



学生記者による コバトンNPOニュース

発行：埼玉県北部地域振興センター 〒360-0031 熊谷市末広3-9-1 ☎048(578)4572

協力：立正大学ボランティアセンター・大和屋（株）

第96号 令和7年10月発行

特定非営利活動法人パンニャ・メッタ蓮華会(熊谷市)

特定非営利活動法人パンニャ・メッタ蓮華会（代表：川原田 久枝）は、公民館などで健康ヨガの体験会を行い、ヨガを通じた生活の質の向上を考えるNPO法人です。



◇パンニャ・メッタ蓮華会とは

法人設立前は熊谷駅前で小さな教室を開いていましたが、活動を次の世代へつなげたいとの思いから法人化しました。教室を始めてから今年で45周年を迎えます。

「パンニャ・メッタ蓮華会」という名前は、法人化前の団体名である「ヨガ蓮華の会」に由来し、「パンニャ・メッタ」はサンスクリット語で、知恵と慈悲を意味しています。

◇活動目標に込められた思いとは

公民館などで健康ヨガを行っています。ヨガはもともと修行の一環でしたが、ここでは体を通して心身を整え、生活に調和をもたらす健康のためのヨガを実践しています。

ヨガのポーズを学び、体を柔らかくし、心身を整えるような運動を行うだけでなく、日々の心掛けや考え方も一緒に学べるのがパンニャ・メッタ蓮華会の特徴です。コロナ禍にはオンライン教室を開催し、国外からの参加もありました。

また、国内外の団体への寄付も続けており、令和6年度には「ペシャワール会」「難民を助ける会」、令和5年度には「難民を助ける会」に加え、「能登半島地震災害義援金」にも寄付されています。「誰もが健康で安心して暮らせる平和な社会をつくりたい」という思いが原動力になっているそうです。

◇取材を終えて

代表の川原田様は、穏やかで落ち着いた雰囲気の中に、強い芯を感じさせる方で、その姿にとっても惹かれました。

また、海外への寄付活動を始められたきっかけが、インドへのご旅行だったことも印象的でした。現地で懸命に生きる人々を見て「自分にできることは何か」と考え、すぐに行動へ移された姿勢に深く尊敬の念を抱きました。

取材では、厳かな空気の中でヨガを体験させていただきました。呼吸に合わせてポーズを変えるたび、心と体がほぐれていく感覚があり、集中して取り組むことができました。

ヨガを通して心身を整え、自分や周りの人々、そして世界の平和を願うことの大切さを体感でき、とても貴重な経験となりました。

ヨガを通して新たな気づきを得たい方、自分と向き合う時間を持ちたい方は、ぜひ一度パンニャ・メッタ蓮華会を訪ねてみてはいかがでしょうか？



記事(過去分すべて)はこちらからご覧いただけます。
(「くまがやねっとNPO・ボランティアコーナー」)

