



～ㄉㄉㄉㄉ wellness ～

心身魂のお掃除処

近所の林試の森公園の川津桜が見事に咲いているのを見てきました。はじめ、ひよろひよろの細っこい木でしたのに大分貫禄も出てきました。桜は成長が早いですね。こないだまで赤んぼだった子供が、もうランドセル(°▽°)なんて会話もしたばかりです。(写真は2月28日撮影)



「飛躍なんて誓うな！一歩ずつでしょ♪」

人間というのは、早く結果が欲しいものです。私も海外のすんごい山、この夏登ってみたいです！でも、それはムリですよ。大事なのは、少しずつステップを踏んで、小さな失敗を繰り返しながらも一歩ずつ前に進んでいくことです。

仕事でも、ダイエットでも、ゴルフなんかでもそうですね。早く成功したい、すぐにでも引き締まった体になりたい、1年もやっているのに全然上達しない。。。なかなか前に進まない人ほど、こうしたことを考えているのでは？桜や子供の成長がそうであるように毎日の変化はわからないほどでも年月が過ぎてみればその変化にビックリするほどです。

成果はコントロールできない。でも…「売上〇〇万円」といった成果は、直接コントロールすることができません。なぜなら、売上が立つかどうか、買うか買わないかを決めるのは自分ではなくお客さまだからです。ですが、「〇名のお客さまに礼状を送る」といった行動ならば、自分自身でコントロールできます。「〇〇試験に合格」といった成果も、他人が係わって成就できるもの。「〇〇の問題集をいつまでに終わらせる」でしたら、自分次第でコントロールできますね。

「行動を目標に！」成果を上げるために必要な事は何かを考え、それを一歩ずつ地道に続けられるなら小さな失敗を繰り返しながらも、成果に結びつきます。目標の立て方は、そのことを成就するうえでとても大切な事です。他人が一気に上手くいくように見えるのは、私達の知らないところでその人が地道な行動を続けているからです。ですから、成果を上げるために、今、自分はどのような行動をするべきか…それを考えた上で、一歩ずつできるまで続けること。

続けるためには【氣を通す】 地味な作業をできるまで続けられる人は目的を持っていらっしゃると思います。「目的」と「目標」で例えると目標はわかりやすいですが、目的はわかりにくいもの。世の中で本当に大切なものには形がありません。「信頼関係」「愛情」「感謝」「敬意」などなど。何のためにという「目的」も形のないものなので分かりづらい。



「氣」は通うことでその力を得ます。氣を出すことによって新たな氣が入ってきて、行き来が活発になります。私達は大自然の一部の存在ですが、日常生活において目の前のことに翻弄されると、その当たり前の事実を忘れてしまいます。すると、自然界とのつながりがなくなってしまい「氣」が滞るのです。氣が滞ると、今まで気づけていたことが、気づけなくなったり、会社や家庭において周囲との人間関係も滞り、結果としてものごとがうまく運ばなくなります。そういう時は、頭でいくら考えても解決はしません。どうしたらその状態に戻れるかです。それをシェアするのが当院の役目と心得ます。形のないもの。無形の財産持ちになるための先導役。うけたまわります。

【今月の付箋】 一流の人が学ぶ 氣の力 著:藤平 信一 よい

私たちは「形のあるもの」にとらわれ、「形のないもの」を忘れがちです。しかし、形のない「氣」をベースにものごとをみることによって、今まで見えなかったこと、わからなかったことが、明らかになってきます。

又、この「氣」を正しく理解することによって、私たちがもっている能力を最大限に発揮することができると。何らかの原因によって氣が滞るとき、さまざまな不具合が生じるのです。そして、現代の生活では特に氣が滞りやすい傾向にあります。

次の項目に当てはまる場合、氣が滞っているのかもしれない。

- * 氣が利かない
- * 相手の意図を汲み取れない
- * 相手に意図が伝わらない
- * 誤解や行き違いが多い
- * 空気を読めない
- * 視野が狭い

- * やる氣が起きない
- * 寝ても疲れが取れない
- * 落ち込むと立ち直れない
- * 風邪をひきやすい

身体で言えば、最も身近な例が「姿勢」です。同じ姿勢でも、身体の隅々まで氣が通った姿勢もあれば、力みや虚脱によって氣が滞った姿勢があります。氣が通った姿勢だと、日常の動作が無理・無駄なく行う事ができ、肩こりや腰痛の予防につながります。反対に氣が滞った姿勢だと動作に無理・無駄が生じ、さまざまな故障の原因となります。



~~~~~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*

【お知らせ】 自転車の空気入れあります！ご入用の際にはお声がけくださいませ♪

*03月26日(月)は出張護摩祈禱の為 **臨時休業**とさせていただきます。

*03月28日(水)は **11時半・20時の二回**当院にてお護摩のご祈禱をいたします。

魂の浄化である護摩祈禱に、ご家族、ご友人お誘いあわせの上ご参加ください（会員でない方もぜひ！但し神事の為、喪中の方は不可。）

一般住宅の至近距離で護摩祈禱を宗教を問わず一般の方が体験できるのは、**とても貴重な体験です!!**

毎月28日に当院にてお護摩のご祈禱をいたします。当院で執行する**神道**の護摩祈禱は、護摩木を燃え盛る炎の中にご自身でくべていただきます。護摩壇の上には薄い紙の切り下げを吊るして行います。大厄を消除し家内安全、商売繁昌、健康長寿、世界平和など、私たちの諸願成就をお祈りするものです。ぜひ**お護摩の音と香と熱氣をご自身で体感できる、参加型のお護摩のご祈禱**を体験なさってください

~~~~~~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*



経済産業省より
登録番号 01000829 号
厚生労働省より
発医政 0321 第 4 号
それぞれより承認いただきました



龍に乗った七福神
写真は作品が見え
ませんね(^-^);
院の壁にかけてみ
ました。
是非、見に来てくだ
さいませ(^)♪