

今週のモーニングセミナー報告

令和5年5月10日(水)の講話 <第939回>

テーマ:「ヨガでココロとカラダを繋ぐ」

講師: natsu-yoga 松浦なつみ 様

(松浦清貴 会長) 久しぶりにご出席いただいた、田村先生の事。講話者研修の修了書を熊田さんに授与。今日の葉:「希望が心の太陽である」、クリアファイルに持参してきたエンゼルスで活躍の大谷翔平選手の曼陀羅のコピーを掲げながら、9×9の中に記載された高校一年生の大谷選手の<希望>は今、世界の有名な選手として現実化してされています。希望をもっていきましょう～ 東かがわ市のスローガンを斉唱～

(松浦 なつみ 様) 岡山市表通商店街で共同スタジオを運営しています。HSPのヨガインストラクター、心理カウンセラー、人生の諸先輩の前で緊張しています。自己紹介:坂出で生れ、ホテルのパティシエ、結婚を機に岡山へ。今までの人生で二度自殺未遂を起こした事。人生に絶望して15歳で一度目、摂食障害で2度目、幼少期から感受性敏感な子供だった。暗闇が対する恐怖心、戦争のシーン、自然現象などから苦しく当事者になってしまう。友達は同じことをあっけらかんと受け止める。私はみんなと違う。思春期には認めてもらいたい…演じている自分がいた。親にも友にも話せない。単語をつなげて文章にすることができない。ず～っと心にわだかまりを持ったまま就職、失恋、拒食、摂食障害、引きこもり、そんな時足もみの松村さんに出会う。ヨガ体験を知る。5～10分やってみる。仕事をやめてカンボジアへ行く。雨が降ったら洪水、驚きの連続。狭い視野で生きてきたと思った。張っている心を緩めることができるようになった。苦しい時手を差し伸べてくれた 隆之介さん。HSP:生まれつき非常に感受性が強く敏感な気質を持った人。HSS型など、自分の経験を赤裸々に話された。

最後に「茨木のり子」の詩を読み『自分の感受性くらい』ばさばさに乾いてゆく心を 人のせいにするな 自ら水やりを怠っておいて 気難しくなってきたのを 友人のせいにはするな しなやかさを失ったのはどちらなのか 苛立つのを近親のせいにするな なんにもかも下手だったのはわたくし 初心消えかかるのを 暮らしのせいにするな そもそもが ひ弱な志にすぎなかった 駄目なことの一切を 時代のせいにするな わずかに光る尊厳の放棄・・・と結ばれました。

担当者: 赤山 芳隆

18歳で憧れのパティシエとしての仕事につくも、自分は周りからどう思われているんだろう?自分に自信が持てず摂食障害になる。心を整えるためにヨガがいいよと群れの人との出会いがあり、ものすごく心地よい感じがする。姉のいるカンボジアでの生活をして、日本とは違うアバウトさが新鮮で、周りからどう思われているかは気にならなくなってきた。ヨガを学ぶことで自分に優しく、他人に攻撃的にならなくなった。HSPの心理学についても話されました。私は人間誰しも他人から認められたいという承認欲求はあると思います。私も20代、30代の時は周りの人の言動が気になったりもしました。今は自分を大切に他人の話も聞いてよいことを取り入れていこうと思ってこれるようになりました。自分軸を大切にしたいと思います。来月インドにヨガの修行に行くことを楽しそうに話をする松浦さん、夢や希望はやはり大切だと思いました。講話ありがとうございました。

会長: 松浦 清貴

連絡事項

※次回のモーニングセミナーは5月17日(水)朝6:00～7:00南新町自治会館にて経営者モーニングセミナーをします。「3年間の発熱外来で学んだ事」と題しまして香川県東かがわ市倫理法人会 幹事 田村敬二様のご講話を予定しております。次回も是非ご参加ください。

出席社数 18社 18名

香川県東かがわ市倫理法人会 TEL (0879) 26-9000/FAX (0879) 26-9001

メールアドレス rinri-hk@ma.pikara.ne.jp