

宝彩瞑想会便り

■宝彩瞑想会 開催記録

- 第126回(2009/10/20(火曜日・夜)) 講話会(東京・中野)
- 第127回(2009/10/21(水曜日・夜)) 講話会(東京・中野)
- 第128回(2009/10/22(木曜日・夜)) 講話会(東京・中野)
- 第129回(2009/10/24(土曜日・昼)) アート(東京・中野)
- 第130回(2009/10/25(日曜日・昼)) 瞑想会(東京・中野)
- 第131回(2009/10/27(火曜日・夜)) 講話会(東京・中野)
- 第132回(2009/10/28(水曜日・夜)) 講話会(東京・中野)
- 第133回(2009/10/29(木曜日・夜)) 講話会(東京・中野)
- 第134回(2009/10/31(土曜日・昼)) 瞑想会(東京・中野)
- 第135回(2009/11/01(日曜日・昼)) アート(東京・中野)
- 第136回(2009/11/03(火祝・昼)) アート(東京・中野)
- 第137回(2009/11/05(水曜日・夜)) 瞑想会(東京・中野)
- 第138回(2009/11/08(日曜日・昼)) アート「色の楽しみ方」
- 第139回(2009/11/10(火曜日・夜)) 瞑想会「瞑想と心の変容」
- 第140回(2009/11/12(木曜日・夜)) アート「色とこだわり」
- 第141回(2009/11/15(日曜日・昼)) 瞑想会「瞑想と人生の楽しみ方」
- 合宿瞑想会(東京・山の手)(2009/11/21-22-23(土-日-月(祝)))
- 瞑想会(2009/12/09(水曜日・夜))「入門瞑想会」(東京・渋谷)
- 瞑想会(2009/12/13(日曜日・昼))「Xmas 瞑想会」(東京・中野)

■宝彩瞑想会 開催予定 (2009年12月18日現在)

- 瞑想会(2009/12/19(土曜日・昼))「瞑想と日々の楽しみ」(名古屋)
- アート(2009/12/20(日曜日・昼))「色彩と自由」(東京・中野)
- アート(2009/12/23(水祝日・昼))「色彩と喜び」(東京・中野)
- 瞑想会(2009/12/26(土曜日・昼))「年忘れ瞑想会」(東京・中野)
- 瞑想会(2009/12/19(土曜日・昼))「瞑想と日々の楽しみ」(名古屋)
- アート(2009/12/20(日曜日・昼))「色彩と自由」(東京・中野)
- アート(2009/12/23(水祝日・昼))「色彩と喜び」(東京・中野)
- 瞑想会(2009/12/26(土曜日・昼))「年忘れ瞑想会」(東京・中野)
- アート(2010/01/05(火曜日・昼))「かき初め会」(東京・中野)
- 新春特訓瞑想会(1・2)(2010/01/09(土曜日・昼・夜))(東京・中野)
- 新春特訓瞑想会(3・4)(2010/01/10(日曜日・昼・夜))(東京・中野)
- アート(2010/01/11(月祝日・昼))「初絵会」(東京・中野)

このほかに、支部瞑想会の開催も予定しています。

詳しくは、宝彩有業の瞑想会のホームページをご参照ください。

<http://homepage3.nifty.com/hosai/meisou-kai-x/medi-index.htm>

■瞑想会レポート

2009年10月下旬から12月の宝彩瞑想会は、第4号でお知らせしたアートセッション、瞑想講話会、常設瞑想会に加えて、東京で初めて半合宿形式の瞑想会が開催されました。また通常の瞑想会も、入門瞑想会やXmas瞑想会などテーマを決めた会を行いました。秋から冬へ、季節の深まりとともに瞑想がしたくなる、そんな時期にふさわしい、バラエティ豊かな内容でした。

■常設瞑想会 開催記録

- 2009/10/23(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/10/30(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/11/04(水曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/11/06(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/11/27(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/12/11(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/12/12(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/12/15(火曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/12/16(水曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/12/18(金曜日・夜)(東京・中野)

■常設瞑想会 開催予定 (2009年12月18日現在)

- 2009/12/22(火曜日・夜)(東京・中野)
- 2009/12/25(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2010/01/06(水曜日・夜)(東京・中野)
- 2010/01/08(金曜日・夜)(東京・中野)
- 2010/01/12(火曜日・夜)(東京・中野)
- 2010/01/13(水曜日・夜)(東京・中野)
- 2010/01/15(金曜日・夜)(東京・中野)

■支部瞑想会 開催記録

- 大阪支部瞑想会 10/10, 11/14/, 12/12
- 名古屋支部瞑想会 10/24, 11/28
- 横浜支部瞑想会 10/04, 11/7
- 沼津支部瞑想会 12/07

e- 講座海外受講生便り

シドニーの、まおさんからお便り

どうも、はじめまして、シドニー在住のまおと申します☆
いつもお守り代わりに「気楽なさとり方」を枕元に置いてます(読んでない。。)

オーストラリアは基本的に人口密度が低いので日本ほどあくせくすることもなく、ゆったりとした時間の流れの中でおだやかに過ごしています。最初来た頃はすごく不安で一日に何度も瞑想してましたが、最近は忙しくて瞑想もほとんどやってないヘタレ修行者となり果ててしまいました。ですが、静かで落ち着いた環境は瞑想するにはもってこいだと思います。

一枚目の写真は、前に住んでいた家の前からCITYの町並みを眺めたものです。シドニーの町はどこも坂が多いです。この家ではよく瞑想したものです^^

二枚目はCITYからマンリービーチへ行くフェリーの上から撮ったものです。CITYの高層ビル群とオペラハウス、その右にはハーバーブリッジがあるはずなんですけど、写ってません。

三枚目は郊外にあるブルーマウンテンという有名な観光地のスリーシスターズという3つ並んだ岩山です。ユーカリの木がいっぱい生えてるんでその発する油で青っぽくみえることからブルーマウンテンだそうです。スリーシスターズは原住民のお話で化物から娘たちを守るため、魔法で岩に変えてしまったけど、その後魔法の杖をなくしたかなんかで元に戻せなくなったみたいなの。



●CITYの町並み



●CITYの高層ビル群とオペラハウス



●スリーシスターズ