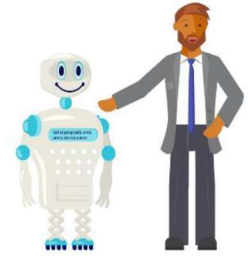




VedAnk News

AI の発展と人間らしさ

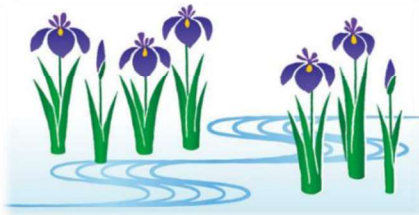


Namaste from Pune, India! 日本は今年は遅い梅雨入りだそうですが、気温が上昇し蒸し暑いこの時期、水分補給を怠らないようにし元気に乗り切りましょう。

さて、数学とコンピューターサイエンスの分野で最も影響力のある人物の一人である**アラン・チューリング**は、1912年6月23日に生まれました。**人工知能 (AI) の基礎を築いた先駆者**です。AI は 2010 年代初頭にソーシャルメディアで広く普及しましたが、その概念と応用は 20 世紀半ばに遡ります。

1950 年、チューリングは「**機械は考えることができるか**」という有名な問いを投げかけ、その後「**模倣ゲーム**」として知られる機械知能のテストを提案しました。このテストでは、コンピュータープログラムが参加者の一人となり、質問者はどちらがコンピュータでどちらが人間であるかを判断しなければなりません。質問者が違いを判断できない場合、コンピュータは「人工知能」を備えているとみなされます。この画期的なテストは AI の誕生であり、AI 開発における重要な出来事でした。

近年、AI の発展によりいろんな仕事が人間なしでもできるようになってきました。これからの時代、AI を使いこなし、人間が人間らしく幸せに生きていくためには何が大切か? と考える中で、若い世代に役に立つツールとしてヴェーダ数学を教えようと思ったきっかけの一つが、明治生まれの日本の偉大な教育学者、**牧口常三郎**の著書でした。1871 年 6 月 6 日に生まれた牧口氏の教育哲学は、「**美、利、善**」の価値に基づいており、「**人生の目的とは何か。これを一言で表現するとすれば、『幸福』である。したがって、**



教育の目的は人生の目的と一致しなければならない。」と述べています。彼の「教育における人間の価値と創造性」という実践的な考えに大きな触発を受け、またヴェーダ数学の持つ普遍性や創造性に深く魅了され、私は、ヴェーダ数学を日本で広めることを決意しました。

AI がどんなに発展しても、情熱や人としての意思、心から共感する思いや五感を通しての判断など、人間にしかできないことはたくさんあります。

そのバランスをとりながら幸福な人生を歩み、平和な社会を築くことが、子どもたちには託されています。今や世界をリードする IT 大国といわれるインドの奥深い英知を、自然豊かな情緒ある日本の子どもたちが学び成長し行く姿を励みに、さらにパワーアップして頑張りたいと思います。

最後に、**Happy Father's Day!! Please take care of your health and see you soon.**

代表 ニルマリヤ グハ レイ (RAY)



今日のひとことスパイス

VedAnk Academy の教室は、ヨガシャラあうんの敷地内にありますが、お庭に季節の果実がたくさんありました。ぐみ、桑の実、びわ、もも、そして遅めのブルーベリーなど。生徒さんたちにもちぎってお裾分けして、旬のエネルギーをチャージ！畑には夏野菜も元気に育っていますよ。

さて、**6月21日**は**夏至**。そして国連で定められた「**International Yoga Day**」(国際ヨガの日)です。ヨガもそのルーツはヴェーダ数学と同じ聖典「Veda (ヴェーダ)」にあるといわれています。



夏至
summer solstice

ヨガの語源はサンスクリット語の Yuj で、「**つなぐ**」という意味があります。体と心をつなぐ、人間と自然をつなぐ……つまり、自分の心とからだに耳を傾け、自然との一体感を感じ取る。そのための修行といえるでしょう。体や心の不調はバランスが崩れて起こります。古代の聖者が残したヴェーダには、自然と共に生き、健康で幸せになるための知識がたくさんあるのです。

私は 15 年ほど前にインドの**シヴァナンダ ヨガ アシラム**というところで初めてヨガの勉強をしました。

YTTC (Yoga Teachers Training Course) といって、世界中から集まった人たちがアシュラム（道場）で1カ月間寝食をを共にし、ヨガの哲学と実践を学びます。

ヨガにもいろんな流派がありますが、シヴァナンダヨガは、インドの **Swami Sivananda (スワミ・シヴァナンダ)** (1887-1963) という方が確立したやり方です。医師として活動をしていたシヴァナンダ師は、



ヨガアシュラムでは、穀物・野菜中心の食事。バナナの葉をお皿代わりに。

治療を続けていくうちに、人々を心や精神の病からも救われなければならぬと感じ、インドでヨガの修業を始め、そこに教えを求める人々が集まりアシュラムができたそうです。

食事法や生活習慣、思考、瞑想なども

重視し、人々が心身ともに健康な生活を営むために、**“Health is wealth. Peace of mind is Happiness. Yoga shows the way through…”** (健康こそが富。心の平安が幸福。シヴァナンダヨガは次のこと通して道を示す...) という考えの基に、お弟子さんが実践のポイントを次の5つの柱にまとめ、世界中に広まっています。

1. 適切な運動 (proper exercise)
2. 適切な呼吸 (proper breathing)
3. 適切な休息 (proper relaxation)
4. 適切な食事 (proper diet)
5. ポジティブな思考と瞑想 (positive thinking and meditation)

私は、インドでインド人にヨガを教えていた時期もあったのですが、ここ数年きちんとヨガを実践していなかったこともあり、心身の不調を感じることも多く、このままではやばい！と一念発起。1か月ほど前から My yoga practice を再開。体がほぐれていくと同時に心身ともに少しずつリラックスできるように♡わんぱく盛りの息子を叱る前にも一呼吸おけるようになった気がします。焦らずに自分の身体の声を聴きながら続けていこうと思います。



また、瞑想は集中力を高めるのにも効果的なので、インド数学のレッスンでも少し取り入れてみようかなと思います。

これから息子を連れていろんな国を旅してみたい!! という夢もあるので、健康に留意していつまでも若く美しくありたいと思う誕生日でした♪

--- Erica

7/25 ~ 8/25
インド数学体験 キャンペーン

学校・教育機関、企業、各種団体、グループでの特別レッスンやセミナー等、
ご要望があればどこへでも行きます (^ ^) /
下記の電話、メール、LINE 等からお気軽にお問い合わせください。

また、ニュースレターの内容に関してご意見やご提案もお待ちしています。(過去のニュースレターは、ホームページでもお読みいただけます)

☆ **'Math in English' joke** ☆
「英語で数学」のジョーク

Q. English book asked the Mathematics book why he was so sad. You know what he said?
"Because I have so many problems!"

訳：英語の本が数学の本に、なぜそんなに悲しいのかとたずねました。何と答えたかわかりますか？
→ 「問題がたくさんあるからだよ！」

◆ お問い合わせ・お申し込み ◆



ヴェーダंक アカデミー

VedAnk Academy

携帯電話: 070-8455-3125 松藤 (日本語・英語)

メール: vedankac@gmail.com

ホームページ: www.vedankacademy.com/ja

柳川市大浜町 815-6 (yoga&cafe あうん駐車場横の建物)

