

はやき

会報：第14号（冬号）
発行日：平成13年2月
発行者：心健學場主宰 天明

新世紀 年頭にあたり、皆様に！



天明 (心健學場主宰)

宮崎県出身。自分を模索。心と体について師を求め修行・実践。その間、深層心理学・哲学・東洋医学を研究し、その集大成として『3X97』の理論を著書『いのち』に著わした。現在、企業・団体・カルチャースクール等にて「タルヘルスマネジメント」の講演活動を行う。また、あらゆるところに、いかれたのに、どうにもならない方や能力開発のために力をつけたい方に対応と体のカウンセリングを行っている。

いよいよ元あ
みはよう
あやすみ
ごめん
なさい
あやすみ



皆様、新しい年いかがお過ごしですか。寒さが厳しい折りですが晴れ間に散歩してみると、東京でも梅の花がちらほらと咲き始めています。体調を崩すことなく春を迎えたいものですね。

ところで、年頭にあたり、皆様に賀状をお送りさせていただきました。今年は一に「こにこえがお」おはよう、ありがとうございます。おやすみ

とひらがなの挨拶文ですが、どのような感想をおもちになったでしょうか。この五つの言葉は天明から皆様への今年形の「お布施」です。お布施はもともと本来は物ではなかったのですが、いつの時から物であらわす様になつてしまいましたね。

また、以前から本質を見極める《アンテナ》を持つことの重要性をお話していますが、皆様、上の五つの言葉をも一度見て下さい。通常は五つの言葉を頭揃えて書きませんが、「山形」に書いてあることにお気づきになったでしょうか。意味があるんです。また文字の大きさと強さを感じられたでしょうか。「ありがとう」が真中で頂点になっています。五つの中の軸です。これは毎日の生活の中で「ありがとう」

が潤滑になつており、人間関係をやらなくしてくれれます。次に「おやすみなさい」が強くてあります。それは今日一日「ごめんなさい」と素直に言えなさを振り返り、無事に過ごせたと生命に感謝することです。そして目が醒めたら「こにこえがお」で「おはよう」と朝を迎えましょう。

もうひとつ、導場や講演会でお伝えしていることですが、五つの言葉には、《見える世界》と《見えない世界》が表してあります。それは「おはよう、ありがとう、おやすみ」の後に「あるのである」という言葉が



あるのである

す。師と弟子、親子のような上下関係の時に使うはじめの言葉の「ごめんなさい」です。あえて書かなかつた、見えない世界です。友人などの横関係の時と上下関係の時にきちんと使い分けられるように気付いて欲しいのです。そしてまた、何度と同じ事を言うようですが、危機管理が遅れている日本はもつともつと荒れ、危険になるように思えます。天災・人災を含め、日本は現実に何かが起こらないと、変わ

らず、いろいろな不祥事や事件がおきても原因と結果をあいまいにし、対策が充分におこなわれないからです。ましてや、夜遅く女性が一人で歩いている国など外国では考えられません。

自分の（いのち）を危険にさらさない、いざという時に親やおまわりさん、国のせいにはしない。自分を信じ、しっかりとした「心棒」を持ち、生活をしましょう。そして日本には古来より自然を愛し、敬う精神が本来ありました。見えない世界を感じ、それを表現する能力と行事、教育があり、日本独自の素敵な文化を作り出してきました。そうしたものがまだまだたくさん日本には残っているはずですが、こうしたことを次世代に伝えることは大切ではないでしょうか。

社会情勢が悪化する中で人間関係も疎遠になりがちですが、今年一年間、「五つの潤滑油」を身近に置いてお過ごしになれば、きっと良い人間の輪が広がるでしょう。

皆様の感想、ご意見お待ちしております。天明の二月のイギリス留学は中止となりました。ご了承下さい。

天明の二月のイギリス留学は中止となりました。ご了承下さい。

天明の二月のイギリス留学は中止となりました。ご了承下さい。

「ジャイチ」をとおして ネパールに支援!

平成12年の目標として「2ヶ月一回「日断食」を皆さんに呼び掛けました。断食をすると体の調子はいいし、食事のありがたさを感じます。また「日断食」をしたつもりで、各自がきめた金額を人の役にたつことに使ってもらおうと法話会の出席者を中心にして断食と二年間貯蓄しました。そして昨年の12月12日の最後の法話会で出席した皆様と話し合いをし、「ジャイチ」をとおしてネパールのパンシバント学校へ電気引込工事費の一部として寄附することに決定しました。年があけ今年の1月9日の初法話会にジャイチ事務局長である菊地健介様に来導願い、皆様の前でお手渡し致しました。菊地様からは「学校の電気工事に有意義に使用させていただきます。心からありがとうございます。また」とお礼のご挨拶がありました。

義援金 101,000円

小湊京子 新井康夫 豊泉麗子 松村万里子 風間和代 中島義勝 田村行穂 宇田川悠紀子 丹崎けい子 平野良 梅崎けい子 久保田百合 山口美保子 渡辺治子 小林隆行 匿名一人 天明の17名

皆さんの中で10万円と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、ネパールの金額にすると1000万円に相当します。今年もまたつもり貯金を続けようという、ことでスタートしました。

★ジャイチ(JA-IT)★

「財団法人日本農業研修場協力団」です。1989年にヒマラヤをのぞむネパール国で実験研修農場と十年制学校の設立をもってスタートしたNGO(非政府組織)です。毎年ネパールへの見学旅行会も実施し、ネパールの子供たちにお金や学習用具をカンパしています。(電話02668853465)

12/23 もちつき会

恒例のもちつきが心健導場でおこなわれました。餅米を炊き、臼で餅をつき、けんちん汁などを作りいただきました。子供連れの方、遠くから車、車椅子でおいでになられた方など80余名の方達が参加しました。初めて餅つきをする方や何度もちつき



ワンポイント健康 ■花粉症対策には■

お元気ですが



花粉症の季節になりました。花粉症は傷ついた粘膜に花粉がついてアレルギー反応してしまつたのです。ですから粘膜を強くするために腺臓をはじめ臓器全体をレベルアップすることが必要です。また外出後のうがい(浄水器をとおした)とともにお風呂に入った時に目を微震動で軽く押さえ刺激を与えましょう。

天明 活動報告

- ◆12/23 もちつき
- ◆1/9 法話
- ◆1/16-24 アメリカ研修旅行
- ◆1/28 板橋文化センターにて講演
- ◆2/13 法話(新年会)
- ◆2/24-26 いのちの講演・あすなろ荘奉仕活動(長野)



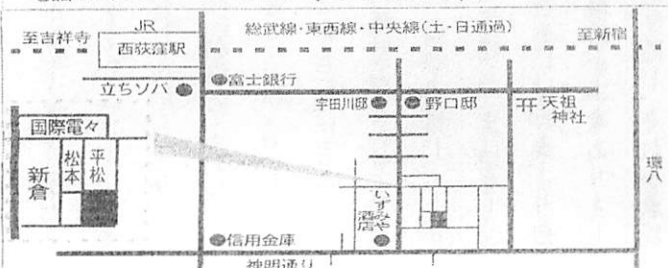
特別製法による
天馬発売中!
ナチュラルタイプ
内容量500ml **¥1,500**

夢中になつて餅つきをするお子さんの楽しい声、が、年末の快晴の空に響きました。



心健導場 天明

〒167-0052 東京都杉並区南荻窪2-7-12
受付時間(予約制) 月曜日～金曜日 午前10時から午後4時まで
電話03-3334-2527 土・日・祭日は休み(第4の土・日以外)



◎子育てについての質問・ご相談何でもお寄せください

※秋に子育てについての本が刊行予定です。ご期待下さい

1999年11月31日
ビデオ発売中!
「いのちの話」
1巻 産前・産後・育児 各分
定価各1本3,000円
2本セットでお求めの方のみ、消費税送料をサービスさせていただきます。
●申込み、お問い合わせは心健導場まで。