



庵主 松田清幸の しあわせ相談

野々市中学校前（野々市町三納）「高野山長幸寺」の庵主・松田清幸（せいこう）師が、読者の悩みに対して、心ほくれるアドバイスをおこないます。 電話：076(248)4441

<http://www.siawase-deai.com>

今回の相談／昨年末、主人が不慮の事故で五九歳で亡くなりました。元氣だった主人が急に目の前からいなくなり、茫然自失。不況下、私の年齢では仕事探しをする気にもなれません。また、県外の狭い実家に戻る気にもなれず、一人毎日、家で伏せております。最悪のことも頭に浮かび、ノイローゼ状態です。（金沢市・五七歳）

「生者必滅」という言葉を知っていますか。思いついて心を外に向け、踏み出すことです。残された時間が楽しく充実したものになるよう、努力してください。

ただほんやり過ぎさず、友だちとお茶を飲んだりお話をしたり、少しずつ前向きな時間に切り替えいきましょう。

おっしゃる通り、ご実家に戻るのはあまり良い選択とは思われません。

一人で強く明るく生きる

こともあったかもしれません。でも、一人でいるからこそ、できることもたくさんあるはずですよ。部屋に一足早く春の花を飾ってみませんか？ 気持ちがいやされまます。今あなたが味わっておられる寂しさは、やがて思い出に変わっていきます。また心静かに墨をすり、お写経などを始めてみるのもいいかと思えます。

（私の経験から）。
仕事探しが無理ならば心が落ち着きますよ。

松田清幸師への相談を募集しています

“平成のかけこみ寺”の松田清幸師が、みなさんからの相談に丁寧にアドバイスしますよ。相談内容、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、ハガキか封書でお送りください。〒920 8588（所番地不要）北國新聞社「えるず・のーと しあわせ相談」係まで。