

宝彩瞑想会便り

宝彩瞑想会 開催記録

- ★ 第211-216回 合宿瞑想会(2011/10/08-10(土・日・祝))(愛知・岡崎)
- 第218回 瞑想会(2011/11/26(土・昼))「瞑想と離欲・離果」(名古屋)
- 第219回 瞑想会(2011/12/05(月・昼))「瞑想と愛と祈り」(沼津)
- ★ 第220回 瞑想会(2011/12/18(日曜日・昼))「入門瞑想会」(東京・渋谷)
- 第221回 瞑想会(2012/01/22(日曜日・昼))「瞑想と般若心経」(東京・池袋)

■ 支部瞑想会 開催記録

名古屋支部瞑想会 10/22, 12/24, 1/14

■ 支部瞑想会 開催予定 (2012年2月12日現在)

池袋支部瞑想会 02/26

千葉支部瞑想会 04/01

宝彩瞑想会 開催予定 (2012年2月12日現在)

- 第222回 瞑想会(2012/03/11(日曜日・昼))「瞑想と肯定的思考と人生の成功」(千葉・船橋)

詳しくは、宝彩有菜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

第221回瞑想会が「瞑想と般若心経」をテーマに行われました。今回の会場は、瞑想リーダーのあかどりさんのご協力により、東京の池袋で初めて開催されました。広々とした和室は、とても落ち着いた雰囲気でした。また、瞑想会終了後、五階の会場の窓からは夕日と富士山が見え、素晴らしい景色も楽しめました。参加者は総勢12名で、初参加の方、久しぶりの方、常連の方など、新年早々皆さんの修行に対する熱心な様子が伺えました。テーマの内容は昨年出版された、『気楽にサトル生き方(般若心経ってこんなイイこと言ってたのか!)』に書ききれなかった事を、宝彩先生が細かく説明してくれました(※)。改めて、「やっぱり修行だ、瞑想だ」という気分になりました。ありがとうございました。(あはは) ※詳しくはこちらにレジメがあります ▶ <http://homepage3.nifty.com/hosai/meisou-kai-x/medi-schedule-01.htm>

e- 講座受講生便り

フランスの畑からの便り by ウラン

わが家で野菜、果物を買うときは、たいてい朝市へ行きます。そこでは、近くの農家の人たちが作物を売りに来ています。他にも肉、魚、チーズ、蜂蜜など産地直送のものが手に入ります。しばらく通っていると、人参はどこ、ネギはあそこ、リンゴはあの人のところ、と好みが出てきて、屋台をハシゴしながら市場を回るようになりました。農家の人は自分の畑でとれたものを誇らしげに売っている様子です。売れるとうれしそうですし、私は季節のものを食べられるのがうれしいです。

「インゲン豆はあと2週間で終わりだよ」「へえ、ずいぶんたくさんとれたね」

「こないだの、おいしかったよ」「凍っちゃうから、今日は葉っぱは持ってこられなかったよ」

「今年のは甘いね」「雨降らないね」…なんていうおしゃべりも楽しみのひとつです。



1: 明るい夏も、薄暗い冬も、朝早くから市が立ちます。

2: 冬の野菜は根っこが多いです。黒い大根とか、セロリの根とか…。

3: 青い葉っぱは、マッシュといって、とても美味しい冬のサラダです。

4: ここのリンゴはおいしい! 写真をとらせてくださいと頼んだら、うれしそうに恥ずかしがって向こうへ行ってしまいましたが、来週プリントアウトして持ってきます。