

物価高スツと伸びる手ひっこめる
 待ち遠し 週一回の卓球日
 「しゃべり過ぎ」娘の一言そうですね
 一時間友と電話の 泣き笑い
 応援か 年金暮らし 買い控え
 遊歩道 赤や黄色のじゅうたんに
 百均は 我家家計の 命とり
 手や足に 重りをつけて一・二・三
 思い出の 貴方と行った 紅葉狩り
 富士山を 若き頃みて又みだし
 啄木の 岩手姫神 みてみたい
 向かい風 風上げ見上げ舞い上がり

朝日みて 元気と勇気 頂だきし
 いい香り 金木犀が 満開に
 妻留守で 炊事に洗濯 四苦八苦
 正直が わかりやすく 早く済む
 問題を 解決したが すぐに次
 秋雨や カエルのジャンプ いきいきと
 秋晴れや 友と語りう 散歩道
 コスモスの やさしい花よ いつまでも
 障子紙 貼り替えたいな やってみよ
 玄関の 朝のみそぎを 喜んで
 一つずつ 優先順位 倫^ちがあり
 考えて 自分で決める学ばより
 口肥えし 食欲の秋 肥えたかな
 肌寒く クシャミ止まらず 橋の上

クエッション・コーナー

Question a corner question a corner question

Q1. 買ったキュウリを切ったら 白くなって
 ました。新鮮なキュウリの見分け方教えて!
 A. 時期的に いいのがないのかも
 A. 産直で 温室栽培のを 買ったらいしかった
 A. 家でキュウリを作っていて、採れたてでも 白く
 なっていることがあります。どちらかと言えば
 細い方が 白いのが少ない様に 感じます。

～その後のコメントにて～
 かたいお肉は リンゴをすってつけこみ やわらかく
 した事がありました。ヨーグルトでやってみました。
 それから、魚を食パンの袋に入れるといいと聞きました。
 ナイロンだと水分が出ますが食パンの袋は出ないそう
 です。2重にするといいとか、色んなアイデアありがとう。

Q2. 洋服についてシミの取り方教えて!
 いい洗濯あればくわしく知りたいです。

きりとり線

川柳

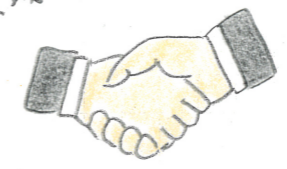
↓ クエッションコーナー Q&A

A.

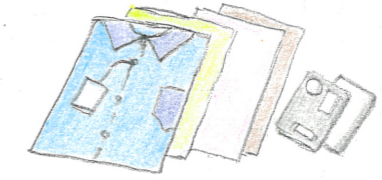
Q3. 来月号に質問募集



マッチング・コーナー
 Matching a corner matching a corner
 箕島会場 グループラインより 展開中
 友達登録 募集中!



先日、マッチングで 男性用の服と下着を頂きました。
 主人はMサイズで、丁度全部Mサイズでした。頂いた物
 を見てビックリ。百貨店で売っている高価な物ばかりでした。
 綿100%で着心地がいいのでしょう。今では愛用の一着
 になっています。



～提供者から一言～
 主人にと買い置きしていた洋服。体形も変わり着れない
 のは解っているのに 新品を処分する勇気なく 何年もタンス
 にしまったままでした。マッチングコーナーを見つけ、断捨離の
 背を押してもらえて良かったです。

つながりデー

月日	時間	氏名
7 (月)	9:30~10:10	
	10:15~10:55	
	13:30~14:10	
8 (火)	9:30~10:10	
	10:15~10:55	

月末に予定を組み、
 近況報告など、どんな内容でも
 つながりを持てればとの企画です。
 ぶるってご参加下さい。

つながりデー・マッチングに対する
 お問い合わせ並びに「ご意見ご感想」
 など、下記メールアドレスに どのし
 お寄せ下さい

minoshima.asa@gmail.com



箕島会場(古江見老人憩いの家)にて毎朝の朝起会

AM 5:00 ~ AM 5:40



「全く正反対で何が正しくて何が間違っているのか、立場や物の見方によって異なる正解のない今の時代、私達に出来ることは自分に与えられた場所で少しでも良い生き方、良い実践を目指すしかなく、良い生き方、良い実践とは、自分の頭で考えて正しいと思うことを実践して生きること、それ以外になく、その時必要となる判断の目安こそ、我が会の時には「我も人もの仕合わせ」であり、時には「現実大肯定」であり、またある時には「愛和の精神」や「利他の心」でもあります。しかしそれは一挙に解決できるわけではありません」(9月 大阪地区秋季講演会にて)と、常に走りながら考える実践方法を学ばせていただきました。良い生き方良い実践を貫く決意をあらたに固める思いです。(田中)

イルミネート a コーナー

illuminate a corner illuminate a corner

朝夕冷え込んでまいりました。9月末には秋季大会へ参加学ばせて頂き有難うございました。今回は初めて皆様とは別行動なのでとても不安でした。その日が近づくにつれて体調を崩し辞退を申し出てしまいました。が、アドバイスを頂いて、今迄の自分を変えたいとの思いになりました。早速、娘に電車の時刻を幾通りか検索してもらいました。地元、新家駅から大阪城公園駅までの片道一時間余り、人生初の一人旅でした。乗り換えや、古い駅構内で迷い立往生。勇気を出して声をかけると、「急ぎませんから」と同行して下さった親切な女子学生さん。又は会友さんらしき服装の方を見つけると、そっと後について行ったりしながら公園駅へ、まず広場にはお店が並んでいてびっくりしました。二階席を見つけましたが、どなたも座ってなく心細かったのですが、お会いできた時はホッとしました。会長先生より「実践とは考えて正しいと思う実践をして生きること、失敗を恐れず実践、実践しないことを恐れよ」と学びました。団地住まいで一人暮らし、お話ししたい、もっと笑いたいとずっと思っていましたので、後日、積極的に週一回の卓球と健康体操に入会し、確実にその思いを叶える事ができている今に感謝しています。(鈴木)

秋季大会に学ばせて頂き、ありがとうございます。実は私は今までの大会への参加はあまり気が進まないまま、誘われるから仕方なくの参加でした。しかし、今回は何故か参加できたことに嬉しく、しかも、前列席での学びに大変感謝でした。バスでは、行く時は高速での渋滞にあい、時間ギリギリではありましたが、間に合って良かったです。会長先生は、あきらめないで、なるようになるのではなく、なるように自ら考えてなりたいようになろうと努力すること、すると正解や答えはないけれど、正しい方に近づくのだと、その為には本会の倫理実践をものさしとして行ってほしいと学ばせて頂きました。今、何が正しいのか分かりやすくなる世の中で本会のお教をものさしとして、目安にすることができて分かりやすくなり感謝です(重田)

秋季大会は3年ぶりでした。時間ギリギリの到着でしたが、トイレ付きのバスを手配してくれていたこと、到着までトイレを済ます様にと指示して下さった壮年さん、入場は顔認識システムでスムーズに入れたこと、席の位置も迷う事なく着席できました。事前の準備、瞬時の判断もすごいなと思いました。3名の方の演説も今迄とは違い、子育て真最中、毎日一生懸命家族と向き合う姿に、みんな同じなんだ私だけじゃない、私ももっと頑張ろうと思いました。会長先生より、失敗を恐れず一歩を踏み出す勇気とお言葉に大会に参加させて頂いて私が今向き合わなくてはいけない事がわかった気がします。うすうす気づいてはいましたが向き合おうとしていない私でした。前向きな心になり感謝です(松原)

口は災いの元とよく言いますが、約半年前、私の言動行動に何か気に障ったのか、次の朝、あれ程毎朝挨拶してくれていた同僚が、ピタッと挨拶どころか話もしてくれなくなり、おまけに嫌がらせを遠回しにしてくるようになったので、以前の私であればすぐに「何か文句があるのか?」と、くっつかかかっていたと思うのですが、学びのお陰様、冷静にその時の自分を振り返っていると、「同僚の分限分に入り込んでいたのでは…」と、反省できました。それから同僚と同じグループでの仕事が続きましたが、人が話をしていると、すぐに入っていくとしてしまう自分を「そこは、その人の分限分」と、ぐっと我慢し、仕事以外のことは何も話さない様にして、ついに先日、同僚と二人きりの仕事が終わってきたのです。これ迄同様、余計な事を話さないでいると、同僚から仕事内容をきいてくれる様になり、おまけに、以前の様に話かけてくれる様になりました。少しずつ愛和な関係に戻りつつあるのが、とても嬉しく、楽しく作業ができてきました。(山田)



先日、次男の息子の孫から電話がありました。「修学旅行へ行ってきたよ、おみやげ持っていくね」「わーうれしいよ、ありがとう待ってるね」次男とは、たまに会っていましたが、中学3年の孫とは久しぶりです。身長が伸びて、私より高くなっていました。私は嬉しくなり、思わず、ハグしそうになりました。孫のやさしさにふれ、泣きそうになるのをぐっとならえ、「ありがとう」と言って、みやげ話を聞きながら、幸せな時間でした。夜、帰ったあと、嬉しくて眠ることができず、お仏壇に報告すると、写真の主人も笑っています。祖母孝行の孫を育ててくれた次男夫婦に心から感謝しました。小さい頃の思い出が一杯あり、走馬灯の様に私の心と体が喜んでいて、喜ばせてくれる孫を生んでくれて感謝です。(黒田)



思い出が一杯あり、走馬灯の様に私の心と体が喜んでいて、喜ばせてくれる孫を生んでくれて感謝です。(黒田)



以前から「自分でなんとか心を切り替えて明るくいきましょう」と努力するも、モヤモヤの心が1日置きに巡ってくる。そんなくり返しが続いていました。つながりリーダーの表がラインで送られてきた時、「この気持ちを聞いてもらおう」と最終日に参加を申し込みました。その間も繰り返される心のモヤと向き合い、反省したり、今日一日の目標を定めたりしていました。迎えたつながりリーダー当日の朝起会で「木が伸びる時に必要な樹液を完全に抜くことで、木材として木は新しく生まれ変わり、第二の人生として生きられる」と、学びました。そして、そうした木の性質に木のボケとツッコミを重ねた楽しい演説を聞いていたうちに、「これだ」と、はっきり自分の問題点が見えてきました。その思いをつながりリーダーで1対1で聞いてもらっていると、「こうあるべき」と人に倫理のものをさしをあてて道を外していた自分がはっきり分かったのです。「何も考えんときな〜」と優しくアドバイス頂いて、また頑張っていく。と、幸せな新たな心になるきっかけをいただきました。いつも兄嫁は夕方我家に来て、お茶をしながら世間話をして帰って行きます。心の中で私は、「夕食の準備の忙しい時に世間話なんて聞きたくない」と思っていました。つながりリーダーをきっかけに、話を聞きながら準備を始めればいいのかと心が大きく変化していました。そして、「よし、これでいこう」と心が決まりました。すると先日の事、畑でとれた間引き菜を持ってきてくれた時、すぐに洗って下準備をしたけれど、兄嫁との対話しか優先かなと思うのが、これまででしたが、その日は、すぐに洗い始めると、兄嫁は主人と仲良く話し始めたのです。考えすぎないことの体験の一場面に、喜びました。(辻本)



話し始めたのです。考えすぎないことの体験の一場面に、喜びました。(辻本)