



順造選便り

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/ ネットでも配信!
〒550-0003 大阪市西区京町堀1丁目18-5

二月のお便り

今年6月で85歳になる。もうこの世に生きる年月も3〜4年かなあ?と思えます。益々時間が大事になってきます。

まだ好きなものを何でも食べ、美味しいワイン、ウィスキー、日本酒も飲めることだけに幸せです。私は個人的には好きでもなく、関心もない商品でもそれが自分の仕事となるとなんでも好きになります。いう特技があります。好きになりやうねばならぬことは、好きになり楽しく自由に仕事をし、生きてきました。これは生きていく上で非常に大事なことで、おっしゃる通り、そしてやろうと思ったり、やりたいなあと感じたら、すぐやってみる。考えれば考えるほど、実行できなくなり、単純にシンプルに考えて生きていくように努めてきたように思います。物事をできるだけ複雑化しないのが私のモットーです。そしてこれと決めてたら、やり続けていく執念、試行錯誤を繰り返して、これが一番大切かもしれません。仕事も趣味も何でも同じです。そしてこれらの一番初めにやるのが好奇心です。全ては好奇心から生まれてきます。最後は好奇心一杯持って次の世に向かいたいです。

何もない「無」の世界だと思って死ぬのもよいですが、それでは面白くないような気がしています。さてどんな一年になるのでしょうか。

「MOMPOU」COMPLETE PIANO WORKS

モンポウ・ピアノ曲全集

なんとも心にしみとおるようなピアノソング。ゆったりと高い音を紡いでいく響きもたらず不思議なやわらかい緊張感。奇り添うように静かに紡ぎ出されてくる音に大感動。ある人は無駄なし、ソング、そぎ落とし、シンブル、かつ内省的だと、言っています。いいピアノソングに出会えました!



至言

故小林秀雄さんは、こんな言葉を残してくださいました。「偉大なものを偉大であるとして理解するには修練が必要だ」これは意味深いです。

私の経験では、偉大な人、偉大なものを理解できるようになるためには、偉大な人、ものに体当たりしていかねばならないと思っています。ただ出会ったり、ちょっと見ただけで偉大な人、人は表面だけで何も分らない人です。小林秀雄という人は「寸鉄人を刺す」言葉を吐きます。

「朝の夢」文庫 梶よう子

松本清張賞受賞作品というのでこの作者の時代小説を初めて読みました。窓際の仕事を与えられ、仕事より朝顔栽培に生きがいを持つ、うだつの上がない平同心の中根興三郎が、朝顔の緑で繋がってゆく人の悲哀を、推理小説のようについでいく幕末を舞台にした物語は、一般的な時代小説とは違った面白味があります。



人生最大の良楽「好奇心」

面白く、生き生きと生きていく上で大事なことのひとつは好奇心を一杯持つことだと思っています。高齢者の人たちが「人生はもう終わった」と何もせず、ただ毎日歩き、テレビを見て過ごす人が多いようですが、勿体ないことです。死ぬまで面白く、前向きに楽しく生きるには「好奇心」こそが最大の良楽です。

- 行ってみよう!
- 見てみよう!
- やってみよう!
- 買ってみよう!

生きてこの世に残る年月の少ない人ほどこの好奇心が生命です。

初詣

住吉大社



昨年も書きましたが、お正月の2日はまず大阪の住吉大社(大阪の人間は住吉さんと呼びます)です。昔々は、海辺の入り江口にあり、仁徳天皇の住吉津の開港以来、遣隋使・遣唐使に代表される航海の守護神として崇敬を集め、稊・産業・貿易・外交の祖と仰がれてきて、約一八〇〇年になるそうです。



おみくじは200円、上にお札は、お守りの種類です。値段? 初穂料どれでも1000円、お札も含めてお守りの種類別に神様に祈り、お守りも大忙しでしょう。神様も大忙しでしょう。商売のために種類を増やし、たくさんのお守りや、売ろうとされているとしか、私には思えません。かたが、私には聞かぬかなあ? うう? 次に行きますのは、大阪で一番霊感の強いと言われている御霊神社(御霊さんと呼びます)に行きます。



驚いたこと! 初めての「水虫」

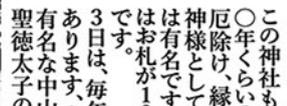
初めて足に水虫ができて、皮膚科の先生にお世話になっています。この水虫がなかなか死んでくれません。もう2ヶ月も薬を毎日足にすり込み塗っています。これも大変です!! これだけ医学医療が発達したと言われていますが、昔からあるこの「水虫」をすぐ治す薬がないのにビックリしています! 3ヶ月くらいかかるのかなあ??



毎年この三か所を初詣しますが、どこもどこも商売の匂いがきつくと、もつときれいさっぱりとした清々しい神社、お寺になって欲しいなあ!! と思うや切なるものがあります。



「おみくじ」を引く人が多いなあ!! 最初の観音霊場と言われています。大阪近辺の人は安産の腹帯をここに貰いに行きます。真言宗のお寺で西国三十三所第二十四番札所でもあります。この敷地の中にはお寺が沢山あり、水子供養のお寺、商売繁盛や合格祈願のお寺とかあり、どうなっているのか昔から私には理解できないのです。ここでもお守り、お札お授け場が大きいとあります。



3日は、毎年宝塚に有名です、安産です。聖徳太子の創建によると伝えられるのが宮



この神社も二四〇年くらいの歴史。厄除け、縁結びの神様として大阪では有名です。ここではお札が1200円です。

大粒の雨正月の聞うがっ 角川 源義

お正月の雨、このようにはなかなか詠めないですね。私の好きな句です。

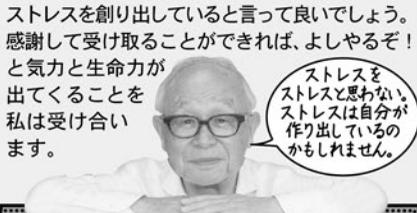
初日の出静けき木々に鴉なく

山上の我が家のベランダから木々の向こうに見える初日の出と同時に鴉がカアカアと鳴く木々の中、私の句です。毎年、お正月には俳句らしきものを詠むことにして、私の気持ちを表している。どう言葉にするかを考える時間を持つだけでも幸せですよ。

順造さんのウェルネス vol.87

ストレスに耐えられる抵抗力を身につける。身体の免疫力、抵抗力をつけようといつも書いてきました。よく考えてみますと身体だけでなく心というか頭・脳にも抵抗力が必要ですね。これだけストレスの多い時代、精神科、心療内科を受診する人が増えている今日、ストレスに耐えられる抵抗力を持たねば生きていけない時代かもしれません。ストレスを生み出す問題は山ほどあり、ストレスから逃げることはできないし、いくら薬を飲んででもストレスがなくなる訳でもありません。私たちはストレスを受け入れ、抱えていくしかないのです。ストレスを苦と敵として抗うから、歯向かい、敵対してきます。どうにもならないストレスを受け入れるしかない以上、前向きにストレスを受け入れ、利用するのです。

ストレスのおかげで
※悪い遊びをせず一生懸命働けるんだ。
※問題解決のため、学ぶ力が満ちてくるのだ。
※なんとかしよう、何か良い方法はないかと考えることができ、自分は成長できる等々と感謝して、受け入れることができると何もかもビックリするほど変わってきます。ストレスを敵とせず、私を助けてくれる味方と考えるのです。そもそもストレスの源であるいろいろな問題は、貴方を苦しめようとして現れているのではなく、ただ問題はそこに在るだけなのですが自分がそれらをストレスとし、苦として受け取っているのです。自分が自分でストレスを創り出していると言って良いでしょう。感謝して受け取ることができれば、よしやぞ！と気力と生命力が出てくることを私は受け合います。



順造さんカATALOGの最後の頁に順造さんの「健康チャレンジ」と「健康ニュース」がありますので、こちらもぜひご覧ください！

スタッフ 森下の 奈下(なげ)の「買ってよかった!」

「液体100%酵素蜂蜜」
「熊本産つぼみ使用」

「毛蜜」
40g

10年ほど前30代半ばだった頃、頻りに風邪をひくようになってしまっていた。食べ続けて半年ほどで、「あれ？そういえば風邪ひいてない」となりました。味は蜂蜜そのもので食べやすいため、毎日スプーン1杯を紅茶に混ぜて飲んでいました。500gボトルを約2か月で使い切っています。計算してみると1日あたり149円(笑)でも風邪をひいて辛い思いをするくらいなら、決して高くないと思うのですがいかがでしょうか？
疲れやすい人や、風邪をひきやすい人にオススメです。

FOD9686
亀蜜ゴールド(500g プラボルド)
税別8,250円/税込8,910円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

液体プロポリス

これはプロポリス100%の液です。私は喉が痛い時、一回がいの少量の水に三四滴加えて、うがいして飲み込んでいます。

ドライプルーン 約8個分の鉄分

こんな方におすすめ
◆目まや立ちくらみがある方
◆疲れやすい方
◆ダイエット中の方
◆美容に関心がある方

GFT821610
プルーン150 (50ml×10本)
税別2,900円/税込3,132円

天然のスーパーパワー! 健康をサポート

◆突然の風邪や鼻水に。
◆ケガ、火傷に。
◆口内炎に。
◆喉が気になる時に。

FOD9740
ブラジル産プロポリス(液体プロポリス) (30ml)
税別3,500円/税込3,780円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

順造さん今、お薦めしたこと PRUNE150

濃縮150%の強力プルーンです。プルーンだけしか入っていません。カリフォルニアプルーン協会によると、プルーンは「臨床試験で閉経後の女性の骨密度の減少を制御し、骨の健康に保つ効果が確認されました。骨粗鬆症予防に対する効果も期待されています」という記事が出ています。また貧血予防に鉄分を補う人も増えているようです。プルーンが鉄分を補うには、プルーンが「PRUNE 150」をお試ください。

私の居場所

30年ほど前のある有名な建築家の先生に家を建てていただきましたが20年過ぎた頃から大きな不具合が家に出てきました。※一番困ったのは雨漏りです。原因箇所を見つけたら20年要しました。最後は普通の工務店の人が来て簡単に原因を見つけてくれました。驚きです!! ※湿気があるのです。これ20数年原因を探しても見つからな。ある時、剪定に来てくれた庭師の人に困っていることを話しますと、庭のある箇所を4〜5m掘ると、岩に囲まれた池のように水が溜まっています。そこに庭の下に水脈があり、そこに

「私たちが悩みとともに生きていくのがよく受ける相談はこんなことをしようと考えているのですが、借入金が増えるリスクがあるのです。どう思われますか。」とか、「このような会社を辞めたいんだけど、どう思われますか。」などですが、私の答えは簡単です。※何かをやるうえで必ずリスクが伴います。※やりたくない本気で思っていたのならやらなければいいです。私に失敗した時を考えると、※失敗した時を考えると、私には単純なもので「やりたい!」と思いついたらやることにして生きてきました。

ある岩で囲まれた箇所から、水が溜まりあふれているのです。驚きました。※植木も20mくらいの高さになつてきます。沢山の落葉で植木が詰まるので、これを防ぐために工務店の人が金網をつけたりしていますが、まだ解決できずいろいろ試している最中。デザインを重視する、構造的に無理な箇所が出てきます。そこから年月を経ると不具合が出てくるのです。建築家に先生にお願いすると、治しながら住むということを経験する必要があります。

「スタップ森下からお返事」
味に敏感なお子様にも喜んでいただけ嬉しお子様にもピッタリなジュースだと自負していますので、お役立ただけだと思っております。

「スタップ森下からお返事」
いつもお世話になっております。塩番茶や肌に塗ったり、梅番茶飲んで喉治したり(おばあちゃんの知恵袋的な笑)とても重宝します。飲んでもちろん美味しくて、2歳の子どもはお茶はこれしか飲みません。

「スタップ森下からお返事」
塩番茶や梅番茶、風邪対策に良いそうですね! 詳しく知りませんでした。情報ありがとうございます。私も自宅のお茶はこれなので早速やってみます。

「スタップ森下からお返事」
長い間お悩みだったようで辛かったらうと思えます。飲み続けることで予防にもなっております。飲み、本当に良かったです。快調な毎日を送り続けてください。

「スタップ森下からお返事」
小児科の待合室でテレビを見ていて、にんじんジュースお試しのコマーシャルがやっていました。小2の娘があの人参ジュース飲んでみたいというので、お試し本ならぬと思いついて購入しました。普段は野菜が苦手なのですが、おいしいと言っていて、あつという間に本々なくなりました。

「スタップ森下からお返事」
学生頃からたびたび膀胱炎に悩まされてきました。普段から水をたくさん飲むようにしたりトイレに多く行くようにしたり、予防に努めておりましたが、それでも2〜3年に一度は発症していました。それが克蘭ベリーが膀胱炎にいいという情報を知って克蘭ベリー100%を飲み始めてから、一度も発症していません。もう持病のようなものだと思いついていたのですが、すっかり治ったよう本当にうれしく思っています。最近克蘭ベリー150%と気分によって飲み分けています。