



# しんまち 歳時記

しんまちはり・灸・整骨院

〒024-0094 北上市本通り1-7-9ビラージュ・パオ1FA  
TEL 0197-63-3770

しんまちリハビリデイサービス

〒024-0053 北上市大堤西2-6-5  
TEL 0197-72-7124



第127号 2018年7月1日 発行

ホームページ <http://shinhari.com> フェイスブック <https://www.facebook.com/shinhari.expe>

今月も「しんまち歳時記」を読んで頂きありがとうございます。

サッカーW杯、サムライブルーの活躍に目が離せない今日この頃。  
彼らの戦いを観ながら、思い出した話があります。

人の生き方には、二通りあるのだそうです。  
成功を求めて生きるか、  
成長を求めて生きるか。

## 成功 と 成長

似たような響きを持つ二つの言葉ですが、  
意味はかなり違ってきます。

成功を求めて生きていくと  
困難やトラブルや失敗は蹉跎でしかありませんが、  
成長を求めて歩いていると  
困難や挫折は自分の成長に必要な天の配剤になる、  
と考えることができます。

勝つことを希求する選手が、大一番で敗北することの意味は  
成功を求める人と成長を求める人では違ってきます。

競泳の北島康介さんの言葉

『負けることは怖くない。「負けたらどうしよう」ではなく、  
「負けたら次はどうしよう」と考えればいいのだ。』

福島先生曰く

「挑戦のあとには成功と経験しかない。」

私もこうありたいです。

代表 浅川 進

# ありがとう 小原先生

小原先生が6月で退社しました。  
ひと言、ごあいさつを申し上げます。

8年間お世話になりました。  
振り返ってみると、あっという間でした。

院の中だけでなく、マラソンに出たり、夏祭りや蘇民祭に参加したり…  
数えきれないほど色々なことを経験させていただきました。

今後は地元の二戸市に戻って(とりあえず)きゅうりを生産します。

いままでありがとうございました！

## 今月の「武将の教え」

伝説の剣豪 宮本武蔵の名言

構えあって 構えなし

- ・29歳までに60余回の勝負に勝利
- ・巖流島での佐々木小次郎との決闘
- ・関ヶ原の戦いに参戦

※刀の構えはその時その時で変わります。  
構えは変わっても、勝つという目的は  
変わりません。大切なのは構えではなく、  
勝つこと。構えは手段です。目的はブレず  
手段は臨機応変に、という意味です。

数々の伝説が今でも語り継がれている  
宮本武蔵。

肖像画に表れているのが、武蔵の言う  
「無構」です。

両手首をだらりと下げているようにも  
見えますが、これは何時敵に切りかか  
られても対応できるように、  
手首が生きている状態なのだ  
そうです。



修行を重ねていくと、何の  
気組みも感じさせないゆったりと  
した構えになっていくといえます。  
この構えから、まさに一瞬で、  
敵の喉を貫くのだそうです。  
近代スポーツでも  
注目されている「脱力」<sup>りあい</sup>  
武蔵はこの頃から自分の理合に  
脱力を取り入れていたようです。  
次代に名を残した偉人たちは、  
何か新しいものを取り入れていく  
といいますが、これが  
最強の剣豪と謳われた宮本武蔵の  
強さの秘訣なのかもしれません。

※理合(りあい)：物事の道理、物事を行う順序。

剣においては、技の動作の順序を正しい姿勢・精神で行うことが道理とされる。