

Hagge Happy

11/7/2017 to 11/13/2018

後藤王重

アメリカの医療保険は壊れている。 だから 2018 年は加入しない。 自
分の健康管理は自分で。 病気にならない食生活習慣。

70 万円まで自己負担。 年間医療保険 70 万円。 2 年で 140 万円。 3 年で 2 1 0 万円。

白内障の手術は 2 年で払える。 2018 年は医療保険には入らない。 65 歳になると Medicare
には入れる。 それまで 6 年。 健康でいる最大限の努力。 食習慣と生活習慣。

座禅 瞑想 (ひかりの) 手当て 幸せ 平穏なるこころの道具

がんで死ぬなら死ぬ。 医療保険にたよらない生き方。 日々の健康管理、
食生活習慣。

人間は死ぬ。

死ぬものあれば、生まれるものあり。

自分が死ぬ時、生まれる命がある。

命は尽きない。 尽きる命あれば、生まれる命あり。

自分は永遠なる生命の循環（生と死の循環）の一部である。

自分が死ぬ時、新たな命が生まれる。

わたしは死なない。

本筋に戻る。 基本に戻る。 瞑想（ひかりの）手当て 毎日の食生活
習慣

工夫 家の手入れ 修繕

神（宇宙 ひかり 自然 地球 阿弥陀さま）は必ず観ている。 観てく
ださっている。 応援してくださっている。 すべてよきようになる。

すべてよき計らいとなる。 計らいがある。 信じる。 信じて今日一日
精一杯生きる。

渾身込めて生きる。 生きている。

今を生きる。 感謝して。 喜び今を生きる。 精一杯今を生きる。 今
日生きる。 死んだひと（たましい）も生きている。 一緒に生きている。
守さん メリー先生。 そしてこれから死んでいくひと（たましい）
母・・・すべての愛するひと。 ひとりではない。 自分はすべての命と
つながっている。 生きていても、死んでいても。 この世にいても、ど
こにいても。

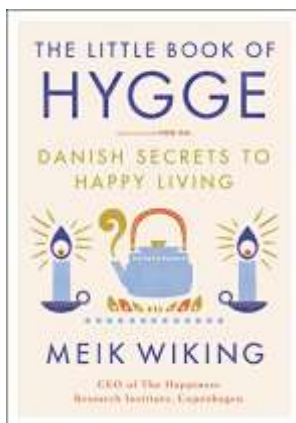
命に感謝。 宇宙 阿弥陀さま ひかり 自然 神 地球・・・すべてに
感謝。 愛を。 愛している。 すべてを愛している。

市川房枝さん 大尊敬 尾西のひと。



Reference

[The Little Book of Hygge: Danish Secrets to Happy Living by Meik Wiking](#)



ナマステ 愛 感謝

ひかり 後藤王重