

ズミキルニシヤク

ヤルぱい

— 遅咲きもいい —



柴田宋休

ベキモノミソジヤルハコソ

第一章 ありがとうのじゆんね

大観	6
ありがとう	7
一歩始めれば	8
普段の	9
後悔しない	10
本気で	11
何でもいい	12
○△□	13
童心	14
何があっても	15
いつ何があるか	16
じぶんの	17
夢や希望に	18
元氣	19

第二章 変化を楽しむ

厳しいけれど	22
生きていて	23
変化を	24
このころも	25
何かに集中して	26
やれるときに	27

これからは

危険なところほど	29
エネルギー	30
活力	31
文句や	32
七転八起	33
いつ死んでも	34
いいことも	35
人に期待	36
芽が出てきました	37
運がいい	38

第三章 あきらめない

探していると	42
どうしようも	43
底力	44
新しいアイデアが	45
断念すれば	46
洗車	47
準備が	48
待つことは	49
自分に合った	50
徹すれば	51

もし…………… 52

ジタバタしても…………… 53

出発…………… 54

潜在能力…………… 55

本物には…………… 56

円満…………… 57

二本足で…………… 58

発想転換…………… 59

第五章 休んでもいい

本音…………… 78

無理をせず…………… 80

力を入れるばかりが…………… 81

息は…………… 82

疲れたとき…………… 83

やるだけ…………… 84

楽しんで…………… 85

夜明け…………… 86

あせつても…………… 88

体力が…………… 89

才能とは…………… 90

のどが…………… 91

百人百様…………… 92

自分も周りも…………… 94

いつまでも…………… 95

オープン…………… 96

あとがき…………… 98

著者略歴…………… 103

第四章 まごころ

まごころ…………… 62

魅力があれば…………… 63

正直に…………… 64

空っぽに…………… 65

準備ができると…………… 66

宿題…………… 67

誰でも…………… 68

笑顔と感謝と…………… 69

身近なこと…………… 70

縁があるから…………… 71

チューニング…………… 72

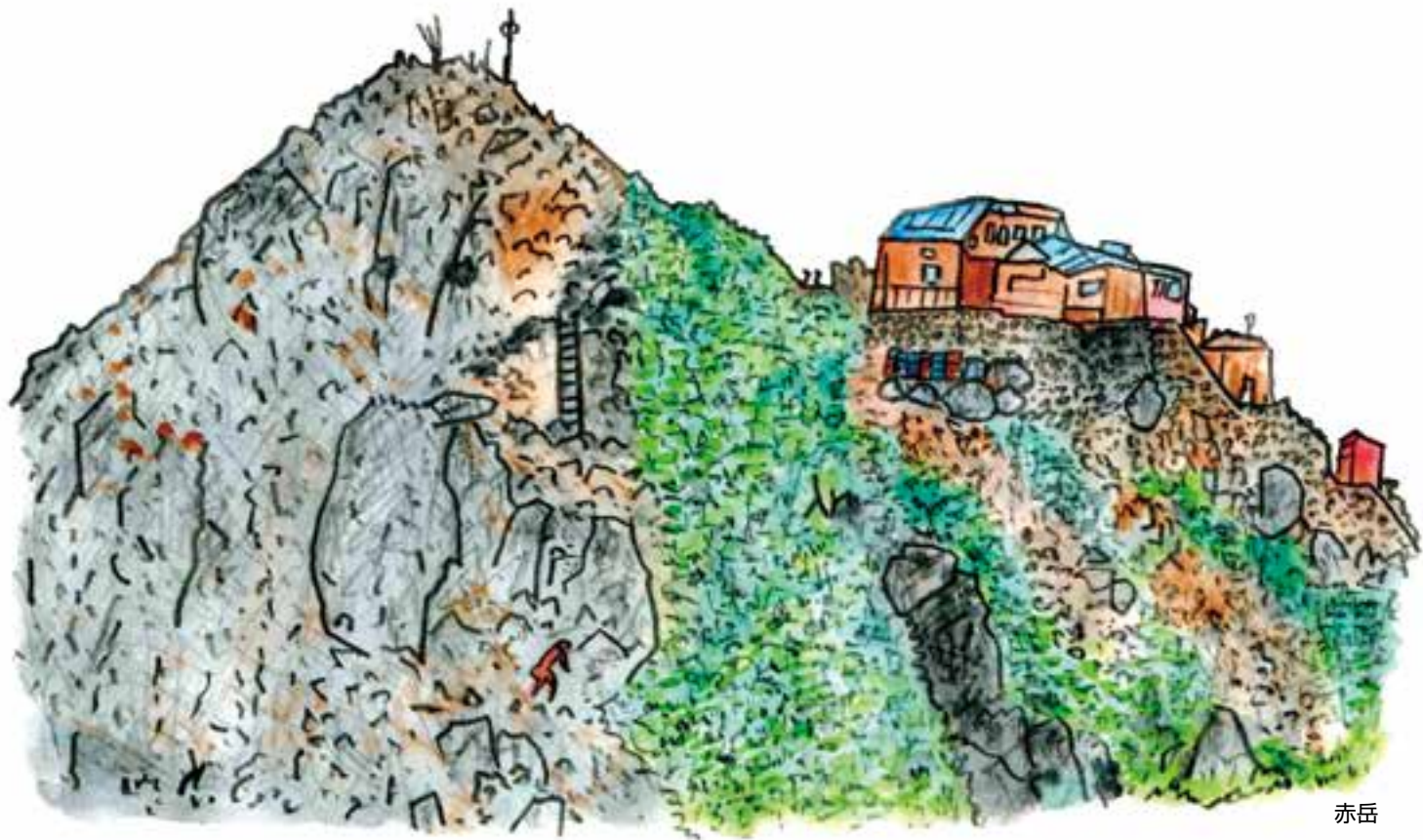
共鳴…………… 73

サイン…………… 74

実際に…………… 75

デザイン／アイ・シー・イー（石江延勝 清水かな）
撮影／中原義郎

第一章 ありがとう ごめんね



若かった弟子の時代、新聞紙を丸めて簡単に作った刀で、松井先生とよく試合をしたことがあります。

最初の頃は剣先に目がいつてしまい、相手の全体像を見ることが出来ないため、ふいに面や籠手を打たれてしまうことが多かったようです。先生はその行為を通して、目先に

囚われてはいけないことを遊びの中で教えてくれたようです。

自然体で、いつも全体を見る習慣が身についていれば、局部に囚われることなく、とっさの時でも適切な判断が出来るようです。しかしある程度の訓練を積まないと、どうしても目先の変化に心が奪われてしまいます。

思いがけない出来事によってアタフタとするのは、目の前の現象

だけを見ているからなのです。現象は刻々と変化していますので、そこに焦点を合わせていると、いつまでたつても心が定まりません。

現代は医療にしても教育にしても会社の仕事内容も一段と細分化が進み、全体を見通すという習慣がなくなってきたという

うに思われま
す。

大たい観かん

目に見える
現象面では絶

えず変化していますが、私たちは出来事を通して貴重なことを学んでいるのですから、いろいろあるのは有難いことなのです。外側は慌しくても、静かな時間を持つことによって内面が磨かれてきます。

あがき
びんね
どちらも
たがし

偏居宋休





普段の

何気ない言葉が

オチオチと

自分に返ってくる

不満は不運が

感謝は幸運が



再出花宋休





後悔は

生き方とは

そのときで生きる

精いっぱい


オラソソと

生きること

尋蓮社底巻言末休



本ノ氣
生きた氣は
真剣が
伝わる

一期一会 宋休






何ぞもい

海木しあき

見つけると

元気があ

前向き実休



の
△
口

に
ろ
に
ろ



在るがら

素
晴
ら
し
い

へそまがり 宋休

