

# こころとからだの 健幸タイム



背面の掛軸は海外向けとして作成。宮下周平さんの字と島田浩編集長撮影の写真を和合させて和紙に印刷し軸装したお二人のコラボシリーズで、漢字の意味を風景で解説するという新しい取り組み。

1983年に全国的にも草分け的存在として知られる自然食品の店「まほろば」を創業。「0-1テスト」という独自の開発者でもある宮下周平さんに「食」や「農」についての考え方などを伺いました。

## 対談編

### ゲスト 宮下周平さん・後編

#### 鳴海周平(以下、鳴海)

宮下さんが創業された自然食品の店まほろばさんでは、商品の仕入れや開発の判断規準に※「0-1<sup>ゼロワン</sup>テスト」を用いています。ですが、初めてお店に伺ったとき、私たちエヌ・ピュアが商品開発の判断規準にしている「HADDO(波動)」の考え方とよく似ているので、名前と同じくらいのシンクロニシティを感じて驚きました。

#### 宮下周平さん(以下、宮下)

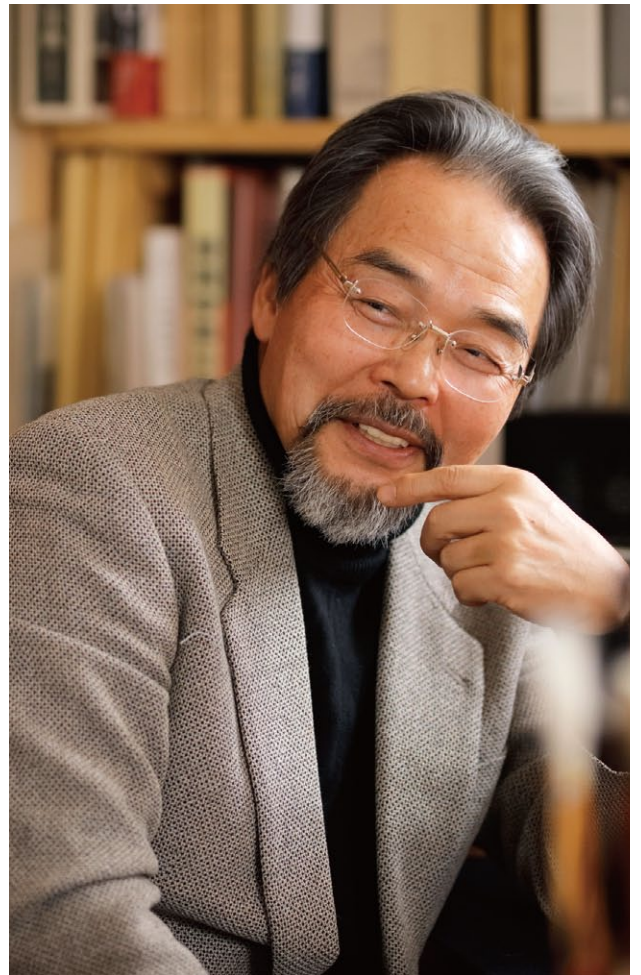
同じ「周平」だから、やっぱりどこかで似てくるんでしょうか(笑)。  
私たち人間は、もともと自然界の分身ですから、自然界と共鳴共振度合いの高いものが心身に同調することは当然で、そのことが筋肉

のセンサーに反射します。「0-1テスト」も「HADDO(波動)」も、こうした「自己の生理反応」を通して、内なる本能の声を聴き取ることで「自然界との共鳴度合いを感じる」検査なのだと思います。

そうした判断基準で再確認すると、一般流通する「有機」「自然」と表示されたものでも、必ずしもこのテストで良い結果が出るとは限りません。前に述べたとおり(前号参照)農産物は、育った環境や遺伝的要素、作り手の思いなどが織り成す統一体なんです。

※「0-1<sup>ゼロワン</sup>テスト」バイデジタルオーリンゲテストを原型として、宮下周平氏が独自に確立した「自己の生理反応を通して内なる本能の声を聴き取る」二人対応メソッド。自然食品の店まほろばでは、この方法を用いて商品の仕入れや開発を行っている。





です。これは「赤血球や白血球、血小板といった血球は、骨髄にある造血幹細胞からのみつくり出されている」という今日までの定説を覆す結果となり、まさに森下先生が60年前に、「血は腸で、白血球は赤血球から造られる」とされた『腸管造血理論』が立証されたという事なのです。

いま料理しようとするその食材で、からだは徐々に入れ変わり、且つ一変する。まさに「身体は食物の化身」に他ならなかったのです。

**鳴海** 腸が免疫の要といわれていますが、造血の要でもあったんです

ね。発酵と微生物がそこに大きくかかわっていると。

**宮下** 発酵というプロセスは、微生物の力を借りて行なわれる自然界の営みです。その微生物の棲家すみかとなっているのが、人体では主に腸ということになります。腸は免疫の70〜80%を担っている免疫機能の司令塔のようなところですから、腸の健康＝全身の健康とも言えるわけですね。

まほろばでも、エリクサー水から牛乳をチーズに変える新酵素のパチルス菌を発見して、世界初の「水で作るチーズ様乳製品」として、

2001年に国内特許、2007年には国際特許を取得できました。実はこの7月に、ようやく20年かけてその「プロ/チッチ」を販売開始することができるようになったのです。

**鳴海** それは楽しみです。宮下ワールドが、ますます世界に広がりますね。

### いちばん美しい 心の中の故郷「まほろば」

**宮下** 「発酵」による革命は、これからますます本格化し拡がるでしょう。まほろば自然農園でも発酵堆肥や肥料・ミネラルを、0-1-1テストで種類や配合を決めて惜しげもなく投入しているので、病気が改善できるほどの元氣なサプリメント農産物が育っています。

**鳴海** まほろばさんの野菜は本当に美味しいですよ。宮下さんは、3年前(2016年)から北海道仁木町に拠点を移して、農業を主とした生活をしていらつしゃると伺いました。

**宮下** はい、もともとは家内と二人で「農業をやりたい!」というのが

まほろばの出発点でしたから。でも当初は農地を買いお金もなく、もともと身近だった自然食品を販売することで生計を立ててきたんです。それがいつの間にか本業のようになり、氣がつけば30年以上経っていました。

**鳴海** 営農生活は長年の念願だったんですね。

**宮下** 「晴耕雨読」の日々が送れるかと思いきや、今のところ「晴耕雨読」の毎日ですが(笑)65歳を過ぎてからの就農は、さすがにきついことも多いのですが、クタクタに疲れて風呂に入る心地よさや、ご飯の美味しさ、家族との会話で得られる安らぎ、そして布団に入ると泥のように眠ってしまうという生活をしていると、心になにも残らなくなるんです。ああ、人間って、こんなだったんだなあ、と改めて氣づかせてもらっている毎日ですね。2000年以上も前、老子が「小国寡民しょうこくわびん」という理想郷を説きました。「国は小さく、民は寡(少)なくあるべし」という意味です。まほろばも常にそのようにありたいと想ってやってきましたが、心になにも残らなくなるまで農に携わって

いると、自然にそのような気持ちになつて、自然にそのように気がつきます。なになにに見ても、いいな、ありがたいな、懐かしいなという気持ち。これ以上、他になにが要るんだらう？という満足感。小さく、小さく、少なく、少なくてシンプルに突き詰めていくと、結局は自然界の法則、母の懐かえに還るといふことなんですよ。

**鳴海** 宮下さんが師と仰ぐ岡潔先生の「私たちのこころの核心は『情緒』である。情緒とは、懐かしさである」という言葉にも通じる感覚ですね。

**宮下** 私たちが辿たどつて来たであろう「いのちの故郷」の記憶は、懐かしさという「情緒」として想い出すことができるのでしょうか。日本武尊やまとたけのみことが、いちばん美しい心の中の故郷を「まほろば」と詠んだように、自然食品の店まほろばも「情緒」に触れるご縁を、これからもますます育んでいけたら嬉しく思います。

**鳴海** この度は、たくさんの方の貴重なお話をどうもありがとうございます。ありがとうございました。これからも「周平」どうし、よろしくお願ひします!!



取材協力／自然食品の店 まほろば

北海道恵庭市生まれ。札幌南高校在学中に数学者・岡潔の思想哲学に傾倒し、卒業後、奈良の薬師寺で修行の日々を送る。その後も全国を放浪しながら各地に師を訪ね求道遍歴を続け、1983年に札幌で自然食品の店「まほろば」を創業。無農薬野菜を栽培する自然農園やセラミック工房、オーガニックカフェとパン工房も併設し、全国的にも草分け的存在として知られる。「0-1テスト」を用いて数々の商品を世に送り出し、その集大成とも言える浄水器エリクサーは世界の権威を驚愕させた。現在、北海道余市郡仁木町に居を移し、営農に励む日々を送っている。著書に『倭詩』『續倭詩』がある。



みやまた しゅうへい  
宮下 周平さん プロフィール

撮影／阿部雅人

## ～ 鳴海周平オススメの逸品 ～

まほろばさんで扱っている商品は、すべてが宮下周平社長の「0-1テスト」で合格したものばかり。だから、どの商品もオススメで、我が家でも、味噌や醤油、塩などの調味料をはじめとしたさまざまな食材でお世話になっています。中でも、もう15年以上愛用させてもらっているのが、宮下さんが開発した浄水器エリクサーⅡ。0-1テストで選り抜かれた700種類にも及ぶ動・植・鉱物をセラミック化し、貴重なハーキマー・ダイヤモンドをはじめとした19種類のパワーストーンを内蔵したエリクサーは、設置した場所をパワースポットにしてしまうほどの、とにかく凄い、浄水器です！



ご興味のある方には、エリクサーの詳しいパンフレットを送っていただけるので、直接、まほろばさんへお申し込み、お問い合わせください。

## 浄水器 エリクサーⅡ

¥300,000+税

エリクサーパンフレットの  
お申し込み・お問い合わせ先

TEL.011-665-6624

自然食品の店まほろば 担当：島田さん