

発行所▶大阪府グラフィックサービス協同組合
コスモス会
編集責任▶コスモス会事務局

コスモス通信

健康部会報告

『心頭滅却すれば…』

少し涼しくなりました

株式会社 ミトヨ

渡辺 淑子

7月14日コスモスサロンに初デビュー、座禅の会に参加させていただきました。1時45分妙心寺に到着、お尚様が出迎えて下さりお寺の歴史や座禅についてご説明いただき、いざ座禅に入る。お尚様の説明通り背筋を伸ばし、おへその下1センチ当たりに気を集め、眼は半眼でななめ下におとす。頭は下げない、何も考えず、ありのままの姿を見る心、心頭滅却すれば火も又涼し……今まで気付かなかった周りの自然が感じられる。どこかで流れる水の音、お庭の葉

音、苔むしたにおい、暑い暑いと流れていた汗も心なしか涼しく感じられる。たった10分でしたが、とてもすがすがしい気分、最後にお尚様が「棒打ちを体験されたい方は申し出て下さい」の声に私も私もと皆さん好奇心のかたまり、一番から順番にビシッパシッ、やっとなました私の番ビシッ(オッ イッタイ) パシッ(キヤーイッテイ) あまりの痛さにびつくり、全員終わった後でクールに菊田さん「私一番だったでしょ、痛そうにしたら次の人がやめちゃう、だから

ら平気な顔してたのよ、ホホホ」(実は私も同じ事考えてた。)
お庭の散策、奥ゆかしいわびさびの効いた日本の伝統美。あつ！水琴窟がある。さっそく耳を近づけるがどんな音なのかよくわからない。すぐに山田さんの突っ込み「心の垢がとれてへんからわかへんねん、もう一回座禅しなあかんわー」(トホホ)
ペコペコのお腹をかかえ精進料理をいただく。おいしいお料理にお酒も進む。ふとまわりを見ると座禅の続きか？ 確かコスモス会のキャッチフレーズは、「しとやかに」楽しく宴は進みお開き、私は帰りのタクシーの中で大口開けて寝てしまう始末。楽しかった！。コスモス会って勉強も遊びも何でもおもいっきり楽しむ所ですよ。



技術部からのお知らせ

☆会員ページ・変更フォームのご案内☆

会員ページのテキスト変更が皆様のパソコンから出来るようになりました。

<変更手順>

- ① <http://www.cosmoskai.com/maintenance.html>へアクセスする
- ② 右記のフォームが表示される
- ③ 変更項目に入力する
- ④ 送信ボタンを押す
- ⑤ 完了

顔写真と地図は今まで通りメールか郵送でお送り下さい

※平成13年8月20日(月)から変更可能です。

同封の変更フォームに記入してFAXでの変更申し込みも受け付けます



報告とお知らせ

役員会報告

(7月3日)

◆各部会報告

経営セミナーの報告
健康「座禅」の確認
技術メンバー会議報告
サロンー全国大会の旅行日程等について

◆コスモス通信掲載記事について
次回役員会 8月3日

編集後記

◆夏のサロンの申し込み、おかげさまで23名になりました。旅行費用の振り込みのご案内を同封しましたので宜しくお願いします。
なお、待ち合わせ場所等につきましては8月20日過ぎに案内いたします。また、サロンの担当の役割分担等については菊田さんの方から連絡いたします。
◆技術部より、右のお知らせとコスモスホームページの会員情報の新規・修正(FAX用)用紙を同封しています。
◆今月から左近勝子(丹生紙工棟)さんが入会されました。紹介は次号に掲載の予定です。
なお、7月31日現在の会員名簿を同封しています。

炎暑の日々が続いておりますが、座禅をして、ピアパーティーに参加して、ごちそうをたくさん食べて、今年のモットー「元氣いっぱい」の私です。今月号の「コスモス通信」は、南アベ企画 安部滋子さんの担当の予定でしたが、都合で事務局で担当いたしました。8月は休刊ですので、9月号よろしくお願ひします。