

今日は、寒い日々ですが、お元気ですか？
まず、今月は、しあわせ通信の更新月です。●
読者の皆さま、一年間お世話になりました。
毎回毎回、気づきや学びが沢山ありましたね。そして、勇気づけられる事やほっとした事も多々あったのではないのでしょうか？

来年度も購読をご希望の皆様は、同封の振込用紙を、ご利用下さいね。また、振込用紙の住所、氏名は、楷書で丁寧に書いていただけると助かります。住所の変更がありましたら、備考欄に『住所変更有り』と書き添えて頂けますと嬉しいですよ。更新は、一月十日までにお済ませください。よろしくお願致します。PDF版でお申し込みの皆様へは、メールにて振込の口座をお知らせいたしますので、よろしくお願致します。

「不明な点は古賀までお尋ねください。ね。さて、今年も秒読み、カウントダウンです。みなさま、どんな一年でしたか？」

私は、何やかやと結構、八方塞でした。ね。お金に苦しめられ、仕事に苦しみ、人にも苦しみました。マジです。

あ、でも、その摩擦や経験や出会いが自分を磨き、もうひとつ、自分のイノチが大きくなったような感覚を感じて居るんです。そして、それは次々と手を変え品を変え、私を鍛えまします。追いついてくれるように。でも、必要な出会いであり、経験なんだろうなって思い当たるのです。

宿泊は定員数に達しましたが、1月7日に開催の元氣アップ禅の会への参加を希望の方はお申し付けください。若干名ですがお受けできそうです。
JR夙川駅、阪急夙川駅に13時発で、六甲保養荘のマイクロバスがお迎えします。会場は、六甲保養荘です。
お帰りは、路線バスのご利用となるかと思いますが、どうぞよろしくお願致します。

新春の第244回元氣アップ禅の会は、一月二十一日(日)、北九州市小倉北区の菅原神社境内、菅原会館二階です。
第245回元氣アップ禅の会も、菅原神社で、二月十八日に開催いたします。

また、毎月、第2、第4、木曜日PM八時頃の坐禅会(榮屋2階で開催)も、今月の28日が十回目となりました。毎回、十名前後の参加者で一時間半。はじめと終わりに延命十句観音経を二〇回。坐禅二〇分、休憩一〇分を二回。あつと言つ間の一時間半。終了後はお時間の許す方は、お茶を飲んでのしゃべり場。坐った後のすっきりした心は心地よく、定着して居ます。月四回の開催を…のありがたい声もいただいています。

坐禅、瞑想などのブームが来ているせいか、興味を持つ方も多そうです。坐る機会を増やすチャンスです。
お時間の都合があれば参加してみたいですね。

なんででしょう？本当に不思議です。

自分の中に答えが有るんだって、その答え合わせをするために、今、目の前に問題が出て来てるんだって、何かしら感じるのです。笑
何にも現実が変わっていませんよ。資金繰りも大変だし、仕事はハードだし、私の前に立ちほだかる人を受け入れる事の難しさを次々と経験させられる。そんな、出会いが続いています。現在進行形。ing…苦笑

日々の出来事を通して、自分の至らなさに気が付き、愕然と笑、それが私なんだな…って、認め、受け入れようとする。次に、日々の出会いを通して、真逆な価値観を見せてもらい、これも有りなんだよなって、世界を広げてもらってる…そんな事を痛切に感じた一年間で、かなり、マジにぶつかったりした。

でもね、ぶつかり合う事は、悪い事じゃないと思う。ただ、その時にポイントがあって、相手を変えようとしてぶつかつちゃう駄目みたい。自分がどう思ってるのか、嫌な気持ちになつたこと、感謝してる事、そんな事を、正直にぶついたらいいよ。相手の事ではなく、自分の事を伝えるの。そんな事、言っちゃうとダメだ。って思いませんか？言っちゃ駄目なのは、相手の事をとやかく言う事じゃないかな？自分の事を言うのは、いらんおせっかいかもしれないですね。

「〇〇」が変えるのは人ではなくて、変わるの自分なんです。ねえ？そんなこんなで、自分の心がOpenになると、世界も広がるって

参加のお申し込みやお問い合わせは、古賀 携帯 090-7444-7847まで、お願致します。
今月は、連絡事項が主のこがっち通信です。あ、これもこれもこれもと、色々なネタがあったはずなのですが、この忙しさとなんやかやが邪魔して、何にも出て来ない…。こんな時もあるね。それも受け入れ、私は私と、私を許そう。笑
あ、ふと、出てきました。

どんなことも策略なんて立てたところで、大したことではなく、時期が来たら、おのずと芽が出て花が咲き、実になるんだと確認できたのでした。
これをやらなくては…って、思っています。か？実は、もしかすると、やらなくてはならないと思ひ込んでるだけなのかも知れないですよ。

「やらなくては…」と、自分でルールを決めて自分をそこに置いて安心していただけなのかも知れないです。もしかすると、それは、恐れから発しているのじやなからうか？笑
ほつといても、そうなるようになってる事は、そうなるんだと、安心して待ってればいいんだと、…そこを掴むと、ピンセットを手放せる。ピンセットで芽を摘み上げる事も、潰すことも、無くするんだよね。

では、皆さま、良き年をお迎えください。新春にお会いするのを楽しみにしています。
古賀 美和子

解ります。

そしてね、その度にね、大敬先生と共に作って来た、元氣アップ禅の会の居心地の良さと、バランスの良さ、温かさを痛感します。
折れてもへたつても、いつでも、そこ、なんでもOKの場所があるんですよ。そして、そんな場を、今、あちこちに作るうとして居る訳です。禅の会の全国行脚ですね。

また、形は違いますが、みんなの学校の木村校長は、「全ての生徒たちの学習権を保障する」を、理念に先生たちや地域の皆さんと一緒に、子供たちが安心して通える不登校ゼロの学校を作りました。

そこには、人と人を比べる事のない、全てのイノチの平等性がベースになっています。そして、そんな学校をあちこちに作りたいという動きが出ています。
さてさて、来年はどんな事が待ち受けているのでしょうか？

十二月は一年で一番のピーク大忙しの日々で、しあわせ通信も遅れてしまいました。ごめんなさい。
年末ぎりぎりに届きました、しあわせ通信。お年玉ですね。ゆっくりと堪能して下さいね。

「日神、龍神、金神」…あなたは、どの霊統でしたか？
新春は、1月7日～8日の、元氣アップ禅の会 西宮ツアールからスタートします。

追伸 多くの人はグループを形成しがります。それは、悪い事とは思いませんが、時として、そのグループの中で、分離したり、派閥みたいなのを見せてくれたりします。
例えば、私のお店の中の小さな角打ちコーナーでも、敵を作ることで仲間意識を強固にすると思ってる動きがあります。自分の考えに同調してくれる人が欲しい。孤立を恐れる。気に入らない。色んな要因があって、その時は、誰かの悪口を言っています。自分が受け取ったプレセントを私に返して欲しいと持って来たりします。自分で返せよ…なんて思いますが、私が預かっています。男性に嫌われる男性は女性には人気があったり、女性に嫌われる女性は男性には人気があったり…人の感情の交差が繰り広げられます。方程式も見えない。笑
こう言っただのあんなことしたなどと、目の事に囚われ、自分の価値観で判断すると、許せないとか、変な奴とかって事に心が執着してこんな風になるのだらうかと思ひます。

勿論、私だって得手不得手があるので、苦手な人も居ますよ。でも、それはそれで、その人のせいでも問題でもなく私がそんな風に見てるだけなんです。だから、それが自分の中で溶けてくるのを楽しんでいきます。

基本、私は、組織やグループと言う形を作る事より、何かをする時に、ゴールに向かって心を重ね合わせられる仲間が集合できる関係が好きです。それが日本人には出来るんじゃないかと思うのですが…どんなでしょう？