



好物のベジ唐揚げとベジかつ④



熊本郷土料理だご汁とベジご飯⑤

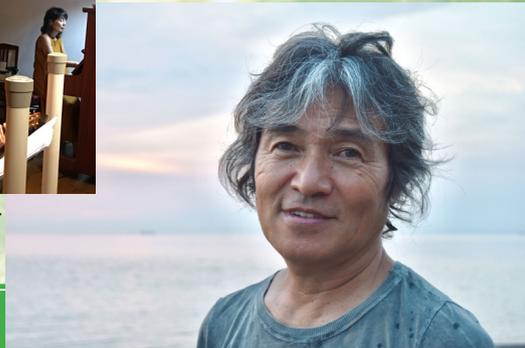
今日は、ベジ気分！

ベジタリアンと大豆は切っても切れない間柄。少し、ベジで楽しい生活をのぞいてみませんか？

第4回日本ベジタリアンアワードにノミネートされたベジタリアート・ミュージック代表で音楽プロデューサー、ボイストレーナーの牛島正人さんを、加藤裕子をご紹介します。



奥様とコンサート



今月のベジーさん うしじま まさと 牛島 正人 さん

～「ベジタリアート・ミュージック」代表音楽プロデューサー、ボイストレーナー、シンガーソングライター～

●大病をきっかけに、人生が変わった●

人生の転機になったのは、大手音楽関係企業に就職してまもないときに大病をしたことです。内臓を2つ摘出し、医師からは「手術しなければ余命1カ月だった」と言われました。それまで、いい学校やいい会社に入って出世するために今を我慢して頑張らないといけないだと思っていたが、いつ死ぬかわからないのだとしたら、「今自分のやりたいことをやろう！」と180度考え方を変えたんです。

生き延びたい一心で、西洋医学だけではなく、東洋医学を学んだり、精神世界の指導者と呼ばれる人たちに会いに行ったりする生活を10年間続けました。それでわかったのは、人の数だけ住んでいる世界があるということ、

だとしたら楽しんで生きて幸せになった方が絶対いい。以来、薬はまったく飲んでいませんし、肉や魚も自然と食べたくなくなりました。僕は今63歳ですが、僕ぐらい健康な63歳はいないんじゃないかと思っています。



生徒たちとベジご飯

●メンバーは全員ベジタリアン●

現在、音楽プロデューサー、ボイストレーナーとして活動する牛島正人さんは、アースデイフェスティバルの実行委員としてアースデイコンサートを企画、横原敬之などを輩出した「AXIA MUSIC AUDITION」運営に携わり、また1992年にプロデュースしたスーザン・オズボーンのCD『和美』が日本レコード大賞企画賞を受賞するなど、音楽業界

の第一線で活躍してきました。そんな牛島さんが仲間たちと共に「ベジタリアート・ミュージック」を結成して1年になります。

『ベジタリアート』は僕が創った言葉です。ベジタリアンの食とアート（音楽、絵画、踊りなどあらゆる芸術）を組み合わせる試み自体は20年ぐらい前から始めていました。僕のボイスレッスンを受けたアーティストたちにもっとパフォーマンスの機会をつくってほしいと、改めて『ベジタリアート・ミュージック』として活動するこ

とにしました」と牛島さん。「ベジタリアート・ミュージック」のメンバーは全員ベジタリアンで、全国各地で2カ月に1度行われている「ベジタリアート・ミュージック」のコンサートでは音楽などのアートと共にベジタリアン食を来場者に楽しんでもらい、ベジタリアンへの理解を促す活動を行っています。

「料理担当の佐橋としえさんのベジタリアン料理はシンプルな本当に美味しく、すごく評判がいいですね。アートを通して人々に愛と勇気のエネルギーを届ける



ハワイの教会でコンサート



ハワイの公園でコンサート



東ティモールの子供たちと



台湾の素食料理家と



インド大使館でコンサート

「僕たちは人間は地球の一部ですよ。だから地球を救うことは自分を救うことと同じなんです。地球温暖化を防ぐにはベジタリアンになるのが一番ですし、ベジタリアンになることで1分間に19人が飢えて亡くなるといった食の不平等も改善することができます」

「ベジタリアンアート・ミュージック」のコンサートの収益の一部は子どもたちへの支援活動団体等に寄付されるなど、活動ではさまざまな社会問題に対しても目が向けられています。

●アートで地球のためにできることを

には、ベジタリアンであることが必要だと僕は思っています。海外ではヴィーガンのアーティストや俳優は珍しくありませんし、ソクラテスやパスカルなど多くの哲学者や数学者たちがベジタリアンだったのも、ベジタリアンだと直感力が高まるという理由も大きいはず。僕自身、ベジタリアンになって20年以上経ち、3人の子どもたちもベジタリアン食で育てました。牛島さんはい



ベジタリアン・ミュージックコンサート情報

熊本、葉山、神戸、岡山など全国各地で2カ月に1度開催されているベジタリアン・ミュージックのコンサート。10月、20日(日)に大阪・中崎町ホール(入場無料)で行われます。その他のコンサートやボイスレッスン、CDの情報、牛島さんのオフィシャルサイトでチェックを。自分本来の声を感ぜられるように導いていくボイスレッスンは、個人レッスン、グループレッスンのほか、セミナーなどでも開催されています。

<http://www.masato-ushijima.com>

牛島正人氏プロデュースCD

スーザン・オズボーン『和美(WABI)』



レコーディング風景



オリジナルCD
牛島正人『野性の風』

牛島さんは「正義を振りかざして議論するのではなく、アートの力で人の心や世の中を良い方向へ変えていきたい」と言います。「僕のボイスレッスンを大事にしているのは、あくびなどで体力を抜き、五感を開放した状態で本来の自分自身の声を取り戻すことです。声が変わると自分の中の

世界も変わっていくし、自然な発声や呼吸は自然治癒力を高めることもできます。声によって響く波動のエネルギーで周囲の人々を幸せにすることもできると僕たちは信じています。僕たちの活動を通して、健康で幸せなエネルギーに満ちた人々を増やしていきたいですね」

好評 違いがわかる無浸漬豆腐原料

元祖 大豆まるごと原料 きん豆
熟成大豆原料 ジュクセイ豆

受託加工等も承ります。

※豆乳粉小袋用150g入り取り扱っております。

株式会社 第一タンパク <http://www.daiichitanpaku.co.jp>

〒380-0928 長野県長野市若里4-16-17 TEL:026-224-8445(代表)

<協会事務局>
〒532-0003
大阪市淀川区
宮原 1-19-23-1317
☎06-6868-9860
<http://www.jpvs.org>



NPO法人日本ベジタリアン協会
加藤 裕子(顧問)
著書に『食べるアメリカ人』など。