

# 〜ワクワクwellmech〜 心身魂の小掃除処

2018.12月

Vol.27

目黒区目黒本町 1-10-17

03-3716-1704

八海山先達

佐藤智江

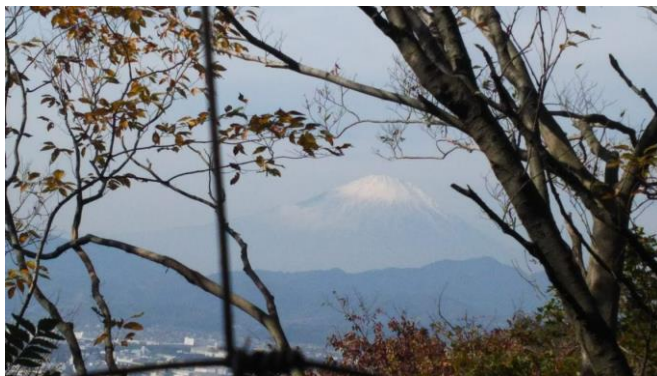


11月はやっちゃった(°Д°)の佐藤でした。21日に、私が言い出しっぺで山へ行く計画を立てまして、鶴巻温泉駅集合。もう何度も使っている小田急線使いなのですが、今まで特に気に止めるでもなく目的地まで行かれていたのですね。この日も何の迷いもなく来た電車にウキウキしながら乗り込み、読みかけの本に熱中していました。

何やらいつもとちょっと雰囲気が違うような。。。立ち上がって路線図を見てみると、小田急線は途中から小田原方面と片瀬江ノ島方面とに分かれている様子。そして私が行きたいのは小田原方面。がしかし、乗っている電車は片瀬江ノ島行き。

ア〜(°Д°) やっちゃった(\*\_\*)

でも今はラインという文明の利器のお蔭で、その旨連絡とる事はできましたが、小一時間の遅刻。。不幸中の幸で、集合時間から開いている喫茶店が駅近くにあったので、仲間を寒空の中、立ん坊させてしまうのは免れましたが。。申し訳ありませんでしたm( )m



お天気にも恵まれ、汗ばむくらい。たかが鍋、されど鍋。お山の魔法がかかった鍋は、とっても美味しかったです！！また春に企画したいと思います♪



そして、その熱中していた本というのが【日是好日】黒木華さんと樹木奇林さんで映画化もされます。あまり乗り気でなくお茶を始めた主人公がお稽古が進むにつれていろんな気づきがあり、発見があり、成長していく。とざっくりそんな内容なのですが、これがお茶に限らず【道】とつくものに共通している何かを実に的確に言葉にしてくれているのです。茶道・華道・武道。そして**修験道・神道にも通じること満載。もしまだでしたら、是非お勧め致します！**

このやっちゃった山の日、下山後リュックのまま街へ繰り出し、日是好日の映画も観てくるという、贅沢三昧の日でした。

## お供え餅のお飾り 準備が整いました♪

今年も新作を交えてお正月のお飾りの準備が整いました。(助っ人の皆様感謝)縁起のいい柄を十数種類準備しております。どうぞお好きな柄を選んでください。



年神様をお迎えする準備の一環ですね。日本古来からの文化でもあります。大切にしたいのです。

又、神棚のお祓いをさせていただいたお宅には、神棚用もございます。

\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*

## 家呑トモごはん【生姜の甘辛煮】



- ①生姜を薄切りにする
- ②①をさっと湯がく(辛みがマイルドに)
- ③生姜ジャムを作る感覚で砂糖を投入。

④煮汁がトロンとしてきたら、醤油、どっさりの鰹節、みりんを入れて更に水分を飛ばすように煮詰める。

\*お弁当にもいいです！これからの時期、常備しておくと、ちょっと風邪っぽい時など、これ食べて早くに寝ると朝には抜けている佐藤です。(常備薬の感覚)

\*②で湯がいたお湯には、生姜エキス満載。捨てずにそのお湯は、紅茶・ココア・その他煮物に使ってネ♪

**【今月の付箋】 日日是好日 著:森下 典子**

食うか食われるか、一国の命運を担った戦国武将たちの巨大な(①)は、私には想像さえつかない。どれほど豪胆な武将でも、つねに押し寄せてくる悩み、迷い、不安から、(②)はできなかったんだらう。(だからこそ、戦国武将は、切実に「無」を求めたんじゃないだらうか・・・)

この世では「無」になどなれない武士たちが、命の次にだいじな刀をはずし、小さな「にじり口」をくぐり、一個人になって、ひたすら束の間の深い「安息」を求めたのかもしれない。この、「松風」が止んだ数秒に訪れたような、息をつめ、ただ空白の中で(③)、深い安らぎの瞬間を・・・

「し—————」

低く、静かに、松風が鳴っている。

①プレッシャー ②自由になる事 ③自分を解放す

私は茶筌を茶碗の左にあずけ、熱いお湯を注ぎ足した。ドロドロの抹茶を、足したお湯で少しのぼし、さらに、「練る」気持ちで茶筌を動かし続けた。

穂先の手ごたえがまた変わった。なめらかさの中に粘りのようなものが出てきて、急に重たくなった。なんだか、濃茶の表面が艶を帯びて、おいしそうにトロリと光っている・・・。

気がつく、私は(①)と濃茶を練っていた。お釜の前に座って、抹茶を練る感覚に、その一碗を練る事だけに、自分の「心」の(②)を傾けていた。

さっきまで、(お茶なんか、やってる場合じゃない)とじりじり、走り出したいような気持ちだったのに、アセリはいつの間にか、消えていた・・・。

その時、私はどこにも行かなかった。百パーセント、(③)のだ。

①ただ黙々 ②すべて ③ここにいた

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

**年末 30 日迄 年始 3 日より営業です(31 日～2 日お休み)**

\*12 月 8.9 日(土日)は**己書講座**のため **整体は臨時休業**させていただきます

\*12 月 14 日(金)は **13 時・15 時**の二回 **本町社会教育会館にて己書幸座**を致します

\*12 月 18 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

\*12 月 28 日(金)は **11 時半・20 時**の二回 **当院にて護摩祈禱**を致します。

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



己書幸座の一コマ。話しかけても気が付かないくらい、集中しています。つねに押し寄せてくる悩み、迷い、不安から、自由になれるひと時。ただ黙々と作品を仕上げる。100%今、ここにいる。