

# 松友会だより

編集 松友会  
新聞編集委員



調子が悪ければ、いつそのこと  
休んでしまえ

清永 辰生

十二月はじめの大雪から一月ははじめの小寒までが仲冬です。木々は枯れ、野には寒風が吹き渡る冬の間、人は活動できず夜は家の中でじっと堪えながら春まで過ごさなければならなかったが、現在は、温暖化が進み、さまざまな活動が活発になり、厳しい寒さよりも温かいイメージの方が強く感じられるようになりました。

誰にでも好不調の波はあります。仕事に限らずスポーツや勉強でもスランプに陥ることもあれば、どうしてこんなふうまくいくんだらうと自分でも驚くほど絶好調の時もあるでしょう。  
「意(こころ)に文を作らんと欲せば興に乗じて便(すなわ)ち作れ」これは空海の言葉です。文章を書くなら調子のいいときに波に乗って一気に進めるといい、といった意味です。又、仕事は調子のいいときに一気に進める、と考えてもいいでしょう。

自分なりに一所懸命に取り組んだ仕事が無事終ると頑張った甲斐があったと思ひ、ガツポーズも出そうです。そして大きな成果をあげれば評価も高まって、さらに大きな期待も寄せられ、それが自分への励(はげ)みにもなるはずです。そうすると好循環が生まれ、ますます仕事がうまくいくのではないのでしょうか。  
又、空海は先の文章の後に「若し煩(はん)に似れば即ち、止めて心を令(し)て倦(う)ましむる無かれ」と続けています。

なかなかうまくいかない場合はパツと離れて休み、「ストレスをためないようにしなさい。」と教えているのです、さらに続けてこのように語っています。「いつもこのように心がけて実行していれば創造力やアイデアは尽きず又精神的に疲れることもない。」趣味の世界でも同様で、釣りならアタリが続く日もあれば、全く釣れない場合もあります。うまくいかないといライラしたりカアツとなったりが乱れがちなものです。そんな時はスッパリと今日は止め、その日の釣りをあきらめることも必要でしょう。

欲を出して、もうちょっとやってみようか等と、思っているうちに波が高くなってきたら危険です。  
「無理はしても、無茶はするな」なかなかの名言です。どうにも調子がよくなければ、おとなしく休む。いつそ寝てしまいうにかぎるではありませんか。

### 暮らしの中の仏教語 「護摩」

護摩はサンスクリット語のホーマの音訳で焚(た)く、焼くという意味。火炉(ひどこ)を設け、護摩木を燃やし、仏の智慧(ちえ)の火をもって煩惱を焼きつくす密教の代表的儀式で、「災いを除く」「幸せをもたらす」「悪を屈服させる」などの祈願をします。  
火中に供物を投じて、天界に捧げたり、穀物を投じて供養する例もあります。  
護摩法は空海によって日本に伝えられたものです。不動明王の力によって、私たちの心を清らかな状態に導くことが目的とされます。

**【伝言板】**  
☆再生資源回収  
十二月十四日(木)宝塚 川西地区  
十二月二十六日(火)川西地区  
皆さん、いつもご協力をいただき有難うございます。  
引き続きよろしくお願い致します。

☆一月の月例会は一月十三日(土)  
午後一時より開催します。  
内容は、ギター演奏で懐かしのメロディーを聴いて歌って楽しみましょう。演奏者は、ギター合奏団「ギターアンサンブルコスモス(6名)」の皆様予定です。

☆十二月誕生月の皆さんです。  
紙面にてお祝い申し上げます。

十二月誕生月の皆さんです。  
紙面にてお祝い申し上げます。

十二月誕生月の皆さんです。  
紙面にてお祝い申し上げます。

地域の皆様のご協力有難うございます。  
今後も再生資源の回収にご協力お願い致します。

月別再生資源回収成果	
令和5年10月分	
新聞紙	1,040 kg
雑誌	350 kg
布類	90 kg
段ボール	210 kg
合計	1,690 kg
回収奨励金 (@ 円)	円

ご協力ありがとうございました。

※松友会だよりの原稿をお待ちしております。  
雑感、紀行文、日記、日々の生活、短歌、俳句、川柳、思い出話など何でも結構です。お近くの班長、役員へご連絡いただければ嬉しく思います。

### 12月 行事予定 (予定表は変更される場合があります)

日	曜	行事	時間
2	土	カラオケ	13:00~16:00
5	火	健康体操	10:00~11:30
9	土	月例会	13:00~15:00
12	火	麻雀	13:00~16:00
13	水	まつがおかサロン	13:00~15:00
14	木	再生資源回収(宝塚・川西)	~8:30頃
16	土	まっぼっくり	10:00~11:30
16	土	カラオケ	13:00~16:00
19	火	健康体操	10:00~11:30
23	土	編集会議	14:00~15:00
26	火	再生資源回収(川西)	~11:00頃
26	火	麻雀	13:00~16:00

春本 十二也子  
井川 明美  
田中 昭彦  
津田 正徳  
大山大山内満智子  
山内美津枝  
梶本和子  
北本幸子  
丸山以上10名  
(敬称略)



若き日の山

大木 安彦

私が山登りらしいのを始めたのは高校二年生、昭和二十六（一九五二）年比良・武奈ヶ岳（ぶながたけ）に登った。比良山といえ

比良駅から畑の中を歩き、今の国道筋・北比良の、やなぎやに投宿した。高校生が山に登るため旅館に泊まるのも珍しいことだったろう。

装備は物のない時代、しかも学生として思うにまかせられず私は運動靴、友人はワラ草履という出で立ちだった。雪どけのぬかるみ道は靴も草履もすぐにべしよべしよぬらしてしまふ。

武奈ヶ岳から北小松へ下山したが、日曜日というのに誰一人会わずじまい。静かだったことはこの上ない。ただイブルキの

害物を避けて巧みに滑り降りたのであろうシニブルが、人なつこさを感じさせる唯一のものであった。

そして今思えば、雪の上をワラ草履で歩いたのは物不足の時代のせいではなく、若者の意気がそうさせたのだろう。



あいつつの効果 良いことだらけ

黒田 千代子（九十八歳）

先日、友人に「おはようございます」と声をかけたのですが、返事がなく、モヤモヤした気持ちになりました。私は相手にこのよ

あいつつをしても相手から反応がないと悲しくなります。お互いにしないと交流が生まれません。反対に言葉を交わすと自然と笑顔になり気分が前向きになります。また、仲良くなるきっかけができるなど、いいことがたくさんあります。

あいつつをすることによって、もたらせる効果は良いことしかありません。一人一人があいつつを積極的に行えるような社会を作っていきたいです。

※ある中学生の投書ですが感心しました。私も同感です。

読み書き日本語の成立

皆さんは、鉄道駅で次のような表示をみませんか？「乗車券は発券機で販売中」と。日本語では、通常「切符を買う」のように

昨年の特典で、世界には日本語をはじめとして、155種の言語があるそうです。2021年、学術誌「ネイチャー」が、日本語の祖先について画期的な発見を発表しています。「言語学、考古学、遺伝学によるトランスユーラシアン語の農業拡散の立証」というのがそれですが、かいつまんで言いますと、日本語、朝鮮語、ツングース語、モンゴル語など98の言語は、約9千年前、中国東北部居住のキビ、アワ農耕民が拡散し、ツングース語、モンゴル語などのアルタイ語系と、朝鮮、日本語系統へ分裂したものだそうです。下つて3千年前ころ、遼東、山東地域から米作農耕が、朝鮮経由日本へもたらされたといえます。ちょうど縄文から弥生への転換期です。このころいよいよ日本語の祖語が確立されたとするのが新説です。

なお、2024年、言語学者の大野晋は、著書「日本語の起源」にて、南インドや北部スリランカで使われているタミール語を日本語の祖先とする説を提起しましたが、世間の評価を得ることが出来ませんでした。（本誌2015年10月号参照）

おわり 和泉記

川柳（六首）

人生の 時間は減るのに 暇が増え  
まだいける もう一度だけ 犬を飼う  
この墓も 入居間近と よく磨く  
入らない 母の入れ歯で 騒ぐ父  
ラインとは 何の線かと 爺は聞き  
薄型だ スマホも財布も 髪の毛も

（作者不明）



編集後記

いろいろなことのある今年（令和五年）もあと一ヶ月になりました。いつまでもおだやかな日を送れますように。日頃の「松友会だより」へのご協力に感謝致します。

A T