



# 花枝聖の歩み

vol.04

2017.7.1

## NEWS LETTER



花枝聖

### 7月14日は ギターを叩いて演奏

ギターをピックでジャランと弾くだけで充分素敵な楽器なのに、どうして叩くのか？それは指を折った事がきっかけでそうになりました。起きないようにする事は必要ですが、トラブルの起きない人生はありません。トラブルが起きた時にどう動けるのかというのが大切な事だと思います。人はなにか目の前に壁が現れたとしても、必ず乗り越えていけるんだという気持ちを生み出せるきっかけになれるステージを作りたいと思います。7月14日お時間のある方は、ぜひご予約お待ちしております。

### 私の好きな事

#### 山でパソコン



外の気温がだいぶ上がってきました。街では暑いなあと感じても、山に行くとも涼しく感じたりします。こないだ思い切って高尾山にパソコンを持って行って作業してみました。広い景色を眺めたり、山を通り抜ける風を感じながらのPC作業はとても気持ちよく感じました。近いからこそできる贅沢だと思っています。

### 毎日少しずつ変わって来てます！



大型イベントが終わり、最近はお店内であれやこれやとやっております。音楽も地域活動も大切ですが、お店も大切！店内のメニューやレイアウト、システムなど変わっている部分を見つけたら頑張っているなと感じてください！

### 聖亭で草むしりを4時間やってみたら

6月のある日、草ボーボーになっていく聖亭の庭を見ながら、これではイカンと草むしりをしたところ、思いのほか集中力が続きほぼ4時間ぶっ通しでやり切る事ができました！おかげで庭は最高に綺麗になる事ができましたが、すっかり体がくたびれ首が痛くなり、次の日に病院のお世話になる事になりました。初めて山崎整形外科にいつてみました★

### まだ見ぬ未来の話

小学5年生まで父親と毎年夏は山登りに行っていました。普段朝早くから夜遅くまで働いていた父と数少ない一緒に行く遠出。父と過ごす喜びよりも、他の家族と離れ二人で過ごす緊張感が強かったように思います。父と登った一番高い山は「北岳」(日本で2番目に高い)です。その時頂上で肩を組みピースをした写真を、大人になってからもう一度撮ろうと30歳手前で挑戦した時、父にはもう登るほどの体力はありませんでした。それなら一人で登って写真を撮ってくるから待っていてよ！父76歳、私36歳、父が元気な内に達成したいと思いながら5年くらい経っています。

### 昔の話

#### 今日につながる過去の話

20代前半、自律神経失調症の症状が出てきた時、まわりからのスズメでしばらく心理療法を受けに通ってました。ある時、心の病気は心の在り方次第で変わるのでは？と考え、通う事をやめて自分は元気だと思い生きる事にしました。その日以来辛くなった時は病院にはいかず、自分を許したり褒めたりして過ごしました。いつのまにか行かない事が当たり前の自分になりました。病院で助けられた半面、病院に依存していく自分に違和感を感じたのだと思います。