



岐阜北週報

9月 基本的教育と識字率向上月間

<input type="checkbox"/> 題字	永瀬 章	<input type="checkbox"/> 会長	永瀬 章	
<input type="checkbox"/> 例会	毎週水曜	<input type="checkbox"/> 副会長	前田 吉彦	2017-2018
<input type="checkbox"/> 会場	岐阜都ホテル	<input type="checkbox"/> 幹事	西垣 康紀	No.1691
		会報委員長	安藤 重広	17.9.30発行

前回の記録

第 1690 回 例会 9/20 (水)
早朝例会
日時：9/20 (水) AM6：15集合
場所：岐阜市瑞龍寺 (岐阜市寺町
19番地 058-246-2597)
担当：プログラム委員会

本日の予定

第 1691 回 例会 9/30 (土)
第 36 期水見RCとの合同観月例会
日時：9月30日～10月1日
場所：長良川観光ホテル 石金
受付：16時より観光：10月1日
担当：親睦交流委員会

次回の予定

第 1692 回 例会 10/4 (水)
慶祝行事・クラブフォーラム (4)
担当：米山奨学委員会

会長挨拶

本日は、例会変更による早朝例会です。ここ数年続いた長良川カントリークラブでの、小栗インストラクターの指導によるエアロビクスでしたが、今回、長良川カントリーの都合で開催できませんでした。

そこで、プログラム委員会の新しい試みで瑞龍寺さんにお世話になり、坐禅の修行を企画していただきました。ここは、臨済宗妙心寺派の専門道場とのことです。日頃の雑念を払い、身も心もきれいに整えてください。

瑞龍寺さんの坐禅の組み方という葉に「我々が悩むのは、損と得、苦と楽、勝ちと負け・・二つの相対する考え感情が間をうろついたり一方に固執することが自己を苦しめる犯人なのです。これを『自我』と言います。

我々が普通、心と呼んでいるのはこの自我に他なりません。では、どうしたら自我に振り回されなくなるのでしょうか。それは坐禅によって可能になります。坐禅によって体と呼吸が整えられ心も整えられると、自我で濁っていた自分の心も澄んできます。

つまり『無の心』になるのです。無とは何もないということではありません。例えば水のようなもので、どんな形にも順応します。どんな状況にも柔軟に応じていくことが出来るのです。『無の心』ですから、出会ったことと一つになって生きてゆけるのです。」と書いてありました。

一回の坐禅では、このような悟りはできないと思いますが、毎月第一・第三日曜日に誰でも、

会長挨拶 続き

自由に参加できる坐禅会あるようです。これを機会に、坐禅を始められては如何ですか。

出席報告

会員数：31名
出席数：15/31名
出席率：48.39%
欠席者：16名 (出席免除9名 68.18%)

例会行事

岐阜市瑞龍寺 (岐阜市寺町19番地)
平成29年9月20日 (水) AM6：15集合
開始6：30分～AM7：30分座禅
朝食7：30～ (お粥・精進料理)

例会風景



例会行事 続き



次回例会のご案内

第1692回 例会 10月4日(水)
慶祝行事・クラブフォーラム(4)

担当者：米山奨学委員会

会報・広報 9月担当 岡田 一二三