

## 編集後記

かつちゃん

編集後記は、200字の短い文章なので簡単に書けそうですが、いざ書き始めると最初から詰まります。テーマが決まらず、何を書いているのか迷って時間ばかりが過ぎていきます。今回も書いている途中で頭の中がビジョ状態になったので、1時間くらい瞑想すると再起動できました。書き終わってから、書きたいことがどんどん出てきて、今度は、文章を削って削って、ようやく制限字数に収まりました。

チバ

一年前は、どんな編集後記を書いたんだっけ?とふと思い、第5号を見てみました。ああ、そうだった、引越しをしたんだ。ちょうど一年前。すっかり今の生活に馴染んでますが、たとえば、二年前の僕に「あなたの二年後は、東京で警備員をやってます」と言っても信じないだろうなあ。人生って何が起こるか分からないのが、面白いですね。一年後はどこで何をやってるんでしょう。まあ、どこでも元気で楽しくやってる自信はあります(笑)。

torami

今年は支部瞑想会への参加、BBマガジンの編集作業、そして、宝彩瞑想アートセッション支部会の開催と、沢山の貴重な経験をさせていただきました。これらの経験を通して、少しずつですが、修行と共に過ごす時間が増えてきました。そして、今、色々な工夫でマインドと向き合う作業を楽しめるようになってるのが、何より嬉しい驚きです。小さな手ごたえを感じつつ、来年も修行とともに過ごします。私は、私のままで、大丈夫。

ma-chi

先日、TV番組を録画しようとしたら、ディスクの容量が一杯で入らない事に気付いてびっくり。よくもここまで貯め込んだものだと思ってしまう。一つずつ消去していく度に何だか嬉しくなって、結局全て消去してしまいました。ただ貯めておきたかっただけなんです。すぐに見ない番組は、これからも、もう見ないのだと改めて納得です。ディスクの消去で心までスッキリできました。来年もこの調子でさくさく捨てていきたいなー。

む〜

もうすぐ、クリスマスですね。そろそろメニューを考えはじめています。家族を喜ばせるレシピは何かと思いをめぐらせていると、子供のころは、鶏もものオープン焼きが大好きだったのを思い出しました。今年は、塩胡椒をした鶏ももと一緒にじゃが芋や赤や黄色のパプリカもせて、こんがり焼いてみようと思います。スープは、パンプキンスープかあっさりオニオンスープか…。止まらないぐるぐるも、こういうのは楽しいです。

トモ

毎日の入浴の最後に、シャワーで冷水浴をすることを数年前から続けています。冬場はさすがに震えあがり、もう一度温湯も浴びますが、後からポカポカと身体の芯から暖かくなってきて、寝つきがよく、布団に入ると1分で寝られます(笑)また、風邪も引きにくくなり、どんどん体が丈夫になっているように思います。今年もおかげさまで健康で楽しく過ごせた1年でした。笑顔と感謝と共に新しい年を迎えたいと思います。合掌。^人^

宝彩有菜

本を作るのは、時間的制約もありますが、読むのは静かで嬉しい時間ですね。お陰さまで「宝彩BBマガジン」第11号も素晴らしいマガジンに仕上がりました。師走で多様な方々に貴重な潤いの時間をプレゼント出来るのではないかと思います。窓の外に雪が降り積るなか、良い音楽を聞きながら、シャンパンでも飲みながら、私ものんびり読みたいです。今年一年、ありがとうございました。来年も皆様にとって良い年でありますように。

しずあめ

今年も、いろいろなことを経験しました。新鮮なことのようでいて、そういえば、以前も似たようなことのであっていると感じると、修行ついでに昔のことを思い出していました。気づくことは様々ですが、関わりのあった人も自分も、その時とても一生懸命に生きていたのだな、とわかって、しみじみすることも多かったです。ホントに色々な人に囲まれて、生きてきたんだなあ! 来年も、どうぞよろしくお願いします。

あはは

今年もあとわずか、終わります。早いですね。私は、今期から編集長席のスタッフとして復帰し、生活スタイルも変わりました。家事の合間にこのマガジンの制作作業。瞑想。おっとこんな時間!!仕事の支度!!体はバタバタしているのですが、心は何故かゆったりしている気がします。毎号、多数の方の協力があって完成する『宝彩BBマガジン』。そのスタッフとして参加出来るのが、とても嬉しく、今そんな自分を誇りに思います。

### ★「一口コメント」掲示板のお知らせ★

宝彩BBマガジンでは、読者の皆さまが、お気軽にコメントできるよう新しく掲示板を作りました。感動したこと、面白かったこと、「？」がついたことなど、「一口コメント」をご投稿ください。コメントをいただくことで、読者の皆さまに、より身近で、役に立つ、宝彩BBマガジンの制作をしていきたいと思っております。編集スタッフ一同、皆さまのコメントをお待ちしています。

<http://hosai.world.coocan.jp/bbm/msgenq/msgenq.cgi>

パスワード <bbmag 5454 >

