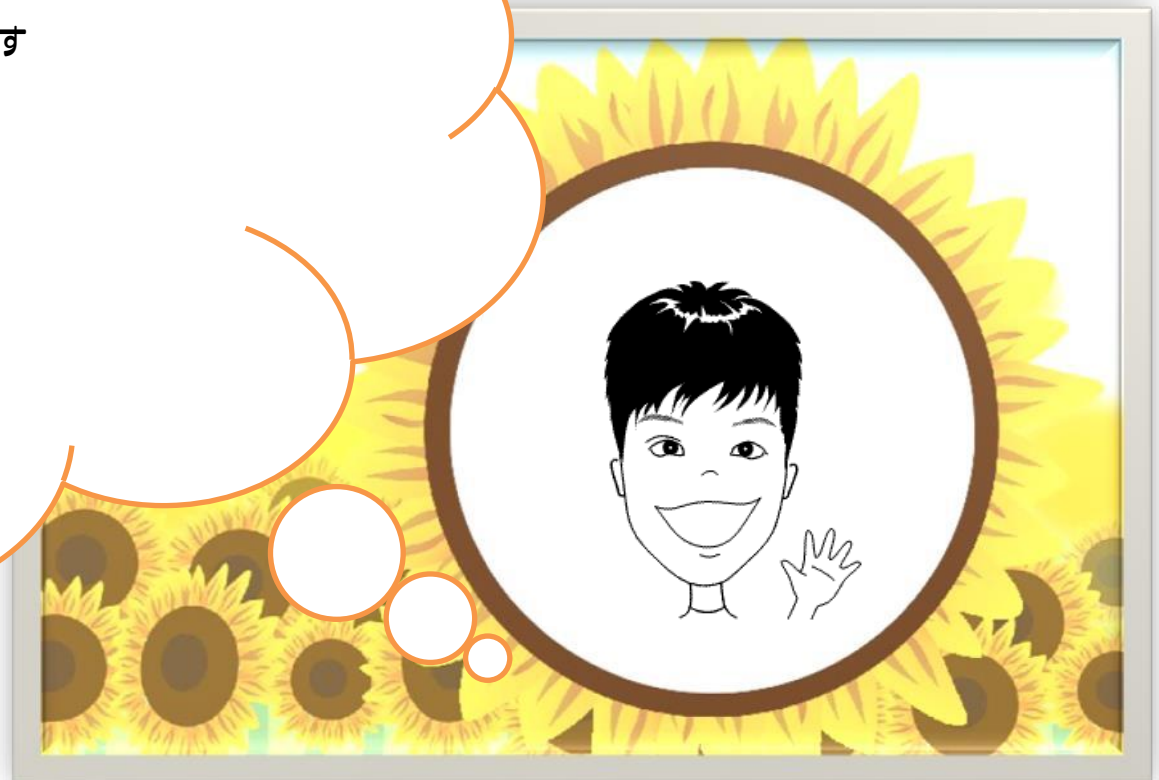


四街道整骨院院長の長谷川伸幸と申します
千葉県花見川区出身の46歳です
趣味
映画鑑賞(DVDを借りて過去の映画を
鑑賞する事が多いです)
読書(漫画含む(^^))





映画鑑賞

過去 観た映画の中で 私が面白いと思った映画

1位 ショウシャンクの空に

2位 シービスケット

両作品共、今はどんなに苦しい状況でも
希望の光は絶対見えてくる・・・人生は捨てたもんじゃないよ?
と勇気が持てる映画です♪

3位 バットマン ビギンズ と ダークナイト(ジョーカー) 2作です
まとめてみるとおもしろさも倍増します

4位 東野圭吾原作の映画「容疑者Xの献身」です



好きなマンガ

著者 山本おさむ さんが書いた

聖(さとし)という漫画です

実在した将棋の棋士、村山聖 9段の事が書かれています

心が折れて辛い時、この漫画を読んで、思っきり泣くと
心がすっきりしますよ・・・(特に、1～3巻が泣けます)
村山聖さんの生き方は、私の人生のバイブルになっています。

お風呂で半身浴しながら、ゆっくり本を読むのが好きです。時々 手が滑って、お風呂の中に本を落としてしまったり、内容に没頭して、のぼせてしまったりします。

読書

過去 私の読んだ中で、おもしろかった小説をご紹介します。

1位 鉄の骨 池井戸潤さん著書

2位 空飛ぶタイヤ 池井戸潤さん著書

池井戸潤さんの小説といえば、半沢直樹が話題になりましたが、こちらの作品もなかなかおもしろかったです。鉄の骨では、建設業界で行われる談合の実態が・・・空飛ぶタイヤでは、大手自動車メーカーのリコール隠しの実態が現実で起こっている事件の様に伝わってきて、「あっ」という間に読んでしまいました。

3位 隠蔽捜査 今野敏さんの著書

4位 戦い未だ終わらず 落合信彦さんの著書

5位 波のうへの魔術師 石田衣良さんの著書

6位 とせい 今野敏さんの著書

7位 下町ロケット 池井戸潤さんの著書

最近では日本の戦国時代、又 中国の三国志や、孫子、孔子に興味があり、関連する本をよく読んでいます。以前、大河の黒田官兵衛が話題でしたが、 私が日本史 中国史を含めた軍師の中で、好きなのはこの3人です。

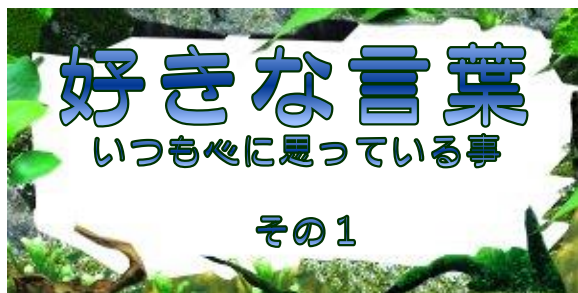
三国志に出てくる、呉の皇帝・孫権の軍師だった魯肅(ろしゅく)です。孫権の軍師といえば周瑜が有名ですが

私が好きなのは魯肅(ろしゅく)なのです。また、始皇帝と三国志の間の時期、楚漢戦争で項羽を打ち破り 天下を統一した劉邦の部下の蕭何(しょうか)が好きです。

劉邦の軍師といえば張良(ちょうりょう)が有名ですが。私が好きなのは蕭何(しょうか)なのです。

また項羽の軍師の范増(はんぞう)も好きです。私の歳になると、人に怒られると言う経験が、めっきり少なくなります。魯肅 蕭何 范増の様に

必要な時は、傍にいてくれて、道を踏み外しそうになったら自分の為を思って、しっかり しかってくれる言にくい事も言ってくれる そんな、父親のような存在を、何処か、求めているのかもしれない

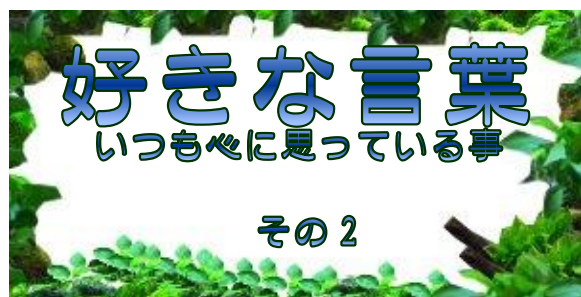


- ・自分に起きる事は、いかなる事もプラスになる事である
- ・自分に起きる事は、いかなる事も自分で解決できる事である
- ・自分に起きる事の解決策は、思いがけない方向からやってくる
(今は、お手上げでも決してめげない)

これは、医学博士 佐藤富雄先生の著書 自分を変える魔法の口癖
という本の中に書かれていた、一説(口ぐせの原理⑤)です。

いつも、明るく 楽しく 前向きに

仕事にも・勉強にも取り組んでいきたいと思っています。



感謝の心を忘れない・・・・・・・・

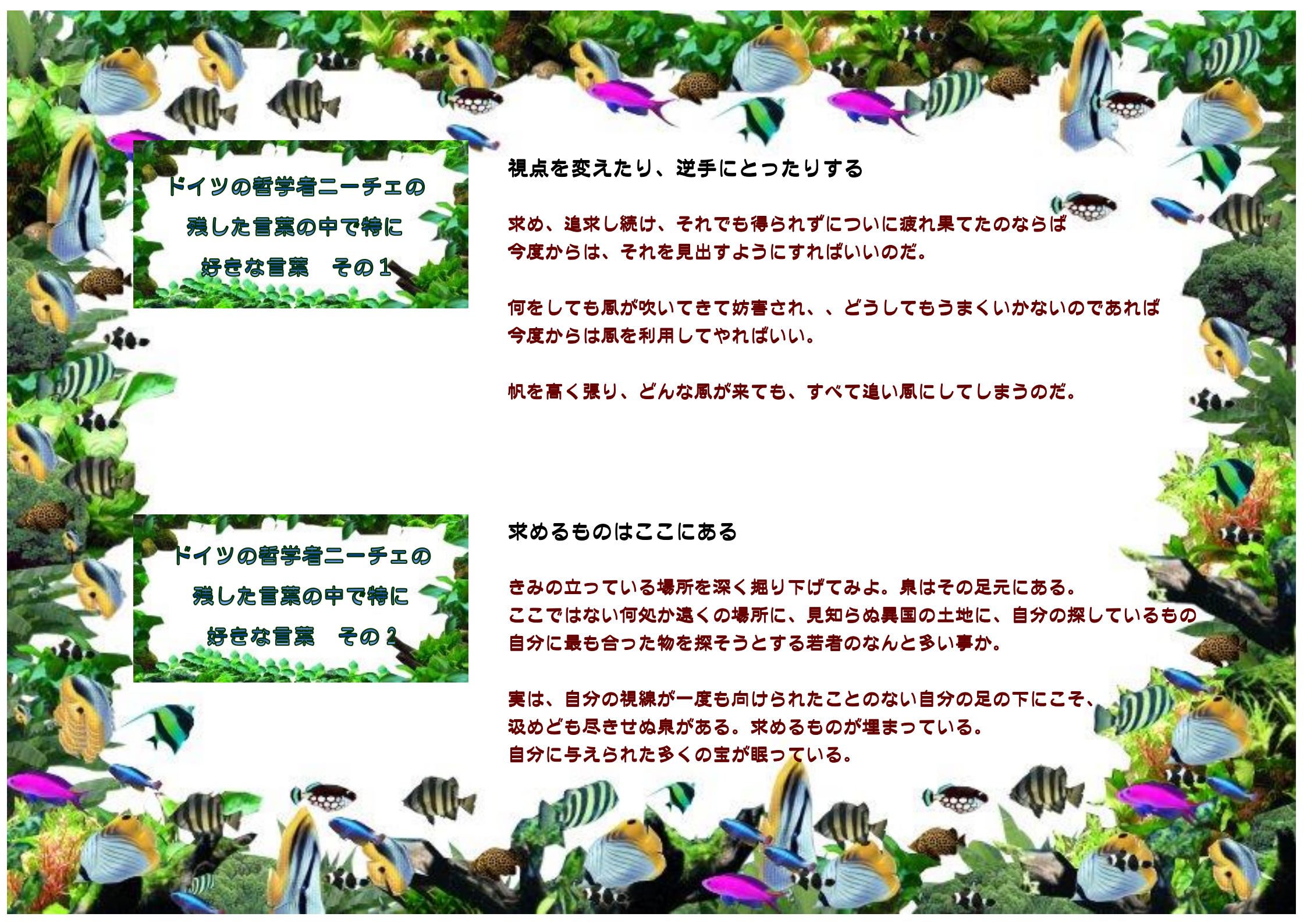
私は、高校1年の時、父を癌で亡くしました。父、享年42歳の時でした。

現在、46歳の私は・・・健康で、妻や、子供にも恵まれて
何事もない普通の生活を送っています。

若い時には、劇的な、ドラマチックな人生にも憧れましたが
父の歳を追い抜いた現在、
平凡な生活こそが、どんなに貴重で、特別で、幸せな事なのか、
普通に(穏やかに)、生かされている事への感謝と幸福を感じています。

また、この幸せは、自分ひとりの力では、無理なわけで
妻がいて、子供がいて、仕事を共にしてくれるスタッフがいて、患者様がいて、
私を取り囲む全ての人々のおかげです

常に周りの方々への **感謝** の気持ちを忘れず持ち続けたいと思っています。



ドイツの哲学者ニーチェの
残した言葉の中で特に
好きな言葉 その1

視点を換えたり、逆手にとったりする

求め、追求し続け、それでも得られずについに疲れ果てたのならば
今度からは、それを見出すようにすればいいのだ。

何をしても風が吹いてきて妨害され、どうしてもうまくいかないのであれば
今度からは風を利用してやればいい。

帆を高く張り、どんな風が来ても、すべて追い風にしてしまうのだ。

ドイツの哲学者ニーチェの
残した言葉の中で特に
好きな言葉 その2

求めるものはここにある

きみの立っている場所を深く掘り下げてみよ。泉はその足元にある。
ここではない何処か遠くの場所に、見知らぬ異国の土地に、自分の探しているもの
自分に最も合った物を探そうとする若者のなんと多い事か。

実は、自分の視線が一度も向けられたことのない自分の足の下にこそ、
汲めども尽きせぬ泉がある。求めるものが埋まっている。
自分に与えられた多くの宝が眠っている。



患者様へ一言

つらい事や、苦しい事がある時、ちょっと考え方の視点を変えるだけで、全然違う形に見えてきたり 探していた答えが、意外と自分の身近にあったり、そんな経験ってありますよね♪
病気も同じだと思います。

人間ドックに行つて、毎年検査を受けているという方も多いと思います。
検査前は、ちょっと、たばこを控えてみたり、暴飲暴食を控えてみたり、何かと気を使いますが検査をして何でもなければ、通り一遍、また 不摂生な生活に逆戻り

でも、いざ病気と診断されると、途端に慌てて
その病気が重傷であればあるほど、不安や緊張で、いてもたってもいられなくなる・・・

そんな時は、ひとつ視点を変えてみて下さい。

貴方の病気の原因は何だったのでしょうか？

食べ物や食べ方に偏りはありませんか？ 運動不足ではありませんか？

ちゃんと寝ていますか？ 心にストレスを抱えていませんか？ 身体を冷やす様な事をしていませんか？

意外と原因は、あなたの長年の生活習慣からきているのかもしれませんが

また**病気になった事が、あなたの生活習慣を見直すチャンスになるかもしれません**

四街道整骨院は、あなたの生活習慣から体質改善のアドバイスをしています

整骨院にいらして、是非、お話をじっくり聞かせて下さい♪

探していた答えが、きっとみつかるずです。あなたのお越しを心よりお待ちしております。