

フランス在住の藤崎先生とのヨーガDVD制作の一年を振り返って

最近は色々なクライアントさんの映像制作のご協力をさせていただくことがとても多くなりましたが、その中でもとても印象に残っているのが、この5月に完成した作品のヨーガレッスンDVDです。

この作品は内容もさることながら、その制作プロセスもいまだかつてない手法を使って制作を行い、じっくり時間をかけて制作した映像作品ということもあり、こちらで紹介したいと思い、ペンをとらせていただきました。



(「女性のための健康ヨーガレッスンDVD 藤崎麻里監修」から)

撮影から制作まで約1年、しかも日本からフランスへ居を移された、ヨーガインストラクター藤崎麻里(ふじさきまり)先生との制作の打ち合わせや作品の映像チェック、素材の受け渡しなどのほとんどネットを介して日仏間で行って完成させたというとても異色の作品に仕上がりました。

いままでも当方の映像制作は元々国内でもこのような手法でクライアントさんとのやり取りを行って制作を進めるといったこのスタイルが多いのですが、これだけ長期間、しかも海外と時差のある中で行うというのは全く初めてのケースで、最後このヨーガレッスンDVDが約1年後に完成して出荷にこぎつけた時には、いままでに無いような感動を覚えたのはいうまでもありません。またその藤崎先生よりこの作品制作について振り返ってのご寄稿もいただきましたので以下にご紹介させていただきます。藤崎先生にもこの記事をご紹介させていただくことで敬意を表し、お礼申し上げたいと思います。



一時帰国して制作打ち合わせ中の藤崎先生と出荷前のDVD

<ヨーガインストラクター藤崎麻里先生からの寄稿>

こんにちは。フランス在住の藤崎麻里といたします。

この4日前(2015年6月10日)に、待ちに待ったヨーガ DVD が届きました。

1年超に渡って制作して下さいったテレビ猪名川の誉田さん、ありがとうございました。

さっそく翌日には DVD と一緒にヨーガ実修を堪能しました。



藤崎麻里先生 フランス モンブランにて

昨年(2014年)5月に蒼田さんとの初ミーティング以来、6月に撮影、9月には私がフランスへ渡り、日本フランス間でもやりとりが1年以上に渡って継続されて、やっと出来上がりました。本当にうれしいです。

このDVDはヨーガ学習用の2枚組です。

1枚目は日々の自宅練習用に組まれたプログラムで、普段のクラス内容がなるべく再現され、連続100分ものです。限りある1枚のDVD収録時間内で、十分な準備体操と必要なヨーガポーズの種類、ポーズを維持する間の長さや合間の休みなど、実際に練習するときに必要な内容となっています。



2枚目は呼吸法やリラクゼーション、瞑想、骨盤を締める体操や、動きある特別な練習など、個別の練習を組み合わせたものです。100分プログラムと組み合わせたり、個別に練習出来ます。



私は、日本では当たり前の用にヨーガと共に生活して来ましたが、9月に渡仏して来て、部屋で1人でヨーガをする日々が続くに連れ、自分自身にとっても必要なヨーガ

DVD を本当に作りたくなっていきました。そんな私の次から次へとメールする制作上の要望を、誉田さんが辛抱強く聞いて制作に応え下さったのです。

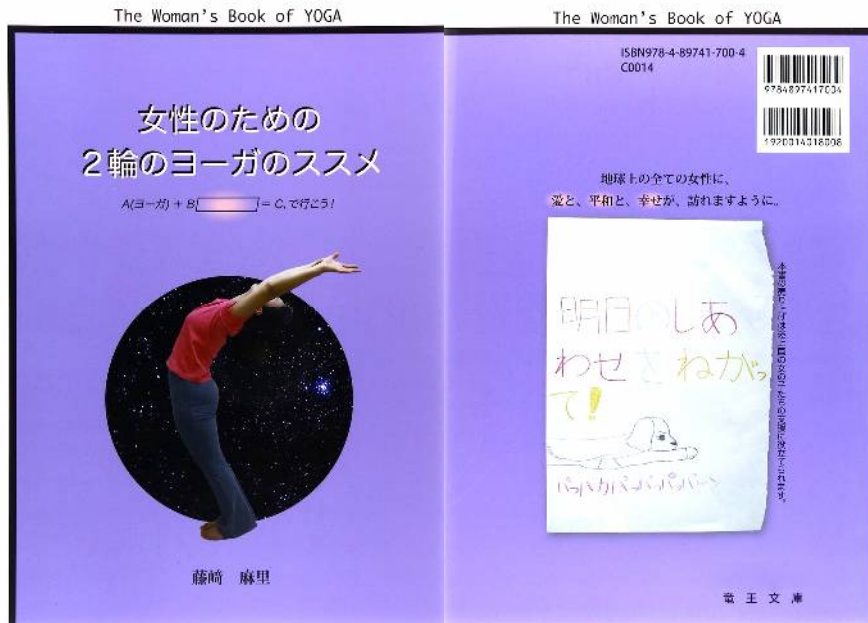
当初の予定から制作期間はどんどんと伸び、途中 11 月頃には、海を挟んだやり取りの中「これ以上の変更や訂正はもうお願い出来ないのではないか」と気後れして来た私に、誉田さんは「ここまで伸びてしまったんだから、むしろ急ぐことなくじっくり良いものを作りましょう。お付き合いしますよ」と心強い言葉を返して下さいました。

私はインドで3年ヨーガ修行し帰国し、最初に川西能勢口で小さな教室を始めました。その後仕事が広まって宝塚、川西、西宮市にて女性向けのヨーガを約18年間指導して来ました。その間には様々な方々との出会いがあり、助けられ励ましを頂いて、続けて来れました。そしてその集大成としてこのDVDが上がり、ご一緒にヨーガをして来た生徒の皆さんのお手元にも届いて、本当に本望です。

この場をお借りして、お世話になった方々に心からのお礼の気持ちを申し上げさせて頂きます。故人となられた宝塚 NPO センター理事兼事務局長の森綾子さま、そのご縁からお会いし「ヨーガセラピー川西」を主宰して頂いていた、川西市市民活動センター川西市男女共同参画センター、センター長の三井ハルコさま、お二人のようなグローバルで長い視野を持ちつつ、ローカルな人々と地域のために、着実に「今」必要なことごとの質の濃い活動を続けている多くの方々との出会いとご支援がありました。三井さんのご紹介で誉田さまにお会いし、DVD 制作をして頂きました。

また「ヨーガセラピー川西」のプールされた余剰金がこの制作費を賄って下さいました。そして、DVD 代金として生徒の皆さんから集まったお金は、三井さんによってプランジヤパンの途上国の女の子支援に送られるそうです。

また18年間の間に指導しながら出来上がった、女性の健康幸せ生きがいのためのヨーガの拙著「女性のための2輪のヨーガのススメ」も出版できました。この本の売り上げも全てプランジヤパン女の子支援に送られます。日本の皆様、有り難うございました。



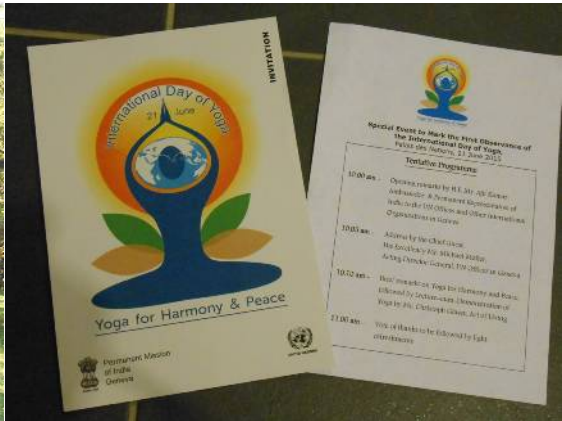
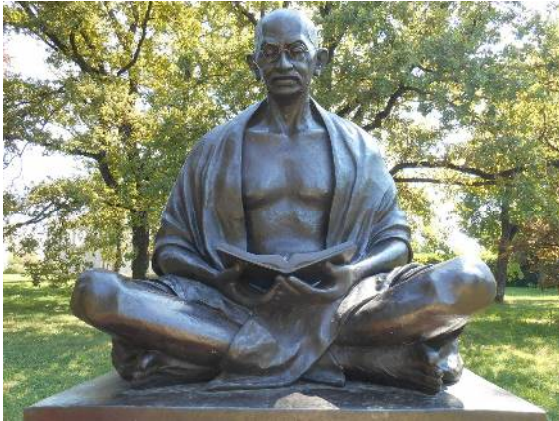
さて、こちらフランスでは、私はオートサヴォワという、山や丘、緑と水に恵まれた地域に住んでいます。同じ地域にシャモニーやモンブランがあります。写真は LUCINGI という小さな町のお祭りの様子です。静かで風景の良いところですが、車で2~30分も走れば国際都市ジュネーブです。ここはスイスとの国境 地帯のフランス側です。ジュネーブの国連には非暴力を唱えたインド建国の父ガンジーの像もあります。



LUCINGI の町のお祭り



国際都市ジュネーブ スイスとの国境 地帯のフランス側



インド建国の父ガンジーの像

「International Day of Yoga」

今週の日曜 6月21日は国際ヨーガの日の記念すべき第1回目「International Day of Yoga」だそうで、国連とインド大使館主催のヨーガの会のインヴィテーションを夫がもらえましたので、二人で参加して来ます。私はフランス語を習っている先生に私の方からはヨーガを週1回教えているだけで、フランス語の勉強と個人的なヨーガの時間、家庭の事で毎日が過ぎていきます。外で他のヨーガをする人 たち会える事楽しみです。また、片言のフランス語でもヨーガ指導経験を生かして職に就けるかも、と木曜(18日)はこちらのハローワークにて面談チャレンジです。

こちらに住んでいると、民族間の争いごとや世界情勢もとても身近に感じます。私の子どもの学校には、戦争や紛争から救い出され、フランスに子どもだけ住み(親は救出されていない)通っていたりするお友達もいます。こちらに移り、今までと同様に自身の健康や霊的向上のためにヨーガ行を続けながらも、殊更に世界に宇宙に平和を望む気持ちが強く深くなっています。オーム、シャンティ、シャンティ、シャ ンティヒ。
(平安を、平安を、平安を。)

以上