津田整体
（旧にこにこ整体院）
江別市大麻新町4-1 予約制
☎011-387-2776

心の新聞 ～禅 Zen ～
生き方や考え方など、心をテーマにしたフリーペーパー（無料新聞）です。

こころの新聞 禅Zen
VOL 01
当紙はネットでも読めます。
電子版配信中⇒
https://zen.nikoseitai.net

『中立』は難しい!?

永世中立国スイスの悲劇の歴史から学ぶ

■どちらの味方をする？

本日のテーマは【中立】です。

筆者（津田）は整体院経営者なのですが、事業を営んでいると、周りのつながりあるお客さん同士がケンカというか、対立することが時々ですがあるのです。これは世の中のみんな心の内や考え方など違うから仕方がないことではあります。

ラーメンやパンひとつとってもそうですよね。私がこのラーメンやパンが美味しいと思っても、紹介された側の人が『美味くない』という場合だってあるのです。

例えば、江別市や札幌市厚別区には、この地域で繁盛している『ど◎ぐ◎』というパン屋さんがあるのですが、ここのパン屋の評判は実に千差万別なんです。ここのパン屋さんは、とても美味しいという声もあれば、それほど美味しくない等々、すごく評価が分かれちゃうんです。ただ、ラーメン屋やパン屋でしたら千円前後ですので、もし紹介した人の口に合わなくても、まあ許せます。評価（意見）が違っても許せます。

ところが、金額が高くなると違ってきます。高額な金銭絡みで一度意見の相違やトラブルがあれば『はい♪はい♪』とはなりません。当然ですが互いに『許せない！』となるはずです。

そしてこの時、対立した両者（AさんとBさんとします）と繋がりのある筆者は、さてはて、どうしましょう？　どちらの味方をしましょう？　となりますよね。

Aさんの味方をすると、Aさんはそのままお客さんとして来てくれるかも知れませんが、Bさんは来なくなる。逆に、Bさんの味方をすると、Bさんはそのままお客さんとして来てくれるかも知れませんが、Aさんは来なくなる。どちらにせよ片側の人のみに肩入れすれば、どちらかを失う可能性が大なのです。ただでさえ少ない整体院の売上の事を考えると両方失いたくはない（笑）。

そうなると『中立で行こう！　整体師の津田ちゃんは両者の味方だよ☆笑』となりがちですが、なんとまあこれが実に難しい！

この中立対応にありがちなのが、両方のお客さん（AさんとBさん）を失う！　つまり両方が整体院へ二度と来なくなってしまうという哀れな結末になりがちなんです。

さあ、どうする？

■強靭な永世中立国スイス

そこで、参考になるのが永世中立国スイスです。皆さんはスイスが永世中立国という、どこの派閥にも属さない国家であることはご存知かと思います。

世界の多くの国々は、ほぼ どこかの大国主導の派閥に属しています。北朝鮮なら中国派閥、ヨーロッパ諸国（スイス除く）ならEU派閥（ドイツ中心の欧州連合派閥）。そして、我が日本国の場合は 世界の超大国アメリカ派閥ですよね。

ではなぜ 大国主導の派閥に属するかというと、世界というのは常に【弱肉強食のパワーゲームの厳しい世界】だからでしょう。

どこかの強い大国の子分みたいな感じとなって生きて行かなければ、あっという間に潰されてしまうのです。

（裏面2面へ続く）

♥婚活一直線♥

初めてのデート

こんにちは。マリッジコンサルタントの伊藤です。

初デート、特に男性が誘った場合、「デート代は男性持ちだろう」と考える女性が圧倒的多数を占めます。ですので「誘ってくれるのだから、ごちそうしてくれるのだろう」と受けとめてしまうのです。婚活サイトで出逢った女性を初めてのデートに誘い「ワリカン」にするのは男性諸君、大変危険なことです（笑）。

ここで少し某ネットでの調査で集まった女性のコメントを紹介しますね。

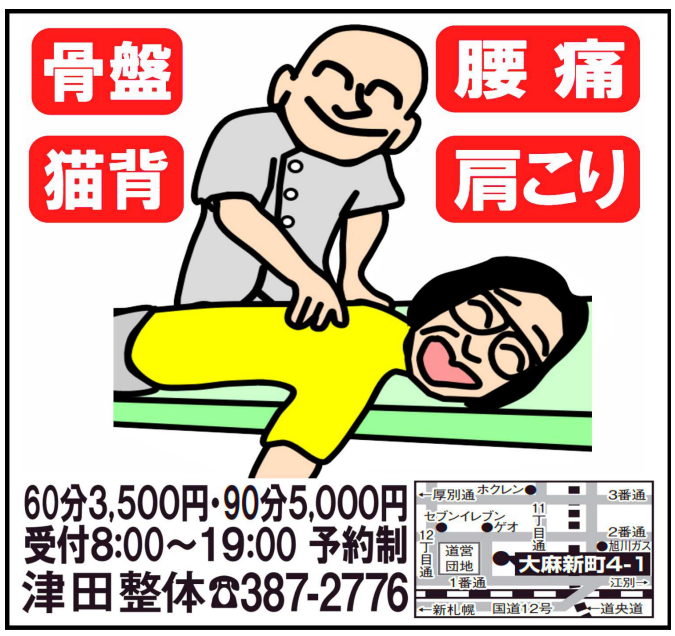
【デート例 ①】
自分から「連れて行ってあげるから」と誘った店で、「ここは四千円でいいよ」と、おカネを請求された。しかも相手は年上の男性。唖然とした。

【デート例 ②】
初デートで、彼の行きつけのパスタ店に誘われた。安めのパスタを頼もうとしたら、「ケチケチしないで、こっちにしなよ」と高いメニューを薦められた。当然奢ってくれると思ったのに「ワリカンで」だった。二度と会わない！

このコメントから明らかなように、二回戦進出は不可能になってしまいます。最初のデートでおごってしまうと、「それが当たり前になるので嫌だ」という人も中にはいるでしょう。でも「当たり前になる」以前の話で、【二度目】がないのです。

公式ＦＢもみてね↓

（結婚相談所オフィスそりん伊藤京子）



伽羅の森 心のワイン会

ワインやコーヒー飲みながら語り合いませんか？

開催・平成31年3月30日（土）午後7時スタート

北広島市の音江別川沿いの禅宗達磨寺の庭園内（富ケ岡２４２の２０）にある茶屋処（喫茶店）『伽羅の森』にて、心のワイン会を開催予定です。

ここ最近は何かと息詰まる住みにくい世の中になってしまいました。ワインやコーヒーを飲みながら思い切り語り合いませんか？

伽羅の森のママさんは、本業は算命占星術の鑑定師（占い）です。人生経験も豊富なので、色々な【心の奥底へと染み渡るようなお話】をお聞きできるかと思いますよ。

事前予約制で、料金は５千円となります（当日徴収）。

お問合せは伽羅の森まで。電話　０９０-８３７０-８５６７。

締切日　３月27日（水）まで。

中立は難しい

（表面1面より続き）

つまり視点をかえてみると、どこの派閥にも属さない生き方である【中立国】という立場を取るには【強さ（軍事力や強靭な精神力）】が必要不可欠ということです。

ここまでお話すれば分かって頂けると思いますが、永世中立国スイスは【強い（軍事力も国民の精神力も強い）】のです。スイスが強いのには歴史的な背景があるそうです。

スイスは地理的にヨーロッパの真ん中に位置します。海は無いし、土地も肥よくではなく、アルプス山脈の厳しい環境の山々しか無いため産業も何も無かったのです。

そこで、昔のスイスは【人を輸出】したのです。昔のヨーロッパ周辺の国々では紛争が多発していました。そこで傭兵（雇われ兵）としてスイス人を輸出することで外貨を稼ぐ方法を選んだのです。生きていくため、食べていくため、そうせざるを得なかったのです。

傭兵は戦争するのが商売ですから生死をかけた格闘家のようなものです。常に肉体や精神の鍛練に勤（いそ）しむことになり、結果として スイス人 とスイスの国 は強靭になっていったのです。

家族を食べさせて行く必要があり、仕方なく色々な国へ雇われ兵としていくため悲劇も起こります。雇われている国々同士で戦争となってしまい、スイス人同士が戦わざるを得なくなって、たくさんのスイス人が 他国の戦争のために戦死したのです。このような苦境や逆境を乗り越え、どんどん強靭化され、今の軍事強国スイスへと至るのですね。

中立を貫くには【強さ】が必要なのだと思います。

■では筆者はどうすれば良いか

これは仕事（私なら整体業）の世界でも同じと言えます。仕事での強さとは何か？ 筆者の考えとしては、それは【経済力】と【信念を貫く精神力】だと思います。

『いざとなれば、たくさん常連客いるから、何人か お客さんが減ろうとも構わない！』という気持ちになれます。中立を貫いてもいいし、Ａさんと Ｂさんの言い分の正しいほうを正義の信念に基づいて、どちらかの味方をすることだってできます。

どちらの味方もしてあげたい。でも世の中はそうはうまく行きませんよね。そのためには、これからもよりいっそう整体道に精進させて頂き、技と己を高めていくしかございませんね（笑）。皆さんはどう思われますか？

（津田整体院・津田）

雷で癒されましょう

激しい雷（雷雨）のあとって何だか妙に清々しい感じがしませんか？ 心がスッキリしませんか？ 実はこれには科学的なメカニズムがあるんです。

それは雷や放電で【オゾン】ができるからなんです。

雷や放電の高温が大気中の酸素や窒素から相当色々なものを作っていることがわかっています。

雷を【稲妻】といいますが、雷が多い年は、稲が豊作になることが昔は多かったそうです。雷によって、アンモニアや硝酸成分が増えて、肥料と同じ効果があったせいかもしれません。

原始大気（水、窒素、二酸化炭素）に放電を続けると、アンモニアやメタンなどおおくの有機化合物が発生するという実験もあり、雷が生命の【ゆりかご】を造ったといわれています。

恐怖の雷ですが、その終わりには癒しが待っている…。なんだか自然って素晴らしいですね。

【右の写真】は『嘆きのライオン』の記念碑。

スイスのルツェルンにある、ルイ16世とその家族を守って死んでいったスイス傭兵達の悲劇をテーマに扱ったライオン記念碑。背中に折れた矢が刺さったライオンはスイス人傭兵を表し、ライオンがかばっている盾はルイ16世とその家族を指している。

掃除は５分！

お掃除と片付けが苦手な私。でもお掃除しない訳には行きません。仕事で出張も多く、荷造りを解いたり、まとめたり。そしてドンドン部屋は散らかってゆく。

そんな時、本屋で『掃除は５分以上してはいけない！』って書いてある本を発見！ 「うん？どういうこと？」あるハウスキーピング会社の社長の本。そこには、あまり長く掃除をすると掃除をするのがおっくうになる、５分だと、５分だけなら…って気軽にお掃除する気になるんだそうな。「なるほど…。」っと思い、私は試しにその５分お掃除をやってみることにしました。そうすると５分ってあっという間に経っちゃう！そうして思う、「あ、いけない５分だ！もう終わり、終わり～、掃除終了～。」「明日、明日～。」

不思議な事にこの私、毎日続けられるんです、そして部屋がドンドン片付いていくのです！そうです！毎日５分のお掃除でも一週間ではモクモクと30分以上お掃除したことになるんです。毎日、一箇所決めて５分お掃除していたら、キレイ好きな友人宅と同じように片付いてきました。ウソみたい！！お掃除が苦手な人！この５分お掃除、効きますよ～。秘訣はどんなにノッテきても５分以上は絶対お掃除はしない！10分するとまうから…。もう少し続けたいって思えるくらいがちょうど良いのです。明日のお掃除が楽しみに変わるから…。どうぞ、皆さま、お試しあれ！

（筆・森のマダム）

曹洞宗 正法山 達磨寺
関連招福 達磨寺
北海道北広島市富ヶ岡242-20
電話：０１１-３７３-８８８３
携帯：０９０-７６４５-８８８５
メール：darumaji-5@docomo.ne.jp