

痛い体験

痛さに驚いて行を止めてしまうような事がないように書きました。

「1、2、3」の行が進むと一時的に体の一部が痛くなることがあります。
私は最初の坐禅の行で、体のあちこちが痛くなるので、心や体にいい事
をしているはずなのにどうした事かと思いました。
その心配を解決したくて次々と入門書を買うことになりました。
結果的にはどの本にも書かれていませんでした。
いろいろな本を読むことで気分転換ができて、行がマンネリにならな
くてすみました。
公案など坐禅に関する知識が増えました。

体の一部の痛さは一時的な自律神経失調症だと考えています。

耳鳴りがする・・・ときどき起こります

心臓が痛くなる 心臓がバクバクする (心臓神経症)

心臓に問題のある方は病院で診てもらって下さい。

偏頭痛大変痛いですがマッサージが有効です。(ストレスが原因)

肘が痛くなる

脚のケイレン・あちこち移る場合

(対策は徹底的に耐えること。逃げても

坐りなおしたら直ぐにケイレンが始まります)

頭が悪くなる。ボヤとした感じだが2、3日で治る。

日中、坐禅などしていないときに見える光。

小さな星、小さな棒状の光(「大きな変革」の前兆)これらが見えた時
は、「頭こわしてんのとちゃうやろか」と本当に心配しました。

これらの症状は「脳が変わる」ときに、おこる現象で「大きな変革」などへ
向けての準備のために 起こっているのだと考えています。(配線工事)