



お伝えしたいこといっぱい…の気持ちをこめて。

無料配信(郵送)をご希望の方は

0120-103-712

FAX.06-6443-2025
http://www.junzosen.com/

〒550-0003 大阪市西区京町堀1丁目18-5

五月のお便り

四月の中旬過ぎ、我家の桜も今年は特に花が多く見事な景色を見せてくれました。

年々桜の花が美しく着飾っているかの如くきれいに見えてきます。

木々の中から鶯の「ホーホケキョー」の声、目白が桜の花々に蜜を求めてやってくる。

今年も桜を、鶯の声を、目白を元気に見ることができた！

良かったなあ！嬉しいなあ！
ありがたう！ありがたう！
つがやきが山上の空気の中で出てきます。

82歳にもなつてくると同じ花を見、同じ鳥の声を耳にしてもその美しさ、この響きの見事さが昨年とは違うのですよ。

よく見、よく聞くことでより美しく、より見事に見、聞きができるのも不思議です。

同じ美しい桜の花を見てもよく見る人は、なんとなく見る人の数倍もの美しさを見られるのですね。

何事であれ、よく見、より深く見ることにより、その人は人生を数倍も深く、見事に味わえるのだらうと思います。

「きれいななあ！ 美しいなあ！」
と言いながら見ているだけでは深く見えず、目で見るのではなく心で花を見るといふのでしようか、桜と一体となつて見る、桜となつて見ることができるようになってくると、数倍にも花の美しさが増してくるのですよ。

年々美しさが増して見えるということは、年々自分の心も成長してるとんだと自画自賛しながら桜を見、鶯の声を聞いています。

桜さん、鶯さん、目白さん、今年もありがたう。

来年も一緒に見会えることを楽しみに生きよう。



今回はイタリアに2泊の旅でしたので、ローマに正味1泊。ローマのホテル選びは難しく、もう20回位行っていますが、同じホテルに泊まったことはないのです。

前回のホテルローマカバリエリは山上にあるため、部屋は明るく非常に良かった。最上階にある三ツ星レストランは最高の美味、サービスも素晴らしい。あのような客層のレストランは初めてだった。今回も泊まるつもりが、レストランが休日だったので諦めました。山上にあるため、周りには何もなく、下界にはタクシーとなりません。

今回の宿泊はMARRIOTT GRAND HOTEL FLORIDAにしましたが、だめでした。

サービスもダメ。

その下のEXCELSIOR WESTIN ROMEOが良さそう。

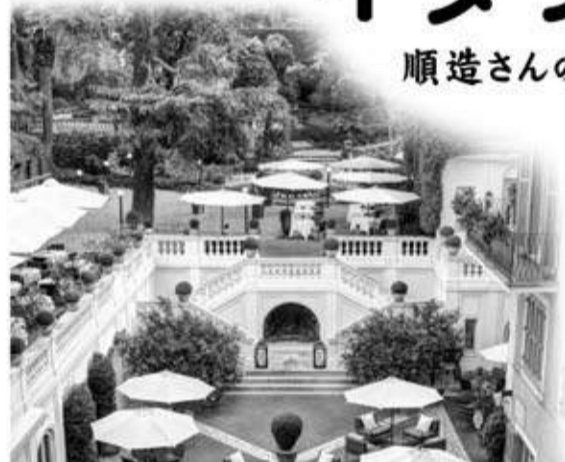
ローマのホテルは大体部屋が暗くて狭いので、アメリカ系のホテルが私には良いのです。

街を歩いていると、大好きな栗を焼いているので買って食べる。イタリアの栗は大きくて美味い！

さつランチは何にしようかと、いつも訪れる街中のHOTEL DERUSSIEに向かう。

ローマのちよつとSTAR イタリアの旅

順造さんの旅日記 番外編



入口を入り、アウトドアのレストランを通り抜け、突き当たりの階段を上った所にあるレストランで食べるランチは最高ですぞ！

ランチのスタートは12時？または12時30分からだだったので要注意。こんなに短いヨーロッパの旅は初めてでした。ちよつと疲れた！



ワインの話

ワインの酸化や劣化を防ぐ!

ワイン・プリザーバー・セット

先着30名様にプレゼント!!

先月は長分長い話になりましたので、今月は短く。先日テレビを見ていますと102歳の女性の写真家の人が話をして居られ、その若々しさにビックリしたのですが、その中で「毎日、赤ワインを少し飲んでます」が出ていました。良い赤ワイン1本(2000円~3000円)のワインを1週間で飲むというのは如何でしょう?!!

美容と健康のために!
きちんと栓をすれば1週間キープ出来ますのでその栓を30名の人に無料でお渡ししましょう。

瓶内を真空保存!



ワイン プリザーバーセット
(ワイン・フレッシュャー・ポンプセット)
ポンプ1個、ストッパー2個

■ご応募はFAX又はおハガキでお申し込みください。
先着30名様にプレゼント!

〒550-0003 大阪市西区京町堀1-18-5
マルカイ順造選ショップ「ポンププレゼント」係
FAX / 06-6443-2025

至言

ノートを繰っていき、と西本願寺の故郷鳥敏師の言葉に出会いました。

「その苦しみを
苦しんでゆくところに、
苦しみが苦しみてない
ような心が開けてくる」

このようになってくると素晴らしい人生……!

昔の人は「苦中有楽」とも言っています。また「苦中に楽を得たりて、初めて人生の妙趣に会す」と言った人もあります。

「苦」をそのまま「苦」とし、
「苦」の中で呻吟しているだけでは、「苦」の中でもがき苦しむ地獄の日々です。

苦しみの中に楽を見つけていける人は苦もまた楽なりて、地獄から抜け出せ、人生の喜びを真に味わえる人。

このキーは「感謝」のように思います。

亀井勝一郎氏はこんな言葉を残しています。

「幸福とはつきつめていえは(謝念)の二字につきる」と、私もそう確信する者です。

おすすめの音色



「DARKNESS & LIGHT」
ジェン・レジエント

余りボーカルは聴かないのですが、薦める人がいたのでCDを買ってみました。なんとというかロックやブルースをベイスにして、かすれた声で切なく歌う中に何か心温まるものを感じています。英語のメッセージは読んでないので分かりませんが、レジエントが心のメッセージを伝えようとしているのが聞こえてくるように思う。

年をとってもこんな音にも耳を傾けておく必要もあるなあ!

本便り



鈴木 敏夫 岩波書店
ご存知のスタジオジブリの映画の数々を創り出した宮崎駿、高畑勲監督のもとプロデューサーとしてジブリ映画の歴史的な大ヒットを支えた言葉の数々は面白い。

まっとうな道をよくも歩き通してこられた努力に頭が下がります。

順造逸選

男物の靴下

私は靴下の口ゴム部分(シャリーング)がゆつたりしていて、且つズレ落ちにくいものでないと、足元が気持ちよくなり、気にならないうかがないのです。日本にはなく、欧米でもいろいろ履いてきましたが、満足いく靴下になかなか巡り合いませんでした。十数年前でしようか、アメリカのRalph Laurenの店で写真の靴下を

買ったのですが、これがどんぴしゃり探し求めている気持ちの良い靴下で大喜びしたものです。最近日本でも口ゴムゆつたりを売り文句にした靴下が出始め、買ってききましたが、やはりこれが一番です。このRalph LaurenのソックスはRalph Laurenの専門店にはありますが、アメリカの百貨店Macy's、Bloomingdale's、Neiman Marcusなどでもありませんでした。先日行ったホノルルNordstromでは売っていましたよ。早速一〇足買いました。この靴下は超優れものなので、ご紹介します。



今までにない! 超高濃度・五倍!! クランベリー150

クランベリージュースの小さな瓶が出来ましたよ!
それも150%の超濃縮です。クランベリーだけで何も他のものは入っていません。ぐい飲みサイズの小さな瓶50MLです。
ハンドバッグの中にも入り便利! 150%の濃度と小瓶が特徴です。お役に立つのではないかと思います。

スタッフ 森下の



「買ってよかった!」
「ちよこちゃん紹介!」

濃厚ストレート100%スムージー

「複数の果物をミックスして美味しい飲み物を。」
これが意外と難しいってご存知でしょうか。甘み、酸味、のど越し、合わせるには、配合の組み合わせが無敵大なんです。新しく出来上がったこの濃厚スムージー。砂糖も一切使わずストレート果汁だけの100%! 余りに美味しく、身体にも優しいので甥っ子(五歳)にプレゼントしてみました。一口飲んで、「うまっ!」とばかりにハツとする表情(笑)あつという間に一本飲み切っていました。私の飲む分が無くなってしまいました。小さい子どもは味に対して繊細で正直ですから、美味しいスムージーとしてお墨付きをもらえ、甥っ子の笑顔に大満足の伯母さんになれた日でした。

GFT60913
ストレート100%果汁ミックス3種6本セット
本体1,800円/税込1,944円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712 Dean & Co.

※クランベリー50%と比較

キナ酸含有量約3倍

ポリフェノール含有量約4倍

砂糖・香料・保存料は一切使用していません

INR8187
クランベリー150 (50ml)
本体300円/税込324円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

順造さんのウェルネス vol.54

自分の健康度、不具合を考える

健康って何なんでしょうね。完全な健康ってありえないでしょうし、私達は身体のだこかに不具合を抱えて日々過ごしているのが普通の状態なのでしょう。皆さんも病院に行かれたり、整体、指圧、鍼灸などを受けてこられた人もあると思いますが、それらで完全な健康体になられたということではないでしょうか。身体に不具合があるのが普通なのです。生命に別状がない、日常生活に支障なく、余り気にならない不具合はみんな持っているということを利用して自分の健康度、不具合度を考えた方が良いでしょう。そんな不具合を抱えながら、少しでもそれを和らげ、楽にする為、またより悪くならない為に整体や指圧、その他の民間治療を私は受けています。

体調改善・予防の為に漢方煎じ薬を処方していただいていますし、十字健康法に行ったり、色々なものを飲んでいきます。だからといって不具合が完全に無くなるというのでもありません。生命に繋がりそうな病気の場合は、医院/病院で頂く薬を飲みますが、そうでない場合はできるだけそのような薬は飲まないように私は努めてきました。薬には副作用も一方であることを知っているからです。何よりも病気になり難い身体作り、予防のための行動が一番大事だというのが、私が達した結論です。病気になるたら、簡単に治らないと思っ



体調改善 予防の努力を

「時代の流れに背を向ける」

七十歳頃からでしょう。振り返ってみますと不思議と時代の流れに逆らって、流行に背を向けて仕事をしたり、生きてきたことが多かったかなあ!と思います。

雑感

感謝の中に生きられます。人間独り二人は弱い者です。独りで生きようとせず、助けを頂きながら生きませんか? 元気が出て来ますよ。

意識してではなく、またそれが正しいとか悪いとかと考えたのではなく、自然とそうようになっていたのです。多分私の性格の中に「他と同じことをするのが嫌い」という部分があり、無意識の内にそうようになってきたのでしよう。また計算し、考えて、これならいけるということも、誰かやってもできることなのでやらないう気持ちは強く、計算はせず、成否は余り考えず、これは面白いということに首を突っ込んできたように思います。常識的には余り正しい決断方法ではない、と思いが、何か面白いことをやりたいとなると計算はしないことになり、計算すると常識的な普通のことになります。それが嫌いなのです。それで幸いにも生き残ってこられたのですから、運が良かったのです。神仏に感謝するしかありません。神仏に助けられることはありがたいです。

私の居場所



オフィスにも、自宅にも沢山の絵や写真、焼物を飾っています。そのようなものには作った人たちの力と気がこもり、そこから出て来る力を私は得て生きたいと思う。一般的にはオフィスは白かグレーの壁だけで無味乾燥な箱の部屋ですが、私共の建物の中は賑やかですよ! そのような作家、アーティスト達の気と作品の持つ力と私たちは共存しながら仕事をし、生きていくことです。自分独りで生きようとせず、多くの人や物の力を借り、自分は助けられながら仕事をし、生きていくのだと思いと、目に見えない大きな力が私を支えてくださっているんだという気持ちが生まれ、感謝の中に生きられます。

お客様の声

【純粋みかん蜂蜜】 兵庫県女性 74歳 HS様
さっぱりとした味でクセのないのが良いですね。骨粗鬆症予防に、カルシウムと微妙に関係があると言われていた黒胡椒を作るために蜂蜜が必要なのです。その他蜂蜜は生薬を漬けたりいろいろ使います。昨玉葱も蜂蜜を加えることで美味しく、いろんな付け合わせに使えようになり蜂蜜に助けられています。

【順造さんからお返事】
凄く博識で驚いています。黒胡椒と蜂蜜ですね。早速実行しましょう。このみかん蜂蜜美味しい蜂蜜ですよ。

「こんじんジュース」

大阪府女性 Y様
いつもありがたうございます。人参りんごジュースの色の濃さが美しく体がきれいになる気がして愛飲しております。近所のスーパーにもあるのですが、このミドリッパルは重いのので中々買いつらく宅配だとも助かります。2才と4才の孫もこのジュースが大好きで、おやつに白玉粉と混ぜておだんごにしたり、ゼリーにしたり、ヨーグルトと混ぜたり、ミルクと半々に割ったり、ホットケーキを焼いたり、色々なバリエーションで楽しんでます。何よりも体に安心で安全な素材ですので嬉しいですよ。そしてとてもおいしいのです。

「順造さんからお返事」

人參ジュースを白玉粉と混ぜて団子を...ゼリー、ヨーグルト、ホットケーキにも使えるとは...! 拡がり大きい...! 私もホットケーキ、ヨーグルトに入れて食べてみます。有難うございます。

クランベリー100%ザクロ

東京都女性 77歳 G様
クランベリーは二〇二二・二四から、ザクロは二〇二一・二八から購入しています。クランベリーはお医者様に膀胱炎にいいですよと勧められ飲み始めました。月に二、三回膀胱炎になっていましたが飲みはじめた二年が過ぎましたら間が長くなり、今では六ヶ月に一度くらいになりました。お医者様なかせの膀胱炎でしたがほんとによくなりありがたうございます。ザクロは女性に良いという事で飲んでいました。クランベリーの様に直接とこに良いかわかりませんが続けて飲んでいきます。純粋なクランベリーとザクロをありがたうございます。

「順造さんからお返事」

クランベリーは女性の膀胱炎、尿道炎には良いのに驚きますね。ザクロは中高年の女性にはピタリなジュースだと思います。お役に立って何よりのことだと喜んでいきます。