



ポカポカ陽気が一転、冬の寒さが！受験生の皆さん、体調を整えて頑張ってくださいね！

季節のお話 ～ 2016年がはじまりました！ ～

明けましておめでとうございます。よき新年をお迎えの事と思います。特に今年は暖かく例年の寒さのないお正月でしたね。私も初詣に行き新しい年の健康と幸福を祈願してきました。その節、神社で＜平成28年1月の言葉＞のお札を目にしました。そこには…



『千日の稽古を鍛（タン）とし、万日の稽古を練（レン）とす』

と、宮本武蔵の言葉がありました。

「千日間、同じ事を続けることを鍛といい、万日間同じ事を繰り返すことを練という。物事に習熟するためには、それくらい長い間続けなければならない（五輪書より）」
鍛錬と言うのはこういう事なのですね。

簡単に諦めることなく、修練してコツコツと続けていく力を自らに養いたいと思います。

ドイツの詩人のシラーは「時の歩み」は三重であるとの言葉を残しています。

『未来はためらいつつ近づき、 現在は矢のように早く飛び去り、 過去は永久に静かに立っている』

過去があるから現在があり、現在があるから未来がある。

今までの自分が培ってきたことがエネルギーとなり、今の充実が未来を創る。

やはり『今』、この一瞬の時間を大切にして「今やるべき事をやる！」という思いを胸にしっかりとした足取りで、だけど身体も心もやわらかくいきたいと思っています。

* 西荻グルメ * 裕庵



私の自宅近くに来た
見た目洋風の日本料理屋さんです。
ドアを開けると優しくて親切なマスターが
出迎えてくれます。
料理も美味しくて丁度良いボリューム！
日本酒もワインも楽しめるお店です。

杉並区上荻4-30-8 セブンスターマンション西荻1F
Tel: 03-6761-9077

