています。ただ、慈眼寺を壊すのはもったいないので、宗教法人から一般法人にして残してほしいです。これから、もっとと頑張りますので、記念館の様に、あとの人達が維持してくればいいかなと。

**徳岡** それも塩沼さんらしさなのかなあ。

**塩沼** 「毎日が楽しけりゃいい」と思う様になって、有難いことに2020年の1年間だけでNHKさんが4本も番組を作って下さいました。

**徳岡** 私には子どもが二人いますが後継を考えた時に、一緒に働いている「調理場の人」の中から出てくれたら皆のモチベーションにもなると思います。弊社が株式会社になっているので株主は親族に継がせたいと思っ

ています。しかしマネージメントも料理も全く分からない人、吉兆が分からない人では、と悩んだりもしています。「潰してしまう」という選択肢はなかったので驚いています

(笑)

**塩沼** そうですか……(笑)

## まだまだ下積み 70歳で世界デビュー！

**塩沼** 今まで、特に日本に生まれたこと自体が幸せなのだ、と言われてきました。インフラが整備されてい

ない所で生活をしたり、食料不足になっても却って人間らしくていいんじゃないかなと思います。以前イタリアに行った時に、日本人は皆あぐせくしているけど、つまんないんじゃないか？」と言われたことがありました。

**徳岡** 「足るを知る」という言葉もあります。ブータンは「幸せ指数」等と云っています。グライ・ラマさんはハリウッドの方と親しくして、その中で発信力を増していると言っています。塩沼さんはラジオ番組の前にレ



デイ・ガガを聴くとか？

**塩沼** ええ、(笑) 仙台のラジオ局で毎日やっている番組です。レディ・ガガさんを尊敬しているんです。彼女は1986年生まれの現在34歳ですが、世界の多くの人達を魅了するパフォーマンスを何故できるのか、実際に会って彼女の肉体的な魅力を感じたいのです。ある方から伺ったのですが、『アリー／スター誕生』という映画にガガが主演して、レッズドカーペットを歩き、そしてピアノで生歌を歌ったらしいんですよ、サプライズで。

**徳岡** 『シャロウ』ですね。あれはいい歌です。

**塩沼** その時会場にいた人が、「鳥肌が立った」と言うんです。ピアノ1台、声ひとつで人を魅了する力を彼女は持っている聞いて、なおさら会いたくなりました。私は「ガガと会う」と決めています

**徳岡** それは実現しますね、きつと。私も『シャロウ』は持っています。あれはすごい、「頑張りや」と思えるんです。ガガの声で人の人生を変えることもあるかもしれないですよ。



対談を終えて

**塩沼** FM東京の人から、「美空ひばりさんもユーミンさんもひとつの音だけじゃなくて他の音も併せて出す和音でしたが、塩沼さんの声もそうですね」と言われました。作業をしながらテレビをつけていたら、流れてきた声で涙を流してしまつたという視聴者の方もいらしたそうです。……声って大事ですねえ。

**徳岡** ガガはニューヨーク大学の芸術学部に入學、でもクラシックじゃなくて沢山の人の感じてもらいたい、と奇抜な化粧やファッションというスタイルになったんです。日本人アーティストの館鼻則孝さんの

「ヒールレスシューズ」も有名になりましたね。現在東京を拠点に活動していて、女子美の特別招聘教授として教鞭も取っておられます。

**塩沼** 実は、館鼻さんの話を立て続けに3回聞いています。京都清水の窯元で素焼きの器に絵付けをした時に手伝ってくれる人のご主人がガガの靴を作っている人と友人だと。その後ロサンゼルスから来られた方がその靴職人と仲がよくて、徳岡さんもお会いになったことがあるとか……。

**徳岡** ご縁があるんですね。ガガと会う日も近いのかもしれないですよ。

が、世界を意識されるようになったのは、いつ頃、どういうきっかけでしたか？

**塩沼** 千日回峰行を知ったのがそもそのきっかけで、まだ修行に行く前でしたが、絶対に世界の宗教者のトップになるというモチベーションがありました。ですから千日回峰行とか四無行とか大阿闍梨は、この先に楽しい事があるからやっておかなければと言う本当に小さな事でした。

**徳岡** イメージとしては、ローマ法王に近いですか？ それとも全く違う存在ですか？

**塩沼** 世界の宗教者と言えば、ダライ・ラマとかローマ法王、少し前からマザー・テレサ等、世界に影響のある人の中で、一番ファンキーな宗教者になりたいですね(笑)

**徳岡** ファンキーってどういうことですか(笑)

**塩沼** あるがままとか型破りな人でありたいということです。先程の問いかけにとっても共感できました。宗教とは一体何だろう、開祖がいて宗教が興ります。音楽に喩えると開祖は作曲家、楽譜を残せる人。開祖が

死んだ後、その楽譜を演奏して素晴らしい響きを世の中に発信していくのが大事で、それが宗教の本来の役目です。世の中が進化してきた今、総てがコロナでひっくり返されましたね。より本質的なものを求めなければいけない時代になって「人は如何に生きるべきか」、その答えは皆で助け合い、いい事をして悪い事をしない。人間として生きる期間を楽しく過ごし、出会った人達が小さな平和を紡いでいくのが、これからの宗教の一番の役割だと言いたいですね。その投げかけをして、皆で行動することを人生の晩年にやりたいのです。

**徳岡** ニューヨークを選ばれた理由も、そこにあるんですね。

**塩沼** ニューヨークにはいろんな人がいますし発信力があります。プレッシャーとストレスが自分を成長させるのに、49歳の時の生放送で全く緊張しない自分がいたことから、「これは大変だ、プレッシャーとストレスがある所はどこだ?」と何の縁もツテもなくニューヨークに飛びました。

**徳岡** それはいつですか?

**塩沼** 3年半前です。話をしたりお茶を飲んだりしながら、下積んで積んで講演する機会を得たりしながら、今年2月に「ニューヨークのコミュニティがいい感じに出来上がった」と思ったら3月からコロナです。

**徳岡** これからはコミュニティの輪を広げていく作業ですね。そこにレイ・ガガが入ってくると、全然違ってきますね(笑)。新しい事業を起こしているベンチャーの若い人達とどのようにネットワークを作ったのですか?

**塩沼** 単なる友達です。

**徳岡** 誘われるままに足を運んでどんどん勝手に繋がって、G1も、5年程前に誘われて入られたんですね。

**塩沼** お誘いいただいた時「勉強会は嫌い」と言ってお断りました。

**徳岡** 私も最初は断ったんですが(笑)。ただ、勉強になるとは思いましたが、毛色が違う人が多過ぎて……でもおもしろい人がいるから何とか続いています。

**塩沼** 私も同感です。

**徳岡** 次世代の人達に向けて、私は食の世界でやりたいと思っ

ています。塩沼さんの抱負をお聞かせいただけますか?

**塩沼** 山の中に入っていた期間が長いので、他人の物を盗ったり暴力が日常茶飯事の世界は怖くて住みにくいと思いました。日本という幸せな国で「みんな仲よく楽しくいきましよう」と言っても、「できない場合はどうするの?」と実践する前に理屈を言ったり、カナダのウイスキーという山の中でボロボロの服を着たネイティブの人達が穏やかにゆったりと暮らしていたり、そうかと思えば後ろに目をつけていないとスリにやられる国もあります。この丸い地球は広いようで狭い、お互いを思いやりながら敬意を払って仲よく暮らせる星になる様、皆に提案して後継していく事が私の役目だと思っています。70歳まではきっちり勉強させて頂き、経験を積んで下積みをし、70歳を過ぎた頃からデビューしようと考えています。

**徳岡** 世界を舞台にするとしたらまだ下積みの最中ということですね。

**塩沼** 自分の想いが熱いとその方向に行きます。仙台の山奥に住んでいる坊さんが、ガガに会いたい!と

なると、何となく近づいてくる(笑)それまで下積みを重ねていきます。

**徳岡** ご著書のタイトルも『人生生涯小僧のこころ』でしたね。

**塩沼** 多分、生涯下積んであの世に行くでしょう。下積みの気持ちを忘れたらお終いです。

**徳岡** 今の人は、あまり下積みを経験しませんが、そういう人達にはどうすれば通じるでしょうか?

**塩沼** 分からない人には分からない、これはもう仕方がないですね。切り捨てる訳ではありませんが、立ち止まってはいられません。人生100歳時代といっても残り半分、1万8000日を切っているのです。どうしようしようかと囚われるより、前に進んで行った方がいいですね。

**徳岡** その方が、ついてきてくれる人もいます……。

**塩沼** 重要なのは数ではありませんから「より多く」は望みません。

**徳岡** 70歳世界デビューに向けて、益々活躍の場を広げて下さい。今日はどうもありがとうございます。

**塩沼** こちらこそありがとうございました。