



陽気だより

図書出版 養徳社 〒632-0016 天理市川原城町 388 TEL 0743 (62) 4503 / FAX 0743 (63) 8077

養徳社

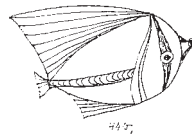
検索

昭和45年11月号から

『陽気』は、昭和24年4月の創刊、今年で67年を迎えます。過去の記事から、その歩みの一端を振り返ってまいります。

私の健康法

じょうずに眠る工夫



昔の先生方は「眠るといのは根に入るのや寝ている間に神様が疲れをとってくださるのや」と教えてくださった。

山本正義

(昭和四十五年当時 統北分教会長)

胸を病む性格

私の幼少時代は、蒲柳の質の母に似て、か細く、神経質なタイプの少年であった。十六、七歳の時に左肺下葉浸潤という病気になった。

あいにく中学の四年、五年という、昔の進学体制の中では大切な時期であった。風邪はひきやすいし寝汗は出る。微熱がとれず、血痰が半月以上も続くという状態である。病弱な体で受験勉強など思いもよらぬ。高校受験もしてみしたが、四年の時も五年の時も落第で、十八歳の時、一年浪人生活となった。しかし、体が弱かったおかげで、

げで、身上かしのもの・かりもの教理は身にしみて胸にこたえた。親神様の守護の世界が、身の不自由を通して、直感的にわかるように思えた。魂の不徳とか、ものの冥利につきた果ての与えのなさとか、ご恩などということとは、どうも若い自分にはわかりにくい、というよりは、高慢な心が反発して、受け入れにくいようであった。それでも、多くの人から耳にたこができるほど聞かされた。私に魅力があったのは、身上はかりものであるから、心の持ち方でご守護が変わる、というご教理であった。肺を病むような心の持ち主

だから胸に知らせをいただいているので、心さえ変われば肺も丈夫にしていただけという親神の守護の話が、なるほど得心がいった。

若い私は好き嫌いが激しく、気ままに気むずかしい狭量な人間で、済んだ出来事でもクヨクヨといつまでも心でくやしがるどころがあり、臆病なくせいでしゃばりで、見栄っ張りの強い、いいふりしいのところがあった。自分でも嫌な性格だと思っていた。どうにもならなかった。

父の教理は少しも痛いところには触れずに、「溜まり水にはほうふうらもわく、水も腐る。さらさら流れている水にはほうふうらもわかず、澄みきって、水が腐ることもない。心も同じことじゃ。いつもさらさらと流れている水のような心になればよい。ひっかからぬことだ。とらわられてはいいかん。まあ、とらわれぬ工夫だな」と言う。

それにはどうしたらよいのかと聞いたら、黙って答えぬだいたい無口なことでは有名な父である。あきらめかけたころに、おつとめをせいと一言

であった。

病弱者の特有というか、胸を病むものの方がそうであるように、私も宵っ張りの朝寝というか、夜行性型であった。教会の夕つとめには出たが、朝のおつとめには間に合わぬことの方が多かった。しかし、便所の掃除や、神殿の掃除のひのきしんは心から勇んでできた。そして、おさづけの理をいただいで、においがけをやり、路傍講演をしたり、おたすけの手伝いをしているうちに、いつの間に

月刊『陽気』
定期購読受付中

お 店まで買いに行くのが大変。忙しくて購入するのを忘れた。定期購読はそんな手間を省きます。

毎月20日前後にご自宅宛に発送いたします。

(例：5月号は4月20日)

定期購読料金 1年分...3,420円(送料込)
半年分...1,710円(送料込)

陽気

5月号

特集
人生の分かれ道
連載

◎医の目・鷹の目(友永轟)
◎天理青年世界一周(西崎圭介)

購読に関する問合せ先 養徳社 業務部窓口
0120-920-398

か、次第に体の調子が回復していった。ともかく、何事もとらわれぬ心の稽古をしよと心がけた。

そこで、最高をねらえば限りもないが、最低をねらえば神経衰弱にならないということだと考えた。それと、胃腸が健全でないと肺の闘病生活には耐えられぬのではないかと考えた。ところが、自分はその両方ともあぶない方であった。

とにかく、ご守護は天まかせで、とらわれぬことを第一の目標として歩むことにした。高等学校に入って、食べ物の好き嫌いはなくなった。お人よしと言われてもいいから、損はしても、ずるく立ち回る勘定高いやり方はやるまいと決心した。

じょうずに眠る工夫

高校時代は、病ぬげがしたように健康になり、肥えて十六貫(六〇kg)の体重になった。けれども、かえって朝起ききの生活のリズムはまだつかなかった。大学に入って二年の学年末に、突然、少量の咯血があつて、びっくりして京大病院で診てもらったら、レ

ントゲン撮影の結果、右肺の中葉にスズメの卵大の空洞ができて、病気は急速に進行中であるという診断であつた。

当時の医学の常識では、空洞ができたらず不治で、統計上五年以内に死ぬことになつてた。わずかに気胸療法が開発中だが、その効果も不明。肺切除など思いもよらず、特効薬もなかつた。

六日間、絶望のふちに立っていた。迷い悩んだあげく、どうせ死ぬなら、人生最高の善を行なって死んでやろうと考えた。と、不思議に心は落ち着いてた。

人生最高の善とは何か？それは親神のようぼくとして人を助けることだと思つた。おさづけを使わせていただいで、一人でも半人でも助けさせてもらう。その道中で出直しても悔いるところはない。覚悟が決まつたら、心は晴れやかである。

ちょうどその時、一通のがきが入り、京大病院入院中の小児科の病棟におたすけに通うようになった。

これが転機となつて回復に向かい、大学も卒業した。その後、戦争中応召し、両側肺

門リンパ腺腫脹で兵役除隊となつた。これもたすけてもらつて、現在、肺の病の傷跡もない姿で、元気に使つてもらつてゐる。

このごろは完全に朝起ききの生活のリズムが身につけてしまつた。朝起き、正直、働きが楽しくなつてゐる。若い時の病身時代とはえらい違いだと思ふ。

それから、上手に眠る工夫が健康のもとだと思つてゐる。都会の夜更かしはよくない。昔の先生は「眠るといふのは、根に入るのや。寝ている間に神様が疲れをとつてくださるのや」と教えてくださった。忙しかったら、車の中でも、とろつと眠ることだ。親神様におもたれして……。

養徳社営業予定

赤字は休業日

5月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

おつとめ


(1日～15日) 朝5:30
夕7:00

(16日～31日) 朝5:15
夕7:15

6月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

おつとめ

(1日～30日) 朝5:00
夕7:30

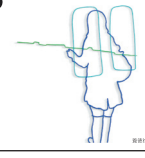


目黒和加子
助産師の祈り
出産


パソコン・スマートフォンで
立ち読みができます

**養徳社の
おすすめ本**


子どもは
猫から
変わる



古市俊郎



読み込めない場合は養徳社 WEB サイトで
ご覧になれます。(http://yotokusha.com/)



Facebook で最新情報をチェック!

<https://www.facebook.com/yotokusha>

【陽気担当者変更届け】陽気お取扱者ご担当者様のご変更の際、弊社ホームページよりファイルをダウンロードいただき必要事項にご記入いただきファックス下さるか、メールでご連絡ください。折り返し担当者からご連絡させていただきます。

FAX…0743-63-8077 (24時間 年中無休) 郵送…〒632-0016 奈良県天理市川原城町 388 養徳社 業務部

メール…yotokusha-eigyoku@poem.ocn.ne.jp