

ムスピの会ニュース

カタカムナの知恵に学ぶ (3)

直線(サヌキ)から螺旋(アワ)の世界に (前編)

相反するサヌキとアワ

カタカムナ(直感物理学・潜象物理学)の中にサヌキ(差抜き)とアワ(調和)というコトバがあります。サヌキとは電子や男性性、競争原理、分離意識といった直線的な思考や行動を表し、アワとは磁気や女性性、調和(共生)の原理、統合意識といった間接的、螺旋的な性質を表しています。

生命エネルギーが消耗するサヌキに対して、生命エネルギー(創造エネルギー)を充電・供給するのがアワの力です。この二つの相反するものが混じり合うときに、強力なパワーを発揮します。

直線的なエネルギーを回転の力で受け流す

叩く、殴る、突く、蹴る、つぶすといった直線的な動きは破壊的で、ぶつかり合ったり、殴り合ったりすることで、ケガや生命の危機におちいる場合があります。

サヌキ的な行為が自己破壊的な状況を引き起こすのに対して、アワ的な動作は、なでる、さする、揉む、ほぐす、受け止めるといった螺旋的、受容的な動きをするため、心地良くなったり、血流がよくなったり、痛みが取れたり、気分が晴れるような状況を作り出してくれます。アワ的な動作やしぐさには、自己建設的(創造的)な働きがあることがわかります。たとえば、殴ろうとして迫ってくる相手に、こちらも殴り返そうとすれば、どちらか、もしくは双方

発行	ムスピの会
1月の月齢	
下弦	1/4
新月	1/11
上弦	1/18
満月	1/26



がケガをすることになります。ところが、襲ってくる相手(サヌキ)に対して受け止めてあげると暴力的な力が半減します。

柔道や合気道の基本は受け身であり、直線的なエネルギーに螺旋的、受容的な動きで相手を傷つけずに回転の力を使って受け流すのが奥義となっています。

ボクシングやプロレスなどの闘争的(サヌキ的)なスポーツと違い、武道にはアワ的な要素が組み込まれていて、それを道(タオ)といい、生命エネルギーを補充する生き方の方向性を示しています。

落下してくるものをクッションやマットで受け止めてあげると壊れずにすんだり、直線的に伝わってくる振動をスプリングで受け止めてあげると乗り心地や座り心地、寝心地がよくなるのも同じ原理です。

すり鉢とすりこぎに見られるサヌキ・アワ

バネ、スプリングといった螺旋や丸を基本にして作られたしなやかさを持つものには、破壊を防ぐ緩衝材としての働きがあります。柔道の「柔」もやわらかさやしなやかさを表す文字であり、アワ力を象徴しています。

マクロビオティックの手当て法の三種の神器の一つである梅醤番茶もそうです。湯呑みに梅干しと醤油を入れて、割り箸で潰すといった作り方だと破壊的な波動で味が落ちてしまいますが、すり鉢で摺るという螺旋の力を使うことでエネルギーが増します。丸くて受け皿となるすり鉢は、その形からしてもアワ性を表していて、戦いの象徴であるこん棒や野球のバットと形が似ているすりこぎは直線的なサヌキ性を象徴しています。この二つのエネルギーが混

じり合うことで、強力な生命エネルギーが発生します。すり鉢とすりこぎは、サヌキ・アワの調和という宇宙的な力を秘めていて、宇宙の理(ことわり)を料る料理には不可欠の道具です。

アワ力で人間関係の円満化

会話でも一方的に喋られると、なんとなく引いてしまいます。なぜなら、喋るという直線的なサヌキに対して、受容的な聞く力であるアワ力が必要だからです。

お互いに言い争うと喧嘩になりますが、どちらかが聞く耳を持つことで、おだやかな状況を作り出します。自己主張というサヌキに対しては、受け止め、受け入れ、認め、肯定してあげるというアワ力が緩衝材となって、人間関係を良くしてくれます。

あるがままを受け入れアワ力を育む

台所で洗う物をする場合も、水道の蛇口から出る直線的な水の流れて洗うと洗浄力が落ち、時間や水の無駄遣いになります。ボウルやシンクに水を溜めて洗う物をするアワの力が働くので、少ない水でも汚れを効率よく洗い流せます。

最近流行りのドラム式洗濯機は水の量が少ないため、汚れ落ちが悪いのに対して、昔ながらの縦型の洗濯機の方が溜め水の量が多いので洗浄力が増します。

自己否定の強い人もまた、自分バッシングで日々エネルギーを落としています。あるがままの自分を受け入れ、認めるといった自己肯定感や自己信頼感が必要です。まずは、アワ力を育むことから初めてみましょう。

番茶のカテキンで感染症対策！

今年は例年にはないほど、インフルエンザや溶連菌、プール熱など感染症が各地で流行っています。そこで感染症対策としておすすめなのが、カテキン豊富なお茶。お茶に含まれるカテキンには抗ウイルス作用や抗菌・殺菌作用があるといわれ、まさに今の時期にぴったりの飲みものです。特にお茶のなかでも番茶はカテキンが豊富なうえ、カフェインも少ないので、お子さまからお年寄りまで幅広い年齢層の方にお飲みいただけます。

静岡県の山奥にある川根茶の名産地・笹間地区で 30 年放置された在来種のお茶を茎 7：葉 3 の割合でブレンド。鉄釜で薪火焙煎し、半年間熟成させ再度焙煎（二度焙煎）しているのので深みのある味わいです。

携帯に便利な**ティーバッグタイプ**と**微粉末タイプ**
外出先でも気軽に番茶を楽しむことができます。



じっくり煮出すことで、番茶本来の深い味わいを楽しむことができます。

販売価格：120 g 1,944 円（税込）
250 g 3,564 円（税別）



ティーバッグは環境に優しい食物繊維を使用。二煎目もおいしくいただけます。

内容量：3 g × 20 包
販売価格：1,944 円（税込）



豆乳と混ぜたラテやお菓子作りにもおすすめです。

内容量：50 g
販売価格：1,296 円（税込）

川根薪火三十年番茶のおすすめポイント！

カフェインの少ない茎を使用

冬場に刈ったカフェインの少ない茎だけを使用しているため、お子様からご年配の方まで安心してお飲みいただけます。梅醤番茶、塩番茶、醤油番茶などの養生茶にも使えます。

プロビタミン C が豊富

プロビタミン C は熱に強く、100%有効に働くビタミン C です。ビタミン C はコラーゲンを活性化させ、お肌にみずみずしさと弾力を与えてくれるので、冬の乾燥肌対策におすすめです。

腸内環境細菌の活性化

陽性なでんぷん質（難消化性多糖体）が腸内細菌を活性化してくれます。免疫細胞の約 7 割は腸に生息しているため、腸内環境を整えることは免疫力 UP につながります。

