

たかはしんぶん

こんにちは。11月の初めに長野の同源山貞祥寺で座禅を初体験してきた高橋です。**長野の朝(6時)は**とっても寒く**気温0度**でした。元々腰痛で座禅の姿勢がつかったのですが、組み始めて1分ほどで腰が痛くなり背筋を伸ばすのが困難な状況でしたが無理して頑張りました。



マリ共和国には7俵のお米を送ったそうです。作業の後は、この活動で出来た餅米で作ったお餅を頂きました。**できたては、とてもおいしかった**です。夜は、演奏が始まり音楽に合わせて楽しそうに踊ったりしている方もいました。



どうせ餅が目的なんだろう

私の**花粉症が万能型**になってしまい、**一年中花粉に反応**します。今回の作業の脱穀は、稲を機械に入れるときにホコリが出るので花粉症の僕にはつらかったです。しかし、それのおかげで**免疫力が付いた**のか長野から帰ってからは**症状が和らぎました(稲花粉)**。ラッキー。



座禅が終わった後は、そこでお食事を頂き紅葉の景色を堪能しました。長野に行ったのは、おやじバンドの演奏です。(僕は楽器運びのお手伝いで今年3回目)3回も同じところに行ったのには理由があります。



初回に行ったのが田植え、2回目は稲刈り、3回目には脱穀という作業がありました。**アフリカのマリ共和国にお米を送る**という事を目的にボランティア活動のお手伝いをしました。この右上の写真が、このボランティアの会長の小池さんとこれを記事にして佐久市の新聞の記事を書いた子供たちです。



旅館の脇の池には、たくさん鯉が泳いでいました。近づくだけでウヨウヨと近寄ってきて口をパクパクして餌をねだっているようです。これだけよってくるとちょっと気持ち悪いです。(写真じゃ伝わらないのが残念です)**来月号は僕の骨折したお話**です。



あなたレター名「たかはしんぶん」

発行編集責任者 DOG 株式会社 高橋 宏行 取得資格 損害保険特級資格、損害保険代理店専門試験、生命保険ライフコンサルタント、日本大協認定保険代理士(1月認定予定)、簿記2級、珠算2級、商業経済3級、腕相撲1級、水泳2級、英検4級、運行管理者

住所 千葉県柏市南逆井1-7-20-202

携帯電話090-8442-4988

電話0120-109-048 ファックス04-7136-1385

Eメール takahashi@hokendog.co.jp

hokendog001@yahoo.co.jp