

# ~uhche wolkneaz~ 心身ともに健康

2020.09月 Vol60

目黒区目黒本町1-10-17

03-3716-1704

八海山先達

佐藤智江



記録更新の夏。いかがおすごでしょうか？東京在住というだけで、帰省をあきらめ、例年とは違う時間を過ごされたかと思えます。ですがその反面時間がたっぷりある事も事実。その時間をどのように使われたでしょうか？読書三昧。瞑想三昧。かたずけ三昧。〇〇を始めました。お客様との会話でいろいろ、教えていただきました！

ちなみに私は『言霊で読み解く古事記』というのに出会い、只今それに夢中です(≧◇≦)

今年も閉山の登拝に行ってきました。通常は山小屋泊の一泊の行程なのですが、そんなこんなもあり今回は日帰り。山で夜空を見上げる事ができなかつ



た分、天の川や都会ではそれしか見ることができないオリオン座が、他の星がたくさんありすぎて見つけられない(^-^);  
あの星空に想いを馳

せつつ、歩いてきました。

当然ですが、**都会の空にもあの星空は広がっているのですよね。ですがそれを見えなくしてしまっているのは、私達人間、自分自身なんだよな〜**と。

そして、今回も大きな気づきをいただきました！今まで護摩祈祷の祈願祝詞でも、入れさせていただいております『過去の行いに見合いし今がある事を・・・』という一説がありますが、今までの考えはそれだと思っていたのですが、本来のとらえ方は、チョット違う気がしてきました。**過去⇒現在⇒未来。があるのではなく 未来⇒現在⇒過去なのではないか？又は時間を自由に行ったり来たりできるのではないか？**ということです。イメージした物・事は手に入るよ。という事は理解していたつもりでしたが、この時間のとらえ方は、思いつきませんでした。(言いたい事は同じですが)

**電車に乗っている時に、前の景色がどんどん近づいてきて、目の前に来たとおもったら、去っていくかのように。**つまり過去現在どんな状況に置かれていても、そんなのは全く関係がない！！という事。

過去の積み重ねが今の自分を作っているという世界感ではなく、未来が私達に向かってやってくる。過去現在に、人間関係・身体的・精神的・経済的に困窮の中にいる人でも、関係ない。それに思いを留まらせているという事は、中今の意識が過去に引っ張られてがんじがらめの状態です。

未来の理想を叶えるために、今までのことは一切関係ない。**未来⇒現在⇒過去なので、あなたに向かって未来がやって来ては過去に消えていく。未来に働きかけることはできますが、過去にこだわる事に意味がない。過去のことは記憶にはありますが、中今の意識に何を持ってくるかだけで生活は一変します。**

ヒントは言霊で読み解く古事記からです。古事記の一番初めに登場する神様は『天の御中主の命』天とは見上げる空のことではなく、私達、人の心を天・空ととらえ、そこにフッと湧いた、まだ言葉にすらならない思い。正に**心の(天の)真ん中に(御中主)芽生えた思い(命)**という名前の神様を一番初めに持ってきた。言霊を使ってそれを表現するために、むかしむかし、私達の祖先は神様の名前になぞなぞのように、託したのです。**中今そこから始まるだ。そこに何を思うかで、次の一手が変わってくる**と。古事記は、歴史書ではなく、私達が選択すべき道を後世に伝えるバイブルだったのです(°∇°) 今後、少しずつ古事記の解説も入れていきたいと思っています♪

未来を描く癖を付けると、常に未来に働きかける暮らしが身につくようになってきます。あきらめていた夢はありませんか？佐藤はいくつか思い当たる物があります。今現在問題を抱えていないわけではありませんが(やらない理由にしていた)、それはそのまま置いて、まずはやっている自分のイメージを膨らませる事からやってみたいと思います！！

## 【今月の付箋】あなたは絶対！運がいい3 著:浅見 帆帆子より

「受け入れること」と「我慢」の違い

「受け入れること」と「我慢」はまったく違います。すべてを受け入れる、というのは、状況を(①) ことではありません。

「受け入れる」というのは、自分が進んでいる状況で想像もしなかったようなこと(トラブルとを感じるようなこと)が起き、それを避けることはできない場合に、それを否定するのではなく、自分にとって心地よくなるようにとらえる、ということです。「自発的に」自分が心地よくなる道を(②) することです。

それに対して「我慢」は、自発的なものではありません。自分の人生で経験したいことに集中せず、目の前に起きる事柄に流されて状況をただ引き受ける(③) な姿勢です。

同じ状況でも、そこに自分が居心地よくなる捉え方をして自発的に選ぶ場合は受け入れたことになりませんが、本音とは違うものを理性で押し込めば我慢になります。

「理性で」というと、きちんとしている正しい事の

うに感じますが、理性は頭で考えたことなので、それがこのころの感覚とずれているときは、あとになって必ず不具合が出てきます。その不具合が体調の悪化として出る人もいれば、人間関係の悪化で出る人もいれば、全体的な流れや運の悪さに現れてくる場合もあります。

逆に言うと、流れの悪い事が連続して起こるといときは「どこかで無理をしている」ということです。起きていることには、すべて(④) があります。

①我慢して飲み込む ②選択 ③受け身 ④原因

望みとは自分の人生で経験したいこと

想像したことは、必ず創造できる

\*~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*

【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♪

\*9月15日(火)は 筆書画幸座の為、**臨時休業**とさせていただきます

\*9月19日 15時~21日まで、山行の為、**臨時休業**とさせていただきます

\*9月27日 12時~28日は 当院護摩祈禱の為、**臨時休業**とさせていただきます

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。(zoom 配信あり)

(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、教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27・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。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

\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*

### 家のみともごはん【無限ゴーヤ】



①ゴーヤはヘタを切り落とし、スプーンでわたを取り除き、薄切り。

②ボウルに入れ、塩・砂糖一つまみを加えて揉込み、水気を絞ります。

③沸騰したお湯に②を入れ、10秒ほど茹で、冷水に取ります。

④③ツナ油漬け・ゴマ油・ポン酢・鰹節・白ごまを入れて混ぜる



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