

由比若宮の榎と円山原始林の桂

文と写真 林 民子(北海道札幌市)

現在、「森ソムリエ」になるべく修行中の林民子です。本業のエシカルファッション*の仕事とは別に、森林療法ガイドシヨンの勉強をしています。

「森ソムリエ」とは、森林瞑想ガイド、巨樹愛好家、森を感じる暮らしを探究

する者を称して、私が勝手に創った造語です。

北海道で育った私は、幼少の頃から木や石が発する「波動」というか「エネルギー」というか、「気」のようなものに敏感で、森で大きな樹や石に遭遇すると、触ったりハグしたくなってしまう子供でした。

それは大人になってからもずっと続いていて、ちょっとした仕事で疲れたなと思うと、森へ出かけ、お気に入りの巨樹から「樹気」をいただき、心や身体の疲れを取ることを習慣としてきました。

そんな私が、巨樹に命を助けられたと実感したのが、5年前に鎌倉に住んでいた時のことです。自宅で吐血して、救急車で病院へ運ばれ、最初は胃潰瘍と診断されましたが、1ヶ月後の検診で胃がんと宣告。ス

テージ1でしたが、部位が悪く、医者からは「胃の全摘出手術をした方がいい」と言われました。

実は13年前に、子宮頸がんを患ったことがあり、その時も同じように医者から子宮全摘と言われたのですが、瞑想、食事療法、東洋医学の力で3ヶ月で自然消滅した経験があり、無謀にも胃がんも同様に、同じようなアプローチで自然寛解を目指そうと決心しました。しかしながら、3ヶ月経って検査したものの、一向にがんは消えず。それどころか大きくなっていて、時々胃痛を感じはじめたのです。当時住んでいた鎌倉材木座の家から歩いて5分ほどの元鶴岡八幡宮(由比若宮)という小さな神社に、お気に入りの榎の巨樹がありました。毎日お散歩し、元八幡様に、胃がんの自然消失を祈り、その後必ず、境内のその木に触り、語りかけながら、樹気をいただいでいました。胃に痛みがある時にその木に触れると、痛みが消えていくのはとても不思議な体験でした。そして、胃がんは、1年かかりましたが、検査の結果、自然消失していました。元八幡様は、実は知る人ぞ知る、鎌倉と源氏がここから始まったと言われる場所。平安時代に河内源氏・源頼朝の先祖、源頼義が前九年の役の帰

*エシカルファッションとは、「環境を破壊しない」「労働者から搾取しない」といったエシカル消費の考え方に配慮して生産されたファッションの総称です。



円山原始林の桂



円山原始林の桂

円山原始林の桂

樹高：27m
幹周り：12.2m
所在地：北海道札幌市中央区円山
アクセス：地下鉄東西線「円山公園駅」で下車、3番出口から徒歩5～10分くらいで登山口に着きます。円山川に沿った自然歩道「円山ルート(総延長：2.7km *山頂までは1km)」を少し登ったところにカツラはあります。



宮が建立され、北海道開拓の神様を祀る地として選定された場所。もともとは、アイヌの人々の霊山として大切にされていた場所でもありました。私の森ソムリエの師匠の一人であり、アイヌ活動家であるアシリ・レラさんは、「森にしていると、体内の悪い気が外に出てくる」と言います。

多くの巨木に出会える円山原始林の森全体が、今や私にとって、かけがえの無いパワースポットとなっています。

拓使時代から大切に保護されてきたお山です。標高が226mと比較的低いですが、頂上までのルートは2つで、動物園側からのルートと円山公園側からのルートがあります。動物園側からのルートのちょうど真ん中あたりに、私がか心を寄せている桂の巨樹があります。この巨木の下で瞑想をすると他の場所以上に心が整う気がします。頂上の上から札幌市街を一望しながらの瞑想もおすすですが、この巨樹の根元での瞑想は格別です。

動物園側からのルートに、力強く枝を伸ばす桂の巨樹を多く見ることが出来ます。環境省データでは、円山原始林の中に幹囲12.0mの桂もあるそうです。時々、その桂の巨木で遊ぶエゾリスやシマリスにも遭遇します。

円山原始林は、国の天然記念物の指定を受けた大正時代よりもずっと以前の開



由比若宮の榎 *お宮の両サイド

幹周り：約3m(2本のうち太いほう)
所在地：神奈川県鎌倉市材木座1-7
アクセス：鎌倉駅下車 徒歩15分

写真提供：鎌倉タイム

林 民子氏プロフィール

ダブルツリー株式会社 代表取締役・SHOKAY(ショーケイ) ジャパンオフィス代表・DGBH(DoGood, BeHappy!) プロデューサー