2019.02 月　Vol.29

# ～わくわく wellness～ 心身伝達の掃除処

目黒区目黒本町 1-10-17
03-3716-1704
八海山先達
佐藤智江

## 三日間ものお休み　ありがとうございました。

戻りましたら幸か不幸か、留守番電話に数件のメッセージ。ご不便おかけして申しわけありませんでした。1 日～3 日節分まで、今年も寒修行にいってまいりました。

御滝の近くの鳥居はすっかり雪に埋まっています。これでも今年は雪は少なくて助かるわ～と( ゜Д゜)

後から来る私達が行に入りやすようにと、村の方々がまず雪かきしてくださり、そして焚火を起こし、バスタオル・藁草履を温めて下さいます。

「お滝には打たれることはできませんが、これをやらせていただく事が、私達の行なんです。ありがたいことです。」とケロッと仰います。感謝感謝です。そういう方々と一体になっての寒修行なんですね～。

八海山の寒修行は 1 月 28 日から 2 月 3 日の節分までの 1 週間。朝 9 時半から(と夜中 12 時半から)。滝行を行います。その間、都合の良い時、一回でも大丈夫。一般の方でも八海山では受付けます。ご希望の方、来年是非！！女性の参加比率上がってます(@_@)

(一般の方は朝の滝のみ)

夜のお滝はロウソクの灯りのみ。もちろん街灯なんてありません。夜は村の方の起こしてくださる焚火も暖かいバスタオルもありません。ですが、意外と夜のお滝好きが多いのも事実です。

話は変わりますが、**【楽しい】【愉しい】どちらもたのしい** と読みますが、その意味が若干違うようです。**【楽しい】**は、げらげら笑う感じのたのしさ。そして楽（らく）な感じが条件付けのよう。一方**【愉しい】**は、部首に立心編(りっしんべん)を使います。心を立てる。こちらのたのしさは、そのためには楽(らく)な事ことばかりではないが、それも含めて、いや、それがあるからこそ、たのしい。と感じる。音にすると同じたのしい　ですが、違うようです。

一緒に参加した仲間には寒行が近づいてくると楽しくて楽しくてワクワクしてくるの～。とか、初めて見学させて頂いた時、私もやりたい！！って思ったんだけど、用意も何もなく、その事を告げたら、じゃ～これで！と使って濡れた行衣を絞って渡されたんだけど。やったー！楽しいわくわくの方が勝って冷たい記憶なんて全くないのよ。と正に楽しんでいる強者も。。もちろん、その少数派は女性ですが。。。

私はまだまだ愉しい感覚で、今回も学びの多い充実した寒行でした。荒行と言われる行ができる心身魂の状態。そしそれが許される環境。ありがとうございます。感謝感謝です m(__)m

------*-----*-----*-----*-----*-----*------

## 家呑トモごはん【大根の甘辛漬け】　by あゆみ

大根　1800ｇ・ざらめ　250ｇ
醤油 200cc・米酢 140cc
に塩昆布 半袋ほど
大根以外、火にかけざらめを溶かす。
それに大根を漬ける（約一日以上）

**【今月の付箋】**

**アナスタシア　　著:ウラジミール・メグレ　訳:水木綾子**

彼女は言った。そもそも病気とは、健康を守り生命を維持するべく組みたてられた自然の仕組みから人間が（①　　）としてうまれてくるものなのだと。

自然の仕組みにとっては、どんな病気との闘いも問題ではない、なぜなら、自然の仕組み自体がその目的で存在しているからだと。そして自然界の一部である小さな庭で情報交換をするひとたちにもたらされる恵は、（②　　）にとどまらず、それをはるかに超えた素晴らしいものなのだと。

①離反した結果　②病気の克服

なぜすべての偉大な思想家―――おびただしい数の人々が従う宗教的、哲学的な教えを説く人物―――は、例外なく、その教えを生みだすまで、（①　　）隠遁生活をするのか？なぜ彼らは隠遁するのか？しかもなぜ大部分が森の中なのか？この点に注目すべきなのだ。なぜ、どこかの最高学府の（②　　）ではなく、とくに森の中なのか。

①自然の中で　②研究院

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

**【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♪

***2 月 10 日(日)**は**己書講座**のため **整体は臨時休業**させていただきます

***2 月 19 日(火)**は **10 時・13 時・15 時・19 時**の四回 **本町社会教育会館にて己書幸座**を致します

***2 月 25 日(月)**は **出張護摩祈祷の為　整体は 18 時より営業**致します。

***2 月 26 日(火)**は **セミナー参加の為　整体は 16 時まで営業**致します。

***2 月 28 日(木)**は **11 時半・20 時**の二回 **当院にて護摩祈祷**を致します。**整体は臨時休業**。

魂の浄化である護摩祈祷に、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祷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祷をいたします。当院で執行する**神道の護摩祈祷**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祷**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

寒行の後はそのまま、厳かでありながら、楽しい楽しい節分祭になだれ込みです。お豆のみならず、いろんなものが飛んできますよ～～♪