



わかるはわかる 倶楽部

2024

令和 6年
10月号

急に季節が進みました。朝晩がずいぶん
過ごしやすくなり、まだ暑いものの日中の
気温も落ち着きました。

秋はいつになるのやらと思っていました
が、「暑さ寒さも彼岸まで」の言い習わしの
とおりにになりましたね。



マインドフルネス 『岫雲』

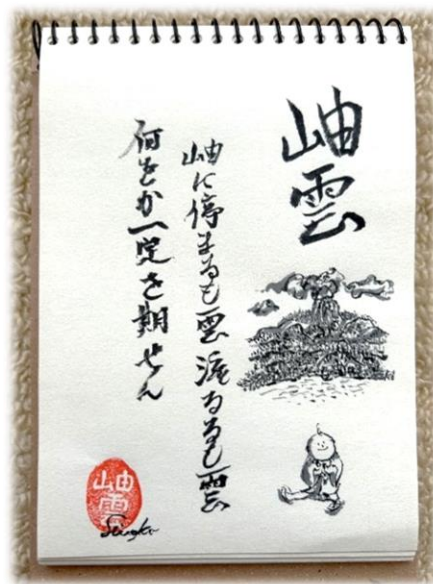
心身の健康を保持していくために、マイン
ドフルな瞬間が多ければ多い程、幸せで健康
な方向に向きやすくなります。これを実践し
ていくために、これまでの「いちごいちえ」
から、新たに、絵を描くことと字を書くこと
をしようと思い、少し前から始めています。
この名づけを迷っていましたが、『岫雲(しゅ
ううん)』に決めました。自分で描いた絵に押
している落款印の言葉です。

『いちごいちえ』の片づけは、すっかり終
えました。これで一段落です。



岫雲(しゅううん)とは?

私が落款印に使っている「岫雲」は、吉川英
治の「三国志」の中にある言葉からとったもの
です。関羽千里行の場面に出てくる「岫に停ま
るも雲、岫を出ずるも雲、会するも雲、別る
も雲、何をか一定を期せん。」という僧の台詞
に、このような生き方でありたいと気に入りに、
「岫雲」を使っています。



阪神カウンセリング・ラボのホームページで読んでくださっている会員の皆様で郵送を希望される方は、その旨ご連絡ください。
また、郵送停止をご希望の方もご連絡ください。

阪神カウンセリング・ラボ 梅田相談室

<https://www.hanshin-cl.com/>

〒530-0014 大阪市北区鶴野町 4-11 朝日プラザ梅田 9階 910

Tel/Fax 06 - 6147 - 2533

E-mail hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp

