

ヤッオ便り 十月号

—2021—

Art

人の一生は蜃気楼
こぼれ落ちる水滴
スローモーションの瞬き

世界は人間が考えるより
もっと芸術的で神秘的に満ちている

あなたの余命はあと何年？
地球の寿命はどうやら50億年らしい
答えは太陽が知っている
だから今日は大切 明日の為に

足跡 それは Art

Sachiko Matsumoto

Photo by Eiko Matsumoto

お久しぶりにお変わりありませんか？最近スラム研修でよく
質問されるのはメンタルのパワー不足についてですが、日本中
世界中が疲弊してその負のエネルギーが覆って元気が失わ
れてるのかもれません。過剰な情報に振り回される生活に出来
る事、楽める事、好きな事に目を向けてみましょう。

この春から毎月お花屋さんから季節の花を届けて
もらってます。私の庭はいいおまかせで、おどろいたり
羨ましいに感動したり生花には生命がある一瞬で元気を
もらえます。月に二度行ってきたヨガ教室の若手先生
「教員がお茶とお菓子をお楽しみ会を我々がやること
はわり美味しく楽しく何となく心の軽くなる時
にこそもらえたらいいな」と思ってます。

病室にこそはあきらめずのどは無く受け入れる、身体
の内側の事情に耳を傾けてゆると何となく教えて
くれます。あまり科学的とは言えませんが効果的だ
と。文のありさまの「ありさま」の言葉は、お稽の
言葉が私にはよく効いてるようです。どんな時も
その日も足音に居る中で意味がある一人一人の
微かな時、嬉しき時、苦しい時、ありさまの言葉がパワー
をもらってます。仏教的に言えば「こだわりを捨てる」
というのが自我からの解放、自由になるようです。

実りの秋、紅葉、スポーツ、読者、新しい勉強も
リモートで秋の講座が始まりました。好奇心は止ま
りません。皆持ち合わせている心で「自分より上
お見せして下さるよう」心から感謝を込めて。

秋の日



令和三年十月神無月 松本幸子様